特集 VOL.2

病院・高齢者施設の環境つくり

回復期リハビリテーション病棟における自立支援を応援するインテリア

1.回復期リハビリテーション病棟の環境づくり

リハビリテーションという言葉は、本来は「たとえ障害を負っても、歳をとっても、その人らしい日常の暮らしを実現させる事」だそうです。

回復期リハビリテーションは、命の危機を脱した患者さんが日常に戻れるよう、さまざまな医療専門のチームが関わりサポートして行きます。

急性期にはベッド上で安静を保っていた状態から、退院に向け日常の生活動作（起きる、食べる、歩く、トイレに行く、入浴する…等）への積極的な働きかけに変わるので、患者さんが精神的にもストレスなく前向きに取り組めることが大切です。そのために必要な環境づくりについて考えてみたいと思います。

まずは①安全であること、そして　②身体を動かす事が億劫でなく、③社会に戻る事に前向きに取り組めることが大切になります。

殺風景な環境でリハビリに取り組むよりは、色彩、触感、香り、音…など病院といえども日常生活にある感覚を呼び戻すようなインテリアに配慮することで、同じリハビリを行うにしても、時間が短かく感じられたり、頑張る気持ちが沸いたり、気分良く取り組めたりするものです。

2.自立支援を応援するインテリア

さて、ここから具体的に事例を通して環境づくりの工夫をご紹介したいと思います。

大分県の社会医療法人 敬和会さんは、急性期医療の「大分岡病院」に加え、回復期リハを行う「大分リハビリテーション病院」を運営されています。

その他、在宅支援クリニック、緩和ケアクリニック、訪問看護ステーション、高齢者施設など8施設が連携し高度急性期医療から回復期、生活期と切れ目ない医療・介護サービスを地域に提供しています。2017年に大分リハビリテーション病院を増築され、その際に弊社がデザインを担当させて頂きました。

①リハビリ室をモチベーションアップの空間に

患者さんの「もう一歩、もう一回」と頑張る気持ちをインテリアはどう応援できるでしょうか。リハビリ室の床・壁・天井という大きな面積を占める場所が白だけの単調で無機質な空間だとリハビリの時間も長く感じてしまいます。

大分リハビリテーション病院では白をベースにしながらもポイントとなる部分にアクセント色を入れ単調にならない工夫を施しました。

まず全体的なコンセプトを「自然の中でリハビリを！」とさせて頂きました。

病院・高齢者施設の環境づくり

海の見える場所や川辺、森の中で体を動かすのがとても心地よい事は私たちの日常で誰でも体験していると思います。もちろん屋内なのでズバリとはいきませんが、「その様な気分になれる、リハビリ空間」をインテリアで表現してみました。
まず大切なのは色彩です。足元に大地のベージュ、目の高さに森を感じるような緑、天井に空の色を施しました。
次に形。自然界には直線の物がありません。太陽、月、水輪、朝露のしずく…。
形としてあちらこちらに出てくるものには丸を意識しました。
患者さんがリハビリで歩行する部分は他の床と色を変えたり、一歩の目標距離が認識できるようにラインを設けました。デザインされた目標物が床や壁にあると目線の高さや歩幅など共有しながらリハビリできると好評を得ています。

壁に丸い形を飛ばしてアクセントに

天井はブルーで貼り分け。
柱に色をつける事で柱間の距離がわかりやすい。

②和室でのリハビリを効果的に

大分リハビリテーション病院では、リハビリ室の一角に和室を設けました。押入れからの布団の上げ下げ、靴を脱いで畳を歩く感覚、その方なりの座り方、立ち方の確認など、普段和室で生活されている患者さんにとって和の空間でのリハビリは大変重要です。
和室の床はリハビリの床面から30センチほど上げています。段差が全くない事に慣れてしまうと人間は段差につまずきやすくなります。2cm～3cmの中途半端な段差は危険性がありますが、思い切った段差は上がり降りする動作や座って靴を脱ぎ履きする動作の訓練になります。
障子を開けるとオープンな空間になるので違和感が無いようにリハビリルームのインテリアと調和させ、畳はカラー畳を使用しています。
今は様々な色の畳がでており、素材も井草、和紙、ポリプロピレンなど選ぶ事ができます。
井草は天然の香りや肌触りには優れていますが、天然ゆえにカビなども生えやすく、摩擦に弱いという弱点があります。ポリプロピレンの畳は耐久性があり、掃除しやすくリハビリ室に向いています。
押入れの襖は襖紙でなく、ビニールクロスを使用しました。柄が多様でコンセプトに合わせて選びやすいからです。また障子はワーロン紙という本物の障子に見えて破れにくい素材を使用しました。耐久性とデザイン性を兼ねた良い商品がたくさん出ているのでデリケートな和室の素材も雰囲気を保ちながらも壊れにくくメンテナンスもしやすくなります。

病院・高齢者施設の環境づくり

和室をリハビリ室の一角に

鏡も丸くすると楽し気に

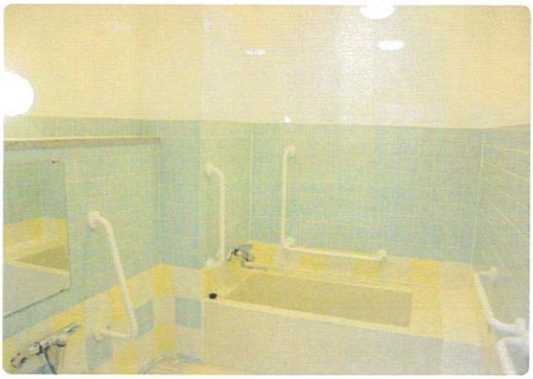
③お風呂に物語を

入浴も重要なリハビリです。少しの工夫でより入浴を楽しくすることができます。デザインというと余計なお金がかかるのではないかと思われがちですが、余計なコストを掛けずに楽しんで入浴して頂けるような浴室を造る方法はあります。

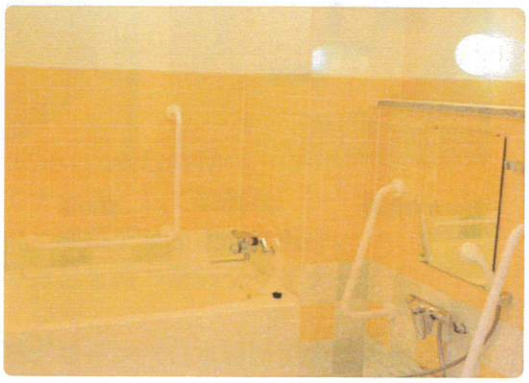
大切なのは「物語性をつくる」ことです。大分リハビリテーション病院では４つの浴室が計画されていました。通常このような場合、工事側にお任せすると同じインテリアの浴室が４つ出来るのではないでしょうか。

「物語性をつくる」というのは、どうしたらこの４つの浴室を患者さんがワクワクして使っていただけだろうかと考える事から始まります。我々日本人なら入浴の目的は「体を清潔にする」という事だけでなく「癒される事」が大きいです。まるで温泉にでも行くような物語をそこに加えてみる。さらに温泉と回想すると思い浮かぶのは四季です。春、夏、秋、冬。日本には４つの季節があります。患者さんはどこかの季節に温泉に行った事を思い出してお風呂に入ってくださるかもしれません。そんな期待をこめて「四季の湯」というコンセプトを創りました。

コンセプトができると自然と色合いが決まります。お風呂の床・壁タイルはリーズナブルな10センチ角を使い、追加金額を出さずにテーマに合わせて壁の色を変え四季の湯をつくりました。今日は春の湯、明日は秋の湯に…　旅するように入浴出来て楽しいと好評を得ています。

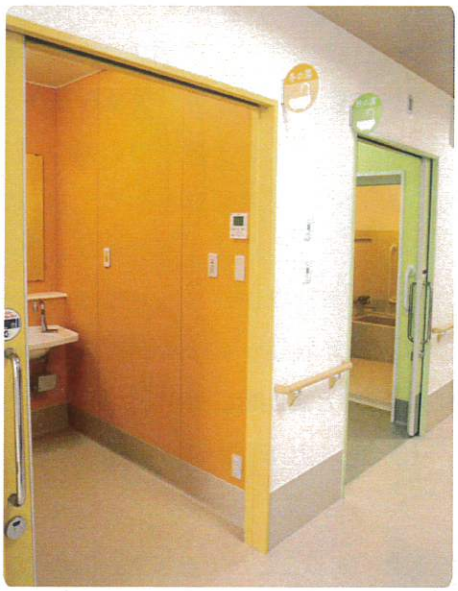


秋の湯



冬の湯

病院・高齢者施設の環境づくり



冬の湯・秋の湯　脱衣室

春の湯・夏の湯　脱衣室

④元気になるサイン

病棟内のサイン計画も大切です。患者さんが何度となく目にするからです。トイレ、階段、浴室…。単に目的を示すだけでなく、廊下を歩くことが楽しくなったり、見るだけで気分が明るくなったりするサイン計画を考えてみましょう。
大分リハビリテーション病院ではピクトサイン（視覚記号）を使用し、元気になるデザインを目指しました。

軽やかな階段

夏の湯

春の湯

⑤行きたくなるトイレ

トイレが寒い、狭い、汚いだと我慢することになり、高齢者が水分摂取を抑えることで脱水になるという話を聞いた事があります。行きたくなるトイレにする事で、排泄するだけの場所からリハビリの場所へと変える事が出来ます。
床材や腰壁にはお掃除しやすいタイルやパネル材を使用しても腰から上の方は壁紙を使用することが可能です。大分リハビリテーション病院では自然の中でリハビリをというコンセプトに合わせて植物の柄物クロスを用いて楽しく行きたくなるトイレを目指しました。

森林浴のイメージのトイレ

カラフルな森のイメージのトイレ

3.まとめ

回復期リハビリテーション病棟において、患者さんのモチベーションをアップさせ、スムーズに日常に戻れるよう、リハビリを楽しむようになって頂ける事はとても大切です。患者さんがリハビリをしながら見つめているのは何でしょうか？入院中のリハビリ時間は24時間の内の数時間、それ以外の時間をどう過ごしていただけるでしょうか。
リハビリの時間以外でも日常に戻る自信をつけて頂けるように環境が応援できる事はたくさんあります。それを意識して病棟内を見渡し改善できる事は改善していくことで、患者さんだけでなく働くスタッフもワクワクするような環境が生まれるはずです。

戸倉蓉子

【プロフィール】
株式会社ドムスデザイン　代表取締役
慶応義塾大学病院にてナースとして勤務後、
病院の環境を変えたいと建築デザイナーに転身。
看護師と一級建築士の資格を持つ建築デザイナー
【著書】
医療の場を整える環境デザイン（日本看護協会出版会）