



「健康王国」の多彩なコンテンツによってレクリエーションのバリエーションが増え、職員の負担も減った



医療法人並木会 介護老人保健施設 メディコ阿久比

多様なイベントを展開し 楽しく地域の健康をサポート

愛知県阿久比町にある介護老人保健施設メディコ阿久比では、地域の子どもたちとの交流を積極的に行うとともに、健康教室や収穫祭、夏祭りなどの多彩なイベントを展開。また、高齢者向け音楽コンテンツ「健康王国」を活用したレクリエーションやリハビリテーションにも積極的に取り組んでいる。

取材・文／古田由美子 撮影／鈴木健司

フレイル予防を目的に 地域で健康教室も開催

愛知県阿久比町を拠点に、介護老人保健施設として入所サービス、通所リハビリテーションなどを提供しているメディコ阿久比。特に、通所リハビリとレクリエーションの充実が大きな特徴といえる。事務長の佐治浩功氏は、「阿久比町は高齢者が多いのですが、要介護認定率は低い。それは、言い換えれば要介護予備群が多いことになりま

す。利用者はもちろん、地域の高齢者を要介護者にならないための取り組みに力を入れています」と、その思いを語る。

同施設は1989年の開設。当時、同エリアで唯一の介護老人保健施設だったため、地域の理解を得るべく、地域交流に力を入れてきた。現在も保育園児や小・中・高校生との慰問会を毎年実施したり、地域の盆踊りなどに参加するなど、触れ合いの機会を数多く設けている。また、地域の公民館などで、同施設の理学療法士を講師とする健康セミナーを開催し、フレイル予防を呼びかけている。

「この取り組みが功を奏して、昨年からは日本理学療法士協会や阿久比町の地域包括支援センターも、一緒に活動してくれています」と、佐治さんは微笑む。地域住民やほかの事業所への働きかけがより広がり、効果も上がっているという。

地域DATA

愛知県知多郡阿久比町

面積：23.80km²
 人口総数：2万8,702人（2018年9月現在）
 男：1万4,257人 女：1万4,445人
 高齢化率：25.4%（2018年9月現在）



医療法人並木会 介護老人保健施設
メディコ阿久比

〒470-2211
 愛知県知多郡阿久比町大字草木字盗人ケ脇 15-1
 TEL：0569-48-1156
 URL：http://www.namiki.or.jp/agui/



地域の公民館や集会所などで開催する健康教室。行政がかかわるようになって、参加者も広がっているという



体操の時間は、同施設の名物のひとつ。なじみのある歌に合わせて行うなど、楽しくできる工夫をしている



解説つきの映像なので動きがわかりやすく、利用者の「やってみよう」という意欲を引き出す



事務長の佐治浩功さん(左)と、通所リハビリテーション兼リハビリテーション科主任の榎原和真さん



毎年開催される夏祭りは近隣の住民も多く訪れ、一日中笑い声が絶えない



リハビリテーションは状態に合わせて実施。厳しいリハビリも、「よくなりたい」という思いに後押しされている

そのほか、敷地内にある畑の収穫祭や、地域の人を招く夏祭りも開催するなど、オープンな施設づくりに取り組んでいる。佐治さんは、「将来的には、家族介護者向けの介護教室など、在宅介護もサポートをしたいと考えています」と意欲をみせる。

「健康王国」の導入で レクリエーション充実

通所リハビリや入所サービスでも、利用者のモチベーションアップと自主性の尊重に力を入れている。特徴的なのは、リハビリ室と通所リハビリを1つのフロアで行っていること。「デイの利用者がリハビリに興味をもったり、逆にリハビリに通っている方がレクリエーションに興味をもったり。利用者同士の交流にもつながっています」と、佐治さん。

そうしたなかで、レクリエーションをより充実させるために昨年導入したのが、トータルヘルスケア支援機器「JOYSOUND FESTA」と、その搭載コンテンツである「健康王国」だ。これは、業務用カラオケメーカーの株式会社エクシングが自治

体や介護事業者向けに開発したものの。各種体操や回想法につながる昭和の映像など約800種のコンテンツを搭載に加え、約10万曲の多様な楽曲を歌える。コンテンツが多いのでマンネリ化もなくなったという。「呼吸体操や肩こり解消の体操など、1日5回ほどの体操を実施しています。内容を新たに考える必要がなくなり、職員の負担軽減とモチベーションアップにつながります」と佐治さん。介護予防認定理学療法士の榎原和真さんも、「当施設で考案した5つのリハビリ体操もコンテンツに入っています。これは施設だけでなく、自宅でも簡単にできる運動です」と話す。