

「せいてつ健康教室」が終了 室蘭

介護予防の視点から、生活に関わる運動機能を向上させる社会医療法人・製鉄記念室蘭病院(松木高雪理事長)の「せいてつ健康教室」が、全6回のカリキュラムを終えた。高齢者の中には、日常歩行が可能になるなどの効果も見られ、同院では来年度以降も実施する。

同教室は、同法人の室蘭市地域包括支援センター憩と訪問リハビリテーションセンターが連携して初めて実施。訪問リハビリ(訪問リハ)で回復した高齢者の

日常歩行など 一定の効果も

身体機能維持を狙いに、訪問リハ利用者5人を含む65歳以上の10人を対象に9月から開いた。

保健師や主任ケアマネージャー、社会福祉士、理学療法士、作業療法士らの指導に合わせて、歩行やトイレ動作、入浴動作など日常生活の機能向上を図った。

また、訪問リハを終えた高齢者は、自宅に閉じこもってしまうケースもある。回復した身体機能を維持させるため、介護老人保健施設「憩」から、がん診療センター内の院内カフェまで

歩くなど、外出や交流のきっかけづくりにも努めている。

11月27日に最後のカリキュラムが終了。参加者の中には「習った運動を日常生活で積極的に取り入れて、さらに機能回復につながった」との成果も報告されたほか、「歩行や入浴などができる」など日常生活の活動評価が向上したケースも増えたという。

訪問リハビリセンターの篠原淳作業療法士は「一定の効果が確認されたため、今後は受講者一人一人に対する効果的な運動手法を取り入れたい」と話している。(松岡秀直)



全日程を終えた「せいてつ健康教室」。生活動作向上などの効果が見られた—11月27日、室蘭市知利別町、介護老人保健施設「憩」