

身体に中途障害がある方の 社会参加のきっかけづくり

【つなぐツナガル障害×介護支援】

プレ ステップ サポート 利用してみませんか？

- ・以前のように活動的な生活をしたい
- ・行動範囲を広げたい
- ・移動が心配…



…このようなお困りごとはありませんか？

社会参加の準備(プレ・ステップ)に向けて
専門医の診察、専門職が身体状況を評価し、
その方が「今できること」を活かした活動や
工夫の仕方を提案・サポートします。

[専門職] 医師、看護師、理学療法士、作業療法士、
管理栄養士、ソーシャルワーカー

開催日 毎月第3木曜日 9:00~11:30

場所 世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ2階

対象 病気や事故で身体に中途障害がある方で、
概ね65歳以下の方(年齢は応相談)

期間 必要に応じて適宜対応

費用 相談無料

申込み 事前予約制 下記までご連絡ください

問合せ 世田谷区保健センター専門相談課プレステップサポート事業担当



気軽にお問合せください

☎ 6265-7546 FAX 6265-7549

🏠 裏面もご覧ください



プレステップサポート 利用例



気軽に交通機関を使いたいと思っている
Aさん

2年前に脳出血で右半身に麻痺が残りました。今は介護保険を使い、デイサービスに通っています。デイサービスがない日は自宅にこもりがち。趣味だったお寺巡りをしたいけれど、バスの乗り降りが不安。周りにも迷惑と思ってあきらめていました。プレステップに参加して、身体の状態を見てもらい、安全なバスの乗り降りの方法を理学療法士さんと一緒に体験し、アドバイスをもらいました。今では安心して一人でお寺巡りができるようになりました。



外に出る機会が減り、最近
体重増加が気になるBさん

ヘルパーの支援を受けながら独居生活を始めました。長い距離は歩けないので車椅子を使用しています。家の中では動くようにしていますが体を動かす機会が少なく、主治医には体重を減らすよう言われています。頭ではわかっているものの、なかなか自分では減量できず困っていました。プレステップで栄養士さんの指導を受け、ついに減量に成功！もうすぐ目標体重に手が届きそうです。



もともと好きだった
趣味を再開したいDさん

もともと絵を描くのが好き。9年前に脳梗塞で左半身が不自由になりましたが、訪問リハビリの卒業を機に趣味を生かせないかプレステップに相談したところ、アート活動ができる通所施設を紹介してもらいました。今では自主通所をしながら大好きな絵を描いています。自分の描いた絵が作品になり、夢のようです。



車いすでも何か新しく
自分にできることがない
かと考えているCさん

事故で車椅子生活になりました。歩くことはできませんが、出かけると気分転換ができて、気持ちがすっきりします。今の自分にもっとできることはないかプレステップに相談したところ、車椅子でできるゴルフを紹介してもらいました。初めての経験でしたが、自分ができるやり方を工夫してもらうことで、定期的に通える場所ができました！

スケジュール（令和6年4月～令和7年3月）

4月18日（木）	5月16日（木）	6月20日（木）
7月18日（木）	8月15日（木）	9月19日（木）
10月17日（木）	11月21日（木）	12月19日（木）
1月16日（木）	2月20日（木）	3月6日（木）