

日々研鑽 ～職員が取得している資格を紹介します～



当院の職員は、患者さんにより質の高い医療を提供するために、入職後も日々研鑽を続け、それぞれ特定の分野において高度な知識と技術、経験を積むことによって得られる様々な資格を取得しています。この連載では、資格を得るための条件や流れ、資格取得後の働き方などについてご紹介していきます。

心臓リハビリテーション指導士



緑のひろば2025年1月号で、理学療法士が取得した「心臓リハビリテーション指導士」の資格についてご紹介しましたが、今回は、管理栄養士としてこの資格を取得した職員が、その経緯と経験をお話させていただきます。



2025年1月号の原稿は
こちらからご覧いただけます

まずは改めて「心臓リハビリテーション指導士」について紹介させていただきます。

皆さんは「心臓リハビリテーション」という言葉を聞いたことがありますか。実際に当院の心臓リハビリテーション外来に通われている方もいらっしゃると思います。心臓リハビリテーションとは、心臓病の患者さんが体力を回復し快適な家庭生活や社会生活に復帰するとともに、再発や再入院を防止することを目指して行う総合的活動プログラムのことです。

具体的には運動療法、学習活動、生活指導、食事指導、禁煙指導、カウンセリングなどを含みます。心臓リハビリテーションでは専門知識を持った医師、理学療法士、看護師、薬剤師、検査技師など多くの専門医療職が関わって、患者さん一人ひとりの状態に応じた効果的なリハビリプログラムを提案し、実施します。

この心臓リハビリテーションを行うためにはチーム医療が必要となります。また、チームが円滑に機能するためには心臓リハビリテーションに関する共通認識と知識や用語の共有化も不可欠です。このような状況の中で、2000年に心臓リハビリテーション指導士の認定制度が始まりました。（心臓リハビリテーション学会ホームページより）

「心臓リハビリテーション指導士」の試験を受けるためには

- ① 既定の講習会を受講すること
- ② 医師、看護師、理学療法士、臨床検査技師、管理栄養士、薬剤師、臨床工学技士、臨床心理士、作業療法士、健康運動指導士、公認心理師のいずれか1つ以上を有していること
- ③ 2年以上継続して心臓リハビリテーション学会の会員であること
- ④ 心臓リハビリテーション指導の実地経験が1年以上あること、または心臓リハビリテーション研修制度により受験資格認定証の交付を受けていること
- ⑤ 申請書類がそろっていること（推薦書、10症例報告など）

をクリアする必要がある、その後受験許可がおりたら試験を受けます。試験は50問の択一式で合格率はおおよそ60%台後半です。

当院には10名の心臓リハビリテーション指導士がおり、学会のホームページに名簿が掲載されています。



東京都 - JACR日本心臓リハビリテーション学会

世田谷区

氏名	所属
野田 祐太郎	株式会社トータルライフケア
橋村 和也	関東中央病院
佐藤 真希	関東中央病院
草島 伽那子	関東中央病院
伊藤 敦彦	関東中央病院
池田 祐司	関東中央病院
石井 大運	関東中央病院
小坂井 真子	関東中央病院
大口 真夜	関東中央病院
原田 修	関東中央病院
森西 聖衣	関東中央病院
森内 進	白鳥聖心会玉川病院



管理栄養士がこの資格を取得することはあまり多くはないそうですが、なぜ私がこの資格に挑戦したのか、そこには多くの他職種の方々のサポートがありました。

私がこの資格を取得したのは2021年ですが、その数年前から循環器内科・心臓血管外科の病棟を担当することになりました。そこで循環器内科の医師や理学療法士、薬剤師、病棟看護師などと知り合い、仲良くさせて貰ううちに理学療法士からこの資格について紹介され、学会に入ってみないかと誘われました。それまで心臓や運動療法についての知識があまりなかったので、この資格を取得するために勉強することで少しでも知識が増やせるのではないかと思います、挑戦することにしました。

しかし心臓の構造は複雑で心電図や心エコーも難しく私にとっては厳しい挑戦でした。そこで循環器内科の医師や理学療法士が勉強会を開催してくれたり、他院での勉強会に誘ってくれたり、運動療法で使用する器械を実際に動かしてみせてくれたりと様々なサポートをしてくれたおかげでなんとか合格することができました。

現在はこの資格を活かして心臓リハビリテーションを行う患者さんへの栄養指導を行っています。心不全患者さんが低栄養になると重症化しやすいと言われています。減塩が必要だけれど味が薄くて食べられないという高齢患者さんには医師と相談して減塩を緩め、食事摂取量が増えるように調整します。腎機能の状態を見ながら必要なたんぱく質摂取量を満たせるように食事や補助食品の提案を行っています。しかしながら、まだまだ勉強不足ではあ

るので資格を取得して終わりではなく年に1度開かれる学術集会やWEBで開催される勉強会などを通して日々学ぶことを続けています。「リハ栄養」という言葉があるように、リハビリテーションと栄養は切っても切れない関係にあります。骨格筋や筋力の維持・向上、フレイル予防にはバランスの取れた食事・栄養管理が必要不可欠であると考えます。心臓リハビリテーションに興味のある方は循環器内科・心臓血管外科の医師、理学療法士等にご相談の上、ぜひ栄養指導まで一緒に受けてみてはいかがでしょうか。



第31回日本心臓リハビリテーション学会学術集会の様子

(栄養管理室 草島 伽那子)