CLOSE UP!

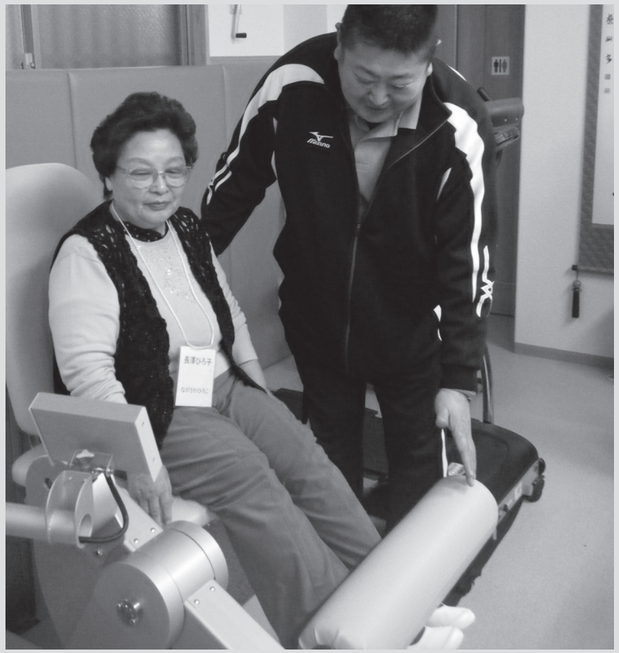
Home Care Service

在宅サービス 第21回

株式会社SHIBUYA リハビリ型デイサービス「渋谷館」

地域の活力向上のため リハビリと笑顔で徹底した心身サポートを

2011年2月、下町の雰囲気の残る足立区舎人に「リハビリ型デイサービス『渋谷館』」がオープンした。理論に基づいた結果の見える運動プログラムと、家庭的で和やかな雰囲気を兼ね備えた同事業所は、今日も歓声と笑い声の絶えない楽しい空気に満ちている。



利用者のトレーニングをサポートする渋谷恒男管理者。「本人がリハビリに対して意欲を持たなければ、どんなに良いプログラムも意味がありません」と話す

経験と理論を活かし地域の高齢者の〝元気〟を支える

日暮里・舎人ライナー「見沼代親水公園」駅から徒歩5分、下町情緒の残る住宅街の一角が〝リハビリ型デイサービス〟「渋谷館」だ。午前・午後各10人定員の同事業所には1日中笑い声が響き、少人数ならではのアットホームな雰囲気だ。

同事業所の渋谷恒男管理者は、全日本柔道選手権に出場経験のある根っからのスポーツマン。大学でスポーツ医学を学び、その後大学で講師、柔道部監督などを務めながら、理論と情熱で長く学生を指導してきた。その実績と人柄から地域での信頼も厚く、ほどなくして渋谷氏は、子どもたちの柔道トレーニングと体系的な教育を担う「道塾　渋谷館」をオープン。また同時期に、足立区の子どもたちをはじめとした地域住民の運動能力アップ・活性化を目的に開設した区立の運動施設「キットクラブ21」の指導も請け負うなど〝地域を元気にする〟ことに尽力してきた。だが、次第に「子どもたちにあらゆる知識と経験を教えるべき高齢者に元気がなくなっている」ことを痛感するようになったという。

そして2011年2月、「キットクラブ21」に機能を移した「道塾」はデイサービスに生まれ変わった。介護事業参入にあたり、大学時代の縁で出会ったシステム・インスツルメンツ株式会社（本誌2010年6月号6ページ参照）の運動プログラムに感銘を受けたことも大きく後押しした。「介護業界には『エビデンス』が足りないと常々感じていました。高齢者が少しでも長く元気でいるためにも、理論に則ったリハビリが必要です」（渋谷氏）。

自身の知識とそのプログラムを融合させた「きちんと結果の出せる」デイサービスをめざし、CGT（東京都老人総合研究所が高齢者向けに考案した「包括的高齢者運動トレーニング」）を採用した4つのマシンを導入。利用者一人ひとりの能力に合った運動メニュー作成が可能なうえ、渋谷氏がこれまでの指導・教育で培ってきた「やる気を引き出す」働きかけにより利用者が意欲的に参加・継続できる。

認知症の利用者のなかには、来るたびに使い方を忘れてしまい、本人が向上の実感を感じにくい人もいるが「毎回教えて、そのたびに楽しさを感じてもらうことが大切」と考えているという。利用者からは早くも「歩くのが楽になった」「久しぶりの筋肉痛がうれしい」など喜びの声が聞かれ、口コミやケアマネジャーの評価によって開設2カ月で稼働率は50％超。3カ月ごとに行う体力測定の第1回も間近で、皆で結果を楽しみにしている。

選択性のメニューを用意し自由に過ごせる快適な空間に

さらに、「どうしたら利用者に喜んでもらえるか」を追求する同事業所では、リハビリ以外の創作活動や脳活性トレーニングも盛ん。利用者は一定の運動後、やりたいことを自由に選んで参加できる。

また同事業所は、渋谷氏の妻、姪などが介護経験や資格を活かして働いているため、スムーズな連携や話し合いによって、常に同じ方向を向いて「利用者のために何ができるか」を考えているほか、〝もう1つの家族〟〝気軽に遊びに行けるご近所〟のようなあたたかいつながりが感じられると、利用者からも好評だ。

「『やる気・根気・元気』を柱に、ようやく事業所としてのビジョンが固まりつつありますが、まだ満足はできません。今後もご利用者・地域のニーズを真摯に受け止めながら、シャンとしたかっこいい高齢者をどんどん増やしたい」と語る渋谷氏。足立区からの発信で、全国の高齢者、そして日本全体がより元気になる日も近いかもしれない。

リハビリ型デイサービス「渋谷館」
東京都足立区舎人 5-19-15
☎03-5647-6858

「道塾　渋谷館」の名残で、今もさまざまな世代が訪れるという同事業所。写真は近隣の中学生に、高齢者が戦争体験などを話す様子

機能訓練士兼看護師の上野麻里菜さん（左）は渋谷氏の姪。妻の郁子さん、麻里菜さんの祖母の遠藤一恵さんが常勤職員、麻里菜さんの母親の栄子さんはボランティア職員。家族ぐるみの気取らない経営が同事業所の持ち味だ

階段昇降の安定性を高める「ヒップアブダクション」を使用する利用者

会話のなかで自然と笑顔が生まれる。「笑うことが一番のリハビリ」（渋谷氏）

粘土細工の講師など多くの人の協力により本格的な活動ができる。制作した粘土の花々は本物と見紛うほどで、利用者も自慢げに笑う

“手ハビリテーション”としてさまざまな活動を行う同事業所。皆真剣に作品に取り組む