

介護はリハビリで
9割変わる

身に迫る介護問題にどう対処していくべきか

介護で最も大切なことは？

〈第2回〉

9月に、年々深刻化する介護問題を解消する「リハビリ介護」についての本『介護で会社を辞める前に読む本』を上梓された、リハコンテンツ社長の山下哲司さん。全国に140ヶ所デイサービス施設を運営する山下さんに、介護において、最も大切なことを伺います。

——「リハビリ介護、聞き慣れない言葉ですが

介護が必要になった人たちにとって、最も大切なことは、優しくお世話をしてもらうことではなく、リハビリを続けて、要介護状態を改善することなんです。

——要介護状態は、改善できるんですか
できるんですよ。車椅子から立って歩

けるようになったり、人とうまくコミュニケーションが取れないといった認知症の症状が緩和されたり、介護状態を改善し、元気になられている高齢者の姿を、大勢見てきています。

——それは、リハビリによってですか

はい。脳卒中で麻痺が残ったり、骨折して歩けなくなった方など、要介護状態の高齢者のほとんどは、リハビリが必要な方ばかりなんです。そういう方々も、動かなくなった筋肉「不活動筋」を、正しいやり方で、再び「活動筋」へと戻すリハビリを続けることで、「座る」「立つ」「歩く」という日常生活に必要な筋肉が、だんだんとスムーズに動かせるようになっていくんですね。

——それはすごい。介護する側も楽になりそうですね

身体機能が改善して、少しずつ自分の意志で筋肉を動かせるようになるので、随分違ってきますよ。何より、リハビリ

を続けて成果が上がることで、本人の意欲が高まり笑顔になってくる。それはもう、皆さん驚くばかりの回復力です。

——リハビリは、本人のやる気まで引き出すんですね

その辺の科学的なメカニズムは、本で読んで頂ければ。お伝えしたいのは、手術後1～2週間の「急性期」、入院しながらリハビリを受ける「回復期」を経て、ある程度取り戻した機能を維持し、日常生活の自立と社会復帰を目指すべき「維持期」にこそ、充分なりハビリが必要ということ。

——ところが、日本ではそのような「介護保険」の施設が少ない

リハビリに特化した施設が重要なのですが、まだまだ介護は、お世話をすることが主軸。家族の負担を減らすことが、より重要視されているのが現状です。

——お世話をするだけでは、本人の機能回復が図られないわけですね

何もしなければ、徐々に悪化するばかりです。私が、全国で提供している「維持期」のためのリハビリは、「パワーリハビリ」と言います。誰もがご存知の元プロ野球監督やサッカーの元日本代表監督も、このリハビリで、脳梗塞による麻



リハコンテンツ株式会社
代表取締役 山下 哲司
リハビリ型デイサービス『リハプライド』FC本部を主宰するリハコンテンツ株式会社の代表取締役。2010年9月に同デイサービスを開業。2015年11月現在で全国に145店舗のチェーン体制まで拡大している。

痺から見事に回復されています。

次回は、その「パワーリハビリ」について、詳しく教えてください

