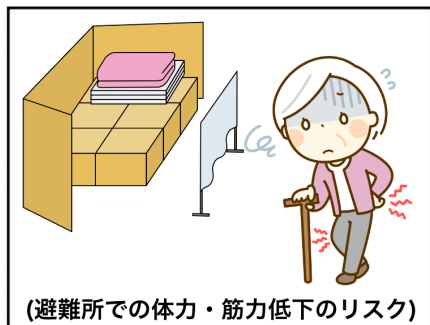


【能登半島地震対応】 兵庫県西宮市の理学療法士が被災地へむけて遠隔支援開始  
高齢者・脳卒中者が避難所でできる「**リハビリ動画支援**」

3200本以上のリハビリ動画で一人一人にあったメニューを無料提供



動きのコツ研究所リハビリセンター（兵庫県西宮市、代表：生野達也）は、能登半島地震の影響を鑑み「避難所ではリハビリできない」という高齢者や脳卒中者の筋力・体力低下予防を目的に、電話やLINEによる相談と自宅でできるセミオーダーのリハビリ動画メニューの無料提供を1月2日からスタートします。

【解決したい課題】

- ・慣れない避難所では生活不活発症候群発生、日常生活活動度の低下の危険性
- ・東日本大震災の際、被災地では介護保険サービスが機能しなかった前例あり
- ・避難所や自宅では生活不活発症候群予防が困難
- ・避難所でできるリハビリ方法がわからない

【提供する無料サービス】

- ・リハビリ専門家である理学療法士が電話やLINE相談（悩みの共有・カウンセリング、個別の状態把握）
- ・自社で公開している3200本のリハビリ動画から一人ひとりに適した動画を選定
- ・動画の種類や順番を整理し、**自宅でできるリハビリ動画メニュー**としてメールで通知

被災者においては慣れない避難所生活で生じる腰痛などの痛みや生活不活発症候群、そして高齢者の日常生活活動度の低下、あるいは褥瘡悪化等のが発生する危険性があります。また、東日本大震災の際、被災地では介護保険サービスがほとんど機能しなかった前例もあります。

被災地における避難所や自宅では、安全の確保が優先になることもあり、運動不足傾向になります。また、「避難所ではリハビリできない」「ひとりでできるリハビリ方法がわからない」という問題が生じます。その結果、高齢者や脳卒中者における筋力や体力が低下してしまう危険性が危惧されています。

今回、被災地における高齢者や脳卒中者の筋力や体力低下の予防を目的に、電話やLINEによる相談を通して、リハビリ専門家である理学療法士が一人ひとりに適した「自宅で一人でできるリハビリ方法」を電話や動画で無料提供する支援を動きのコツ研究所リハビリセンターがはじめます。

まず電話やLINE相談によって、体の動きにくさの悩みを聴取し、個別の状態把握を行います。そして、自社が運営するリハビリ動画チャンネル（youtube）で公開している3200本以上の動画から、一人ひとりに適した動画の種類や順番を整理し、自宅でできるリハビリ動画メニューとしてメールで無償提供します。なお、本支援は、2024年1月2日~2024年3月31日まで行います。

リモット(株) 動きのコツ研究所リハビリセンター

取材担当：生野達也 電話：050-3390-0152

兵庫県西宮市池田町9-7フレンテ西館305 メール：info@re-motto.jp

ホームページ：https://ugoki-no-kotsu.re-motto.jp/

【相談用 公式LINE】



## (プロフィール)

- ・代表取締役 生野達也 (いくのたつや)
- ・理学療法士、保健福祉学修士



2013年公的介護保険外リハビリ 脳卒中専門リハビリ「動きのコツ研究所」を創設。  
「痛くなく、つらくなく、がんばらなくても動ける」独自のメソッドを提唱。  
脳卒中当事者がお互いに支え合い、一歩踏み出せるイベントを開催している。

40代～60代向けの麻痺患者を中心に、膝や腰、股関節の痛みのある人など、  
これまでに関わった患者数は、のべ3万名以上。

2007年から、理学療法士や作業療法士、柔道整復師をはじめとしたプロにも  
リハビリ研修を実施しており、指導人数は3000名に及ぶ。  
北海道出身、吉備国際大学保健科学部理学療法学科卒業。

- ・リモット株式会社 代表取締役(兵庫県西宮市)

事業内容：西宮市内において公的介護保険外リハビリ施設を運営

2014年よりYouTubeチャンネルでリハビリ動画配信を開始

2024年1月1日現在、投稿動画3259本、総再生回数は589万回にのぼる

## (リハビリ動画支援実績)

新型コロナウイルス感染拡大による高齢者の体力・筋力低下リスクに対して「リハビリ動画支援」を実施。  
20メディアに掲載される。

## (イベント紹介)

- 脳卒中当事者会「未来へつなぐ会」：月1回開催
- 脳卒中当事者とリハビリ専門職で宿泊する「リハビリ合宿」：年1回開催
- 脳卒中者のリハビリ成果を表彰する「動きのコツ協会アワード」：年1回開催



(YouTubeチャンネル総再生回数589万回超)



(脳卒中当事者会:未来へつなぐ会を毎月開催)



(宿泊して当事者同士が教えあうリハビリ合宿を主催)

## 【出展】

- ・「大規模災害リハビリテーション対応マニュアル」出展：医歯薬出版株式会社  
[https://www.japanpt.or.jp/assets/pdf/disaster\\_preparation/disasterrelief/geje/Manual\\_for\\_Large-scale\\_disasters\\_Rehabilitation.pdf](https://www.japanpt.or.jp/assets/pdf/disaster_preparation/disasterrelief/geje/Manual_for_Large-scale_disasters_Rehabilitation.pdf)
- ・「各個人に合わせリハビリ動画を無料提供 こもりがちな高齢者に」出展：NHK  
<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20200502/k10012415121000.html>
- ・「自宅での1人リハビリ支援 体の状態に応じた動画再生」出展：毎日新聞  
<https://mainichi.jp/articles/20220203/k00/00m/040/047000c>