

身近な場所で「心臓リハビリテーション」！

本日公開

～運動継続できる場所をGoogleマップで検索～

心筋梗塞などの心臓病の再発を予防するためには、医療機関で運動療法や生活指導などの心臓リハビリテーションを受けることが重要とされています。心臓リハビリテーションは、開始してから150日までは保険診療として受けることができますが、その後の自己管理による運動継続が大切です。横浜市では、医療機関での心臓リハビリテーションを終えた患者さんが、身近な場所で運動継続できるよう環境整備を進めています。

このたび、99か所の運動施設や17か所の介護サービス事業者を、Googleマップでより簡単・便利に検索できるようにしました。

※なお、記事等でGoogleマップの画面を掲載する際は「引用：Googleマップ」のクレジット表記をお願いします。

URL：<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1WDiToHmahUhgdkOQTYelfWxkaEakNaQ&usp=sharing>

【心臓リハビリテーション】（特定非営利法人日本心臓リハビリテーション学会HPより一部改変）

心臓病の患者さんの再発や再入院を防止することをめざして行う総合的活動プログラムのこと。医師、理学療法士、看護師、薬剤師等が、患者さんの心臓の機能や運動能力などの状態に応じた効果的な運動療法や、心臓病の原因となる動脈硬化の進行を防ぐための食事指導、服薬指導、禁煙指導などを行います。心不全の患者さんの再入院を減少させるなどの効果があります。



【登録施設マップイメージ】



マップ上に施設が
マークで表示されます。

【運動施設】99施設



心臓リハビリ
横浜市登録施設

スポーツセンターや民間のスポーツジムで、個人に合わせた強度で運動をすることができます。個人での利用となります。

【介護サービス事業者】17施設



心臓リハビリ
横浜市登録施設

要支援や要介護の認定がある方が利用することができます。生活の動作に近いリハビリを受けることができます。

	運動施設	介護サービス事業者
公立	横浜市18区スポーツセンター	
	横浜市スポーツ医科学センター	
	横浜国際プール	
民間	株式会社カーブスジャパン 市内61店舗	株式会社ルネサンス 市内11店舗
	セントラルスポーツ株式会社 市内12店舗※	リハプライドつづき
	株式会社ルネサンス 市内5店舗	Re:LIFE
	元気クラブ(リハプライドつづき)	動ing DAY天王町
		快晴リハビリデイサービス
		早稲田イーライフ三ツ沢公園下 デイサービスひまわり

※二俣川、市ヶ尾、緑園都市、大倉山、長津田、慶応日吉、センター南、F東戸塚、能見台、MSP藤が丘、MSP鶴見、MSP金沢八景【12店舗】（スイム主体の本郷台店、S東戸塚店、戸塚店、オーナークラブの横浜店、無人店の妙蓮寺店、菊名店は対象外）

※各施設の利用料金についてはご負担がござります。

裏面【参考】あり



GREEN × EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷



【参考】

運動継続の流れ

保険診療による心臓リハビリテーションを終えてご自身で運動継続する方は、協力医療機関が発行する「情報提供シート」を受け取ります。「情報提供シート」には、運動の種類や回数、塩分やカロリーなどの栄養管理の目安などが記載されています。

市のウェブサイトにあるマップやリストから行きたい登録施設を選び、ご自身で連絡を取り、施設に行く際に「情報提供シート」を持参します。

登録施設では健康運動指導士等の資格をもつスタッフや横浜市が実施する研修を受講したスタッフによるサポートを受けることができます。

※介護サービスの場合は、ケアマネジャー等との相談の上、施設にご連絡ください。

登録施設とは

医療機関での心臓リハビリテーションを終えた方が、地域で安全に運動を継続できる施設として、横浜市が実施する研修を受講した運動施設や介護サービス事業者を認定しています。

患者さんは「情報提供シート」を登録施設に持参することで、その内容に沿った支援を受けることができるため、ご自身に適した運動強度での自己管理に取り組みます。

《登録施設 利用の流れ》



※新規の事業者については、年3回登録を受け付けています。

※心臓リハビリテーション終了後も定期的なかかりつけ医などへの通院が必要になります。通院時に服薬、栄養、運動等の自己管理の目安をかかりつけ医と共有するための「情報提供シート」もあります。



GREEN×EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷



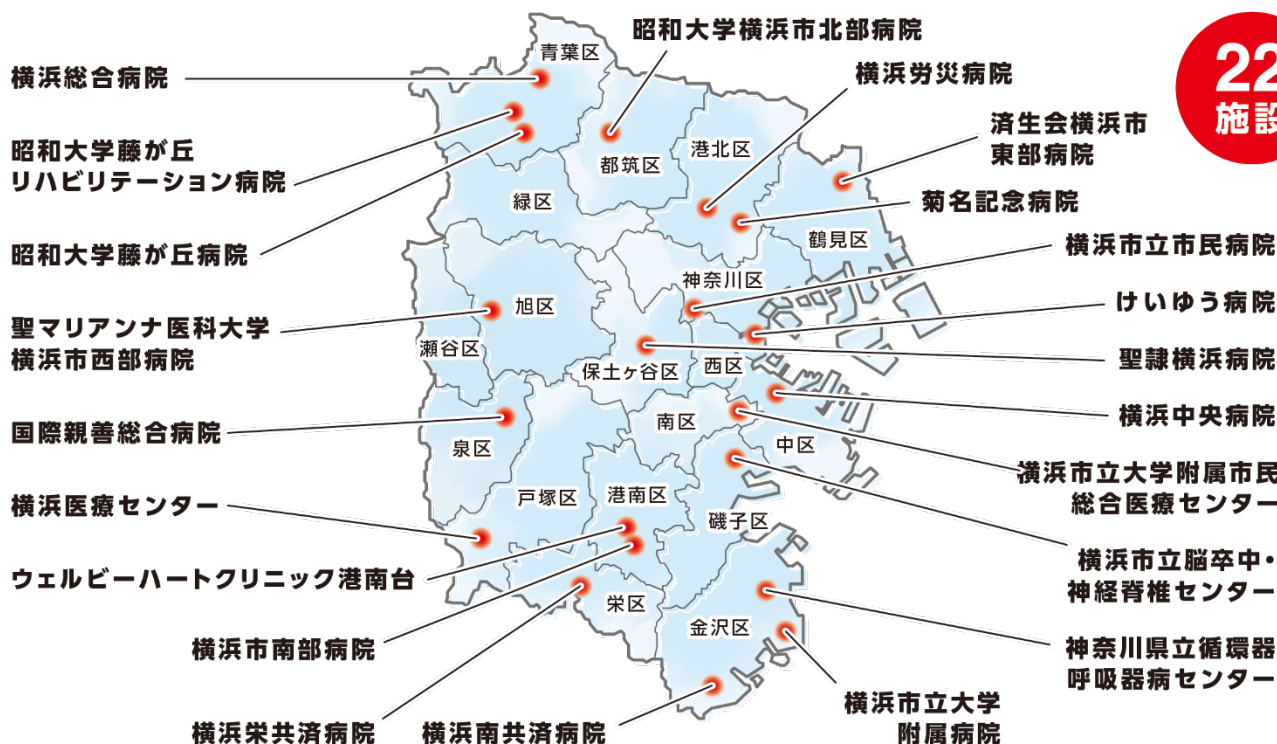
【参考2】

協力医療機関

入院・外来で心臓リハビリテーションを実施する施設のうち、横浜市が目指す「心臓病の患者さんが地域、在宅まで切れ目なく心臓リハビリテーションを受けられる地域連携体制の構築」に協力いただいている施設を「協力医療機関」としています。

これらの医療機関は、心臓リハビリテーションを実施した患者さんの希望により「情報提供シート」を発行しています。

《横浜市心臓リハビリテーション協力医療機関》（令和6年10月現在）



横浜市 心リハ

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kenko-iryo-fukushi/kenko-iryo/iryo/gan/cr/rehabilitation.html>

心臓リハビリテーションがわかるコミック動画がありますので、ご覧ください。

【完全版】 <https://www.youtube.com/watch?v=oE7isYrM42c>

【PR版】 https://www.youtube.com/watch?v=dISapNsM_ms



お問合せ先		
医療局がん・疾病対策課長	三室 直樹	Tel 045-671-2957



GREEN x EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷

