医療法人社団生和会 周南リハビリテーション病院
理学療法士 二見信次
作業療法士 万田祥秀

連載 第4回

商業施設の空き店舗を利用した健康増進啓発活動

～地域のみんなで安心と生きがいを作り（創り）出す～

2014年、国は第６期介護保険事業計画における新しい総合事業の推進のために、介護予防の方針変更を行い、「地域づくりによる介護予防」への政策転換を図ったが、当院のある周南市においても、同年より「地域の通いの場づくり」が始まった。

当院は2016年からリハビリ専門職の支援事業への派遣を始めた。2017年には院内に「地域活動支援委員会」を設置し、有償・無償を問わず、通いの場支援以外にも地域からリハビリ専門職派遣の依頼があれば、業務の一環として対応できる体制を構築した。

そして、通いの場支援、地域ケア会議等にかかわるなか、2018年９月に「商業施設の空き店舗を利用した地域住民に対する健康増進啓発活動」の実施について、地域包括支援センターに提案。数回の話し合いの後、地域包括支援センター、市役所、社会福祉協議会、地元の大学等で働く有志と共に「Keep Habilitation in Shunan!　実行委員会」を立ち上げ、「くらしの保健室」開催に向けた準備に入った。

開催場所となるイオンタウン周南と当院がテナントの一時使用契約を結び、2019年３月から“G.G感謝デー”（55歳以上のお客さまを対象として、毎月15日にG.G WAON、G.G イオンカードなど、対象カードでお買い物いただくと５％OFFとなるサービス）が開催される毎月15日（10：00～15：00）を開催日として活動が始まった。

病院概要

名称　医療法人社団生和会
周南リハビリテーション病院
所在地　山口県周南市大字湯野4278番地１
電話　0834-83-3300
病床数　210床（回復期リハビリテーション病棟40床、障害者施設等一般病棟86床、医療療養病棟84床）
HP　https://shunan-rh.jp/

当院の紹介

当院は山口県東部の豊かな自然環境の中、回復期リハビリテーション病棟40床、障害者施設等一般病棟86床、医療療養病棟84床、計210床で運営している。

リハビリテーション部は理学療法士32人、作業療法士29人、言語聴覚士８人、歯科衛生士３人からなり、回復期リハビリテーション病棟はもちろん、維持期・慢性期の患者に対しても365日リハビリ対応のできる体制をとっている。

また、訪問リハビリテーションも2010年から開始し、現在では月間延べ訪問件数約

550件となっており、院内・院外において病院理念である「地域のみなさまに安心と生きがいを永続的に提供する。」の体現に努めている。

地域支援活動委員会

2017年に院内に設置した「地域支援活動委員会」は、院長、看護部長、事務部長、リハビリテーション部副部長、地域連携部課長の５人で構成され、職能団体や行政等からの専門職の派遣依頼に対し可能な限り対応している。

受け取った報酬は、職員の研修費用として使用させていただき、職員の知識や技術に変えて地域に還元するという形をとっている。

これまでに、通いの場支援（93件）、地域ケア会議（11件）、地域包括支援センター主催の介護予防カフェ（20件）へ職員を派遣。さらに民生委員の研修の受け入れや行政から依頼のあったサービス検討会議等にも対応している。

リハビリ専門職として何ができるか？

リハビリ専門職である理学療法士、作業療法士、言語聴覚士は、基本的には、医療保険、介護保険サービスの分野で医師の指示のもと、患者や利用者に対して、訓練（練習）・指導等を行っている。

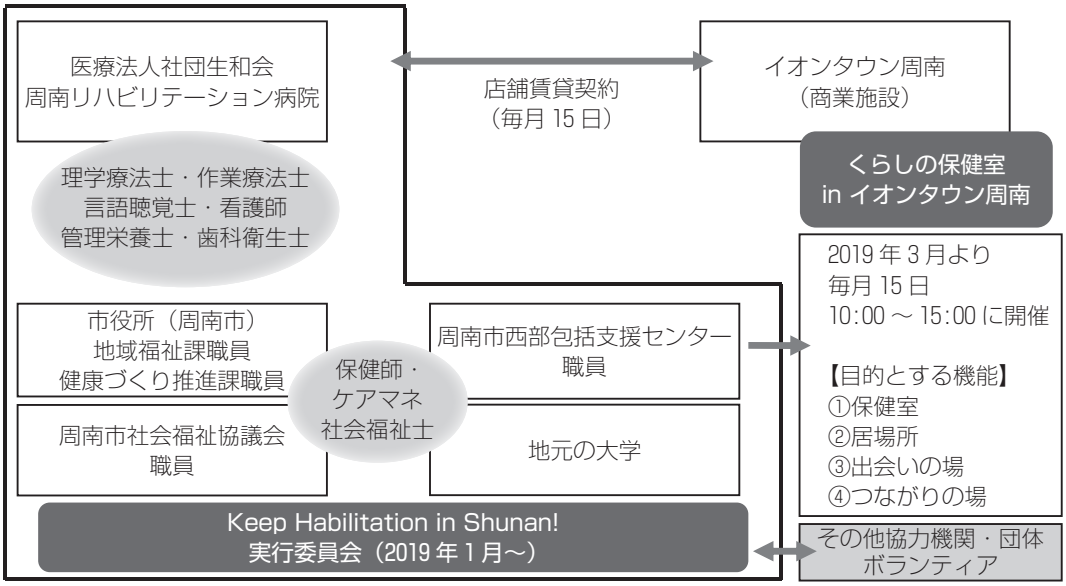
2013年11月、厚生労働省医政局医事課長より、各都道府県に対して「理学療法士の名称の使用等について」の中で、「理学療法士が、介護予防事業等において、身体に障害のない者に対して、転倒防止の指導等の診療の補助に該当しない範囲の業務を行うことがあるが、このように理学療法以外の業務を行うときであっても、『理学療法士』という名称を使用することは何ら問題ないこと。また、このような診療の補助に該当しない範囲の業務を行うときは、医師の指示は不要であること」と通知された。

リハビリテーションは、狭義の意味では理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が行う理学療法、作業療法、言語聴覚療法ということもできると考える。しかし、広義の意味では「全人間的復権」、つまり、「再び人間らしく生きること、そのために生活の再建および維持を支援する活動」である。「re」という接頭語が表すように、リハビリ専門職は疾病や障害をもつ状態になった者の生活の再建を支援する専門職である。

この厚生労働省からの通知により、「予防」という分野における活躍の場が広がり、専門職としての可能性が広がった。元気なときからの一次予防、リスクが見られ始めてからの二次予防、疾病や障害による機能低下を防ぐための三次予防、そのすべてにリハビリ専門職は積極的にかかわるべきであると考えている。

人が人間らしく、住み慣れた地域で生活するためには、多くの人の支えや営みが必要である。行政機関、教育機関、病院・企業等、そしてそこで暮らす人々がつながり、それぞれの強みを融合させることで、安心と生きがいを感じられるまちづくりが推進されると考える。患者が戻るのは「まち（地域社会）」である。そこに安心や生きがいがなければ、本当の意味での生活の再建や維

図表１　健康増進啓発活動の関係図



持は困難である。もちろん、QOLを上げるのも難しい。

リハビリ専門職は、目の前の患者の身体機能や動作能力だけでなく、退院後の生活に、そして生活の場となる「まち（地域社会）」にまで目を向ける必要があると考えている。

「Keep Habilitation in Shunan! 実行委員会」（図表１）

通いの場支援、地域ケア会議等にかかわるなか、2018年９月に「商業施設の空き店舗を利用した地域住民に対する健康増進啓発活動」の実施について、地域包括支援センターに提案した。その後、話し合いを重ね、地域包括支援センター、市役所、社会福祉協議会、地元の大学等で働く有志と共に「Keep Habilitation in Shunan! 実行委員会」を立ち上げ、「くらしの保健室」開催に向けた準備に入った。

「Keep Habilitation in Shunan! 実行委員会」という名称については、「周南市に住む人々が皆、人間らしく生き続けられる」、そうなるための活動ができればという思いをそのまま文字にしてみた。

「habilitation」という言葉については、一般的には、「先天性もしくは幼少時代からの障害児を対象とするリハビリテーション」という意味で使われているが、当委員会では「rehabilitation」の語源である「habilis（人間らしい・できる）」から「habilitation」を「人間らしく生きること」という意味で使用している。

「Keep Habilitation in Shunan! 実行委員会」は、「地域のみんなで安心と生きがいを作り（創り）出す。」を活動理念とし、「くらしの保健室」が、①保健室、②居場所、③出会いの場、④つながりの場の４つの機能を持てるよう企画・運営を行っている。

もちろん、メーンとなる内容は、医療・

介護の専門職による地域住民に対する健康増進啓発ではあるが、買い物ついでに気軽に立ち寄り、健康相談だけでなく、ちょっとした会話をほかの参加者や運営スタッフと楽しめる場所、そこに来た人との出会いだけでなく、そこに来たことで新しい自分と出会えるような場所、地域住民と医療・介護の専門職、専門職同士がつながる場所として機能することを目指した。

また、このように運営してきたからこそ、参加者が途絶えず、そして運営スタッフ間の協力体制も途絶えずに、健康増進啓発に関する発信の機会を得ることができたと考えている。

「くらしの保健室」の活動について

2020年３月、山口県においても新型コロナウイルス感染者が発生したため、その後の活動を休止しているが、2019年３月から2020年２月までの計12回の開催に対して、延べ1,051人の地域住民の参加があった。

各回の準備については、月に１回話し合いの場を設け、発起人である当院が事務局の役割を担い、各実行委員の意見や考え、業務都合等を確認したうえで企画内容のとりまとめ、案内チラシの作成、運営スタッフ人員調整、会場のレイアウト決め等を行った。

企画内容については、当院には理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が数多く在籍していることに加え、看護師、管理栄養士、歯科衛生士との協力体制も整っていたことから、さまざまな取り組みを行うことが可能であった。

また、案内チラシの配布については、地域の高齢者の方々と接する機会の多い市役所、地域包括支援センター、社会福祉協議会に所属する委員が中心となって行い、イオンタウン周南のスタッフの方にもホームページ上での告知や施設内へのチラシの掲示、場内アナウンス等で協力をしてもらった。

約１年の活動期間に、案内チラシを設置してくれる機関・施設も増え、情報誌や広告に開催案内を掲載してもらえるようになった。また、委員それぞれの関係者・知人がボランティアとして参加するなど、委員それぞれの強みやコネクションを生かした協力関係のうえに、この活動は成り立っているといえる。

開催内容については、図表２に示したように、定期開催企画と月替わり企画で構成し、さらに、行政が行うキャンペーンや職能団体のイベントとコラボレーションし、情報発信の場としても活用した。医療・保健・福祉・介護の各分野で働く専門職からのさまざまなメッセージの発信が行える場の機能も持ち、私たち委員にとっても各分野の活動や他職種の活動を知るよい機会にもなったと感じている。

地域住民（参加者）の反応

参加者との会話やアンケートの回答では、「計測をしてもらったり、（医療専門職と）話をすることで、健康に気をつけるよう意識するようになった」という意見が多かった。中には、「若い人に会えて（若い人と接することができて）うれしい、楽しい」、

図表２　「くらしの保健室」の活動内容

開催月	定期開催企画	月替わり企画
2019年３月	血圧測定 体組成計測 健康相談 （血管年齢測定）	ロコモティブシンドロームチェック
４月		TUGテスト① Q'z TAG Walk plusを用いた歩行評価
５月		カイロプラクターによる姿勢チェック 歯科衛生士によるお口の健康相談
６月		作業療法士による手作業体験（絵手紙作成） 熱中症キャンペーン①
７月		理学療法週間イベント 熱中症キャンペーン②
８月		ロコモティブシンドロームチェック 太極拳・いきいき百歳体操
９月		作業療法士による脳のトレーニングジム①
10月		人生会議（エンディングノート紹介） ピンクリボン月間キャンペーン
11月		理学療法士による歩行チェック 作業療法士による脳のトレーニングジム②
12月		「栄養・食・運動」 （管理栄養士・言語聴覚士・看護師対応）
2020年１月		アロマテラピー体験
２月		TUGテスト② Q'z TAG Walk plusを用いた歩行評価

※活動の様子は写真を参照

写真　「くらしの保健室」に集う地域住民

「（自分の健康増進・維持に関する）取り組みを褒めてもらえるのがうれしい、励みになる」という、コミュニケーションやモチベーションに関する意見も少なからず耳にした。

また、毎月欠かさず参加される方も複数人おられ、月に１回、友人と「くらしの保健室」で会うことにしているという方、親子で参加される方等も見受けられた。

「くらしの保健室」の成果

現時点で、「この活動によって、地域住民の健康に関する意識が高まった」とはいえない。前述したように、「この活動によって、健康に関する意識が高まった人もおり、参加することによってモチベーションの維持が図れ、楽しみにしている人もいる」というレベルである。

「くらしの保健室」は、地域住民の健康増進・維持に関する行動変容の一助となる可能性はあると考えるが、地域住民の健康管理の機能を有するわけではない。「通いの場」が、地域住民が主体となって運営する居場所であるように、住民おのおのが主体的に健康増進・維持に取り組める環境を自ら作らなければならない。

しかし、徹底した自己管理ができる方もいれば、「誰かの支えがないと……」という方もいるだろう。それぞれの事情に応じたニーズに対するサービスがまちに増え、それがうまく機能すれば、人もまちも元気になる。

成果は何かと聞かれれば、くらしの保健室がきっかけで始まった取り組みの一つひとつが成果である。ただし、そのすべてを把握することは困難であるし、成果を感じることができるのは、まだまだ先のことだと考えている。

これからの活動について

新型コロナウイルス感染症は終息の気配はなく、現時点では、これまでと同様の活動は感染防止管理の点から難しい。リモート技術を活用した取り組み等、新しい形を創り出す必要がある。医療従事者として、そして地域住民の一人として、何ができるかを引き続き考えていきたいと思っている。