

MASTER TRAINER

整形外科と内科

医療現場とフィットネスの現場をつないで 包括的な健康問題解決サービスの提供を目指す 日本唯一のピラティス・リハビリテーション 認定指導者

フィットネスが整形外科と内科をつなぐ

日本で整形外科の専門医と内科の認定医の両方を持つ医師はめずらしい。そのうえ、フィットネスクラブスタッフとして働いた経験も持つ異色のドクターである。現在、自身が経営するクリニックで整形外科と内科の診療をし、フィットネスやピラティスプログラムも提供しているが、このクリニックのコンセプトが創られるに至る経験が2つあった。

1つは、医学部在籍中に4年間フィットネスクラブでアルバイトをしていた時のこと。「お医者さんから少し運動をなさいと言われて来ました」というメンバーには決まって「どんな運動をどのくらいなさいと言われたんですか?」と尋ねた。だが、その問いに答えられたメンバーは1人もいなかった。さらに、フィットネスクラブに来るメンバーを見ていると、内科的な健康問題を抱えた人もいれば、スポーツ傷害や関節の痛みなど、整形外科的な問題を抱えた人もいる。「医療の世界では縦割りなのに、フィットネスでは包括的に健康問題に応えられる」。以来、スポーツ医学に興味を持つようになった。

もう1つは、医学部を卒業し、研修医を終えた後に福岡市の保健施設で生活習慣病の担当医として働いた時のこと。市が提供していたミニドックで、何らかの異常値が見られる人のうち、通常4割、多い時で7割の人が生活習慣病関連の所見だった。その時、「一般の方が健康を気にする時、生活習慣病を気にしている人がほとんどなんだ」と感じた。さらに、市で健康づくりのために行うウォーキング教室などで、膝や足を痛める人が意外に多いことも知った。こうしたことから、一般の方の健康づくりには、内科と整形外科両方からのアプローチが必要だと実感した。

ピラティスが医療とフィットネスをつなぐ

市の仕事をしている時から、柔軟によいものを取り入れた。全国で初めてチューブ体操を取り入れたり、栄養・運動だけでなく休養のためのリラクゼーション法やアロマセラピーなども取り入れた。だが、市の仕事では異動があるたびに取り組みが断片化されていく。「自分が目指すものを形にしていくには、クリニックを開業するしかない。」

そう決意したものの、予防医学でクリニック経営を成り立たせることは現状では難しい。そこで、それまでぼんやりと描いていた整形外科と内科を組み合わせたクリニックのビジネスモデル

を具体化していった。改めて整形外科医としての技術と経験をつけるべく、効率的に必要な力がつけられる病院に勤務するとともに、米国で成功しているスポーツ整形クリニックやフィットネスを取り入れている内科の病院も視察。その視察中にピラティスに出会った。

「ピラティスでリハビリが行われている光景を見た時、直感でいいものだと感じました。メソッドまでは分かりませんでしたが、木製のリフォーマーにめくもりが感じられて格好良かった。その時、自分のクリニックにはピラティスを必ず入れようと思いました。」

以来、クリニック開設準備と同時進行でピラティスの勉強も始め、開業直前、2ヶ月間は集中して米国と日本を行き来。日本で唯一、リハビリ指導者認定も持つポールスターピラティス認定者となった。

クリニックは、2005年7月、武田さんが思い描いた形で順調にスタート。ポールスターピラティスのホストセンターにもなり、常に最新の情報収集～発信ができる環境も整えた。今年7月に企画したセミナーも理学療法士から予想以上の大きな反響を得た。

「フィットネスやピラティスは日本の健康サービスのギャップを埋めるものだと思います。今後は医療資格を持った人を含めて、優れたトレーナーの育成にも力を尽くしたいと思います。」



ポールスター
ピラティス・リハビリテーション
認定指導者
スポーツ・栄養クリニック院長

武田淳也さん