

## 要介護予防運動スペシャリストの活動現況

### ～全有資格者への調査から～

キーワード：

要介護予防運動 (Therapeutic Exercise)

○ 鈴木英悟 (東海大学非常勤講師)

浦井孝夫 (順天堂大学スポーツ人間科学部)

鈴木秀雄 (関東学院大学人間環境学部)

#### I. 要介護予防運動指導者養成の概要

昨年、既に高齢者 (65 歳以上の人口) が総人口の 20% に達した。これに伴い長寿社会における自由裁量時間 (余暇時間) もより一層の増加傾向をたどることに疑いはない。

誰もがこの高齢期を健康で有意義に生活したいと心から願っており、特に中高老年期を迎える者にとっては、ADL、QOL を低下させないためにも、精神的機能のみならず身体的機能を良好に維持し続けること、あるいは向上させていくことが不可欠である。そのためには、個人の余暇における自主的な活動を支援し、正しい知識・技能をもって指導できる専門家の育成が急務である。

スポーツの振興・普及を目的とする財団法人日本スポーツクラブ協会 (Japan Sports Club Association、以下「JSCA」と略す。) は平成 16 年 7 月より要介護予防運動の指導者養成を開始し、要介護予防運動スペシャリスト (Therapeutic Exercise Specialist、以下「TES」と略す。) の資格認定講習会を開催している。既に計 14 回の資格認定講習会【(第 1 回 (岩手)、第 2 回 (東京)、第 3 回 (東京)、第 4 回 (静岡)、第 5 回 (神奈川)、第 6 回 (東京)、第 7 回 (東京)、第 8 回 (大阪)、第 9 回 (大分)、第 10 回 (東京)、第 11 回 (東京)、第 12 回 (香川)、第 13 回 (東京)、第 14 回 (大阪))】を実施し、15 回 (岩手)、第 16 回 (東京) の今年度内の開催が決定している。また、上位資格である要介護予防運動コ

ーディネーター (Therapeutic Exercise Coordinator、以下「TEC」と略す。) の資格認定講習会 (第 1 回 ; 神奈川 ; 平成 17 年 3 月 ; 69 名受講) も開催し、次回の TEC 講習会 (第 2 回 ; 神奈川) は平成 18 年 3 月に実施することが決定している。

本研究の共同研究者である浦井孝夫は JSCA 理事長を努め、鈴木秀雄は JSCA 評議員および要介護予防運動指導者資格認定講習会ジェネラルディレクターとして、また、TES および TEC の資格を既に取得している発表者自身は、JSCA 専門委員として、講習プロジェクトの構想・開発から関わり講習会の司会者も努めている。

TES 認定講習会の総受講者数は 546 名 (平成 17 年 9 月 14 日現在) に至っている。

#### II. 要介護予防運動スペシャリスト

##### 認定講習会のカリキュラムの内容

TES 資格講習会の目的は、①要介護予防運動の理念、概念、本質的な理解をすすめる、②要介護予防運動方法論における指導の全体像を学び、③個別具体的な課題に対応するカリキュラム内容を構築できる応用力を養う<sup>1)</sup>ことを目的としている。講習内容の 1) 学科領域は、介護・看護に対する基礎および専門知識であり、2) 実践実技の領域は、筋力向上訓練、関節可動域 (ROM) の増大を見据えたストレッチング、3) 指導・生活領域における安全確保として、事故・ケガに対する救急救

護等の学科・実技も組み込まれている。

これらの TES および TEC の講習内容の指導・講師陣については、全ての専門領域において、博士号の資格を有する専門家による指導を基軸としている。

### Ⅲ. 研究の目的

TES の受講者は、介護系有資格者（介護福祉士、理学療法士、看護師、保健師等）と運動系有資格者（健康運動指導士、健康運動実践指導士、トレーニング指導士等）の 2 つに大別されるが、既にそれぞれの職場において上述の資格の知識・技能を発揮し、第一線で仕事・業務を行なっている。

本研究は、① TES 全有資格者の資格取得後の活動状況、② 要介護予防運動指導者はどのようなことに重点をおくことが重要であるのか、③ 現在、TES が抱えている課題はどのような事柄なのか、を明らかにすることを目的としている。

### Ⅳ. 研究の方法

#### 1. 調査対象

JACA 主催の TES 資格認定講習会を受講し、なおかつスペシャリストの資格を取得した全有資格者（502 名）を対象

#### 2. 調査方法

郵送法による無記名アンケート調査

#### 3. 調査期間

2005 年 9 月 14 日～10 月 11 日

#### 4. 回収率、分析、結果等

学会大会（第 35 回、於：国際基督大学）において詳述する

#### 5. 調査内容（質問項目）

「有資格者の属性」、「TES を受講した開催回と受講コース」、「TES 受講に必要なとされる前提資格として申請をした資格」、「TES 講習を受講した理由」、「TES 資格

取得後、その資格に関わる活動（仕事・業務等）の実態」、「TES 立場から要介護予防運動指導における重要事項」、「TES 有資格者として、抱えている課題」、「職場や周辺等での TES の認知度」、「TES 資格取得後の現況」、「要介護予防運動コーディネーター資格講習受講希望の有無」等、全体を 11 項目で構成し、調査を実施した。

有資格者間の情報交換及び資質向上を目的とする TES の研修会も平成 17 年 12 月に企画されており、この調査結果も踏まえ、指導者研修がカリキュラム化されていく。

### Ⅴ. アンケート調査の意義

要介護予防運動スペシャリスト資格認定講習会に参加した多くの受講者が、何らかの形態で要介護予防に関連する職業もしくは仕事や業務の中で TES の更なるノウハウの必要性を強く求めている。また、職場における TES の仕事・業務形態等の実態の把握と、“生の声・現場サイドの生きた情報”に対する聞き取り調査をすることにより、これからの要介護予防運動をどう指導すべきか等についての課題・問題点ならびに現在の活動現況が明確な形態で把握できることが本調査の意義である。これらの課題・問題点の把握を通して、より一層現場（仕事・業務）への情報提供を可能とし、かつ現場サイドとの連携を可能にしていくことを意図している。加えて、超高齢社会のわが国において、今後の要介護予防運動およびその指導に、“より良い方向性”を見出すことに資するものと考えている。

#### 【引用文献】

- 1) 鈴木秀雄編『要介護予防運動スペシャリスト認定講習会テキスト(第 14 回)』(財)日本スポーツクラブ協会刊、はじめに、2005 年 8 月。