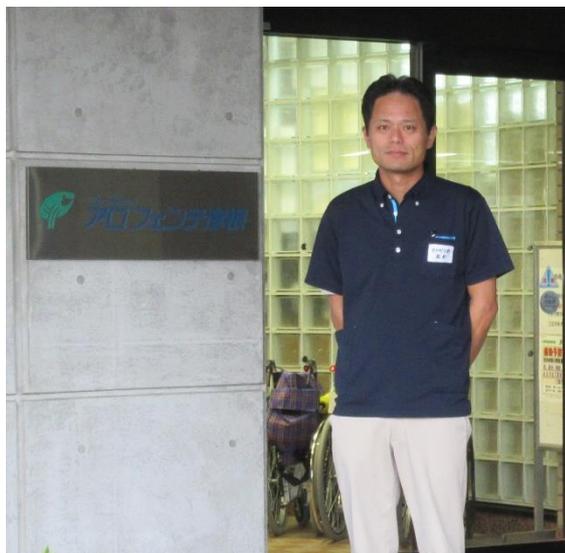


その人らしい生活が送れるように～患者の思いに寄り添い共に歩む～

介護老人保健施設アロフェンテ彦根 理学療法士 服部 智哉氏

インタビュー企画第10弾、今回は、リハビリの分野から、理学療法士の服部智哉さんにお話をうかがいました。【取材日：平成30年9月26日（水）】



介護老人保健施設アロフェンテ彦根にて

服部 智哉 (はっとり ともや) 氏

(医)友仁会 介護老人保健施設アロフェンテ彦根

理学療法士

滋賀県POS連絡協議会 湖東ブロック代表



会社の営業職からリハビリのセラピストに

日村氏：「服部さんが、リハビリのお仕事をしようと思われたきっかけはどういったことでしたか。」

服部氏：「私は大学卒業後、一般の会社で営業職として3年間勤務しておりました。その仕事先でたまたま出会った方が理学療法士をされていて、リハビリの仕事について話をうかがううちに興味を持ちました。もともと人に接する仕事が好きで営業の仕事に就いていたわけですが、実際にリハビリの仕事の現場を見学させてもらい、一対一で人と関わることができる理学療法士になりたいと思い、会社を退職してセラピストの養成校に入り、28歳で理学療法士の免許を取得しました。」

リハビリの専門職として ～大切にしていること～

日村氏：「今のお仕事でのやりがいや、この仕事をやっていて良かったなといったことをどのようなところに感じますか。また、日々心掛けておられることはありますか。」



服部氏：「私は現在、老人保健施設で施設の中でのリハビリや地域に出て訪問リハビリをしています。対象の利用者さんは慢性期、維持期といった発症後一定期間経った方を治療することが多い状況です。」

服部氏：「急性期や回復期と違って、なかなか目に見える回復が望めない時期ではありますが、だからこそ細かな変化や回復を見逃さず、利用者にフィードバックすることによって、リハビリ意欲を高めてもらうように心がけています。

しかし残念ながら、担当した皆さんが良くなり自立した生活が送れるようになるというわけではありません。中には状態の変わらない方や進行性疾患で徐々に状態が悪くなる方、亡くられる方もおられます。そのような経験の中で、常に『この支援でよかったのか』『もっと他にできることはなかったのか』と振り返り、また更に学び、よりよい支援について考え、その繰り返しで自分を成長させてもらっているように感じます。」

利用者さんと心を通わせて

日村氏：「服部さんは、辛いリハビリを利用者さんがやる気を持って取り組んでいただけるために何か工夫されていることはありますか。」

服部氏：「そうですね。私は、リハビリというのは相手に自分自身を受け入れてもらわないとできない仕事だと思っています。リハビリは評価や治療プログラムを立てて、それを実際に利用者さんに実行していただいて成り立ちますので、初めて担当する方には自分自身を受け入れてもらえるように、まず相手の話をよく聞くということを一番に心がけています。」

日村氏：「全くその通りですね。コミュニケーションを大切にし、相手の思いに沿っていろいろなリハビリを指導するということはリハビリの持続につながるのだと思います。」



その人らしい生活が送れるように

日村氏：「やりがいのあるお仕事をされているわけですが、いろいろな方に関わる中で、印象的な出来事はありますか。」

服部氏：「訪問リハビリで関わらせていただいた方ですが、入院中安静状態のため、ADLが低下してほぼ寝たきり状態となり、トイレに行けず、半年間おむつを使用されている方がおられました。本人の願い（目標）は、「何とか一人でトイレに行って排泄したい」ということでした。

その方はすごくやる気があり、治療時間以外にもできることがないかと聞いてこられて、自主的に運動されるなどして徐々に機能を上げることができました。また、環境面も整えることにより、最終的に自分でベッドから起き、車いすに移り、トイレに行って、排泄することができるようになりました。

実際にトイレに行けた時には、利用者さんが私に抱きつき、嬉しくて涙を流されたのがとても印象的で、今でもはっきりと覚えています。本当にこの仕事をやってよかったなと思いました。」

日村氏：「少しずつの変化でも、その成功体験は次のやる気につながって、その積み重ねで最終的には目標を達成し、その人らしい機能回復ができたということですね。また、それが実際現場でリハビリに携わる専門職のやりがいにつながるということですね。」

服部氏：「特に高齢者の方には“リハビリ＝してもらうもの、受けるもの”と理解されている方が多いのですが、わずか20分や40分の治療時間だけリハビリに励み、それで満足して他の時間は何もしないようでは、十分な回復は期待できません。

“リハビリ＝自分でするもの”と意識してもらい、治療時に運動方法や頻度を理解して、目標を定め、積極的に自ら運動や動作を行う習慣をつけてもらうようになっていただきたいと思います。」

地域包括ケアシステムの構築に向けた取り組み

日村氏：『滋賀県 POS 連絡協議会』はどのような会ですか。」

服部氏：「最近ニュース等でも「地域包括ケアシステム（注釈1）」という言葉を目にするようになってきましたが、その中で、我々リハビリ専門職も積極的な関与が推奨されており、滋賀県では平成28年に理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）のリハビリ3団体で「滋賀県 POS 連絡協議会」を立ち上げました。この協議会は医療圏域により7ブロックに分けられており、現在、私は湖東ブロックの代表をさせていただいています。」



この会の主な活動としては、地域で活躍されている介護職の方を対象に、起き上がり動作や移乗動作といった介護技術のアドバイスをさせてもらったり、地域包括支援センターが行う地域ケア会議に出席して専門職の立場から意見を述べたりしています。また、そのような会議の場面で的確な助言やアドバイスができるようリハビリ専門職のスキルアップ研修なども行っています。」

注釈1)「地域包括ケアシステム」: 団塊の世代が75歳以上になる2025年を目途に、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制をさす。

日村氏「リハビリを必要とする方はたくさんおられますが、リハビリの専門職が直接関われる数は限られていると思いますので、介護職や看護師にリハビリのノウハウを助言されているということですね。」

多職種とリハビリ職との連携

日村氏：「これからの超高齢社会における、地域包括ケアシステムの構築で非常に重要となる多職種の連携について、普段から心がけられていることなどはありますか。」

服部氏：「地域で働いていますと、ケア会議やカンファレンス等で本人や家族、医師、ケアマネジャー、介護士、看護師、福祉用具事業者等多職種の方とお話しする機会が多くあります。専門職同士の連携がうまくいっていないと、結果的に本人や家族に適切な支援を提供することが難しいことは肌で感じています。

カンファレンスでは、皆さんが理解できるように、リハビリの専門用語は使わない、相手の話をしっかり聞くということを意識して、お互い良い関係を作れるように心がけています。」



日村氏：「この地域では、リハビリ職と多職種との連携は十分できているのでしょうか。」

服部氏：「結論から言うと、まだまだ不十分かなと思います。私は病院勤務から老人保健施設に異動し、地域に出ようになり、ケアマネジャーと接する機会も多くなってはきていますが、まだまだお互いの距離を感じることがあります。多職種が集まる機会に参加した時にはケアマネジャーにリハビリについて理解していただけるように気をつけ、相手の仕事についても理解を深められるよう話をしっかり聞いて、お互いのコミュニケーションがうまく図れるようにしていきたいと思っています。」



これからのリハビリ ～介護予防について～

日村氏：「病気や介護が必要になった方のリハビリも重要ですが、介護予防のために高齢者やフレイルの方に対して何か取り組まれているようなことはありますか。」



服部氏：「日本人の平均寿命が男性約81歳、女性約87歳まで延びています。一方で介護や医療に依存せず、日常生活に制限のない健康な期間である健康寿命は男性で約72歳、女性で約75歳です。つまり10年前後は亡くなる前に何らかの介護が必要な期間があることを意味します。」

今はまだ自分でなんとか生活できているけれど体力の低下している虚弱高齢者の方に、日頃からの適切な運動や健康管理を行うことで、健康寿命を延ばせる余地は十分にあり、そこに我々リハビリ専門職も活躍の場があると考えています。

しかし、現状は、リハビリ専門職は主に病院などで病気やケガ等で身体機能が低下した人に対して関わっているのがほとんどで、介護予防分野に関わることはごくわずかです。今後、ますます介護分野や地域でも関わるリハビリ専門職が増えることが目標であり、私もこの分野でも活躍していきたいと思っています。」



日村氏：「国策としても健康寿命の延伸が大きなテーマになっています。もちろん介護を受けることになった方が機能を回復することも重要ですが、今後、健康寿命を延ばすためにはやはりリハビリ、日ごろの運動が重要になってくると思います。彦根エリアでは関係機関が住民と共に金亀体操(注釈2)の実施やサロンなどの通いの場を作るという取り組みをされていますが、リハビリの立場からこの地域でももう少し充実できるとよいと思うことはありますか。」

注釈2)「**金亀(こんぎ)体操**」:彦根市では、元気で長生き!をめざし、足腰の力を保ち、向上させるため、「**コツコツ続ける金亀(根気)体操**」というご当地体操をつくりました。こり固まった筋肉をほぐすストレッチや筋力低下を予防する筋力運動を中心に、心臓や肺の機能を向上させる有酸素運動も取り入れた、ご自身のペースに合わせて気軽にできる**30分程度の体操**です。(彦根市ホームページより)

服部氏：「地域でサロン活動や介護予防教室などが開催されており、その数は徐々に増えているとお聞きしていますが、実際にサロンなどに参加されている方は自分から参加しようとする意欲のある方に限られているように思います。

今後は参加しづらい方、消極的な方にも出てきてもらえるような場づくりをしていかないといけないと思います。まだまだ集いの場自体も数が十分ではないと思いますが、体操の他にも何かプラスして、地域の方が“行ってみようかな”、“また行こうかな”と思っていただけるような仕組みづくり、プランを練っていけるといいと思っています。

健康寿命の延伸にも関係しますが、悪くなって治すのではなく、日頃から健康的な生活習慣にこころがけ、少しでも長く自立した生活を送っていただけるように私もできるだけ地域に出て行って頑張っていきたいと思っています。」

リハビリ職が地域でも活躍できるように

服部氏：「また、この地域では、言語聴覚士（ST）が十数名程度しかおらず、そのほとんどが病院勤務で、訪問リハビリ事業所や、通所リハビリ（デイケア）や老人保健施設にはいません。昨今、嚥下や摂食などの課題に対し、言語聴覚士（ST）の需要がかなりあるので、言語聴覚士の数が増えることや、リハビリ職がもっと地域に出かけられるシステムが作れると、よりよいリハビリが提供できていくのではないかと常日頃思っています。」

日村氏：「嚥下機能や言語機能も忘れてはならない重要なリハビリの要素ですから、病院の中だけでなく地域で言語聴覚士が活躍できるように、マンパワーの確保も必要ですね。

また、いろいろな医療福祉の専門職種が、担当する患者さんや利用者さんに今リハビリが必要かどうかなどを見極めることができ、リハビリの専門職にうまくつなげられるようにすることも非常に重要だと思います。そういうシステムをきっちり作っていけるといいですね。

そして、この地域で少しでもリハビリで機能回復ができる、また健康寿命を延ばすようなかわりを持っていただけることを期待しています。」



【編集後記】患者さんの思いに寄り添い、目標に向かって共に歩まれている服部先生の温かい人柄を感じることができました。そして、患者さんや支援チームと信頼関係をつくること、「互いに認め合うこと」「互いに分かり合おうとすること」は、何よりも大切だと改めて感じました。そのことを一人ひとりが意識して、うまくつながりあい、支え合っていける地域ができていくとすばらしいなと思いました（A（^ω））