

通所リハビリテーションのご案内

～介護保険で受けられる専門的なリハビリ～

通所リハビリテーションでは、身体状況に応じた介護サービスを提供いたします。医師の指示のもと「理学療法士」や「作業療法士」によりご利用者様一人ひとりの状態に応じた個別のリハビリテーションを実施いたします。

- ◇自宅に退院はしたけれど、もっとスムーズに動けるようになりたい！
- ◇運動したいけれど、腰や膝が痛くて思い通りに出来ない。
- ◇専門的な見地から1人1人に合った運動やストレッチを提供します。
- ◇呼吸が苦しくて運動が大変！呼吸療法認定士がアドバイスします。



●営業時間

【月・火・木・金曜日】
午前8:30～午後17:15
【水曜日】
午前8:30～午後12:30
【土曜日】
午前8:30～午後12:15

●サービス提供時間

◇5時間以上6時間未満【要介護のみ】
午前9:20～午後2:30 (月・火・木・金)
◇1時間以上2時間未満【要介護・要支援】
午前コース 午前9:10～午前11:00 (水・土)
午後コース 午後2:30～午後4:20 (月・火・木・金)

訪問リハビリテーションのご案内

訪問リハビリテーションでは、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、医師の指示のもと「理学療法士」や「作業療法士」が利用者の自宅を訪問し、心身機能の維持回復および日常生活の自立に向けたリハビリテーションを実施いたします。

【身体機能】関節拘縮の予防、筋力体力の維持・増強、褥瘡の予防、自主トレーニングの指導

【日常生活】屋内・屋外歩行練習、基本動作練習（寝返り・起き上がり・移乗動作など）、

日常生活動作練習（食事・嚥下・階段・入浴・トイレ動作・呼吸リハビリなど）

【家族支援】歩行練習時の介護方法の検討・指導、福祉用具・自助具の提案、住宅改修の相談

【その他】公共交通機関の乗降練習、買い

- 訪問地域 長野市南部、川中島、篠ノ井、真島
その他の地域をご希望の方はご相談ください。

- 訪問時間 40分

お問い合わせ・ご見学・通所リハビリお試し体験随時受け付けています。
まずは、お気軽にご連絡ください。



私たちは、利用者の皆様が
生き生きとした自立生活ができるよう、
良質で思いやりのある
医療・介護の提供に努めます

整形外科 リハビリテーション科

〒381-2227 長野市川中島町今井原 11-8

TEL026-286-5390

<http://shitoku.ac.jp/rehabili-clinic/>

診療のご案内

◇診療科目 **整形外科 リハビリテーション科**

◇診療日

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	休
午後	○	○	休	○	○	休	休



◇受付時間 午前 8:30~11:30 午後 1:00~4:30

◇診療時間 午前 9:00~12:00 午後 2:00~5:00

◇休診日 **水曜日・土曜日の午後、日曜日、祝祭日**

診療内容

◇骨折・脱臼・捻挫・打撲等の一般的な外傷をはじめ腰痛や肩こり、首の痛み、関節の痛み、変形性関節症等といった整形外科的疾患の診断と治療。

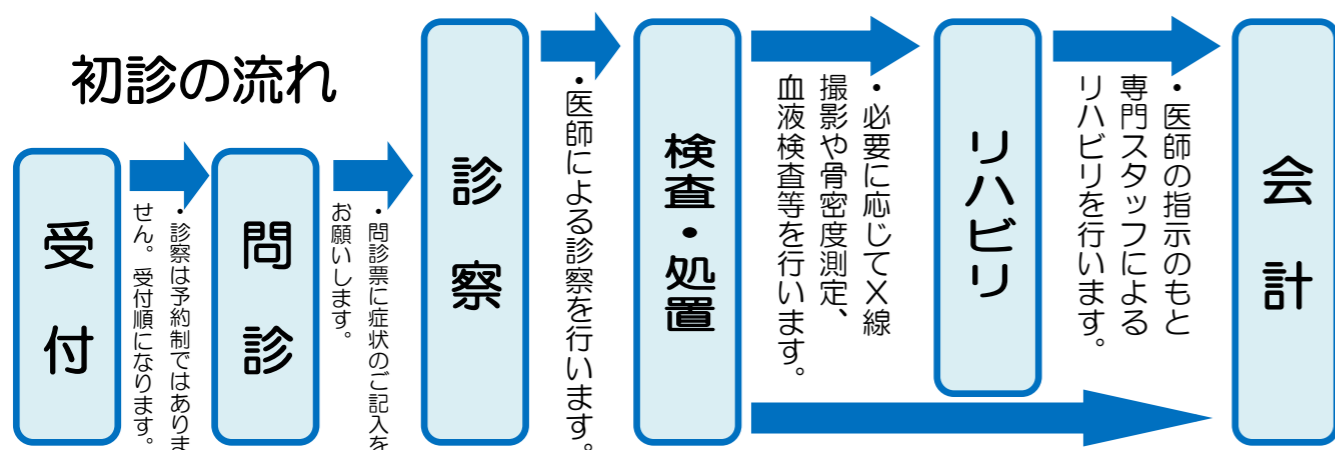
◇痛風や関節リウマチ等の慢性疾患、骨粗鬆症の検査と治療。

◇スポーツによる外傷、交通事故や工作中的外傷の治療。

※診断の結果、手術や入院等が必要な患者様には、手術・治療が可能な総合病院をご紹介します。



初診の流れ



毎週火曜日（14:00）は装具外来も実施しています。現在の状態を診察させて頂き、義肢装具士が患者様に適した装具の作製をいたします。すでに装具を使用し身体的変化や長年の使用で劣化や不具合が生じている場合には再作製や修理をすることも可能です。

リハビリテーションのご案内

当クリニックのリハビリは完全予約の担当制です。それぞれの症状に応じて、個別に対応させていただきます。

【当クリニックのリハビリテーションの特徴】

リハビリの専門家、『理学療法士(PT)』・『作業療法士(OT)』が担当させていただきます。PT・OTとは、身体機能や関節疾患、心や身体の障害などについての専門知識や治療法を学び、国家資格を得た「からだ」の専門家です。

【その1】 担当スタッフにより、患者様お一人お一人に責任をもって対応いたします。当クリニックでは医師の指示のもと、リハビリテーションの専門職である理学療法士(PT)、作業療法士(OT)が患者様一人一人の状態に合わせた運動器リハビリテーションを提供いたします。

【その2】 リハビリテーションは完全予約制です。患者様毎に担当スタッフがつき、完全予約制で対応させていただきます。※初診時にもできるだけ対応させていただきます。

【その3】 リハビリテーションでは以下の事を目指します。

1. 疾患の進行を予防する
2. 痛みの軽減を図る
3. 機能維持・改善
4. 生活での活動性維持・向上

【その4】 リハビリテーションでは以下の事を行います。

1. 関節可動域訓練（関節の動きやすさの改善）
2. 筋力トレーニング（筋力の維持・向上）
3. リラクゼーション（マッサージやポジショニング指導）
4. 電気治療器・牽引器等を使用した物理療法
5. 日常生活動作（ADL）訓練（歩行練習）
6. 上肢基本動作トレーニング
7. 巧緻性トレーニング（細かい作業）
8. 装具や自助具等の製作支援・ご相談対応

【その5】 対象となる主な症状

1. 肩の痛みや動きづらさ：肩関節周囲炎（四十肩・五十肩）・肩腱板断裂
2. 膝や股関節の痛みや動きづらさ：変形性膝・股関節症・膝・股関節人工関節置換術後
3. 腰の痛み：変形性腰椎症・腰部脊柱管狭窄症・腰椎椎間板ヘルニア等
4. その他の運動器疾患



交通案内

◇お車の場合
JR今井駅を目指してお進みください。

◇電車の場合
JR今井駅東口より南へ徒歩3分

◇長野市循環型乗合タクシーご利用の場合
川中島線「リハビリセンター」停留所下車すぐ

