

《看護ワンテーマ Book》

腰痛のない身体介助術

岡田 慎一郎 著

本体1800円＋税

医学書院 ☎03-3817-5657



古武術を超えた独自の「技」

もう6年以上前になりますが、海外勤

私は、1992年から外務省に医務官として勤務しています。医務官は在外公館の職員・家族の健康管理を担当し、在留邦人や旅行者に健康情報などを提供しています。近年は海外で発生する災害・テロなどの緊急事態に邦人のお世話をすることも多くなりました。これまでミャンマー、インドネシア、インド、ニュージーランド、タンザニア、カナダの在外公館に勤務してきましたが、この5月からは外務省診療所の所長となり、本省職員の健康管理のほか、世界中に1000人いる医務官のまとめ役をしております。

務の合間の帰国休暇中に、あるカルチャーセンターで岡田慎一郎さんの身体介助術講習を受けたことがあります。私はもともと剣道をやっていて、当時日本古来の「ナンバ走り」などが話題になっていたこともあり、「古武術介護」という和風のタイトルに興味をもちました。

やってみると、予想以上に感動したのをよく覚えています。古武術は甲野善紀師範が有名ですが、私にはやや難解で、体で理解するまでには至りませんでした。その点、岡田さんの動き、解説は、素人にもたいへんわかりやすく、納得のいくもので、ずっと心と体に入ってきました。

今回、昨年刊行された本書を拝読しました。その身体介助術は、すでに古武術を離れ、岡田さん独自の「技」に進化していました。しかもその進化は内向的なものではなく、一般の方がより理解しやすく、習得しやすく進歩していました。

本書の「技」は、非常に簡単な3つの原理で説明されています。あまりに簡単に見えて、失礼ながら本屋での立ち読み程度でも覚えられそうに思えますが、実際は繰り返しの練習がいりますので、やはり何度も読み返す必要があるでしょう。

海外に誇る貴重な医療資源

岡田さんの身体介助術は、世界でも貴重な日本の医療ソフトウェアの1つである、と、帰国してあらためて実感しています。今、日本は国を挙げて医療ツーリズムを推進し、海外に医療技術を出しうとしていきます。たしかに日本の最新技術はすばらしいですが、それよりも日本がすでに世界最先端を走っている「高齢化医療」を支えるシステムやソフトウェアこそ、もっと輸出すべきと考えます。

ご存じのように高齢社会は日本だけの問題ではなく、病院・施設のみならず在宅でいかに高齢者をケアするかが、これから世界中で課題になるでしょう。そして、小柄で非力なはずの日本人が腰痛なしに楽しそうに身体介助をしていると知ったら、世界は再び「日本マジック」に驚愕することでしょう。それまでに、ぜひこの「技」を習得しておくことをお勧めします。

なお、岡田さんのこの「技」は、介護される側にとってもたいへん気持ちのよいことも重要です。介護者が、楽しそうに、楽に介護してくれたら、介護される側の心の負担も減るでしょう。さらにこの「技」と「術」の多くは、介護以外の日常生活でも利用可能です。詳しくは、岡田さんの過去の著書をご確認ください。