パークゴルフでリハビリ

～モチベーション（やる気）の高揚～

特定医療法人社団刀圭会理事長
長谷川（はせがわ） 敏（さとし）さん

車いすから立ち上がってプレーにのぞむ

リハビリを屋外で

障害者が早く社会復帰する事を目的にリハビリ学会が発足しておよそ40年。

その頃私が帯広へ赴任して参りましたが、十勝にはリハビリの言葉さえ聞かれませんでした。昭和50年に協立病院を設立し、リハビリ科を初めて導入しましたが、リハビリも長い変遷を経て現在では医療・福祉に欠くことが出来ない分野となり、その目標も全人権的とQOLの向上を求め、ノーマライゼーション時代となりました。

リハビリも急性期リハ（入院早期リハ）→回復期リハ（リハビリ室リハ、ベッド内外での病棟リハ）→慢性療養リハ（維持期リハ）→通院・通所リハ（老健入所リハ含む）→在宅リハと施行方法が分類される様になりました。これら流れの中で、入院・入所リハは大部分の時間帯が退屈、湯鬱な時間で、帰宅願望ストレスが大きくなります。次いで屋外へ出たい願望も抑圧されております。

バリアフリー車椅子用パークゴルフ場を造る

リハビリは「屋内に限らず、屋外も大いに利用すべきである」と言うのが私の持論であります。以前には、リハビリの一環として、晴れた日には河川敷で遊んだり、公園を散策したり、デパートへ買物訓練で出かけたり、と色々実施したこともありました。20年前にたまたま離農地を入手する機会に恵まれ「リハビリ農園」造りを思い立った次第です。

花壇造りに始まり、野菜作り、車椅子用パークゴルフ場造り、東屋、バーベキュー炉作りと年々充実。農機具、乗用芝刈り機購入及び担当職員を複数名雇用配置するまでになりました。

今年は段差なしの大パークゴルフ場が完成し、6月20日にパークゴルフ場開きを行い、病院の入院患者、老健並びにケアハウス入所者、職員が集まりパークゴルフ大会を催しました。

段差のないコース、芝の上を歩くのも良い

園芸療法は、地域柄農業経験のある高齢者が多く、肢体不自由ながらも私たち素人に目を輝かして説明をしてくれ大変勉強になります。また、秋の収穫祭もバーベキューを含め、皆さん楽しんで頂いてます。

要介護者も、介護人も楽しくプレー

パークゴルフについても、健康時代にプレーをされていた方達も大勢おられ、プライベートのクラブを持参される方も見受けられます。

普段、病院や施設で要介護、歩行できない車椅子の方が、立ち上がってスイングする例、クラブを杖に独歩でコースをまわる例も散見され、好きこそ物の上手なれで、モチベーションも高まる様です。頻回にプレーすれば車椅子が不要になるのではと思うのですが、職員も本来の仕事があり、対象要介護者も多数おり、月に一～二度程度しかプレーして頂けないのが現状です。

問題点として

①施設の整備、維持管理の費用負担が大きいが、楽しんでリハビリを行って頂くため、採算を度外視したものとなっている。②冬期間の利用ができない。③職員の中には屋外リハビリに積極的でない者がいる。など。

まだ、人的、時間的効率が良くありませんが、徐々に良くなってくるものと信じております。

要介護者も、介護人も楽しくプレーしている姿が見受けられ満足感に浸っているこの頃です。

介護人とのふれあいにも…

〈プロフィール〉

昭和7年7月18日生（72歳）
北海道大学医学部　医学博士
特定医療法人社団刀圭会理事長（協立病院・介護老人保健施設アメニティ帯広・介護老人保健施設アメニティ本別・訪問看護ステーション向日葵・指定居宅介護支援事業所向日葵）
社会福祉法人刀圭会理事長（ケアハウスそうび苑・ディサービスセンターそうび苑・訪問介護事業所ヘルパーステーション向日葵）
日本整形外科学会専門医、日本リハビリテーション医学会臨床認定医、日本医師会認定産業医、日本医師会認定健康スポーツドクター、日本体育協会スポーツドクター、帯広医師会幹事、他