

## 区民公開講座の開催について

昨年の12月14日、当院初開催となる区民公開講座を開催し地域住民の方々にご参加をいただきました。当日は病院紹介や院内見学を通して当院の役割を知っていただき、ミニレクチャーでは「フレイル」をテーマに体力測定を実施しました。医療や健康に対する関心の高さを実感するとともに、当院が地域に果たす役割の重要性を改めて認識しました。今後も有益な情報を発信できるよう活動を継続していきます。



## 市民公開講座を開催しました!

『転ぶ前、食べられなくなる前に気づいてほしい～衰えのサイン見逃していませんか?～』というテーマで市民公開講座を開催しました。フレイルについての講義や、実際に鏡で口の中を見てみたり舌の体操をしたり、立ち上がりやバランスの評価を行ないました。終了後リハビリ室の見学も行ない、皆さん興味深々なご様子でした。また機会があれば参加したいとのお言葉もいただき、今後も住み慣れた地域で皆さん元気に暮らせるよう講座を企画してまいります。



## ふなばしオレンジフェスティバルに参加しました

昨年の11月15日、ふなばしオレンジフェスティバルが天沼弁天池公園で開催され、市内各地のオレンジカフェが一堂に会してとても温かい雰囲気に包まれていました。認知症の方も地域で安心して過ごせる取り組みを身近に感じられ、来場者同士の交流もにぎやかでした。14時からのリハビリセンタースタッフによる体操は、会場が一体となって楽しめる魅力的なプログラムで、健康づくりの大切さを改めて実感できる時間でした。



## ケアスキル向上研修会の開催 介助方法のコツとは?

昨年11月28日にたいとう診療所にて『床からの立ち上がり編～介護者の負担軽減を目指して～』をテーマに研修を開催いたしました。介助中に利用者さまが転倒または椅子からすりおちてしまった時の対応について、基本的な対応方法 + aである『介助方法のコツ』について当院のセラピストが講義と実技を交え、参加者からは『新たな視点やり方を学ぶことができた』『学んだ内容を職場の人にも共有したい』と皆さまの悩みを解決する一助になれた研修会になりました。



## 世田谷児童作品展 巡回展が実施されました

第35回世田谷児童作品展は42校計489点の作品が出展され、その中から金賞以上を受賞した8作品の巡回展を実施頂きました。世田谷児童作品展・巡回展は地域社会の絆を深め、心身ともに活力あるコミュニティづくりとなることを願い開催されています。家族や友だちとの思い出など心に残ったさまざまな絵が描かれています。それぞれが創造力、個性豊かなとても素晴らしい作品で、来院された方々が足を止めて鑑賞されていました。



## 新年ご挨拶 各拠点長より



初台リハビリテーション病院 菅原 英和 院長

初台リハビリテーション病院では、本年を「生活再建の実現」をより確かな形で提供する一年としたいと考えております。生活再建を見据えた質の高いリハビリテーション、排泄・栄養・移動を中心としたADL支援、チームの専門性向上、DXを活用した業務効率化を推進し、患者さん一人ひとりの“その人らしい暮らし”的回復に全力で取り組みます。また、地域との連携も一層強化し、皆様が安心して治療を受けられる、信頼されるリハビリテーション専門病院としての役割を果たしてまいります。



船橋市立リハビリテーション病院 石原 健 院長

2026年の午年は「丙午(ひのえうま)」にあたり、新しい挑戦や飛躍に適した年とされています。私自身も年男として、前へ進む力を大切にしたい一年です。これまで積み重ねてきた経験を土台にしながら、現状に満足せず、変化を恐れずに次の一步へ挑戦してまいります。



船橋市リハビリセンター 石原 茂樹 センター長

船橋市リハビリセンターは、クリニック事業、訪問看護事業、リハビリ事業、地域リハビリ拠点事業の4事業を行い、12回目の正月を迎える。センターの役割は退院後の在宅生活を支えることや地域でリハビリを必要としている人にリハビリを提供することですが、さらには地域リハビリ拠点事業として、地区勉強会、介護職勉強会、摂食栄養サポート勉強会などを開催し、地域全体の質向上を図る活動にも力を注いでいます。医療・介護関係者と連携しながら、利用者一人ひとりの生活を大切にし、安心して暮らせる地域づくりに貢献していきたいと思っています。



在宅総合ケアセンター元浅草 斎木 三鈴 センター長

2025年はセンター業務だけでなく、センターを飛び出し佐竹商店街で健康相談会を開催したり、成城院の本堂をお借りしてこどりいきカフェを開いたりなど、地域活動を発展させることができた1年でした。元浅草は2026年も引き続き経営的課題に取り組みつつ、地域住民の皆様に信頼される診療所として医療やケア・リハビリテーションを必要としている方へ適切に支援したいと考えています。また台東区における地域リハビリテーションのあり方についても考え、地域と協力して台東区民の皆さまが安心して生活できる地域づくりに取り組んでまいります。



在宅総合ケアセンター成城 平泉 裕 センター長

令和7年は、全国の一般病院の78%が医業収支マイナスとなる中で、成城は黒字収支を達成できました。これは成城スタッフが欠員が生じた部署をカバーしながら達成したチームワークの成果であり、心より感謝申し上げます。我が国の医療・介護の現場は物価と人件費の上昇に加え、人材不足の悪循環の中、厳しい環境下におかれています。成城は、地域との連携があってこそ地域から信頼される中核施設として存続することができます。新年を迎えて、地域との連携を従来よりさらに深化させたいと考えます。

# 輝生会における保険外リハサービスの展開

## はじめに

日本では高齢化が進み、リハビリテーションを必要とする方が年々増えています。「もっと歩きたい」「趣味を続けたい」「痛みのない生活に近づきたい」「できれば介護に頼らず自分らしく暮らしたい」——こうしたご希望を持つ方が多く、リハビリテーションの役割は大きく広がっています。しかし、医療保険や介護保険の中で受けられるリハビリテーションには時間や回数の上限があり、本人やその家族が望むだけの十分な訓練ができないことがあります。そこで近年注目されているのが、制度に縛られず必要なだけ利用できる保険外リハビリテーションサービス(自費リハ)です。ここでは、その特徴や役割、これからどのように広がっていくのかを、利用者さま・ご家族の視点に沿ってお伝えします。

## 1. 保険外リハビリテーションとは？

保険外リハビリテーションは、医療保険や介護保険の枠にとらわれず、本人の希望に合わせて内容や頻度を相談し、選択できるリハビリテーションです。

保険内で行われるサービスでは、「医学的に必要」と判断された範囲を中心に提供されるものが一般的ですが、保険外リハビリテーションは「もっと良くなりたい」「生活の幅を広げたい」といった自分の目標を軸に利用できるサービスになります。

こんな方が利用しています。

- ・もっと多くの頻度・時間でリハビリしたい
- ・退院後も集中的に歩行練習をして、歩行を安定させたい
- ・趣味(ゴルフ・旅行・園芸など)に戻るためのトレーニングがしたい
- ・日常生活動作に疲れを感じ、それだけでは体力維持が難しい
- ・痛みや姿勢を改善させて、生活の質を高めたい
- ・転倒を予防したい
- ・できることを維持したい、増やしたい
- ・飲み込みや発声に不安がある

生活を良くするための一歩を、自分のペースで踏み出せる、それが保険外リハビリテーションの大きな強みです。

## 2. 輝生会における保険外リハサービス導入の経緯について

介護保険制度が施行された2000年以降は、有料老人ホーム(以下、施設)の数は右肩上がりに増加し(図1)、2019年の調査では、54万人が生活しており、そのうち年間6万人が施設でご逝去されるとの報告があります。また、入居からご逝去されるまでの期間は約3年との報告もあり、終の棲家である施設で最後までその人らしい生活を送り続けられることは非常に重要であると思います。



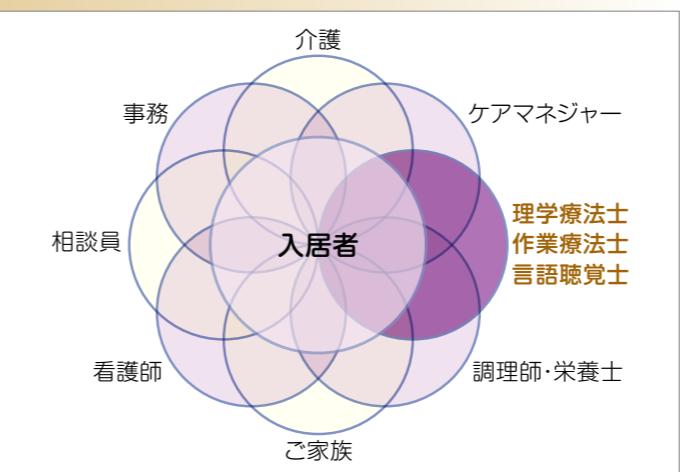
一方、それらを実現するために重要なファクターであるリハビリテーションサービスを提供する施設は僅かで、事業としては未開拓な領域でした。そんな折に、「本物のリハビリテーションを提供できる施設を広めたい」という施設側からの依頼を受け、輝生会では2019年から、保険外リハビリテーション事業の業務委託が開始となりました。2026年1月時点では、当法人として5会社18施設と提携し、保険外リハビリテーションサービスを提供するに至っており、現在も拡大しております。

## 3. 当法人の想い

高齢者住まいのプロ(施設スタッフ)とリハビリテーションのプロ(輝生会)が連携し合うことで、より質の高い支援サービスが行えると考えています。輝生会は、5つのリハビリテーションマインドを大切にしています。その中でもチームアプローチについては、特に重要と考えています。

### 5つの輝生会マインド

1. 正しさを追求する精神 社会的に正しくフェアに
2. チャレンジ精神 保守的にならずに挑戦的
3. 損得抜きの精神 目先の利益にとらわれない
4. 障害を有する人々と共に歩む精神
5. チームアプローチ One For All, All For One



様々な職種が、入居者の日々の生活を支えるために協力しながら、サービスを提供しています。だからこそチームアプローチを通して、リハビリテーションの視点を全職種に浸透させることはとても重要だと考えています。その為、輝生会では施設内での共通媒体への記録(リハビリテーション記録含む)や、朝のミーティング・その他の情報共有にも積極的に参加しています。

また、施設スタッフから相談があれば、入居者の状態に合わせて福祉用具の選定や環境調整、適切な介助方法等、必要に応じて施設スタッフへの介助指導を行っています。そのような関りを通して、リハビリテーションの視点、介護予防の視点を活かした多職種連携が施設全体に浸透されるように努めています。輝生会スタッフと施設スタッフ同士がタイムリーに連携を図ることで、より安心・安全な支援へと繋がると考えています。

## 4. 輝生会における保険外リハサービスの具体的な実践内容について

主に業務提携をしているご施設に伺い、その方のご要望を伺いながら、実施しております。

内容としては、

### ①個別リハビリテーション重視型

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が担当し、対象者の状態の把握、目標設定、プログラム計画をし、個人の希望に合わせ内容や頻度を相談しながら、オーダーメイドのリハビリテーションを提供します。内容としては、加齢や障害等による生活動作の改善(歩行・立ち上がり・日常生活動作など)、筋力・バランス強化、転倒予防、進行性疾患を患った方への身体機能維持・改善、発声・嚥下機能への対応などです。

### ②集団サーキットトレーニング重視型

理学療法士・作業療法士が担当し、4名～5名のグループで様々なリハビリ機器を使用しながら行います。全てのリハビリ機器の負荷量を個人に合わせて調整し、リハビリ職の付き添いの下、安全面も配慮しています。

ご友人やリハビリ仲間と一緒に励まし合いながら、和気あいあいのリハビリテーションを提供します。

### ③個別リハ＋集団サーキットトレーニングのハイブリッド

リハビリテーションサービスを組み合わせて行いたい方向けのサービスになります。



## 5. 今後の展望

日本の社会保障給付費は、高齢者の増加と共に増額の一途を辿り、とりわけその4割が医療と介護に使われております。さらに2040年に向けて、65歳以上の人口が全人口の約35%となると推計され、特に85歳以上の人口は、この15年で急激に増加すると見込まれています。

その85歳以上の高齢者は、介護サービス利用率も高く、また様々な疾患をお持ちの方が多く、医療や生活支援ニーズも高いと考えられます。このような背景の中で、保険外リハは今後さらに身近な存在になっていくでしょう。

### ●生活の質を高めるサービスとして広がる

「介護を受けない期間を延ばしたい」「健康寿命を延ばしたい」という思いは多くの人に共通しており、予防目的の利用増加が予想されます。

### ●中長期的な身体づくりが重要視される社会へ

高齢化が進む中、国としても予防や自立支援に力を入れており、保険制度に頼らないリハビリテーションの役割はさらに大きくなると見込まれています。

### ●医療保険・介護保険サービスとの協働が進む

保険外と保険内が競合するのではなく、「制度内＝基盤」「保険外＝目標達成のためのプラスα」という補完関係が今後のスタンダードになると考えられます。

## おわりに

輝生会の保険外リハビリテーションは、医療保険・介護保険でのリハビリテーションサービスが終了しても、「もっと良くなりたい」「自分らしい生活を取り戻したい」という気持ちで丁寧に寄り添えるサービスです。保険内だけでは十分に取り組めない部分を補い、本人が望む生活に一歩近づくための選択肢として、今後ますます重要な役割を担っていきます。

患者さま・ご家族にとって安心して利用できるよう、そして施設スタッフの皆さんにとって意味のあるサービスとして育てていけるよう、より質の高い支援を提供してまいります。

文責: 本部回復期生活期支援部 部長 松原 徹