

令和8年度

# 都筑リハビリ教室のご案内

病院・リハビリ病院退院後、週一回の外出から、  
リハビリを再スタートしませんか？

都筑むつみ会では、脳血管疾患等（脳梗塞・脳出血・クモ膜下出血など）により、麻痺や言語障害・高次脳機能障害などのある方を対象に、リハビリ教室・言語教室を実施しています。退院後どうしたらよいか分からない方、家に閉じこもりがちなる方、仲間と語りあいたい方、外出やリハビリの機会を作りたい方、講師と仲間とボランティアといっしょに、体操やスポーツ、外出訓練、言語訓練、話し合いなどをして楽しくリハビリしましょう。

開催日時 火曜日 13時00分～15時00分 全35回  
(月曜1回あり)

\*年度途中からでも入会できますので、お気軽にお問い合わせください。



## 対象者

おおむね40歳～69歳で、  
脳血管疾患等による障害のある方

## 会場

仲町台地区センター

(市営地下鉄仲町台駅より徒歩5分)

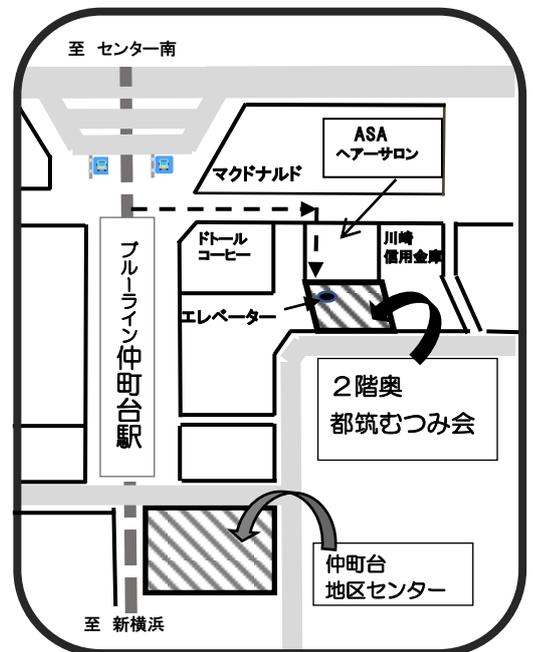
中途障害者地域活動センター 都筑むつみ会

(市営地下鉄仲町台駅より徒歩2分)

\* 会場はプログラムにより変更になることがあります。

参加費用 無料

ただしプログラムの内容により、多少の実費負担があります。



## 《お問い合わせ》

入会について	都筑区役所 高齢・障害支援課	高齢支援担当	TEL045-948-2306
教室について	中途障害者地域活動センター	都筑むつみ会	TEL045-944-4997

## 令和8年度 都筑リハビリ教室 予定表

日時	内容	講師	会場
5月	19日	オリエンテーション*家族	仲町台地区センター
	26日	言語教室①	言語聴覚士 都筑むつみ会
6月	2日	口腔衛生の話	歯科衛生士 都筑むつみ会
	9日	身体の機能評価*家族	理学療法士 仲町台地区センター
	16日	軽スポーツを楽しむ~合同	横浜市スポーツ協会指導員 仲町台地区センター
	23日	言語教室②	言語聴覚士 都筑むつみ会
	30日	福祉制度の話*家族	高次脳機能障害支援センター ソーシャルワーカー 仲町台地区センター
7月	7日	言語教室③	言語聴覚士 都筑むつみ会
	14日	音楽リハ合同 	音楽講師 都筑むつみ会
	28日	再発予防の話/地域ケアプラザ~合同	医師/地域ケアプラザ 都筑むつみ会
8月	4日	栄養・食生活の話① *家族	管理栄養士 仲町台地区センター
	18日	都筑むつみ会見学と交流	都筑むつみ会
	25日	言語教室④	言語聴覚士 都筑むつみ会
9月	1日	脳と心のリハビリ*家族	臨床心理士 仲町台地区センター
	8日	脳活音楽健康体操~合同	音楽健康指導士 仲町台地区センター
	14日(月)	体力測定とリハビリスポーツ	ラポールスポーツ指導員 都筑むつみ会
	29日	言語教室⑤合同	言語聴覚士 都筑むつみ会
10月	6日	外出に向けての機能評価	理学療法士 仲町台地区センター
	13日	おはなし会・朗読~ブックトーク 合同	asomim 都筑むつみ会
	20日	栄養・食生活の話②	管理栄養士 仲町台地区センター
	27日	言語教室⑥ 	言語聴覚士 都筑むつみ会
11月	10日	外出体験 	理学療法士 集合場所は後日お知らせ
	17日	外出振り返り/前半期振り返り 	仲町台地区センター
	24日	言語教室⑦	言語聴覚士 都筑むつみ会
12月	1日	座ってyoga	ヨガ講師 仲町台地区センター
	8日	むつみ会メンバー体験談 合同	都筑むつみ会
	15日	言語教室⑧	言語聴覚士 都筑むつみ会
	22日	都筑むつみ会お楽しみ会合同 	仲町台地区センター
1月	5日	書道体験	書道講師 都筑むつみ会
	12日	転倒予防のお話	理学療法士 都筑むつみ会
	19日	軽スポーツを楽しむ~合同	横浜市スポーツ協会指導員 仲町台地区センター
	26日	言語教室⑨	言語聴覚士 都筑むつみ会
2月	2日	都筑むつみ会作業体験	都筑むつみ会
	9日	絵手紙	絵手紙講師 都筑むつみ会
	16日	修了式	仲町台地区センター