

# Medical Fitness

業界動向

## パーソナルな対応で個々に適した機能改善プログラムを提供 運動機能向上専門デイサービス「いきいき湯沢」

2015年4月15日、秋田県湯沢市に運動機能専門デイサービス「いきいき湯沢」が開設された。デイサービスといえば、グループでの指導が一般的ななか、同施設では完全な個別指導サービスを提供。さまざまな疾患を抱える人々に寄り添い、一人ひとりに適した運動機能向上プログラムを提供している。

### 介護施設で感じた疑問が 開設のきっかけに

湯沢駅から車で数分の場所に位置する「いきいき湯沢」。開放感のある大きな窓をもち、ブルーのイメージカラーがあらわれた外観は、あえて中の様子を見えづらく、そして温かみを添えるために暖色系が使われることが多い一般的な介護施設のイメージとは異なる。同施設代表の渡部真吉氏は次のようにその狙いを語る。

「介護」というイメージを極力出さないようにしました。この施設に来る方の目的はあくまでも“元気になるため”。要介護者というだけで“動けない”というレッテルを貼るようなことはしたくありませんでした」

渡部氏が「いきいき湯沢」の開設を考えたのは、かつてインストラクターとして活動していたときに訪れた、介護施設での指導内容に疑問を感じたことがきっかけだった。

「介護施設で機能訓練加算を算定するためには、必ず機能訓練指導員を配置しなければならないのですが、その多くが加算目的でただ漫然と行っているだけで、看護師などコ・メディカルの方が兼務で対応しているケースがほとんどでした。運動指導の専門家ではない方々が、ただマニュアル通りの運動指導を行っているのを見て『これで本当に利用者の方々の身体機能は向上するのだろうか?』と疑問を感じました。また、身体に痛みがある方はまず病院に行きますが、不定愁訴の場合、薬などで一時的に痛みを取り除く対処しか



されない。根本原因が解決されないまま帰される現状にも問題を感じていました」

さらに同氏は、自治体が実施している健康支援事業についても疑問を感じていた。大体3ヶ月などの決められた期間で行われることが多く、開催期間中は身体機能が向上しても、それが終わると当然元に戻ってしまう。参加者も、もともと元気で運動意欲のある方ばかりで、本当に運動を必要とする方にサービスが行き届いていないことを感じていたのだ。

「社会保障費を減らす」という目的で行っていることが、本来の意味を成していないんです。そこで、身体の不特定愁訴の原因を取り除き、かつ継続的に身体機能を高められるような施設を自分で作ろうと考え、地元の秋田にオープンすることにしました」

そのような想いのもと、従来の施設で課題と感じた部分を排除した施設が「いきいき湯沢」なのだ。外観同様、その提供サービスも、従来の施設とは大きく異なっている。

### フィットネスや 整骨院のサービスも提供

「いきいき湯沢」では食事や入浴サービスなどは提供していない。その分、

お客さま一人ひとりの身体を丁寧にチェックし、「1人で買い物に行けるようになりたい」など、それぞれの要望を聞きだし、その実現に向けて最適なプログラムを作成、提供する。さらに、3ヶ月に1回は身体チェックを行い、改善具合を確認する。施設では、ワタナベ整骨院の院長も務める渡部氏を中心に、健康運動指導士や実践指導者、また柔道整復師などの、整骨院や運動指導の現場で豊富な経験をもつ専門スタッフが「フィットネス」「整骨院」「デイサービス」と、3つの分野から総合的にサービスを提供する。

「麻痺や膝が曲がらないなど、『これ



運動機能向上専門デイサービス「いきいき湯沢」代表 渡部真吉氏

で運動しても大丈夫だろうか?』と不安を感じている方への対処は、一般的な施設では『無理しないでくださいね』と言うしかありません。当施設なら、柔道整復師の資格をもつ者が施術を行い、動きやすい状態にしてからトレーニングに進むということもできます。さらに『運動中にどこかに痛みが出てしまった場合でも、処置してあげるから大丈夫』とも言えますから、利用者さまも安心してくれます」(渡部氏)

「フィットネス」「整骨院」「デイサービス」といった機能を持ち、一人ひとりの利用者に適した運動指導を行う同施設だからこそ、自信もって対応できるのだ。

施設にはトレッドミルやエアロバイクなどのマシンのほか、JOBA、そして奥には整骨院としての施術スペースが設けられている。中央には歩行訓練用のスペースも用意されており、30坪とコンパクトながら、充実したアイテムを備えている。

さらに、天井から吊り下げられたTRX サスペンション(以下、TRX)を見ても、同施設が一般的な施設以上の運動指導を行っていることがわかる。秋田県ではフィットネスクラブでもまだ導入しているところは少なく、介護施設ではもちろん初となる。全国にある同様の施設をみても、導入しているところはほとんどないはずだ。渡部氏は導入理由について次のように述べる。「通常は2点支持で安定性の高いレッドコードを導入すると思います。でも、片麻痺の方など、身体バランスの悪化が著しい方に対しては、1点支持で身体に回旋力をかけられるTRXのほうが効果的なトレーニングができる場合が多いのです」

同アイテムを効果的に取り扱うには研修を受講することが必要なため、現在、同施設で扱えるのは渡部氏だけであるが、今後はほかのスタッフにも随時研修を実施し、本格利用につなげていきたいと考えている。

利用者の男女比は7:3。一般的な施設と異なり、男性比が圧倒的に多いことも、同施設の特徴である“パーソ



トレッドミルやJOBAが並ぶ室内。奥には整骨院としての施術スペースがみえる



取材時にも歩行訓練に向け、丁寧な指導が行われていた



窓が大きく明るくすっきりとした室内

ナル対応”への反応を表しているといえるだろう。小グループでわきあいあいと行うスタイルを好む女性は多いし、ビジネス面からいっても効率的であろう。しかし、“個”を好みがちな男性には「馴染めない」と感じる方も多い。自分のペースでトレーニングに励めることが、男性客を惹き付けているのだ。

#### 課題は人材確保 閉鎖に追い込まれる施設も

まだ運営が始まったばかりの同施設であるが、現在抱える懸念点などについて渡部氏に訊くと、真っ先に挙げたのが人材確保の難しさだった。機能訓練特化型の介護施設となれば、既述のように機能訓練指導員としての資格をもつ者を配置しなければならない。しかし、それが確保できず、閉鎖に追い込まれる施設も多いという。土地柄、特に若い人材は集まりにくい。

これから介護施設を必要とする高齢

者が増えることは確実であり、特に、冬には2メートルを越す積雪に覆われる同地域において、室内で安全に運動ができる場の必要性はますます高まっていくはずだ。渡部氏は、そのニーズに応えられないもどかしさを感じている。

さらに、ケアマネジャーに他施設と同じように、ただ「機能訓練を実施している」というくりで捉えられてしまう傾向が高いといい、同施設の特徴がうまく伝わらないことも課題として挙げていた。しかし、同施設が提供するパーソナルかつ専門的なサービスには、利用者も高い満足を感じるはずだ。他施設との違いをケアマネジャーに直接伝えてくれるようになれば、理解度も次第に深まっていくことだろう。

自分のペースで自分のためだけにつくられたトレーニングに励み、合間にスタッフと談笑する。同様なスタイルの施設が秋田からさらに広がっていくことを期待したい。