

# 高齢リハビリ外来を 開設しました



## 自分らしく、生きる

歩く、立ち上がるといった日常生活動作  
筋力低下によるフレイル予防  
新型コロナウイルス予防における呼吸管理など

リハビリをしてみませんか。



## 高齢リハビリ外来の目的

「歩きにくくなってきた」「足の筋力が弱くなってきた」

「新型コロナウイルスによる自粛生活で呼吸機能が低下してきた」etc

身体に不安を抱える市民の皆さんに対して、高齢リハビリ外来を実施し、身体機能の診察、運動指導、通院リハビリの必要性を検討することを目的としています。



このような症状でお困り  
の方はご相談ください

- ✓ 最近よくつまずく
- ✓ 自宅での運動がわからない
- ✓ 呼吸リハビリがしたい
- ✓ 他の病院で手術して退院したが芦屋でリハビリを続けたい



## 高齢リハビリ外来の流れ

当院医師

かかりつけ医

高齢リハビリ外来へ紹介・予約

高齢リハビリ外来を受診  
毎週金曜日・午前

リハビリ開始

運動指導

筋力  
トレーニング

呼吸指導

日常生活指導

\* 1回の診察時間は 約40分です

# リハビリ入院の案内



## 自分らしく、生きる

歩く、立ち上がるといった日常生活動作  
関節の動き、関節の痛み、筋力低下など  
にお困りの方

リハビリ入院をしてみませんか。

## 個別指導による質の向上



専門技師介入のもと、  
身体機能の向上に努めます。  
必要に応じてホットパック  
や電気治療を追加すること  
もできます

## 主治医のバックアップ



担当医師が、リハビリの状態を  
確認します。

## 自主練習の推進・習慣化



病室で行う運動を指導し、  
自主性を高めます。  
自宅でも継続できるよう計  
画します。

## 看護師による充実したケア



看護師も リハビリスタッフと連携し  
食事・更衣など、身の回りの  
“できる動作”を支援します。