

## ～自分らしい生き方を選べる地域に～

横浜市鶴見区駒岡

地域密着型通所介護 リカバリータイムズ駒岡

代表取締役 博士（医学） 理学療法士 石田輝樹

### 1 はじめに

私は理学療法士として6年間急性期病院で働いてきました。多くの患者さんから「退院出来るよ。ありがとう」の感謝の声と同時に、「帰ったらどこでリハビリしたらいいの？」の不安の声もいただきました。だったら自宅に帰ってからも安心してリハビリを受けられるリハビリ室を創ろう。病院の中でのリハビリ室ではなく、街の中にリハビリ室があればいいのではないかという想いで起業しました。現在7期目を迎え、実践している様々な取り組みの経緯と今後を伝えます。

### 2 事例や取り組みの紹介

#### ①動ける身体だけじゃない、動きたくなる生活づくりを

理学療法士が2名常駐する歩行特化型リハビリデイサービスとしてスタートし、その人の身体に合わせた個別訓練を適切にアプローチする中で自宅でも動けるようになっていく中で、やっぱりお出かけしたいよね。利用者さんと話す中で、みなとみらい・野球場・水族館等に行きました。またライブイベントとしてわざわざ一人ではしない花見やクリスマスは、私達と一緒にしよう。動けるだけでなく、動きたくなるような支援を心がける中での花見の場面の事。事業所では、5分動くともうしんどいと話す人が花見に行くと30分ずっと歩き続けられました。環境を変えれば人はこれほど変わるのかと貴重な体験でした。また膝痛くて全く歩けなかった人が走れるようになり介護士の仕事に戻り、私の中で一生に残る思い出になりました。クリスマスでは私自身も一緒になって楽しい時間を共有していく。楽しい時間は一緒に共有していきました。こうやってどんな障がいがあってもやりたい事はできる。自分らしく生活する時間を共有しています。



#### ②働く仲間もいきいきと暮らせる社会とのつながりがきれいな環境づくりを

こうして自宅に帰ってからもリハビリを受けられる場づくりとして始めました。ある時、子育て中の母親をパート雇用しました。その理由が「社会とのつながりを持ちたい」、なぜかその言葉に、ぐっと心が入りました。利用者さんだって自分らしく過ごしたい。働く人だっていきいきと働ける社会が必要だよな。週1回3時間から働ける環境を創りました。実際に働いてもらうと、働く母と利用者さんは相性が非常に良く、いい関係性を築いてくれます。



週1から働く人もいれば、子供が大きくなり正社員へ、管理者にもなる仲間がいてキャリアも積み上げています。ライフワークバランスに合わせた仕事をして、協力し合い、お互いの立場を理解しながら、事業運営を強力にサポートしてくれています。今年度からは保育園も開設し、積極的な働く母を応援したり、男性育児休暇を実施し、家族で支えられる体制を築いています。

### ③コミュニケーションで働きつづけたくなる気持ちづくりと多様性を

「代表と話せる時間がない」の声をもらい、毎日の日報、毎週ミーティング、毎月管理者研修、3か月に1回の個別面談を実施。本人の希望と適材適所の働き方を提案しながら、コミュニケーションのズレを出来る限り少なくしていく施策をしています。一人一人の想いを汲みとりながら、イベントとしてサークルやコンペ、日々業務をサンキューカードで褒めるように管理者とともに努めています



### ④健康づくりデイサービスへの変容と通いの場創出で自立支援へ

今年度からは看護師、管理栄養士が口腔衛生や栄養状態もチェックし、運動だけではなく健康づくりをして、さらにその人らしい生き方を選べる地域になるよう挑戦しています。さらに通所型サービスBで「通いの場」を創出。

#### 3 考察

リハビリを中心とした介護ワンストップサービス事業で利用者も働く仲間も選択肢の中から選べるようにしたい。だからこそ現在は通所だけではなく、訪問看護、福祉用具レンタル、一般食堂、保険外サービス、そして保育園、介護のワンストップサービスを提供しています。利用者も働く仲間も選んで決めている意識で活用できると考えています。また人は認める、認められていく、褒められていく中で気持ちも高まっていくのではないかと考えています。身体と気持ちが元気になれば見えてくる世界が変わる。自立支援は、本人達が創り、取り組みたい事の実現を目指せるように、専門家の見守りの中で、安心して実施できるようにサポートしたいと考えています。

#### おわりに

大事にしているたった1つの事は、自分が同じ立場になった時に安心して住み続けられる地域にしたい。自分自身が利用したいなと思える事業所運営をしていきたい。地域づくり、文化づくりがしたいと考えています。「私達はあなたに価値と喜びと安心を提供します」の企業理念のもと、チームで一人のために、価値を提供して、一緒に喜んで、本人が安心できるトライをしていきます。そのために必要な事は1つだけ。リカバリータイムズのロゴマークのように、自分から手を差し伸べる事です。その一手を地域で一緒に取り組みませんか？

