

S L O C 総務委員会 委員 宮田 重樹

2006年介護保険に介護予防が導入されました。

高齢者に対して介護/転倒予防トレーニングで日常生活動作の改善を目指し、リハビリを行ってきたものとしてうれしく思いました。

2007年口コモティブシンドロームがJOAから提案され、

さらに介護予防運動が広まると期待しておりました。

しかし一般の方々ならびに介護従事者の中には、高齢者に対する運動は良くない、危険である、やっても大した効果がないという思い込みが強く、リハビリを奨めても安易な座ってする運動以外して頂けませんでした。

きちっとしていると評価されている施設でも、

運動も高齢者の特質を考慮しない運動が行われています。

そこで2011年に、「死ぬまで寝たきりにならない体をつくる」という本を出版し、

運動の重要性を訴えましたが、まだまだ認識の変化は少ないのが現状です。

ストップ.ザ.口コモの活動が多く介護従事者や一般の方々の勘違いを払拭させ、

介護/転倒予防トレーニングが広まる起爆剤となればと考えております。