

鶴見隆正・大淵修一／責任編集

『理学療法 Mook 11／健康増進 と介護予防』

富樫誠二

(広島市立安佐市民病院リハビリテーション科)

理学療法において健康増進分野への取り組みが叫ばれて久しい。さらに今、時代は介護予防という新たな戦略を展開しつつあり、その中で理学療法士はその役割を発揮することが求められている。言い換えれば力量が問われているともいえる。

そういった中で、鶴見隆正先生(神奈川県立保健福祉大学)、大淵修一先生(東京都立老人総合研究所介護予防緊急対策室)というこの分野のオーソリティが編者の労をとられ、理学療法 Mook シリーズに実にタイムリーな待望の一冊が加わった。選ばれた著者らは、この分野の多岐にわたるそれぞれの実践者たちであり、実践からくる多くの含蓄のある内容を提示してくれる理論家たちでもある。一読しただけで単なるハウトゥものではないことがわかるだけでなく、エビデンスに基づいた健康増進・介護予防への熱い思いと取り組みが書かれている。

内容について少し触れると、健康教育に関する心理学的手法の紹介は、著者の熱い気持ちが伝わって、非常に興味をそそられる。これらの内容は、理学療法の

目標である行動変容をめざすためにはかせない知識と技術であり、もっと理学療法の実践の中でとりいれられるべきものである。行動分析的アプローチや健康心理学的アプローチといった行動科学的なアプローチでは、具体例が示されており、ぜひ参考にしてほしいところである。実践例の紹介は、転倒予防など多岐にわたり、この分野での取り組みを進めるうえでおいに参考となる。また、これから転倒予防教室など、地域での導入を考えている方々は十分に戦略を練り実践する必要があるが、そのためにも本書をじっくり読むことをお勧めする。

本書でも取り上げている介護予防の取り組みは、今後ますます期待されニーズが増すことが予想される。そして、それはエビデンスに基づいて実践されなければならない。編者は高齢者の筋力増強の章を設け、このことに応えている。これは、介護予防への理学療法の取り組みに対してだけでなく、日常的な取り組みとしてもぜひ読んでいただきたいところである。

本書は、じっくり読めば読むほど内容のいっぱい詰まった本であることがよくわかる。さらに、健康増進活動や介護予防事業に取り組もうとする方には必ず役に立つ一冊であるが、それ以外の方にもぜひお読みいただきたい必読本である。

●B5 判 207 頁

定価(本体 4,000 円+税)

2004 年 三輪書店・刊