

# 早稲田イーライフ札幌(札幌市東区)

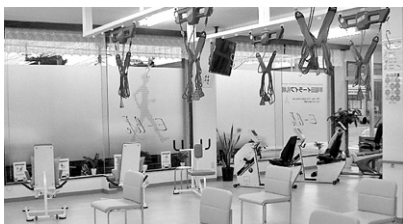
全国的にも珍しい介護予防に特化したデイサービスが、札幌市東区に八月オープンした。「早稲田イーライフ札幌」は「介護予防スタジオ」と銘打ち、「早稲田大学エルダリーヘルス研究所」が開発した介護予防プログラムを道内で初めて導入。心身機能の維持・向上へ、利用者に運動習慣をしっかりと身に付けてもらうのを目的に運営している。同事業所を運営するジュネリカは、「早稲田エルダリーヘルス事業団」の代理店として展開。同研究所プログラム導入は全国十一カ所目になる。

## 新地域 最前線 介護予防特化型デイ

道内でも介護予防サービスマシンによる下肢筋力、大腿四頭筋等の筋力向上、バイクによる有酸素運動、スリングによる関節可動域向上、バランス感覚回復等のほか、運動を継続してもらえよう、という壁を利用してできる運動を紹介した「貯筋通帳」で、自宅でのトレーニングも促す。入浴や食事を提供しない、一日二時間程度のプログラムが「気軽に無理なく通える時間」。現在、利用者は七十〜八十代計六人、スタッフは四人(うち看護師二人)。営業日

### 要支援者の「運動習慣」目的に

「要支援者だけを対象にする」というのが、より効果的なアプローチや利用者同士のスムーズな関係づくりに、利用者の選択肢拡大につながる、サービスマシン、目的も明確に伝えられます」と西原潤施設長。足を踏み入れると、白を基調とした明るくおしやれな空間にトレーニングマシンが並び、スリング(つりロープ)が目に見える鏡が掛けられ



「貯筋通帳」で、自宅でのトレーニングも促す。入浴や食事を提供しない、一日二時間程度のプログラムが「気軽に無理なく通える時間」。現在、利用者は七十〜八十代計六人、スタッフは四人(うち看護師二人)。営業日



事業所内の明るい雰囲気、外にも伝わる

は月々金曜日、定員は午前・午後各十人とし、利用者数を見ながら広げていくという。五十代や九十代など幅広い年齢層から見学希望や問い合わせが寄せられ、比較的デイを敬遠しがちな若い人や男性も興味を持って見学。「少人数で実施するため、世代別にも対応しやすい。年齢にかかわらず、利用者の『元気でやりたい』という気持ちを支えたい」

要支援者の利用に限定しているため、利用者が要介護に移行した場合の対応について「介護サービスを提供する他事業所と連携していきたい」。それぞれの得意分野を生かした連携で、利用者の状態に応じたサービスを提供したい考え。介護予防に特化したデイは珍しく、今後普及啓発活動にも力を入れ、要支援者やケアマネに理解を深めてもらう予定だ。