



「nagomi(なごみ)」では、このように椅子をつかった歩行に必要な6つの筋力トレーニング「イスdeエクササイズ」や「こちヨガ」、「セルフケア」などの運動プログラムが用意されている。無理なく自分のペースで進められる。

介護特集

12

親の老後を考える

「介護予防・リハビリデイサービス nagomi(なごみ)」は2006年、東京で1号店がオープン以来、いまや全国に150店舗を展開し、利用者は2万人に上るといふ。人気の秘密は正味3時間の短時間で、介護予防・自立支援のリハビリに特化したプログラムと仲間づくりにあるそう。。「健康的なシニアライフの創造」をテーマに日本全国、さらにアジアにも躍進する創業者のイー・ライフ・グループ株式会社の代表取締役・小川義行さんにかがった。

取材・文/渡部せつ子

Interview



イー・ライフ・グループ株式会社 代表取締役 小川義行さん

おがわ・よしゆき/1971年埼玉県出身。拓殖大学政経学部卒。プロ野球選手をめざし高校・大学野球部で投手として活躍。肩の故障で断念するも一時、日本ハムファイターズの打撃投手を務める。1999年創業。2006年リハビリデイサービスnagomi1号店を出店し、現在全国に約150店舗を展開。2008年からアジアにも進出。

■取材協力
イー・ライフ・グループ株式会社
東京都豊島区池袋2-6-1
KDX池袋ビル8階
★お住まいの近くのnagomi店舗の問い合わせは
☎0120-753-834 まで
http://www.ii-life.co.jp/

「nagomi」が日本のシニアを元気にする

母の介護で知った 介護サービスの問題点

介護予防リハビリデイサービス nagomi(なごみ)は、筆者も数回体験取材したことがある。正味3時間で、リハビリやストレッチを1時間半たつぷりおこなう。外観はおしゃれなカフェ風で、運動の合間のお茶の時間には利用者同士の会話が弾み、明るい雰囲気だ。nagomiを小川さんが創設したきっかけは、母親への思いだという。「母は59歳のとき、脊髄小脳変性症と診断されました。小脳が萎縮する原因不明の難病(介護保険の特定疾病)で、意識ははつきりして

いるのに体の機能は限りなく失われていく過酷な病です」。それでも診断当初は自転車に乗って買い物に行き、ふらつきながら家事もこなした。息子としては残された機能をできるだけ維持し、進行を遅らせるようなトレーニングができる介護サービスを探したが、「当時はやっつてあげる介護が主流で、介護予防」という言葉すらなかったんです。

最期まで自分らしく 自立して生きたい

病が進んでいく母親を見て、小川さんは確信した。「人間は病気になるも、年をとっても、残る機能を一日でも長く使っ

て、自分らしく生きたいのが本来の姿だ」と。福祉用具や住宅リフォームの設計・施工を業務に起業していた小川さんは、介護予防の視点から新しいデイサービスを創ることに決め、試行錯誤を始める。そして2006年、nagomi1号店が誕生した。従来の食事、入浴、昼寝(休憩)、レクリエーションを省き、

リハビリに特化したプログラムは、元気になりたい男女シニアの熱い支持を受けた。フランチャイズ展開すると2012年には100店舗、利用者1万人を達成したのである。「nagomiが嫌

だという方も、もちろんいらつやいます。誰にも喜ばれるサービスなんてないんです。重要なのはニーズに合わせて選べること。うちは、体力をつける専門店です(笑)」。中期目標は2015年に250店舗、利用者に2万5千人だ。

健康的で幸せな シニアライフとは

小川さんは今、寝たきりになった人に訪問入浴サービスとリハビリを組み合わせた新サービスを考案中だという。「私のいちばんの願いは介護も医療も要らない誰もが健康な社会です。しかし、それは不可能な話。みんなが最期まで、できるだけ健康

的に暮らせるように、これからも色々なサービスを提供していきます」。親の老後に思い悩む読者へのアドバイスは「親の介護の経験で、悩んで当たり前です。迷ったときは代表者の理念が現場に浸透している誠実なサービス事業者を選んで」と。

先月、敬老の日を前に総務省が発表した統計によれば、65歳以上の高齢者人口は3296万人で総人口の25.9%(前年は25%)。その2割近い636万人が就業していると知って、少しうれしくなった。めざすは生涯現役。親御さんのシニアライフに、nagomiを取り入れてみては?