

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

介護が変わると日本が変わる

〈最終回〉

年々深刻化する「介護問題」を解消する本『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伺うシリーズの最終回は、元気な高齢者を増やす「リハビリ介護」についてです。

——要介護状態になっても、今、注目されている「パワーリハビリ」で、介護状態を改善できることを伺ってきました

「老化防止」にも有効な「パワーリハビリ」は、「不活動筋」を「活動筋」へと戻していく、誰でも安心して取り組めるリハビリ。「座る」「立つ」「歩く」という日常生活に必要な筋肉を、徐々に動かせるようにすることで、「要介護者」の自立を促すことができます。

——みなさん、どんどん元気になれるというのは、本当ですか？

本当です。軽い運動をするとさわやかな気持ちになるのは、誰もが体験していますよね。「パワーリハビリ」も同じで、筋肉が動きやすくなるだけでなく、気分が高揚し、自然と回りの人たちとコミュニケーションが活発になるなど、元気になる要素がたくさんある。本人の笑顔が増えたと、ご家族も喜んでくれます。

——日本は今後、さらに超高齢社会になっていきますが……

リハビリによって自立した元気な高齢者が増えれば、ご家族の負担も減り、悲惨な介護も減り、医療費も減る。結果的に、これから若い世代へ受け渡していく日本社会を、明るく健全なものにすることができます。

——まさに「介護が変われば日本が変わる」。そのカギが、「パワーリハビリ」による「リハビリ介護」ということ

ただお話をするだけではなく、介護

が必要な状態になったら、積極的にリハビリを行い、進行を食い止め、介護状態を改善する。それが当たり前の世の中になってほしい。今、要介護状態になっている人たちも、かつては、企業戦士として社会に貢献し、今の豊かな日本を作り上げてきた方々です。そのような先輩方に、人生のステージを最後まで、明るく元気に意欲的に過ごして頂きたい。そう願って、私は事業を展開しています。

——「介護問題」にとって、「パワーリハビリ」は希望の光なんですね

今、介護で悩んでいる人、苦しんでいる人が大勢いると思いますが、ぜひ、「リハビリ介護」を実践して、一刻も早く、介護の苦しみから脱却して頂きたいのです。介護に直面したら、まずは、「要介護者」の機能改善に主眼を置き、リハビリをしっかりと提供している施設に通わせる。これをぜひ、覚えておいてください。介護を恐れる必要はないのです。

「介護で会社を辞める」ことのないよう、今から身につけておくべき知識が、満載の本ですね。山下さん、ありがとうございました。



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。

