

「諦めないことがリハビリの始まり。高齢者も筋力アップできます」。県内のデイサービスセンターはレクリエーションや生活支援のサービスをする施設がほとんどだが、高齢者の自立を支援する役割が求められる中、立つ、歩くなどの基本動作を支えるリハビリに特化した「デイサービスセンター楽」(大分市、佐藤孝臣代表)の取り組みが注目を集めている。

筋力アップで生活支援

佐藤代表(45)は作業療法士として医療機関に勤めていた経験があり、リハビリで機能が回復しても退院後に再び衰える高齢者を多く見てきたという。そこで、スタッフが利用者に向でもしてあげる「お世話型」の介護ではなく、「機能の維持や向上につながる運動をメインにした」と話す。

市内に3カ所ある「楽」では実際の生活環境を想定して建物をバリアフリー構造にせず、車椅子も原則として使わない。服の脱着ができるか、浴槽をまたげるかなど「日常の様子を細かく聞き取り、必要な筋肉を鍛えるメニュー」を組む。毎回、歩行や片足立ちのタイム、握力などを測定して運動機能を評価し、効果が目に見えるようにしている。

県内の要支援、要介護

大分市の「デイサービスセンター楽」

講演する「デイサービスセンター楽」の佐藤孝臣代表=大分市のホルトホール大分



の認定者数は増加傾向にも「あるが、昨年度、「楽」では介護度が重度化した利用者7%にとどまっただけで、運動メニューをこなすことで22%が軽度化したという。

「近所のスーパーまで歩きたい」「孫の結婚式に出たい」。利用者は真剣な表情で昇降を繰り返す。佐藤代表(45)は「食事も含め、自課題を明確にすることで運動に一層熱が入る。看がスタッフの役割」とい

「お世話」より運動メイン

明さん(89)は市内高江は2年ほど前から通い、「しっかり歩けるようになってきた。歩行器を使わずに外出するのが目標」。7年前にパーキンソン病を発症した薬師寺一富さん(62)は市内鶴野は「運動のおかげで病気の進行が止まっている。短時間でネクタイを締められるようになったので、冠婚葬祭に出席できる」と効果を感じている。

「体の衰えを年齢のせい、病気のせいと諦める必要はない。機能の回復」

熱心に昇降を繰り返す利用者。デイサービスセンターの利用は一般的に女性が多いが、「楽」では、結果を求める傾向にある男性の利用者が多いという。大分市横尾の「デイサービスセンター楽」(永富希望)

