

# 元気アップ応援コース

## 内容

リハビリ専門家が3か月間お家へ訪問します。運動機能を向上させて、できることを増やすために、あなたにあったアドバイスをします（鴻巣市短期集中訪問型リハビリテーション事業）。

## こんな方へおすすめ!



歩くのがつらくなってきた…  
転びそうで心配…



外出が少なくなった  
スーパーへ行けるようになりたい

体力に自信が  
なくなってきた



体力をつけて趣味の活動  
を楽しみたい

## コースを受けるとこんなことができるかも

- 😊 歩くのに自信がついて、スーパーへ行けた!
- 😊 久しぶりに庭の手入れができた!
- 😊 疲れにくくなって、グランドゴルフに参加できた!
- 😊 転ぶ心配がなくなって、湯船に入って温まれた!
- 😊 近所の公園でお花見ができた!



募集人数

**15名**

(先着順)



費用

計**6,000円**

助成金利用で**3,000円**

※令和7年4月1日時点で世帯全員が  
住民税非課税の方(事前申請)



回数・期間

**40分×12回**

(週1回・3か月間)

## 対象者

要支援・事業対象者の認定を受けている方 又は  
25個の質問項目に答えていただき該当する方

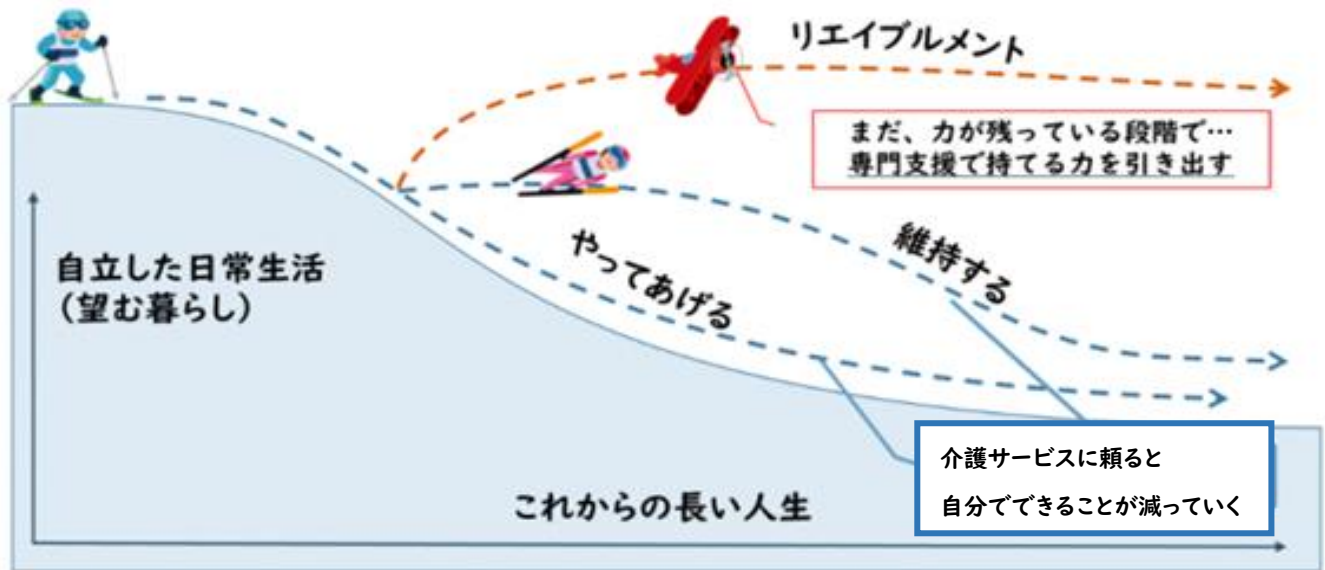
お申込み先

鴻巣地域包括支援センター

川里苑  
こうのと  
彩香らんど  
まむろ翔裕園  
吹上苑

048-569-2650  
048-596-2223  
048-595-3331  
048-540-0294  
048-548-8991

# リエイブルメントとは・・・再び自分でできるようにすること！



出典:八王子市(一部改)

## コースの流れ

### 1. 相談＆コースの確認

お住まいの地域の地域包括支援センターがお話を伺い、状況に応じた提案をします。

### 2. 専門家による分析

生活のしづらさの原因を確認します。



### 3. 目標・取り組み計画作成

元気になる目標や目標達成に向けてご自身が取り組むこと、コースで支援する内容を記載します。

### 4. サービス担当者会議

本人・家族のほか、事業所の担当者など、関わる人たちで目標や各々の役割等を共有します。

### 5. コース開始

計画に基づいてコースが始まります。効果や目標達成度などを随時確認しつつ進行します。

### 6. 振り返り

趣味や日課(散歩など)を再開したり、地域での集まりに参加するなど、今まで通りの生活を続けましょう。コースで習ったセルフケアは継続しましょう。

～まずは地域包括支援センターへご相談ください～

### その他お問い合わせ

【担当】鴻巣市介護保険課 TEL:048-541-1321

○ 事業について → 高齢福祉担当

○ 介護保険サービス利用者負担額助成金の申請について → 介護推進担当