

ご利用者様が住み慣れた
家庭や地域での生活に
戻れるように支援します。



中央区立介護老人保健施設

リハポート

明石

中央区立介護老人保健施設 リハポート明石

ご挨拶

中央区立リハポート明石は、区内ではじめての介護老人保健施設として平成16年に開設されました。

介護老人保健施設とは、介護保険法に基づき病状が比較的安定した高齢者の方々に、医師の管理のもと、リハビリテーションなどを通じて心身諸機能の向上や、日常生活における食事・入浴・排泄などの自立の向上を図り、できるだけ早く在宅復帰されるよう、支援する施設です。

また、「リハポート」という名称は、リハビリを表す「リハ」と英語で港を表す「ポート」を組み合わせたものです。リハビリなどを通じ高齢者の方々の自立をサポートし、また、一度寄港した船は必ず出航することから、在宅復帰に向けた施設であることも表現した名称になっています。

ご利用者様、ご家族様と施設、職員が密接に繋がれる施設として、また住み慣れた地域社会との結びつきを大切に、地域の方々に必要とされる施設として、これからも運営してまいります。

リハポート明石 施設長 高地 刀志行

施設運営の 基本理念

1. 施設と在宅とのスムーズな移行を図ります。
2. 居宅生活継続支援機能の充実に努めます。
3. リハビリテーションの効果的な実施を行います。
4. 入所者の緊急時に適切な処置を施します。
5. 地域や家族との結びつきを重視する施設をめざします。



施設ご利用までの流れ

ご相談・施設見学

お気軽にお問い合わせください。
(連絡先は裏表紙をご覧ください。)



お申し込み

施設で用意している申し込み書類を
提出していただきます。



書類審査・訪問調査

支援相談員がご家庭を訪問するなど、
ご利用者様の心身の状態等をお伺いします。



利用検討

資格要件の確認とご利用方法を
当施設スタッフが検討します。



ご通知・ご契約

利用方法・利用開始日等をご連絡します。



計画の説明と同意

施設サービス計画(入所)、
通所リハビリテーション計画
等を作成します。



ご利用開始

おとしより相談センターや
ケアマネジャーとも連携しています。
お気軽にお問い合わせください。

中央区立介護老人保健施設(老健)

さまざまな専門知識・技術を持った施設スタッフが
チームでご利用者様の生活を支えます。

リハビリテーション



看護



介護



リハポート明石



支援相談員

利用や介護に
関する相談を受けます。



ケアマネジャー

利用するサービスを
組み立てます。



管理栄養士

お食事など、
栄養を管理します。



リハビリテーション職員

専門的なリハビリ
テーションを行います。



介護職員

生活全般の介護を
行います。



看護職員

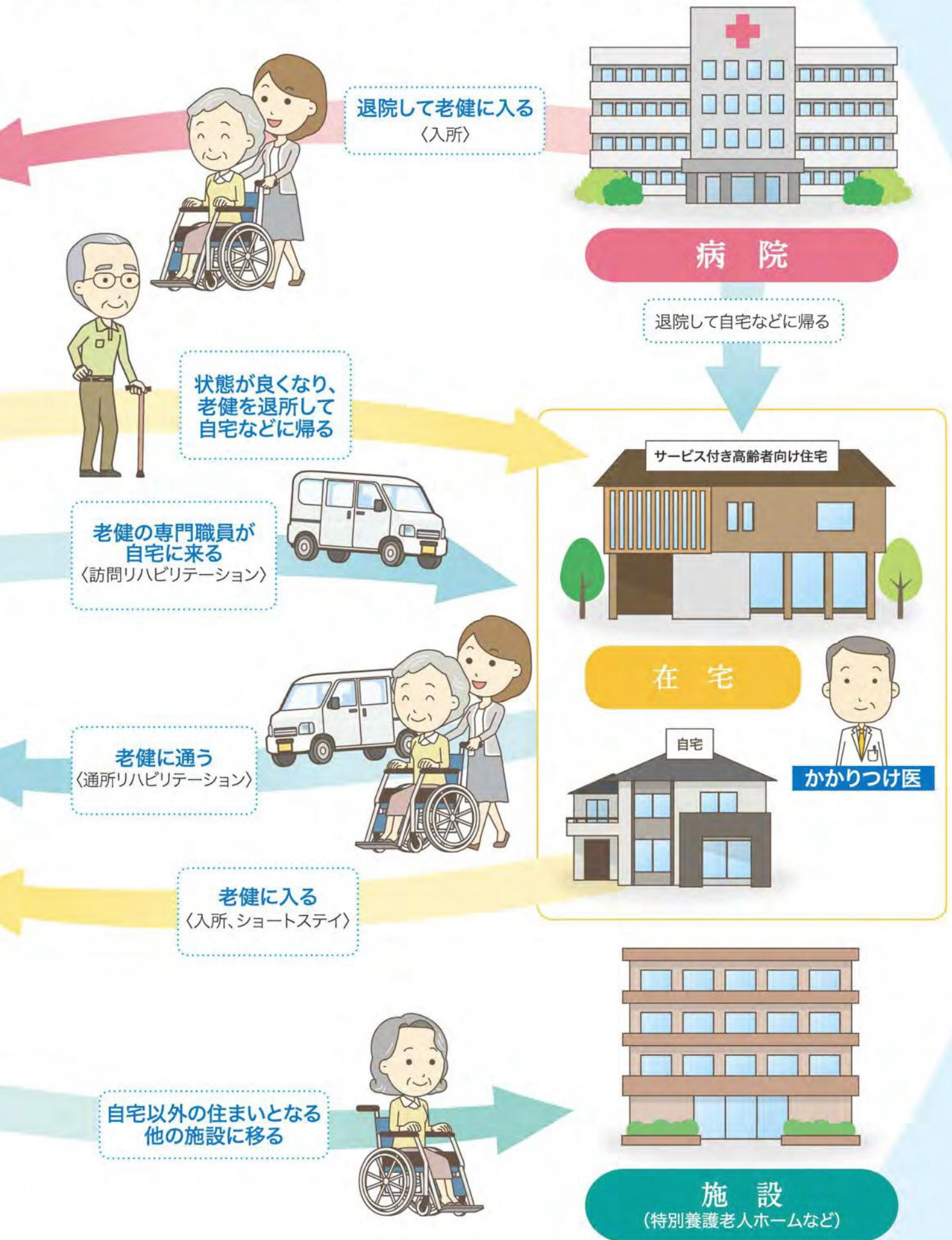
医師と一緒に
健康を管理します。



医師

健康を管理します。

リハポート明石ってどういう施設？



入所・ショートステイ〈3F・4F 全ベッド数100床〉

対 象

入所サービス
＊概ね3ヶ月以内
(最大6ヶ月)

▶要介護1～5の認定を受けている方
▶病状が安定しており看護・介護・リハビリ等を必要とし、在宅復帰をめざす方など

ショートステイサービス
(短期入所)

▶要支援1・2及び要介護1～5の認定を受けている方

主なサービス内容

介 護

- ケアプランに基づき身体の状態に合った食事、入浴、排泄及び日常生活動作の支援を行います。
- 集団体操、レクリエーション、クラブ活動に日々取り組んでいます。
- 毎月趣向を凝らした楽しい行事を計画しています。
- 在宅復帰に向けて、ご家族へ介護指導、相談を行います。
- 在宅復帰に向けて外出、外泊も積極的に導入しています。

看 護

- 医師管理の下、看護師が健康管理を24時間行っています。
- 経管栄養(胃瘻のみ)、喀痰吸引、褥瘡(床ずれ)の処置、在宅酸素、人工肛門処置、膀胱留置バルーンカテーテル、腎臓カテーテル、インシュリン注射等の医療ニーズにも対応しています。
- 月1回皮膚科と精神科の往診があります。

リハビリ

- 医師管理の下、理学療法士と作業療法士による機能訓練を実施します。

※面会時間は9時～20時です。仕事帰りもお気軽にお越しください。

食 堂



食事のほか、レクリエーション
集団体操等の活動も行います。

居 室



4人部屋



個室

4人部屋、2人部屋、個室があります。各部屋はバルコニーに面し
トイレを備えています。4階居室にはテレビを設置しています。

廊 下



長い廊下を活かし
歩行訓練を行います。

浴 室



機械浴



一般浴

座ったままで入浴出来る
機械浴です。

安全に入浴していただけるよう
手すりやスロープを設置した一般浴です。

地域の医療機関やおとしより相談センター、居宅介護支援事業所などの関係機関と連携し、介護・看護・リハビリ職員が一丸となって、ご利用者様の健康管理や在宅復帰を目指しております。

ご利用者様の一日の流れ



入所・ショートステイ



◎入浴(週2回)

◎理学療法士・作業療法士による機能訓練実施

集団体操



- ラジオ体操
- ストレッチ
- 手指・手足の運動
- 頭の体操
- 発声練習
- 口腔体操
- 骨盤底筋体操 …など

レクリエーション



- 塗り絵 ●手作業 ●ゲーム
- 歌 ●クイズ ●脳トレ
- カラオケ等 ●誕生会
- カレンダー作り
- 料理レク
- ボランティアによる演奏 …など



食事



イベント食



おやつ

行事



納涼祭



敬老会

行事や納涼祭・敬老会など、季節に合わせた楽しいイベントも行っています。



クラブ活動



書道



フラワー
アレンジメント

ご利用者様が
楽しい生活を送る
ことができるよう、
行事やクラブ活動を
開催!



通所リハビリテーション(デイケア)〈週2日〉

ご自宅から往復送迎にて施設へ通っていただき、リハビリテーションや日常生活の動作訓練、レクリエーション・趣味活動・入浴・食事などのサービスをご利用いただけます。

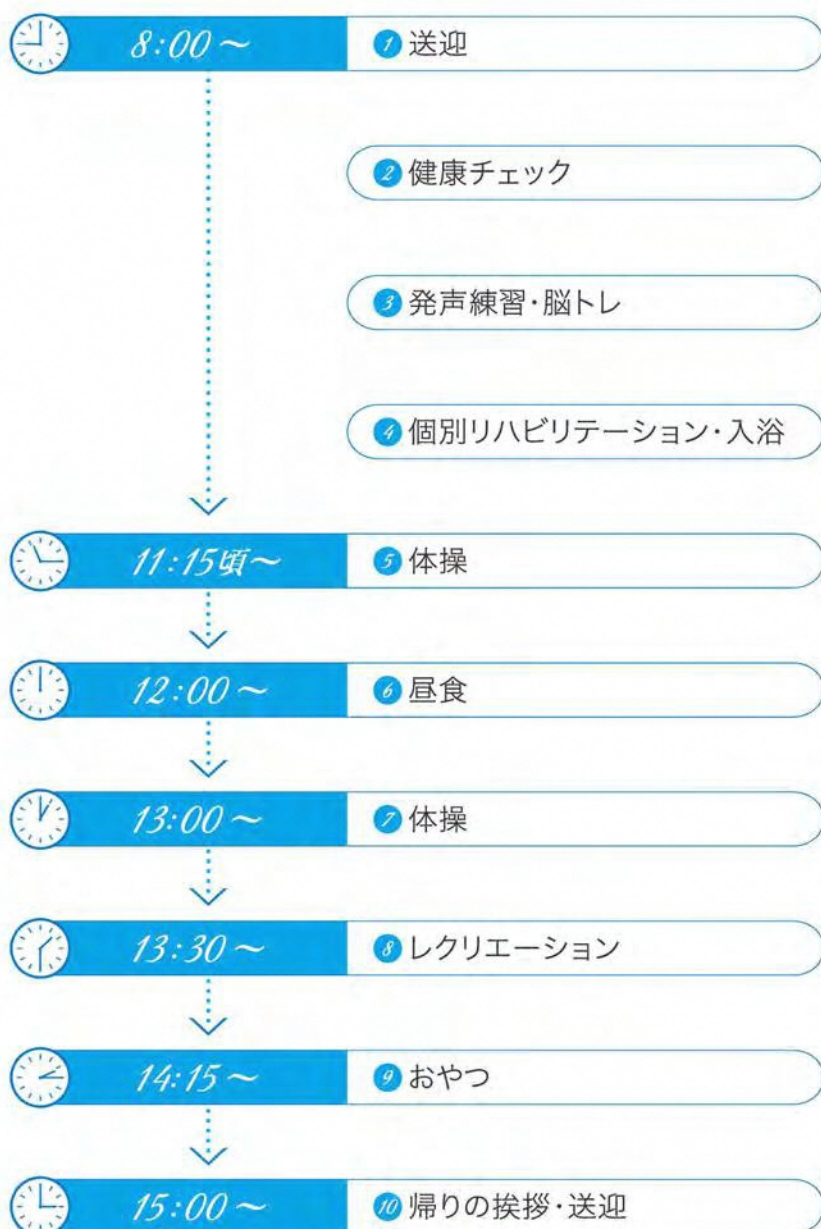
対 象

- ▶ 要支援1・2及び要介護1～5の認定を受けている方
- ▶ 病状が安定しており看護・介護・リハビリ等を必要としている方

コ ー ス

- ▶ 要支援(水・土コース)
- ▶ 要介護(月・木コース／火・金コース)

一日のスケジュール



健康チェック



発声練習・脳トレ



個別リハビリテーション



レクリエーション

訪問リハビリテーション

病気・けがや加齢等により生活機能が低下し、施設等の通所サービスを受けることが困難な方に対して、施設から理学療法士・作業療法士を派遣し、自宅においてリハビリテーションを実施することにより、ご利用者の日常生活の自立を支援するサービスです。

対 象

- ▶要支援1・2及び要介護1～5の認定を受けている方
- ▶施設等の通所サービスを受けることが困難な方

主なサービス内容

- 寝返り、起き上がり、立ち上がり、移動等の機能訓練
- 食事、入浴等日常生活の動作訓練
- 介護方法についての指導
- 健康の維持・増進及び日常生活についての相談・助言

ご利用までの流れ

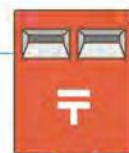
1 ご相談

お気軽にお問い合わせください。
(連絡先は裏表紙をご覧ください。)



2 書類郵送

施設からご自宅に申し込み書類
(関係書類)を郵送します。



3 お申し込み

申し込み書類を提出して
いただきます。



4 書類審査・訪問調査

医師・理学療法士等が居宅を訪問し、
ご利用者様やご家族様の心身の
状態等をお伺いします。



5 利用検討

資格要件の確認とご利用方法を
関係スタッフが検討します。



6 ご通知・ご契約

利用方法・利用開始日等を
ご連絡します。



7 計画の説明と同意

訪問リハビリテーション計画
等を作成します。



8 ご利用開始

リハビリテーションの 紹介

理学療法士・作業療法士という専門の資格を持った職員が個々のご利用者様の身体状況に応じたプログラムを作成し、機能訓練を実施しています。リハビリテーションは基本的にリハビリ室で行っていますが、状況に応じて廊下等でも行っています。また、入所や通所の期間中はリハビリテーション専門職のアセスメントに基づいて施設スタッフによるチーム・リハビリテーションを提供します。



充実したリハビリテーション機器

リハビリ室



設備が充実しているため、ご利用者様それぞれの症状に合った多岐にわたるプログラムの作成が可能です。

エルゴメータ



介護予防の一環として、トレーニングマシンを3台導入しており、通所リハビリテーションに通っているご利用者様のみならず、入所の方にも必要に応じてご利用いただいています。

パワーリハビリテーションマシン



必要の場合は機械を使った運動（パワーリハビリ）をプログラムに取り入れています。

リハポート明石（介護老人保健施設）はさまざまな利用ができます！

ケース 1

在宅で認知症が悪化し、介護が困難となりリハポート明石へ

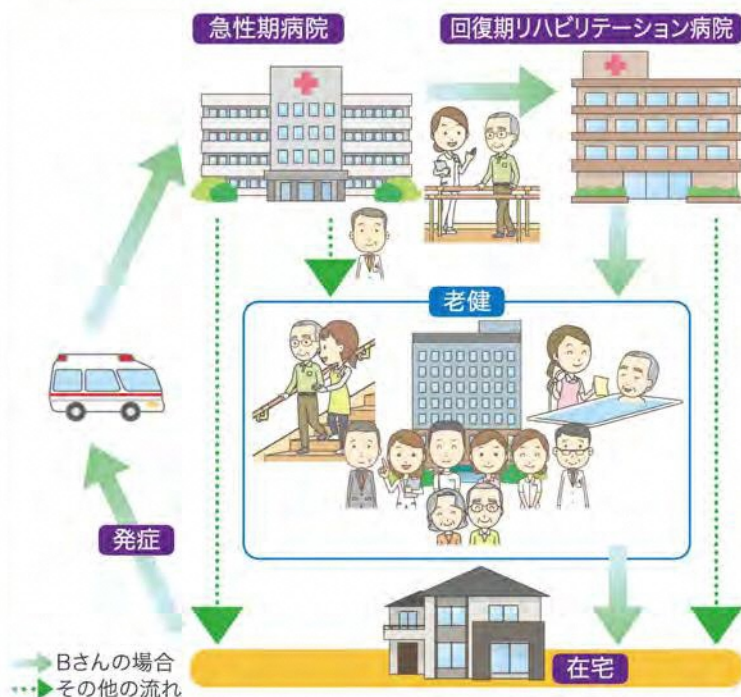
Aさん(79才・要介護3)の場合

79才のAさんは要介護3の女性で、数年前にアルツハイマー型認知症を発症しました。最近は物忘れがひどくなりご家族の介護負担も大きくなっていました。相談を受けた担当のケアマネジャーよりリハポート明石を紹介され入所することになりました。3ヵ月の間、リハビリテーション等を受けたことで、Aさんの認知機能（コミュニケーション等）は徐々に改善。在宅復帰をすることができました。

ケース2

脳梗塞を発症後、急性期・回復期病院から リハポート明石へ

Bさん(85才・要介護5)の場合



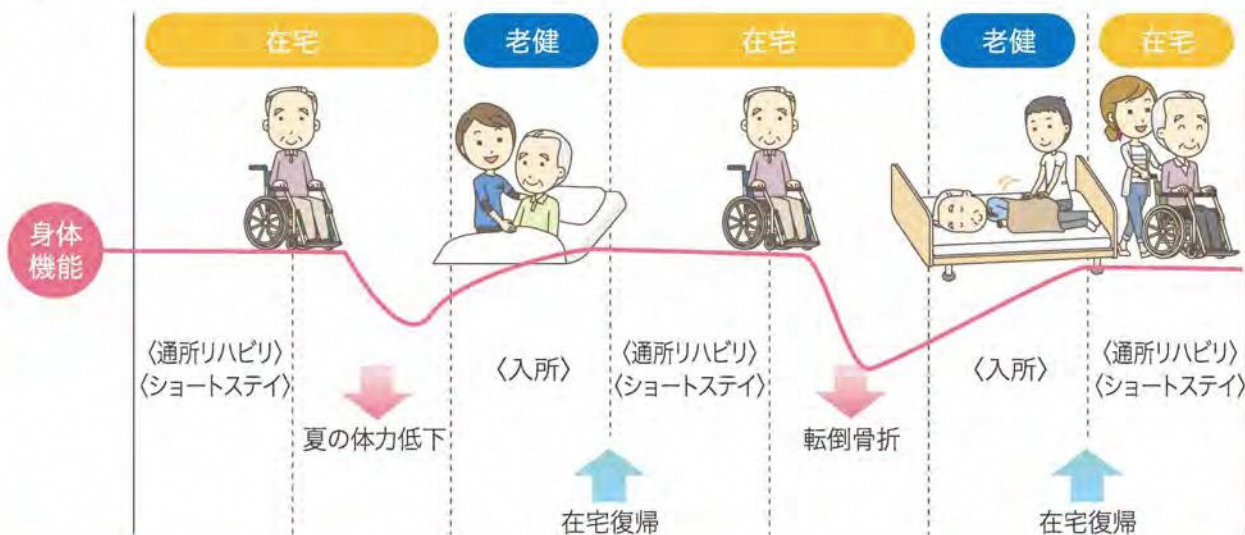
Bさんは85才の男性で脳梗塞を発症し、急性期病院へ運ばれました。病院で集中治療を終え、早期にリハビリテーションを開始するため、回復期リハビリテーション病院へ転院しました。しかし、病状は安定するも右半身に後遺症があり、在宅での介護は難しい状況でした。そこで、在宅生活をする上で必要なリハビリテーションを行うためにリハポート明石へ入所することとなりました。入所後は機能改善により在宅に戻ることができ、今度はリハポート明石の通所リハビリテーション（デイケア）にサービスを切り替えて在宅生活を送っています。

ケース3

在宅生活で徐々に身体機能が低下し、 リハポート明石へ

Cさん(95才・要介護2)の場合

Cさんは95才の女性で、日頃、通所リハビリテーションやショートステイを利用しながら、ご家族とともに暮らしています。夏場に食欲が落ち、体力が衰えたり、自宅での転倒骨折により、一時的に身体機能が低下しましたが、リハポート明石に入所して、リハビリテーション、栄養管理等を受けたことで、機能回復し、在宅生活を維持しています。



施設の概要

- ▶ **施設建物** (地上22階・地下1階)の2～4階部分
- ▶ **入所定員** 100名(ショートステイ20名を含む)
- ▶ **通所定員** 各コース30名
(月木コース/火金コース/水土コース)
- ▶ **居 室** 個 室…12室(各室平均16㎡)
2人部屋…2室(各室平均25㎡)
4人部屋…21室(各室平均47㎡)

交通のご案内



- 東京メトロ有楽町線「新富町」駅6番出口より徒歩2分
- 東京メトロ日比谷線「築地」駅3a出口より徒歩6分
- 中央区コミュニティバス江戸バス南循環「28 リハポート明石」バス停よりすぐ
- 中央区コミュニティバス江戸バス南循環「6 明石町」バス停より徒歩3分
- 都営バス東15系統「明石町」バス停より徒歩3分
(東京駅八重洲口⇄深川車庫前)

※施設専用駐車場はありませんので車でのお越しはご遠慮ください。



中央区立介護 老人保健施設 **リハポート明石**

〒104-0044 東京都中央区明石町1番6号

お問い合わせ・ご相談は

TEL.03-3545-9911 FAX.03-3545-9916

時間帯 9:00～17:00(日曜日を除く)