



地域リハビリテーションたより

～埼玉県地域リハビリテーション・ケアサポートセンター活動報告～

利根圏域版 No.10 令和8年3月発行



発行元：地域リハビリテーション・ケアサポートセンター

利根圏域担当 中田病院

〒347-0065 埼玉県加須市元町6-8

TEL：0480-61-3122 FAX:0480-61-3687

E-mail：reha@nakada-hp.com



埼玉県

ホームページ
地域リハ支援体制

蓮田市

蓮田市では「はすぴい元気体操」が41グループで実施されており、各グループで「介護予防サポーター」＝「フィットさん」が活躍しています。調査結果よりフィットさんは、いきいきと元気に生活している人が多かったそうです。それを受けて、フィットさんを増やすために体験会を実施しました。体験会はR8年度も行う予定です。また、フィットさん同士での同期会では100名以上が集まり、活発な意見交換が行われました。

体験会を全4回
行いました！

体験会では、はす
ぴい元気体操の回
数を減らして行い
ました。笑顔で行
うフィットさんの
元気ぶりが改めて
目立ちました！



その他、蓮田市で
は新しいフィット
さんを増やすため
の「養成講座」や、
ブラッシュアップ
研修など、様々な
取り組みを積極的
に行っています！

杉戸町

杉戸町では「早めの介護予防」のために、楽しく交流しながらフレイル予防チェックや体力測定などを行う「からだところの元気アップデート」を開催しました。申し込みが多く、参加者101名を2日間に分けて行われました。いつもグループで行っている「元気SUGI体操」だけでなく、今後のことを考える「人生100年これからゲーム」の他、理学療法士の健康講座もあり、盛りだくさんのイベントとなりました。



生活や医療など、これからのことを
カードを使ってみんなで話しました！
ゲーム感覚で楽しめました！

元気SUGI体操の目的や、効果的に行う方
法を理学療法士に話してもらいました！



**「はすぴい元気体操」「元気SUGI体操」はどちらも
おもりを使った体操です。みんなで一緒にやりましょう！**

幸手市

幸手市の地域ケア会議では、「自立支援」を後押しするために理学療法士と作業療法士が加わりました。それまでは地域包括ケアセンターと介護福祉課の職員で活発な意見交換が行われていましたが、そこに専門職の視点が入ることで考えの幅が広がりました。



「自立支援」
高齢者一人一人が、住み慣れた地域で、自立した生活ができるように支援することです。元気な方は維持、そうでない方は改善を目指して支援していきます。

加須市

加須市では、ふれあいサロン（自主グループ）が市内120か所以上あります。年間約40か所を理学療法士が巡回して体力測定や体操のコツをお伝えしています。サロンのリーダーである介護予防サポーターを集めた会議では活発な意見交換の他、「加須転倒無止体操」や「加須うどん体操」の確認が行われました。



「加須転倒無止体操」は地元のラジオに取り上げられるなど、日々注目が高まっています！椅子に座って行うバージョンもあり、導入しやすいと好評です！

市町村名	主な協力医療機関等	お問い合わせ先
加須市	中田病院 済生会加須病院	加須市 いきいき健康長寿課 TEL : 0480-62-1311 加須市 高齢介護課 TEL : 0480-62-1111
行田市	行田総合病院 行田中央総合病院	行田市 健康福祉部高齢者福祉課 TEL:048-556-1111
羽生市	介護老人保健施設 カノープス・羽生 介護老人保健施設 あいの郷 羽生総合病院	羽生市 介護福祉課 TEL : 048-561-1121
久喜市	新久喜総合病院	久喜市 高齢者福祉課 TEL : 0480-22-1111
蓮田市	はすだセントラルクリニック	蓮田市 在宅医療介護課 地域包括支援センター TEL : 048-768-3111 (内線198)
幸手市	東埼玉総合病院	幸手市 介護福祉課高齢福祉担当 TEL : 0480-42-8438
白岡市	白岡中央総合病院	白岡市 高齢介護課地域支援担当 TEL:0480-92-1111
宮代町	公設宮代医療福祉センター六花	宮代町 健康介護課高齢者支援担当 TEL: 0480-34-1111
杉戸町	杉戸クリニック	杉戸町 高齢介護課地域包括ケア担当 TEL : 0480-33-1111 (内線319)

皆さんの地域に身近な協力医療機関が活動を支援します！
講師派遣についてお考えの方は、地域リハビリテーション・ケアサポートセンター
中田病院 までお問い合わせください。

派遣実績

●介護ボランティア養成講座等

→ 44件 (療法士延人数46人)
加須市、羽生市、蓮田市、宮代町、杉戸町

●自主グループ支援等

→ 187件 (療法士延人数236人)
加須市、行田市、羽生市、蓮田市、白岡市、
宮代町、杉戸町

●地域ケア会議・事例検討会等

→ 55件 (療法士延人数63人)
加須市、行田市、羽生市、幸手市、
宮代町、杉戸町

●その他の会議、研修会等

→ 23件 (療法士延人数46人)
加須市、宮代町

【お問い合わせ】

●利根圏域担当
地域リハビリテーション・ケアサポート
センター 中田病院
担当：奥田
〒347-0065 埼玉県加須市元町6-8
TEL : 0480-61-3122
FAX : 0480-61-4467
E-mail reha@nakada-hp.com

●担当圏域 (7市2町)

加須市、行田市、羽生市、久喜市、蓮田市、
幸手市、白岡市、宮代町、杉戸町

●協力医療機関等：31ヶ所

(病院・診療所21、介護老人保健施設10)