



Center

アポロン名古屋糖尿病運動療育センター

事例紹介② ～介護保険外事業者として（運動型通所サービス）～

栢之間 直樹

Naoki Kayanoma

名古屋糖尿病運動療育センター
センター長／健康運動指導士



事業紹介

正式名称：有限会社アポロン 名古屋糖尿病運動療育センター（以下アポロン）

隣接の糖尿病専門クリニック「医療法人社団 織田会 あきしまクリニック」と連携し、
メディカルフィットネスの面から、**糖尿病などの生活習慣病の予防・改善のサポート**を行っている

メディカルフィットネスとは？

- 病院・クリニック等の医療機関が運営もしくは併設する施設
- 健康のために行われる**運動（フィットネス）**に**医療的（メディカル）**な要素を取り入れたプログラムを提供できる施設
- 医師の指導のもと、専門の知識を持ったトレーナーが主に**糖尿病**をはじめとした生活習慣病の予防・改善、健康の維持・増進など一人ひとりの目的に合わせて、安全かつ効果的なプログラム（運動療法）を提供

さらに言えば…



多職種連携による治療

運動療法

- ・ トレーナー
(健康運動指導士)
- ・ 理学療法士



医師→糖尿病専門医 (一般内科)
腎臓内科 肝胆膵内科
呼吸器内科 内分泌科
循環器内科 リウマチ科
皮膚科 眼科

検査技師

そして、大学 連携



食事療法

- ・ 管理栄養士 連携



なぜ運動型通所サービスを“はじめた”のか？

“糖尿病が強く疑われる人” 約1,000万人

“糖尿病の可能性を否定できない人” 約1,000万人

厚生労働省「平成28年 国民健康・栄養調査」より



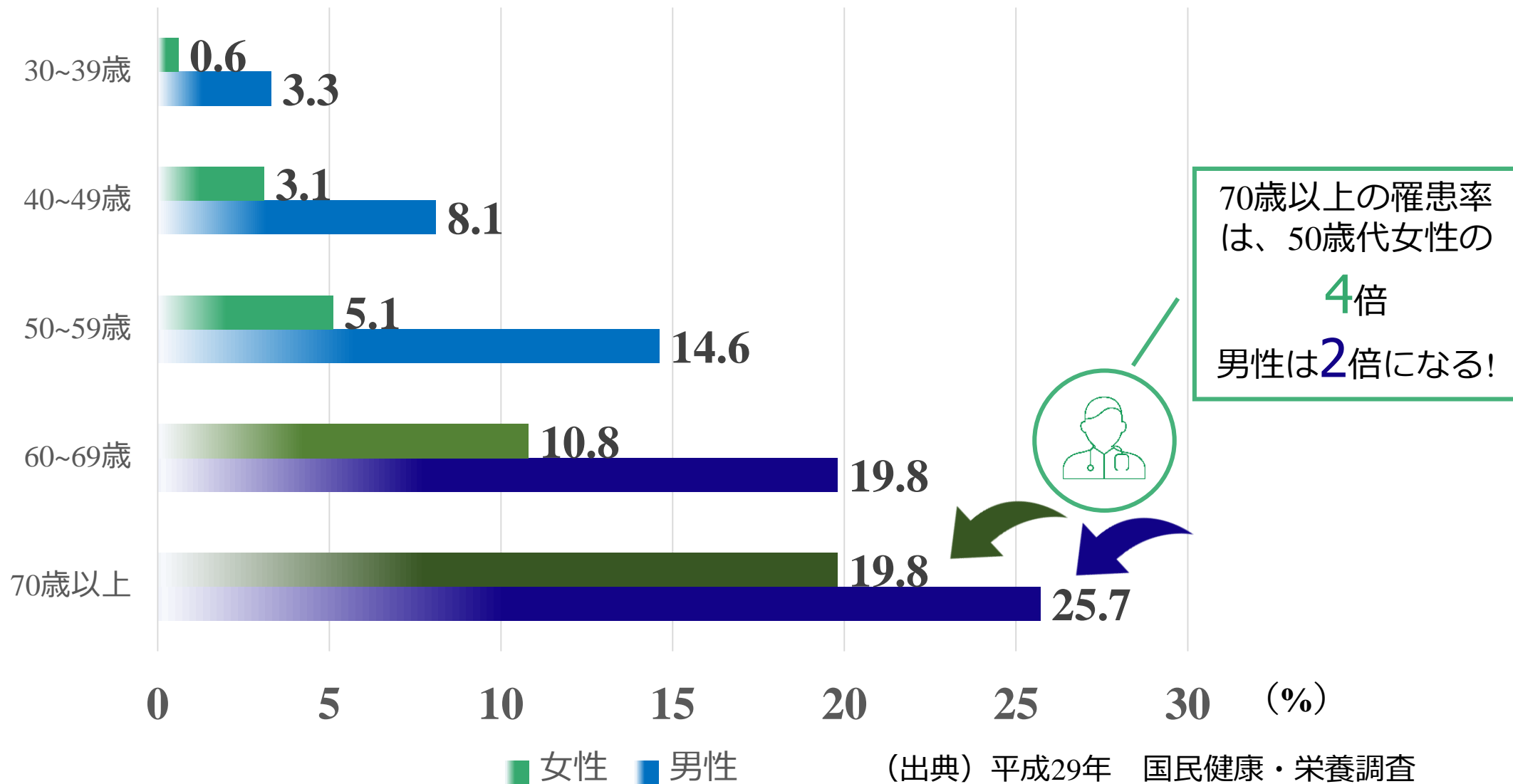
糖尿病患者は予備軍と併せて約**2,000万人**

日本人の6人に1人は糖尿病もしくはは糖尿病予備群

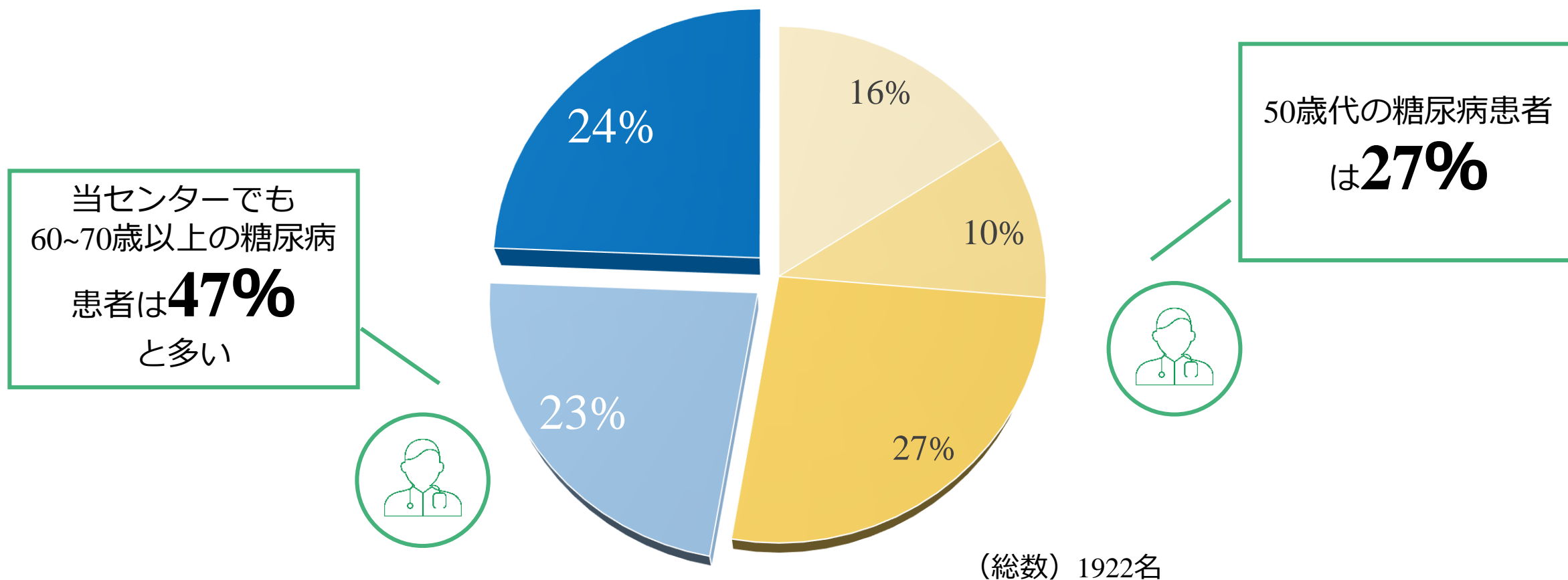


“**糖尿病の予防・改善**”は運動・食事の生活習慣改善が基本の“**き**”

糖尿病罹患率は“加齢とともに増加傾向”



各年代別 糖尿病利用者割合（当センター調べ 2017）



■ 30~39歳 ■ 40~49歳 ■ 50~59歳 ■ 60~69歳 ■ 70歳以上

受診者に対しての運動療法の実施状況は・・・

当センターを利用し継続的に運動療法を実施している会員
52名 (2.64%)



課題①

“運動療法の実施率” を如何にして高めるか

さらに言えば…

2025年には75歳以上の後期高齢者が**2,180**万人、
65~74歳の前期高齢者人口が**1,497**万人に達する予想

国民の約3人に1人が65歳以上、約5人に1人が75歳以上
(内閣府 令和4年版高齢社会白書)

- 超高齢化社会を迎えるといわれる中、糖尿病患者の割合は高齢者の増加とともに今後ますます増えることが予想される。

課題②

“**高齢化に対応した介護予防・運動療法**” のできる施設体制づくり

2016年8月より始まった 介護予防・日常生活支援総合事業 “運動型通所サービス”

趣旨

利用者が可能な限り居宅において、自立した日常生活を送ることができるよう、必要な機能訓練等を行うことにより、利用者の心身機能の維持向上を図り、サービス終了後も主体的・継続的に介護予防に取り組めるよう働きかけることにより、できる限り要介護状態とならず、自立した日常生活を営むことができるよう支援する

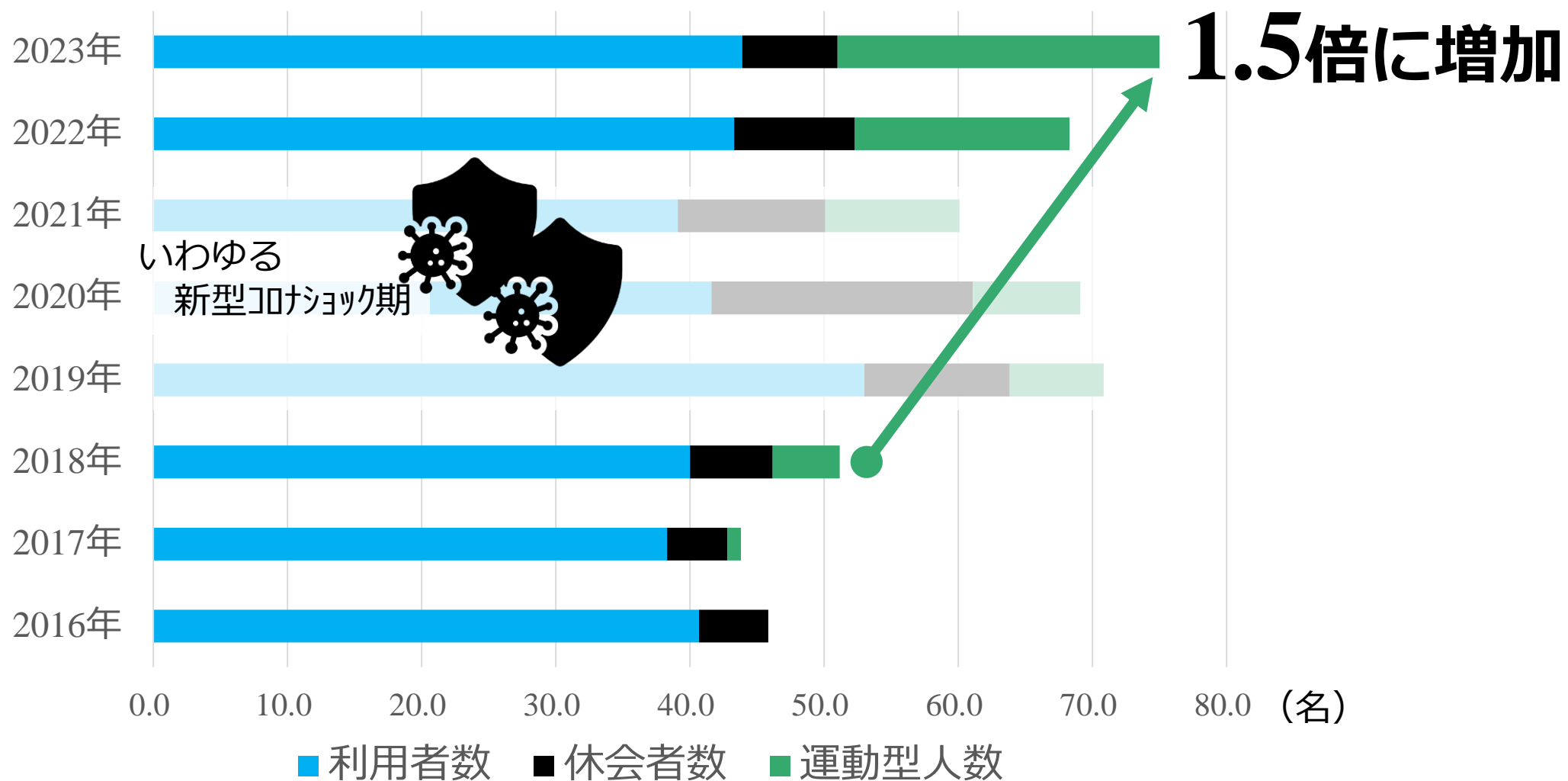
- ・課題解決に繋がる制度
- ・事業の趣旨に賛同

“**介護予防・運動療法**” のできる運動型通所サービス

2017年12月 介護予防・日常生活支援総合事業 運動型通所サービス開始

これによって・・・

アポロン利用者数の推移



運動型運営について

● 定員

指導員1名に対し、利用者を最大5名とし、少人数形式での実施

→個人の目的・体力に合わせての指導

安全面で目が行き届き易く、距離も近いのでコミュニケーションが取りやすい

● 運営スタッフ

現在3名の健康運動指導士が担当

→当初健康運動指導士2名であったがさらに1名が健康運動指導士を取得

今後の利用増による指導者不足に備えた対策

● 提供状況

平日：午前・午後各2単位 土曜：午前2単位のみ

→メディカルフィットネスと1フロア内での同時営業の時間帯もあるため

スペース上干渉しない定員枠を設定

会員利用の少ないデッドタイムを提供枠に設定（15時～17時）



①運動実施の特色・工夫

● 運動前半

“**自宅で継続できる**”を意識した運動の提供

- ・ 「3種のボール体操」「肩まわりチューブ体操」等短いセクションで運動を区切って実施
→運動を限定することで覚えやすく自宅でも気軽にできるように
- ・ 100円ショップ等で手に入りやすいツールを使用
→同じものを目につくところにおいてもらうことで運動に繋げる

● 運動後半

“**施設の強み**”を活かしたトレーニング

- ・ 運動療法で実施している下半身を中心とした大きな筋肉を鍛えるトレーニングやTRXやファンクショナルトレーニング等最新の“**体幹トレーニング**”を導入





運動実施の様子

② 支援センター・ケアマネジャーとの連携

介護や介護保険に関する分野では不慣れな部分も多く、いきいき支援センターや担当ケアマネージャーとの協力・連携は非常に重要

- サービス利用に関する書類についての内容や変更に関して速やかに把握する
 - ・ 介護保険情報、サービス支援計画、提供票等
- 報告は定期的なもの、緊急性の高いもの共に漏れなく行い、利用者の状況を支援センター・担当ケアマネージャー・事業所が共有できるようにする
 - ・ 利用状況や利用者の運動時の様子・体調の変化等（主に月末に報告）
 - ・ 定期的に実施するアセスメントとその所見（初回・3カ月・6カ月）

書類作成・利用者報告は各指導担当が作成。管理者確認後、支援センター・担当ケアマネージャーへ送付→スタッフ間でも情報共有

③最新の取り組み

- 理学療法士による“**痛み**”のフォロー

利用者が抱える肩・腰・膝等の痛みに対してクリニック所属の理学療法士がなぜ痛むのか？痛まないためにはどうしたらいいのか？をフォロー
(施術希望者には別日に対応)

- 現在名古屋大学とあきしまクリニック共同で**装着型サイボーグロボットスーツHAL®**を用いた、運動が糖尿病に与える影響について研究を実施中

介護予防においてもHALを用いた筋力やバランス能力、動きの改善に利用できる様なプログラムを提供できないか検討中

HALでの取り組み

- 装着型サイボーグHAL®は装着者の動くという“信号”を受け、楽な動きをアシストする
- 体力の低い高齢者、特に糖尿病を持つ利用者の運動促進に繋がる可能性があるかを検証中（楽に感じられる運動で効果が得られるか）
- 被験者からは「楽に動ける」「腰や膝が痛くなくなった」・「転倒がなくなった」などの感想を得られている



結語～運動型を提供するメリット～

- 少子高齢化に伴い、高齢者をターゲットとした運動施設のニーズが高まっている
運動型サービスを提供して高齢者の利用率を高めることにより、自施設の特徴を盛り込んだ
更なるビジネスモデルを設計していくことができる

医療機関と運動型サービスを介して
連携した場合のビジネスイメージ



- 運動型サービスの提供によって、高齢者の心身の健康の維持・改善に携わることで
社会が抱える問題となっている少子高齢化に伴う医療費や介護費の抑制につながるなど
社会課題への貢献度は高く、企業として社会的に意義あるものである



ご清聴ありがとうございました

有限会社アポロン
名古屋糖尿病運動療育センター

