

地域リハビリテーション活動支援事業（元気リハ）とは？

久留米市地域リハビリテーション活動支援事業(元気リハ)は、皆さんの団体の活動場所に、リハビリテーション専門職(理学療法士・作業療法士)を一定期間派遣し、皆さんのできる運動や体力測定の方法など健康長寿のコツをお伝えし、皆さんの介護予防活動を応援する事業です。

対象団体	(下記の条件を満たす、市内在住の概ね65歳以上の高齢者団体) ①週1回以上の介護予防活動を目指す団体 ②市民の誰もが参加できる団体 (※参加に際して専門的な支援を必要としない方) ③地域包括支援センターと連携がとれる団体 ④裏面にある利用時における留意事項を守れる団体
募集团体数	最大15団体まで
実施内容	①団体で実施したい運動に対する助言や指導 ②運動や体力測定の見守りや指導
派遣回数	概ね6か月の間に5～10回
利用料金	無料(ただし、会場の使用料などは団体負担)
申込期間	令和3年7月1日(木)～令和3年9月30日(木)



元気リハって気になるけど
イメージがつかなくて…

大丈夫！
お試しができます！



お試し元気リハ

対象団体	元気リハを体験したい団体(上記の対象団体条件を満たす団体)
実施内容	元気リハの説明や運動等の体験(1団体1回まで)
利用料金	無料(ただし、会場の使用料などは団体負担)
申込期間	令和3年7月1日(木)～令和4年2月25日(金)

申込・問合せ：一般社団法人くるめ地域支援センター 090-8910-3459(担当：松田)

※申し込みが多数の場合には、他の事業をご紹介する場合があります。

地域リハビリテーション活動支援事業(元気リハ) 利用時における留意事項について

以下の留意事項内容をご確認の上、新型コロナウイルス感染症拡大防止にご協力をお願い致します。

《留意事項》

- 『3つの密(密閉、密集、密接)』を避ける、「人と人との距離の確保」、「マスク着用」、「手洗い(手指消毒)」をお願いします。
- お互いの距離はできるだけ2m(最低1m)確保して頂くようお願いします。
- 団体活動参加にあたり、体調確認(熱・咳・息苦しさ・倦怠感などの風邪症状)を行い、参加者名簿の作成、記録をお願いします。
- 発熱などが認められる方については、団体活動への参加を見合わせて頂くようお願いします。
- 参加中に熱発や風邪症状などが出た場合には、団体活動への参加を控えて下さい。必要に応じて医療機関への受診を勧める場合があります。
- 複数の人が触れる手すり、ドアノブ、テーブル、椅子などの適宜消毒をお願いします。
- 室内で団体活動を行う場合は、2方向以上の換気(換気扇を含む)の有無について確認をお願いします。

など

※注意事項

その他、上記の留意事項を踏まえ、地域包括支援センターのリハビリ専門職、団体の皆さんと合意を得た「換気ルール」「消毒ルール」「運動ルール」を順守していただく必要があります。また、事業利用にあたり、地域包括支援センターで感染予防に必要なマスクや消毒液等の配布はしておりません。個人または団体での準備をお願い致します。

【問い合わせ先】

一般社団法人くるめ地域支援センター 090-8910-3459 (担当:松田)