

としまりハビリ通所サービス (A8)

としまりハビリ通所サービスのご案内

足腰が弱くなった...



リハビリしたいけど
送迎してもらえないと通えないの

転倒が不安で
外出が減ってきた...



リハビリでもっと元気になって
外出がしたい！

高齢者総合相談センターへ相談



通所型サービス検討会を開催＊

いざ参加！

としまりハビリ通所サービス へ通いましょう！



送迎があって安心



リハビリで
元気に！

元気が
リハビリで
なった！

リハビリで学んだことを
日常生活に取り入れて、
元気な生活を！

趣味の活動、つながるサロンや
区民ひろばなどで楽しく
元気を保ちましょう。

体力がつくと
自身がつく！



外出できると
楽しい！



としまリハビリ通所サービスのご案内

リハビリに特化したデイサービスです。

リハビリにより、単に運動機能の維持・改善を目的とするものではなく、運動機能の維持・改善を通じて、いち早くつながるサロンや地域資源に結び付け、サービスを利用せずに、自立した日常生活を送れるようになることを目指します。

- 週1回または2回 1回90分程度
- 送迎あり
- 利用料金：1回あたり300～900円（負担割合による）

* 令和3年4月時点 指定事業所

◆事業所	◆所在地	◆提供日時	◆対象エリア
リハビリセンターあゆむ	長崎5-8-6	月・火・水・木・金曜 10:30～12:00 13:30～15:00	東部・菊エリア除く 区内全域
リハビリデイサービスまんぞく	池袋本町3-28-6	月曜 10:00～11:30 14:30～16:00	高田・駒込・千早4・ 長崎6・南長崎6除く 区内全域
ケア・トラスト ちょこっとリハビリサロン 一期の家千川	要町3-33-1	月・木曜 14:30～17:00	調整中

短期集中通所型サービス (通所C)



短期集中通所型サービスのご案内

運動してもっと
元気になりたい...



ジムは無理だしデイサービスは
自分には早いな

ひとりの食事は
美味しくない...



何を食えばよいかも
分からないし食欲がない

行くところもないし
友達が欲しい



お金もかけたくないけど
家にこもっているのは寂しい

高齢者総合相談センターへ相談



通所型サービス検討会を開催*

いざ参加!

短期集中通所型サービス
へ通ってみましょう!

リハビリ
コース



栄養改善
コース

仲間ができた

つながるサロン
として引き続き活動しましょう!

短期集中通所型サービス
で学んだことを、
そこでできた仲間と一緒に
楽しく続けましょう!

元気に!



美味しく!

楽しい!



* 豊島区高齢者福祉課内で専門職による検討を実施



短期集中通所型サービスのご案内

約3か月間、施設に通い、短期的に集中したプログラムを実施します。

『リハビリテーションコース』

リハビリ専門職などが個別に計画をたて、一緒にリハビリ・運動をします。

運動機能を維持向上させて、フレイル（虚弱）予防・介護予防に取り組みましょう！



- 週1回・約3か月間（全12回） 1回2時間程度（午前中の実施を予定）
- 1回 10名程度（運動制限がある方は参加が出来ない場合があります）
- 送迎なし
- 利用料金：無料（交通費は自己負担）

◆会場	◆所在地	◆開催日	◆実施期間	◆締切
ジェクサー フィットネス&スパ大塚	南大塚3-33-1-5階	木	9月16日~12月16日*1	9月9日
高田介護予防センター	高田3-38-7	水	11月10日~2月9日*2	11月4日
ジェクサー フィットネス&スパ大塚	南大塚3-33-1-5階	木	12月23日~3月17日*3	12月16日

* 1…9月23日、11月25日 * 2…12月15日、12月29日 * 3…12月30日 はお休みになります 6



短期集中通所型サービスのご案内

約3か月間、施設に通い、短期的に集中したプログラムを実施します。

『栄養改善等コース』

管理栄養士による個別の栄養指導を受けながら、グループで一緒に会食をします。

偏りがちな食生活を改善することは、フレイル（虚弱）予防・介護予防には大切な取り組みです！



- 週1回・約3か月間（全12回） 1回2時間程度（午前中の実施を予定）
- 1回 10名程度（特別治療食が必要な方やアレルギーがある方は食事が出ない場合があります）
- 送迎なし
- 利用料金：無料（交通費・弁当代1回600円程度は自己負担）

◆会場	◆所在地	◆開催日	◆実施期間	◆締切
東池袋フレイル対策センター	東池袋2-38-10	水	10月6日～1月12日*	9月29日

*…11月3日・12月15日・12月29日 はお休みになります



通所型サービスの選び方について

豊島区では、利用者の方に上手に通所事業を利用していただけよう、通所型サービスを利用する際のポイントを下記のとおりご案内しております。

- ① 目標・期間を決めて、目標達成に向けて一定期間サービスを利用しましょう。
- ② サービスで学んだことを生活に取り入れて、自分で出来ることを増やすよう意識しましょう。
- ③ 自分で出来ることが増えてきたら、サービスの利用を減らし、趣味の活動やつながるサロンなどを活用して元気な生活を目指しましょう。



「実現可能なちょっと前の生活」を取り戻す！

豊島区では上記の方針に沿った通所型サービスの運用を進めるため、高齢者福祉課内に「通所型サービス検討会」を設置しております。この検討会では、各利用者のサービス利用について、どのサービスをご利用いただくのが良いか専門職も交えて検討し、その結果を区の意向として担当の地域包括支援センターへお伝えしております。