



## 1. プロフィール

医療法人 才全会は、西新・賀茂・伊都の3つのクリニックを中心に、2つのデイサービスとメディカルフィットネスクラブ、これら6つの施設で診療とヘルスケアに取り組む、福岡県西部の小さなグループです。



## 2. 運動の重要性

慢性疾患患者の“wellness”を支えるものは、治療だけではありません。食事、生活習慣、精神・心理的問題など、介入とケアを要する因子が多くありますが、中でも適切な運動の重要性を、私どもはずっと感じておりました。体力増進には運動しかないからです。患者が安心して運動できるフィールドを求めて得られなかった果てに、自分たちでそれを作り、何とか今日まで続けて来たような次第です。では、私どもの取り組みをご紹介します。

## 3. 透析中の運動療法

3つのクリニックで、透析中に運動プログラムを提供しています。エルゴメーターによる有酸素運動、チューブを使った筋力トレーニングにストレッチングを組み合わせた、約1時間のプログラムです。集団プログラムですが、個別の運動処方の下に提供しています。

## 4. WAKAN—高齢透析患者の体力維持・増進

透析患者も高齢化し、通院やADLの維持が困難な方が増えてきましたが、そこを何とかしたいと考え、体力増進を目的としたデイサービスを開設しま

## 医療法人 才全会

URL : <http://www.saizenkai.jp/>

した。そこには、透析の前後や非透析日を利用して、健康運動指導士が監修した運動に励み、栄養士が監修した食事を楽しむ患者等の笑顔があります。

## 5. PHOEBE—メディカルフィットネスの出発点

生活習慣病患者の運動フィールドとして開設されたPHOEBEですが、今や透析運動療法の監修・指導・プログラム作成を始め、研修事業や運動機器開発などに活動の場を広げています。元気な透析患者も利用しています。

## 6. メディカルチェックと安全管理

運動療法に際して、私どもが何より大事にしているものは安全管理です。安全のためにはリスクを知る必要があります。メディカルチェックは欠かせません。リスクをコントロールしながら長く運動を継続してもらうことが、体力増進の大きな柱です。その上で患者を取り巻く様々な因子をできるだけマネジメントし、才全会がHealth Hubの役割を果たせるよう、これからも努めていきたいと考えております。

