（様式1）

**令和　　年度　　那覇市短期集中地域リハビリ教室 に関する 医師の指示書**

|  |
| --- |
| **※　主治医のみなさまへ （記載の前に必ずご確認ください）　※**  **「２．運動不可となる健康状態の確認」**について、**1つでも「ある」に該当するものがある方は、原則、教室参加できません。　その場合、本指示書の記載は不要です。**　ご本人及びケアプランナー等へ**「運動不可」**であることをお伝えください。  ただし、条件付きで運動を認める場合は、「３．運動可否の判断とその条件」に、運動の条件や留意事項などをご記載ください。 |

|  |  |
| --- | --- |
| 氏名 |  |
| 住所 | 那覇市 |
| 生年月日 | 大正・昭和　　　　　　　年　　　　月　　　　日　（　　　　歳） |

**１．傷病名**（該当するもの全てにチェックしてください）

**□ 特になし**

□ 高血圧 　□ 脳梗塞 □ 不整脈 □ 骨粗鬆症

□ 高脂血症 　□ 脳出血 □ 狭心症 □ 骨折（　　　年前）

□ 糖尿病 　□ くも膜下出血 □ 心不全 □ 関節症

□ 呼吸器疾患（ 　　） □ 難聴（　右　・　左　）

□ その他（ 　　　）

**２．運動不可となる健康状態の確認**

**※１つでも「ある」に該当するものがある方は、原則、教室参加できません （上記※参照）**

|  |  |
| --- | --- |
| ①　コントロールされていない心疾患・不整脈 | **□ない**　□ある |
| ②　収縮期血圧180ｍｍHg以上のものや180mmHg未満であっても状態等により検討が必要なもの | **□ない**　□ある |
| ③　急性期の関節痛・関節炎・神経症状 | **□ない**　□ある |
| ④　慢性閉塞性肺疾患（慢性気管支炎・肺気腫など）による息切れ・呼吸困難 | **□ない**　□ある |
| ⑤　急性期の肺炎・肝炎 | **□ない**　□ある |
| ⑥　骨粗鬆症で、３ヶ月以内の脊椎圧迫骨折 | **□ない**　□ある |
| ⑦　認知機能低下により、プログラムの実施への支障 | **□ない**　□ある |
| ⑧　その他、本事業の実施によって、健康状態が急変あるいは悪化する危険性 | **□ない**　□ある |

**３．運動可否の判断とその条件**

　　那覇市短期集中地域リハビリ教室への参加は、（　　**可能**　　・　　**見合わせた方が良い**　　）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 運動の条件、留意事項・禁忌事項など （血圧や脈拍、症状についての指示） |  | 理由 |

**4．医療機関**

|  |
| --- |
| 令和　　　　年　　　　月　　　　日  　医療機関名　：  　連絡先　：  　主治医名　：  2024.6月.改正 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **令和　　　年度　那覇市短期集中リハビリ教室事業に関する**  **医師の指示書について（依頼）** | | | | |
|  |  |  |  |  |

（主治医のみなさまへ）

　 地域リハビリ教室は、地域の施設等を活用し、利用者の個別性に応じて理学療法士を中心に保健・医療・福祉の専門職により、リハビリテーション、機能訓練等を４か月間毎週集中的に行なうことで、要介護状態に移行することなく、自立した生活の維持・向上を図ることを目的とする。

　この事業は那覇市が主体となって行い、医療法人陽心会、医療法人HSR名嘉村クリニック、株式会社りゅうせきケアプロが受託し事業を実施します。

　国の介護予防マニュアルでは、『高齢者では慢性疾患を抱えている人が多く、本プログラムの実施に際しては、医療との連携が必要である』と記載されています。

　主治医のみなさまにつきましては、患者様が地域リハビリ教室に参加しても可能な状態であるのかを日常診療の中で判断し、医師の指示書に記載していただきますよう、よろしくお願いいたします。

実施内容 ・機能訓練前後の体力測定

（5ｍ通常歩行時間、片脚立位（開眼）、握力　　　等

・理学療法士による個別機能訓練（リハビリ）

（筋力トレーニング・バランス訓練・応用歩行訓練・段差昇降訓練等）

・健康運動指導士等による集団体操

（ストレッチ・棒体操・ボール体操・チューブ体操等）

・生活環境での屋外機能訓練

(坂道や階段での訓練、目的地までの歩行訓練等)

実施回数 　　　 週1回

実施場所 　　　 市内21ヵ所の公民館や市立小中学校の地域連携室、

自治会集会所などの地域の施設

[お問い合わせ先]

実施主体：那覇市役所　福祉部　ちゃーがんじゅう課　包括支援グループ

住所：那覇市泉崎１－１－１　電話：８６２－９０１０　（内：２４３０/２４２５）