ルポ2

医療法人社団 恵樹会 介護老人保健施設 フォレスト西早稲田

近隣の病院と連携しながら利用者を受け入れ 地域特性を考慮した通所リハを展開

新宿区初の老健 月350人が通所リハに通う

「フォレスト西早稲田」は、介護保険制度施行に合わせ、2000年8月に開設された東京都新宿区初の介護老人保健施設。入所、短期入所療養介護、通所リハビリを提供していて、定員は入所（短期も含む）が90人、通所が1日25人。近隣には、春山記念病院、初台リハビリテーション病院、国立国際医療研究センター病院など急性期～回復期の医療機関が多く、連携をとりながら利用者を受け入れている。

新宿区の高齢化率は19・7％と、東京23区のなかで7番目に低い割合だが、高齢者人口は増加が続く。一方で、高齢者人口に占める一人暮らしの高齢者の割合は33・7％と23区内で最も高く、高齢者の約3人に1人は独居という計算だ。同区内にはフォレスト西早稲田を含め老健は3施設ある。同施設の場合、近くには戦後の高度経済成長期に労働者を支えた大規模団地の都営戸山ハイツ※があり、同所の高齢化率は約50％に達し、ここからの利用者も多い。

「通所リハ利用者の平均要介護区分は2・5、男女比は4：6で、最近は男性の利用者が増えてきました。月に350人ほどを受け入れています」と話すのは、通所リハビリ主任の石崎宏昭さん。事前の調査でそれぞれの自宅の状況をチェックしているうえ、日々の送迎時に施設では見えにくい利用者の様子をつぶさに観察し、他の職員とも情報を共有するなど、「生活を支える支援」を心がけている。

具体的な目標を立て 1日3回のリハを徹底

リハビリ専門職は、理学療法士3人、作業療法士2人と計5人体制。入所・通所を問わず各利用者に担当がつき、週ごとの個別メニューを策定、3カ月に一度は大きな見直しも行う。

「デイでは職員4人を中心に、看護師などが活動をサポートします。午前と午後に30分ほどの集団リハを行い、それとは別に専門職による個別リハも20分ほど。カラオケや手芸などのレクリエーション、季節的なイベントもあり、スケジュールとしてはかなり濃密です」と、作業療法士でリハビリ課副主任の山下由美子さんは説明する。集団リハビリではいすに座ったままリズム体操やストレッチ体操をするが、午前の場合は食事前なので嚥下体操も取り入れる。

「個別リハでは『2階まで上がる必要がある』など、利用者一人ひとりの具体的な生活や目標をもとにメニューを組みます。一人暮らしの方が多く、リハを通じた機能改善・維持はとても重要と捉えています。他の施設に通う方もいて、両所でリハの方向性が異なるようでは非効率なので、施設間での連携・情報共有が今後の課題です」

職員の人手不足は深刻であるとはいえ、「病院から在宅へ」の流れが強まるなか、中間的施設の老健へのニーズは高まるばかりだ。可能な限り、地域に根差したケアを今後も展開していく構えだ。

通所リハビリ主任の石崎宏昭さん（左）と作業療法士でリハビリ課副主任の山下由美子さん

※新宿区内には、都営戸山ハイツ（戸山2丁目）と都営新宿戸山団地（百人町4丁目）がある