

## 自宅では生活行為を取り戻す訪問系リハ 人に会いQOLよみがえる通所系リハ

### VS

葉山 靖明 はやま やすあき

1965年福岡県生まれの50歳。専門学校で法人税法及び簿記論の講師を務めていた2006年、40歳のときに左脳脳内出血発症し右片まひに。翌年それまでの職場を辞して(株)ケアプラネット設立。現在は、デイサービス経営のかたわら講義・講演活動を継続中。社会福祉法人「夢のみずうみ村」理事。人間科学修士



執筆 ▶ 葉山 靖明 ● (株)ケアプラネット  
「デイサービスけやき通り」代表取締役

「リハビリの出前だな、これは…」。  
訪問リハサービスを受け始めた頃の、私の正直な感想です。

ある時期、私はケアプランを通所介護サービス利用から訪問リハサービスに変更してもらい、週1回の訪問リハによってまひ側に対する関節可動域訓練(以下、R・O・M)を受けていました。42歳の頃だったでしょうか。今回は訪問系リハと通所系リハの二つのサービスについて体験者の立場から、再考してみます。



### 病院リハの出前でいいの？ 実践的な生活リハやってよ！

午前10時、「ピンポン」「おはようございます!」「おはようございます!!」と元気なあいさつから始まる訪問リハ。すぐに玄関から居間に上がってもらいバイタルチェックと「お変わりございませんか?」「えー、まーですね」という、いつもの会話から始まります。自然な会話の中でR・O・Mに入っていきます。いつも通り手足を伸ばしてもらって、会話し、たまには悩みごとを聴いてもらい、時間がたてば、「ありがとうございます!」「ではまた来週!」と至って日常的に、経常的に訪問「リハビリテーション」が終了します。

私は、「訪問リハビリというより、“訪問R・O・M”だ」とも思いました。そ

れは自宅にいてR・O・Mを受けられるという利便性を満たすものにすぎない。自宅という生活の場、かつ病院ではなしえなかった環境での「生活面の実践的なリハビリ」は無理なのだろうな…とあきらめ気味に考えたりしたこともありました。

片まひ者のリハビリは3種類、とその頃、勝手に考えていました。

①基礎リハ:病院における身体機能訓練やR・O・Mなどの理学的リハビリ(PTさん)、②応用リハ:病院におけるADL、IADL訓練のような模擬的生活リハビリ(OTさん)、③生活リハ:退院後の自宅におけるその人の生活の場を生かした実践的生活リハビリ(ケアマネさんのプランを実践するOTさん)、の3種類です。

では、私の経験した訪問リハは①②③のどれだったのでしょうか?それは「①のサービスを自宅で」というものであり、③の「実践的生活リハビリ」ではなかったのです。だから、「リハビリの出前」だったのです(拘縮予防も大事なことですが…)。

③は、例えば料理を計画して、その人の台所で物的環境整備を行いながら、補助具の検討をしながら、一緒に料理し、一緒に食べ、一緒に笑い、一緒に皿を洗う、というものです。ややぜいたくなりハビリとは思いますが、リハビリテーションは身体だけでなく、心のリハビリテーション、存在のリハビリテーション

ン、個性のリハビリテーション、そして、Quality of lifeのリハビリテーションまでを意味し、含有すると思っていました。その頃の私は、新たな人生を見つけようとする信念で、現実とはかい離したこの訴えを抱いていました。

やはり、少なくとも片まひ者の訪問リハは実践的な生活リハビリをもっと行うべきでしょう。中途障害者が自宅で生活行為を取り戻すことは、サポートなしでは至難の業です。盆栽に水をまく、ホットケーキ作り、専用ブックスタンドを使って片手で本を読む、みそ汁作り、二人で指編みなどの編み物、などをしてほしい。Quality of lifeのために。



## 訪問系リハに限界 でも担当者的人性に 救われた

そして、もう一つ。

デイサービスと比べてみると、訪問リ



筆者の自宅の玄関。右の靴は片まひ用の靴です。玄関の上がりカマチは、訪問系リハと通所系リハの境界でもあります

ハは自分は楽なのですが、やはり、「家に一人」と「みんながいる」の違いが大きいでしょう。これは自宅の内外という物理的な問題もありますが、「人に会う」という点で大きな違いがあります。自分で気候に合わせた衣類を選び、はおり、身だしなみを整え、忘れ物はないかとか、あの人にこれを持って行ってあげようとかを考え、上がりカマチで靴を履く。

そして、なじみの仲間に出会う。「おはよう!」「元気やった?」と声を交わし合い。うちととの「ソト」でなじみの人に会う感覚、主観が動く感覚、それがICFの「社会参加」の本質だと思えます。精神的にも、身体的にも、社会的にも、そして、Quality of lifeが少し

ずつよみがえる感覚としてもです。

では、私が体験した訪問リハは良くなかったのでしょうか。

いやいや、そんなことはありません。今でも私の思い出に、はっきりと残っている訪問リハのPTさんがいます。熊本県の健軍という町の出身の女性でした。私とその「健軍」という勇敢な言葉の響きが好きだったので、R・O・Mのことを「健軍ストレッチ!」と二人で呼び合って、笑って、障がいなど忘れて、そのPTさんの健やかな笑顔と、張りのある声と、どこか芯のあるその方の精神性にいつも救われていたことを思い出します。今でも感謝しています。

対人支援の仕事は、形式も重要ですが、担当者的人性による部分が、やはり大きいのであって、今回のお題の「訪問系リハVS通所系リハ」は、形式だけでは決められず、良い担当者か否かによる、ということでしょう。

以上、「訪問系リハVS通所系リハ」の一人の体験者の意見でした。

## 今月の私



写真が船に乗る前の「両手に花シヨット」! 鼻の下を見てもらえば幸福度は一目瞭然ですよ! あつこの浴衣の着こなしは、出張等のたびにホテルの浴衣で練習した成果で、(サポートありますが)9年のone handライフで初めて着こなせました! あっぱれ!!

## 浴衣着ちやいました

大分県の水郷、こと日田市に、OTさんPTさん14名と私のone hand、仲間9名の合計23名で、1泊2日の旅行に行きました。全員が一台のバスに乗り、梅酒づくり、窯元巡りを協働で、そして、夜は屋形船に全員が乗り込み、懇親会です!

私のように立位の安定しない者は支えられながら船に乗り込み、ドッコイシヨと座り、まるで江戸時代の大名のような高脚膳を前にして食事。やがて、日が落ち、かがり火が焚かれ、鵜飼を眺め、花火が上がリ…。幸せでしたね。