

介護に携わる人の応援マガジン

月刊 介護保険

2015 **9**
vol. 235

特集

リハビリりの概念を変えた 平成27年度介護報酬改定

—「活動」と「参加」のリハビリりの実際—

現地ルポ—自治体編

新しい総合事業で
住民が住民を支える仕組みづくり
奈良県生駒市の取り組み

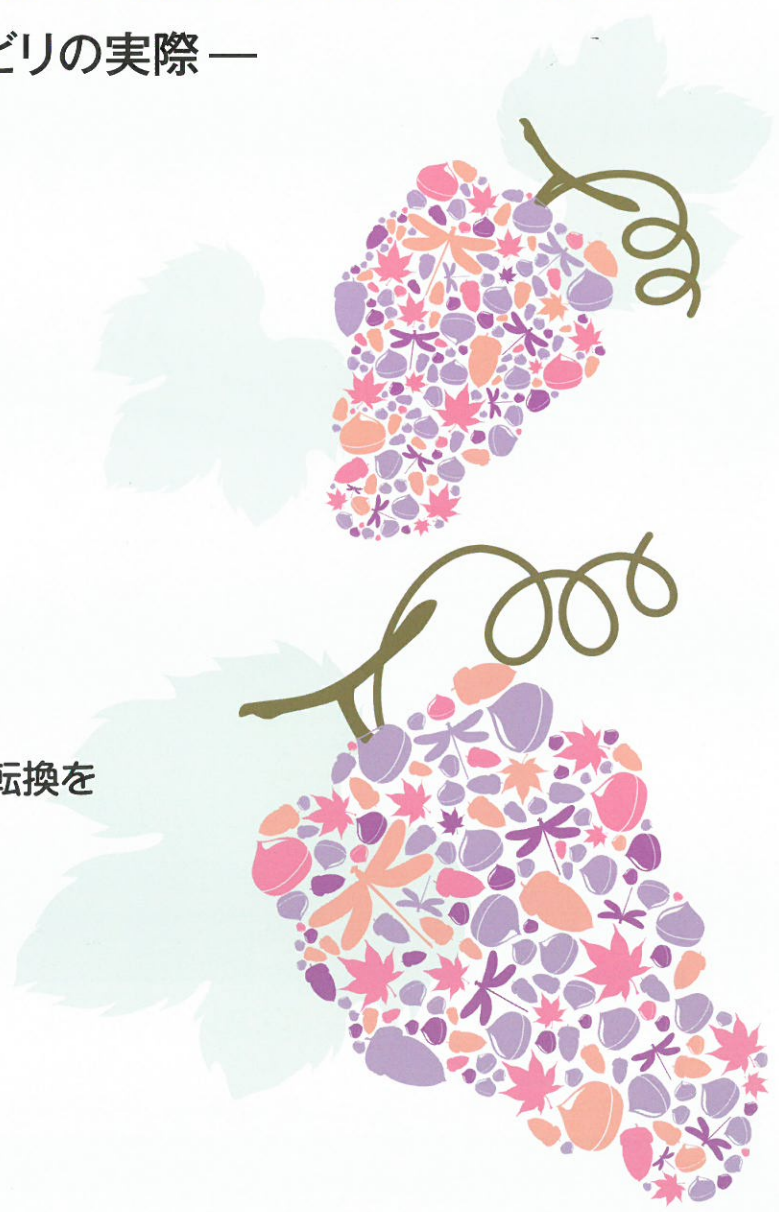
現地ルポ—事業者編

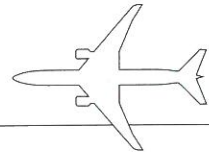
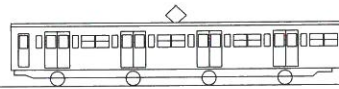
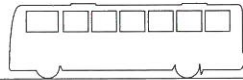
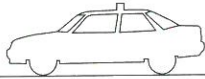
受け入れを断らず
最期まで生活を支援
高齢者総合福祉施設潤生園「みんなの家はくさん」
(神奈川県小田原市)

レポート

職員の視野を広げ“地域の専門職”への転換を
日本介護経営学会が震災特別シンポジウム

株式会社 法研





第30回

街

へ出よう!

介護予防・日常生活支援総合事業編

旅は最高のリハビリテーション

『高齢者のQOL向上のための外出支援ガイドブック』という小冊子ができあがりました。一般家庭にも福祉車両を普及させたいと考えている自動車メーカーの取り組みのひとつで、自治体の介護相談窓口で配布されるそうです。編集に協力した日本トラベルヘルパー協会では、外出時におすすめの携行品や、車内にあると便利な福祉用具を紹介しています。

外出の頻度を上げることは、高齢者のQOL（生活の質）の向上を促すだけでなく、閉じこもりや認知症の予防にもつながります。冊子を監修した東京都健康長寿医療センターでは、外出頻度は心身の健康度を表す目安になるというデータを公表しています。データによれば、毎日外出している人と週1回以下の人とを比べた場合、歩行障害の発生リスクでは2.3倍、認知症の発生リスクでは3倍以上の差があるそうです。「旅は最高のリハビリテーション」と謳ってきた私たちのようなサービス事業者にとっては、大変心強い知見です。

しかし、できるだけ外出するほうが健康的で、介護予防にもいいといわれても、生活環境を取り巻く複雑な要素が個々に解決されていかないと、その人の暮らし方が変化するところまではいかないというのが現実ではないでしょうか。

先日、グループホームで生活するようになってから12年が経つという方のシンガポール旅行に同行しました。昨年に、母親を看取り、ずっと行きたいと思っていた旅行だったそうです。

旅の途上に、今回の旅行では何が印象に残ったかと聞くと、返ってきた答えは「『MRT』と呼ばれる地下鉄に乗れたこと」でした。当初には、「MRT」を利用する予定はありませんでしたが、シンガポール市民が誇る地域交通の仕組みを体験してもらおうと、当協会のメンバーが提案したそうです。若いとき車両設計の仕事をしていたその方にとって、地下鉄は懐かしさを覚える場所であり、「MRT」に乗ることで、シンガポール国民みんなに親近感をもったということでした。

介護旅行を実施するには、多くの方々の理解と具体的な協力体制が不可欠です。今回の旅でも、飛行機の乗務員の方たちが歓迎してくれたことに、その方はとても喜び、われわれ同行者も非常にうれしい気持ちになりました。

普段、「ありがとう」と「ゴメンナサイ」、そして「すみませんね」ばかり言ってきた方が、「ありがとう」を言われる側に回れたことで、どんなにかうれしい気持ちになれたことでしょう。

到着から4日ぶりに再び送迎してくれた介護タクシーのドライバーは、帰りの車内がこんなに明るい話題でいっぱいなのは、きっと旅がうまくいった証拠だと、称賛してくれました。

その方は親を看取ったばかりで、本当に一人きりになってしまい、寂しい様子だったといいます。私たちは外出支援を通して、高齢者が元気になっていく姿を実感し、人生に目標をもつことの大切さを伝えてきました。冊子は自治体へ介護相談に行かれた方に配布されるそうですので、欲しい方は訪ねてみてください。



NPO法人
日本トラベルヘルパー協会
理事長 篠塚 恭一

PROFILE しのづか・きょういち

株式会社SPIあ・える倶楽部代表取締役。
平成18年にNPO法人日本トラベルヘルパー
(外出支援専門員)協会を設立。