

**元五輪競歩選手が監修 リハビリ難民の問題にもアプローチ！
「ウォーキング療法士によるパーソナルコース」 取り扱い開始
ウォーキング×医療リハビリ技術で歩く不安をサポート**

美と健康を提供する株式会社協和(東京都新宿区、代表取締役:堀内泰司、「以下:協和」と、一般社団法人国際統合リハビリテーション協会(本社:東京都渋谷区、代表理事:森本義朗、「以下:IAIR」)は、ウォーキング療法士が指導する「ウォーキング療法士パーソナルコース」の取り扱いを開始いたします。

「ウォーキング療法士」は、国家資格を保有する、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が、ウォーキング技術を取得したウォーキングトレーナーです。

理学療法士などはリハビリのプロとして、病院や介護施設の医療現場で患者さんに日々従事しています。

元五輪競歩選手の柳澤哲が現役時代の経験を活かしたウォーキング理論でウォーキング療法士を監修。高度なウォーキング技能に、安全性の高い医療リハビリ技術を融合し、疾患のある方から日常生活のウォーキングに不安のある方まで幅広くウォーキング指導します。



＜ウォーキング療法士有資格者＞

＜ウォーキング療法士パーソナルコース＞

◆パークウォークコース(1時間・全4回)◆

60,000円 (税込:64,800円)

指定された場所でのウォーキング指導

◆パークケアコース(1時間・全4回)◆

80,000円 (税込:86,400円)

指定された場所でのウォーキング指導とボディケア

◆ホームケアコース(1時間・全4回)◆

100,000円 (税込:108,000円)

自宅に訪問し、ウォーキング指導とボディケア

*別途交通費がかかります



◆◆申し込みサイト◆◆

<https://www.walkingtherapist.net/>

＜背景＞

美と健康を提供する協和の社員であり、元五輪競歩選手、柳澤哲は、競技で得た体を上手く使い、負担が少ない歩き方の技能を活かし、ウォーキングの指導に携わってきました。重度の片麻痺患者さんが、一年後に杖がなくても歩けるほどに回復。ウォーキングを通じて、日本の健康寿命を延ばし、QOLを高める活動に携わりたいことを決意。

一方、脳血管疾患の総患者数は111万人*。脳梗塞の患者数は毎年減少していますが、十分なりハビリを受けられない“リハビリ難民”が社会課題となっています。現在の医療保険・介護保険サービスでは最大180日で退院となり、その後のケアが不足していることも理由のひとつです。

そこで協和では、リハビリに携わる理学療法士などの活動を推進するIAIRと協力し、ウォーキング療法士を育成、パーソナルコースの取り扱いを開始することとなりました。

■ やっとできた！健常者と変わらない素敵な笑顔！

「本当に片麻痺の方？症状が軽いんじゃない？」4年前に予期せぬ事態から脳梗塞を発症した女性患者さんが、笑顔の写真を見た方から受けた言葉。病院で半年間リハビリを受け、退院後は自宅でリハビリを受けつつジムに通う日々。病前前にできたことができない。以前、「自転車で走ったしまなみ街道

をまたトライしたい」、「タイムを競う競歩のようなことをやりたい」と、柳澤哲の門を叩いたことがきっかけでした。

週1回のパーソナルトレーニングを続けて一年後、今では杖がなくても歩けるようになっています。



<左：トレーナー 右：患者 Nさん>

■ 体を上手く使う 負担が少なく痛みを抑える歩き方も！

人間が生きるための基礎となるのが「ウォーキング」。健康なときは特に意識しないものです。社会復帰を目指すリハビリとして、運動不足を解消するトレーニングとして、誰でもいつでもどこでも気軽に始められるスポーツです。

体力に合わせて、速さや時間など強度を調整したり、体を上手く使うことで、負担が少なく痛みを抑えることも。

「保険外」のため費用はかかりますが、個人に合わせた目標やきめ細かいプログラムを設計できます。例えば、トレーニングの回数や時間、場所の縛りがあります。社会復帰を目指す重度な方から、腰痛や膝痛など日常生活に不安のある方まで、ニーズに合わせたプログラムをウォーキング療法士と一緒に作成し指導していきます。

◆◆動画 URL◆◆

<https://vimeo.com/345815092>



<左：2018年トレーニング直後 右：1年後>

<ウォーキング療法士 監修者プロフィール>



柳澤 哲 ウォーキングトレーナー / 元五輪競歩選手

引退後、東京大学生涯スポーツ健康科学研究センターに勤務。高齢者・低体力者のトレーニングトレーナーとして5年間従事。現在は2020東京五輪に向けたJOC強化スタッフとして日本代表選手をサポートする傍ら、ウォーキングトレーナーとして、講習会・パーソナルトレーナーと、ウォーキング指導に従事。ウォーキングを科学することを目指す。

<所属> 協和 / NPO 法人 東大スポーツマネジメント研究会 理 / JOC 陸上競技強化スタッフ / 山梨学院大学 陸上部 コーチ

<選手実績>

- 2000年 シドニー五輪 20km 競歩 出場
- 2001年 世界陸上 20km 競歩 7位入賞 (日本人初)
- 2002年 アジア大会 20km 競歩 銅メダル

※厚生労働省『平成29年患者調査の概況』より

会社概要

■会社名：一般社団法人 国際統合リハビリテーション協会

- ・設立：2011年4月
- ・本社所在地：東京都渋谷区恵比寿 1-15-9 シルク恵比寿 403
- ・代表理事：森本義朗
- ・事業内容：療法士の社会参加・貢献活動の推進／統合リハビリテーションに関わる学術大会の開催／統合リハビリテーションの普及に関する活動の継続／資格認定と教育
- ・URL：<https://iairjapan.jp/>

■会社名：株式会社 協和

- ・設立：1960年
- ・住所：〒160-0023 東京都新宿区西新宿 1-22-2 新宿サンエービル 9F
- ・代表取締役：堀内 泰司
- ・事業内容：化粧品・美容健康食品の製造販売（通信販売・店舗販売）
- ・協和 URL：<https://www.kyowa-group.co.jp/>
- ・fracora ブランド URL：<http://www.fracora.com/>

fracora