

要支援者または事業対象者のための・・・

短期集中！

# つまづきやすくなった、 足腰に不安が出てきた あなたへ



(通所型サービスC)

通所型サービスCは、原則3か月の短期間で、保健・医療の専門職が、生活機能を改善するための運動器の機能向上のプログラムを提供するものです。

住み慣れた地域の中でいきいきと自分らしい暮らしをできるように、運動機能を維持・向上するための方法を学んでみませんか。

## 対象

★要支援1または2の人

★基本チェックリストを実施し該当となった方（事業対象者）

注）基本チェックリストは、むつ市役所介護保険課、各分庁舎、各地域包括支援センター、指定の居宅介護支援事業所にて実施できます。

注）他の通所型サービス、通所リハビリテーション、小規模多機能型居宅介護サービスをご利用いただいている方は対象外です。

## 内容

市が委託した事業所において、保健・医療の専門職が実施する運動器の機能向上プログラムに**3ヶ月間、週1回**通う教室です。**繰り返し通う教室ではありません**。教室終了後は、ご自身で習得した内容を継続できることを目指しています。

## 手続き

市にサービス利用のための申請が必要で、地域包括支援センターやケアマネジャーがお体や生活の状況を確認し、ケアプランを作成した後、参加となります。（参加までの手続きに時間を要する場合があります。）



## 費用

介護保険負担割合に応じて、

★送迎がない場合 … 1回当たり 314 円  
(2割 628 円、3割 942 円)

★送迎がある場合 … 1回当たり 397 円  
(2割 794 円、3割 1,191 円)



## 実施場所

事業所名	所在地	送迎の範囲
みちのく金谷 リハビリテーションセンター	金谷2丁目 20-1 ☎ 23-1170	旧むつ地区、大畑地区の一部 (詳しい内容はお問い合わせください)
老人保健施設 シルバーケアセンターむつ	中央1丁目 18-1 ☎ 22-9925	旧むつ地区
むつリハビリテーション病院	桜木町 13-1 ☎ 24-1211	旧むつ地区、川内地区の一部 (詳しい内容はお問い合わせください)
介護老人保健施設 はまなす苑	大字奥内字金谷沢 1-167 ☎ 26-3333	旧むつ地区
大畑整骨院	大畑町庚申堂 55-9 ☎ 34-4000	送迎なし
吉田整骨院	横迎町 2-14-35 ☎ 23-5959	送迎なし
長谷接骨院	川内町川内 305 ☎ 42-3988	送迎なし
三浦接骨院	下北町 6-16 ☎ 22-4388	送迎なし



(問い合わせ先)

- むつ市地域包括支援センター ☎22-1111  
(内線 2557)
- むつ市地域包括支援センター社協 ☎33-2355
- むつ市地域包括支援センターみちのく ☎23-7930