

早稲田イーライフ札幌

（電話 七九〇一七九八六）

早稲田イーライフ札幌・式番館

（電話 七六八八二〇一）

# 楽しく運動介護予防

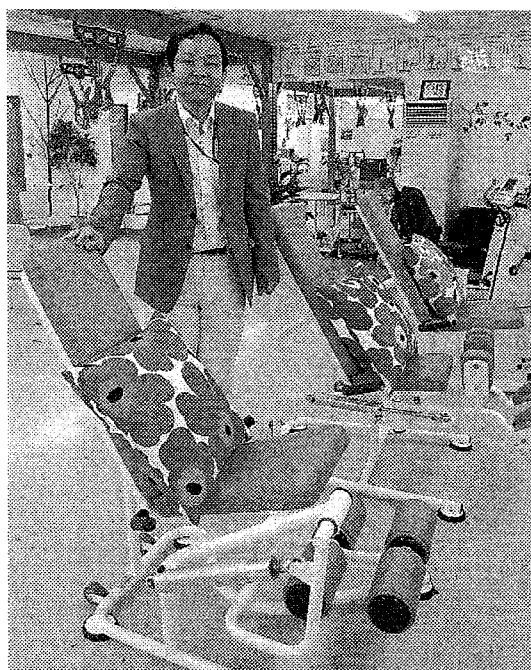
介護予防サービスに特化した道内初のデイサービス事業者として、札幌市東区のジュネリカは2009年5月に設立された。運営する施設は、まるでフィットネスクラブのようだ。

介護予防サービスは介護保険法の改正で、06年に導入された。高齢化で介護保険の利用者が急増するなか、保険給付を抑える狙いからだ。同社は、このサービスの対象で、要介護と認定される手前の要



ジュネリカ（札幌市）

## 「要支援」の人の体づくり



施設長も務める西原潤社長。施設にはトレーニング機器が並ぶ札幌市東区の早稲田イーライフ札幌式番館

支援1、2の認定を受けた人たち向けに事業を展開する。

東区の2カ所に構える介護予防スタジオ「早稲田イーライフ札幌」には、自転車式のトレーニング機器などが並んでおり、要介護者を対象にした入浴や食事を中心のデイサービスとは趣が違ふ。札幌育

ジュネリカ 従業員は社会福祉士や看護師ら13人。車で自宅まで送迎するが、範囲が限られるため相談。介護予防サービスを受けるには要支援の認定後、地元地域包括支援センターと相談し、ケアプランを作成したうえで利用の手続きに入る。市内の老人クラブにスタッフを派遣し、無償で介護予防のための体操指導もしている。問い合わせは早稲田イーライフ札幌（011・790・7986）へ。

ちで、証券マンから転身した西原潤社長（33）は「お年寄りが楽しんで体づくりをし、元気になれる介護施設を作りたい

かった」と話す。

1回の利用は約2時間。スリングと呼ばれるつりロープで関節の可動域を広げたり、機器で下半身の筋力を鍛えたり。早稲田大学エルダリー・ヘルス研究所が研究、開発した介護予防のプログラムを実践する。

利用者は約130人で、年齢層は40〜90代と幅広い。自宅での運動も課し、「貯筋通帳」と名付けた冊子に記録してもらおう。運動習慣を身につけることで運動器の機能低下を食い止め、心理的な老化を

防ぐ狙いがある。

要支援1なら、利用は週1回程度。介護保険が適用され、自己負担は月額2500円前後だ。一般のフィットネスクラブとの一番の違いは、介護福祉士や作業療法士、看護師らと相談しながら運動を進める点だ。日ごろの健康や生活の相談にも乗っている。

施設内の内装は白を基調にし、生花やぬいぐるみが飾られている。西原社長は「介護のイメージをより明るくし、通うのが楽しみになる雰囲気作りを心がけている」と話す。（諸星晃一）

■ 次回は「ここがスゴイ」として、ガゴメコンプと同様に健康にいい成分が含まれている「ヤヤンコンプ」の製品化と販売に取り組む室蘭市の「母恋めし本舗」を紹介する予定です。