

# ～訪問サービスフレイル救助隊～

住み慣れた家で、できるだけ自立した生活が送れるように、リハビリテーションや栄養の専門職が自宅を訪問し、家での動きや生活の工夫についてのアドバイスや、外出方法を一緒に考え、地域の活動（趣味や介護予防の体操など）に参加できるように支援します。

## 対象者

- ・退院後などで一時的に体力が衰えている人
- ・一人での家事や外出が不安な人
- ・元気になって地域での活動に参加したい人

要支援1、要支援2  
事業対象者の方が対象です

膝が曲がらなくてお風呂に入れない



スーパーに行く方法と、体力をつける方法を一緒に考えましょう！

体力向上や、もっている病気のコントロールの為に食事を一緒に考えます！

スーパーまで買い物に行く自信がなくなってきた。体力をつけて元気な体でいたい

Super Market



お風呂に入れる方法を考えます！



近くの公民館の体操にまた行けるようになりたい！

試しに一緒に歩いて行ってみましょうか？体力をつける方法も一緒に考えましょう！



利用料  
無料

※消耗品、外出時の交通費等一部負担あり

## ◆ご利用の際は◆

お住いの地区を担当する地域包括支援センター、もしくは担当のケアマネージャーまでご相談下さい。



## 支援の流れ

おおむね  
3ヶ月

訪問・面接



プラン作成



個別訪問支援



目標達成状況確認

相談内容・お体の状況・家の環境を確認します

具体的に何をするのか計画を立て、目標を決めます

リハビリや栄養の専門職と一緒にできることに挑戦します

どのように生活が変わったのか確認して、これからのことを考えます

## ご自宅を訪問する専門職



理学療法士

【公益社団法人 福岡県理学療法士会】



管理栄養士

【公益社団法人 福岡県栄養士会】

※利用者の身体に触れて行う機能訓練は行いません  
(訪問リハビリテーションとの違い)

「フレイル」とは..

加齢に伴う様々な機能変化や予備能力低下によって、健康障害に対する脆弱性が増加した状態です。健康な状態と要介護状態のちょうど中間の段階で、要支援の状態がフレイルに相当します。この時期に適切に支援を受けることで健常な状態に戻ることができる時期ともされています。