

### はじめに

介護老人保健施設におけるリハビリテーションは、入所者様の在宅復帰を支援する重要な役割を担っています。今回は、理学療法士として豊富な経験を持ち、現在、リハビリ副主任として活躍されているN. Mさんにお話を伺いました。

急性期・回復期病棟、訪問リハビリを経て、現在の介護老人保健施設で8年間勤務されているMさんの視点から、介護老人保健施設の魅力と実際の業務について語っていただきました。

### リハビリ職を志したきっかけと介護老人保健施設を選んだ理由

Mさんがリハビリ職を志したのは、スポーツへの関心がきっかけでした。「もともとスポーツが好きで、スポーツリハビリに興味がありました」と当時を振り返ります。しかし、実習を重ねていく中で、脳神経疾患や高齢者のリハビリテーションにも関心が深まり、次第にその分野に魅力を感じるようになったとのこと。

介護老人保健施設で働くことを選んだ理由については、「これまでの経験を、入所者様の在宅復帰支援に活かせると感じたから」と話します。脳神経外科病院での12年間の勤務、訪問リハビリでの3年半の経験を通じて、生活期におけるリハビリテーションの重要性を実感。その経験が、入所者様の生活に寄り添った支援につながると考えたのです。現在は理学療法士としての業務に加え、介護支援専門員の資格も取得。医療・介護の両面から入所者様を支えることで、より広い視点で在宅復帰をサポートしています。

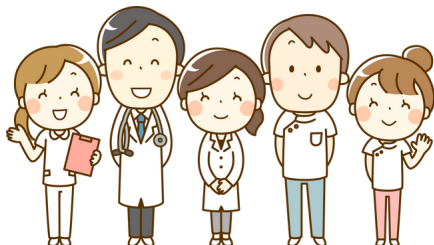
「在宅復帰の支援に活かせる」  
介護老人保健施設で働く  
リハビリ副主任の想い



リハビリ副主任

N. M さん

### 日頃から些細なことでもこまめにコミュニケーション



### 1日の業務の流れと多様な役割

当施設では、リハビリ職員が入所・通所・訪問の3部門を兼務しています。Mさんも、「午前中はデイケアをご利用される利用者様の個別リハビリを中心に行い、午後は入所者様に対して1回およそ20分の個別リハビリを提供しています。訪問リハビリは、1回40分を週に2回程度実施しています」と、多様な業務に取り組んでいます。リハビリ業務に加え、委員会活動やフロアごとの定期的な会議、ケースカンファレンス、事故の再発防止に向けた会議などにも随時参加し、多職種との連携も密に行っています。3部門に関わることで、より多くの方々と出会う機会に恵まれることに、「それぞれにやりがいがあり、学びの機会も多いです」とMさん。幅広い視点が求められる環境の中で、入所者様や利用者様一人ひとりに寄り添った支援を心がけています。

### 多職種連携と入所者様との関わり

介護老人保健施設においては、介護職員、看護職員、管理栄養士、支援相談員、医師など、さまざまな職種との連携が欠かせません。Mさんは、「日頃から些細なことでもこまめにコミュニケーションをとり、良好な関係を築けるよう心がけています」と話し、日常的な情報共有の積み重ねが連携の土台になっているといいます。在宅復帰の支援だけでなく、転倒予防や褥瘡（じょくそう）予防といったケアの場面でも、それぞれの専門性を活かした意見交換や連携を大切にしています。また、入所者様とのリハビリで大切にしていることについて尋ねると、「入所者様の『〇〇したい』という気持ちに寄り添い、それをどうすれば実現できるか、多角的に考えながらアプローチしています。特に自発的な行動が少ない方に対しては、笑顔や発語といった反応を引き出せるよう、リハビリ職員同士や他職種とも連携しながら、さまざまな工夫を重ねています」

### やりがいと困難への向き合い方

「入所者様の目標を共有し、その実現に向けて共に力を注ぎ、達成できたときに一緒に喜べることにやりがいを感じます」と、Mさんは笑顔で語ります。印象的なエピソードとして挙げてくれたのは、自宅の4階までの階段昇降が難しく、通院も困難だった入所者様が、リハビリを通じて一人で階段を上り下りできるようになり、無事に退所されたケースです。その後も訪問リハビリで支援を続けており、現在は活動的に日々を過ごされているといいます。「入所者様が健康で豊かに生活するためのお手伝いができることに、この仕事の魅力を感じています」と話すMさんの言葉からは、リハビリ職への情熱がにじみ出ています。一方で、施設には高齢の方も多く、身体機能や認知機能の維持が難しく、在宅復帰が叶わないケースもあるのが現実です。「そうした入所者様に対しても、安心して快適に過ごしていただけるよう、職員全員で関わることを大切にしています」と、チームでの支援の姿勢についても語ってくれました。

達成できたときに一緒に喜べるのがやりがい！



### 継続的な学びとキャリアビジョン

現在、Mさんは認知症の方へのアプローチについて、研修などを通じて継続的に理解を深めています。また、福祉用具に関する知識の重要性も実感しており、日々の業務の中でも積極的に情報収集を行っているほか、施設内で実施される褥瘡予防の研修などにも積極的に参加し、専門性の向上に努めています。

今後のキャリアについて尋ねると、「現在の生活期を支援するリハビリの専門性をさらに高めていきたい」と語ります。さらに、役職者としては「職員が働きやすい環境づくりを目指しています」と、後輩職員の育成や組織運営にも意欲を見せています。自身の成長を実感する瞬間については、「業務を効率よく進められたり、多職種と連携しながらチームの一員として専門性を発揮できたとき」と話し、日々の積み重ねがやりがいにつながっていることを感じさせてくれます。また、実習生の指導にあたっては、「こちらも一緒に学ぶ姿勢で取り組んでおり、実習生から気づかされることや発見も多いです」と語り、相互に高め合う関係を大切にしている様子が伺えます。

### 求職者へのメッセージ

介護老人保健施設でのリハビリ職を目指す方へ、Mさんは次のようにアドバイスを送ります。「入所者様の生活を支え、在宅復帰を目指したリハビリを提供することが主な業務になります。そのため、家屋環境の評価やご家族への指導なども重要な役割の一つです」と話します。チームで目標を共有し、多職種と連携しながら入所者様やご家族を支援していく環境にあり、「他のリハビリ職員にも相談しやすい雰囲気なので、未経験の方でも心配はいらないと思います」と、安心して飛び込んでほしいと語ります。どのような人が向いているかについては、「協調性があってコミュニケーションをしっかりと取れる方が向いているとは思いますが、入所者様の目標の実現に向けて頑張れる方であれば大丈夫です」と力強く話してくれました。また、働き方の特徴として、入所・通所・訪問の3つのリハビリ部門を担当することについては、「関わる方の人数も多くなり、大変な面もあると思いますが、それぞれにやりがいがあり、成長の機会も多くなる環境です」と、幅広い経験を積める魅力を伝えてくれました。

### 終わりに——仕事への感謝の気持ち

Mさんが大切にしている価値観は、「自分自身が笑顔で元気に働くことができ、関わっている入所者様の幸せに少しでも貢献したい」という思いです。

この言葉には、リハビリ職としての専門性だけでなく、一人の人間として入所者様に寄り添う姿勢が表れています。介護老人保健施設におけるリハビリテーションは、入所者様の生活を支え、在宅復帰という目標に向かって、チーム全体で取り組むやりがいのある仕事です。Mさんのお話を通して、多職種連携の重要性や継続的な学びの姿勢、そして何よりも入所者様との信頼関係を築くことの大切さが伝わってきました。介護老人保健施設でのリハビリ職を目指す方にとって、Mさんの経験や言葉が、進む道を照らすひとつの道しるべとなれば幸いです。

自分自身が笑顔で元気に働く！幸せに少しでも貢献したい！

