(公社)長崎県理学療法士協会 広報誌

行 公益社団法人 長崎県理学療法士協会

【通算122号】

P 刷 株式会社 インテック
P-can
Terrace

保つための生活能力の質を Physical Therapist p2 ぴーかん 特集2 / / 理学療法生って 生活期編 **Contents** 研修会からの報告 p04 | 知ってます? p09 リハビリテーション専門職の仕事 九州理学療法士·作業療法士 p10 p05 3士会訪問研修会 合同学会参加レポート チームで取り組む ねんりんピックでの活動 p12 理学療法士として大会を p06 医療とリハビリテーションで p08 健康テラス/ウォーキングのすすめ サポートしました!! 包括的なケアを実現!!

理学療法士つてどんな仕事?



編集協力: 樋口健吾氏 所属:西諫早病院(訪問リハビリ)

生活期における

理学療法士の役割

回復期からのバトンタッチ

役割を担っています。 を実際の生活ができるように繋ぎ、再建する 急性期から回復期へとバトンタッチされた方

> 地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続 を目途に、要介護状態となっても住み慣れた

団塊の世代が乃歳以上となる2025

けることができるよう、住まい

・医療・介護・

地域へ出ていくことの重要性

パラリンピックの創設者と言われるルードヴィッヒ・グッドマン博士の 当事者・支援者へのメッセージを紹介したいと思います。 「It's ability, not disability, that counts.」=「失ったものを数える な。残っているものを活かせ!」「Not charity but a chance!」=「保 護より機会を!」

十色、人それぞれではないのかと思います。

ば、また歩けるようにと頑張る方もいれば、十人

希望を失い自宅に閉じこもるという方もいれ

わないように、その方の元 た生活機能が衰えてしま 実情です。せっかく獲得し 服することは難しいのが

どうしますか?

あなたが突然車い

す生活となったら

病による障害を完全に克

脳卒中など何らかの疾

やる気スイッチを

らしさを取り戻すやる気 気の素を探し出し、自分

日々がんばっています スイッチを押せるように

うありたい」ということを支えるために、個人と

으

life)を共有しながら「自分はこ

らえる暮らし方や楽しみ方、また生き様(生活の

る理学療法士は、「~さんらしいよね」と言っても

私たちの生活期リハビリテーションに従事す

環境に働きかけるアプローチをする、言わば生活

コーディネーターの役割を果たしています。

他にも、手すりの設置や段差の解消などの

器利用の提案を行ったり、ご家族へ介助方法

住宅改修や杖や車いす、ベッドなどの福祉機

が引き出され、活動的で生きがいのある暮ら 気や障害があっても、生活者としての主体性 整を関係各署と行い、ご高齢の方でも安心し とって最高の喜びとなります。 しを送り、笑顔で居られることが、私たちに から地域へ出て様々な支援を行っています。病 て歩けるようにしたりと、理学療法士は病院 を説明したり、時には横断歩道の青信号の調

地域ケア会議への参加



通所リハビリでの体操指導

括ケアシステムの構築を実現するために、我々 方々の暮らしを支える重要な役割を担って 理学療法士は「急性期」から「回復期」を経て 予防・生活支援が一体的に提供される地域包 「生活期」である自宅に戻ってからも地域の

中での役割 地域包括ケアシステムの

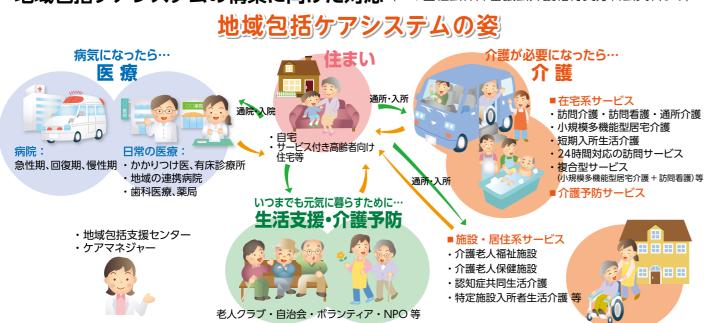
生活期とは? 生活期は、ご自宅や施設などで、自己の能力を活用し、 その人らしい生活を実現する時期です。回復期からの移 行において、一時的に機能が低下することもありますが、 獲得された能力の維持と向上を図り、状態悪化、再発を 防ぐことも重要になります。

自宅生活をする際の生活期の 介護スタッフに対する段差昇 降手段に関する指導

それは医療でありながら、医療を超えて生活や社会等 の周辺につながる視点を持ち、相互に影響を与えながら 変容を促すという点で、これまでの医療の領域を少し拡 大させたものといえます。

地域包括ケアシステムの構築に向けた対応 (119回社会保障審議会介護給付費分科会資料より)

理学療法士は生活コ





生活期で 理学療法士が 活躍する場

- 通所リハビリ
- 通所サービス
- 訪問リハビリ
- •入所リハビリ(施設等)
- ●地域ケア会議への参加
- 介護予防事業
- その他予防事業
- ●病院 etc.

三士会合同 訪問リハビリ テーション研修会

専門職が集う研修会!

三士会合同 訪問リハビリテーション 研修会

日時: 平成28年10月29日(土)、30(日) 会場:東彼杵総合会館 主な内容:

講演「活動・参加につながる ストレングスリハビリテーション」 露木昭彰氏

(足柄リハビリテーションサービス)

シンポジウム 「訪問リハビリテーションに求めること」 医師会・看護協会・ケアマネジャー協議会

介護福祉士会・行政の5団体 グループワーク「地域包括ケアシステムの中で 療法士は具体的にどう動く?」 …など

主催:

公益社団法人長崎県理学療法士協会 一般社団法人長崎県作業療法士会 一般社団法人長崎県言語聴覚士会

他職種連携の強化と、人材育成を 目的に毎年開催されています!





研修会に参加し 訪問リハビリテー

て::

いた患者様のご自宅へ訪問する機会があり タッフとしては、まだ2週間ほどしか経験して タッフとして勤務していました。訪問リ いませんが、その中で過去に当院に入院されて 4年半の間、回復期病棟ス小柳亮一氏が問リハビリテーション銀屋

を広げていく為には、その人のバックグラウン

た。利用者様が、能動的に活動や社会参加の幅

くことが大事だと感じまし

ドを把握し、現在の能力で出来る事から促し

その利用者様の強みを把握し、本

人やその家

ことを学びま

した。それを達成するためには、

参加に視点をおいた目標設定が重要だという

講演では、機能面のみにとらわれず、活動や

訪問リハを経験して感じた難しさ…

勤務していた私がイメージしていた患者様の る事の大切さを感じました。同時に回復期で ているご家族の方の表情も明るくなっていたこ は、入院中とは別人のように自らの生活動作のに介助に依存的であった方が、訪問した際 退院後の生活と大きくかけ離れていた事も実 とが印象的でした。住み慣れた環境で生活す を積極的に動かれている事を見て、大変驚きま した。本人の表情はもちろん、一緒に生活され 私の印象では、入院中は出来る能力はある

に求めること シンポジウムでは、『訪問リ

それぞれの専門性を活かす

ていくことが必要であると感じます。

ことが大事だと理解しま れの機関に発信していく 門的視点をもってそれぞ 題の解決を図る為に、専 協働して利用者の個別課 護、行政などの多職種がい、専門職として医療や介 ハビリテーション

> 思います。 野の広い訪問リ

用者を取り巻く家族、地域全体をとらえた視 ものだと感じました。今後は、利用者および利 ステムにおいて、

、訪問リ

ビリの役割は大きい

訪問リハビリテーション 銀屋スタッフ 本人は前列右端)

テムの中で療法士は具体

した。『地域包括ケアシス



作能力の向上はもちろんですが、。その人らし い生活』を成り立たせる活動すべてを視野に入 した。その中で、私のグル クでは、訪問経験 ープは「訪問

訪問リハビリでは、身体機能・生活の中での動 ハの専門性」について議論しました。その中で、 年数が様々なセラピストが集まって意見交換 しま ーマで行ったグル

見いだせるという事が印象的でした。 れた目標を立てることで地域とのつながりが 今回の研修会に参加して、地域包括ケアシ

PT, OT, STって何? どう違うの?



知ってます?

さまざまな原因によって生じた心身の障害 ションとは、病気、怪我及び老化現象など 活動のことなのです。今までリハビリテ と」が重要で、そのために行われるすべての きる権利の回復」や「自分らしく生きるこ 単なる機能回復ではなく、「人間らしく生

を獲得し、豊かな人生を送るようになるこ

ンによって、残された能力を最大限にひき

へひとりの人生にあった生活能力

て、本人を支える人々やリハビリテ

ーショ

になります。

とが大切なのです。

に対して、その障害が元の状態に戻るよう

リハビリテーション

専門職の仕事

ています。つまり、リハビリテ

・ションとは

の中で、「できなくなってしまったこと」や

リハビリテーションとは、今までの生活

「こんなことがしたい」という希望に対し

ティアや家族の方々の支えもたいへん重要

理学療法士(Physical Therapist)

理学療法士を一言でいうならば動作の専門 家です。寝返る、起き上がる、立ち上がる、歩 くなどの日常生活を行う上で基本となる動作 の改善を目指します。関節可動域の拡大、筋 力強化、麻痺の回復、痛みの軽減など運動機 能に直接働きかける治療法から、動作練習、 歩行練習などの能力向上を目指す治療法ま で、動作改善に必要な技術を用いて、日常生 活の自立を目指します。

作業療法士(Occupational Therapist)

作業療法とは、身体や精神に障害のある人ま たはそれが予測される人に対して、様々な作 業活動を用いて、基本能力(運動機能、認知・ 精神機能)、応用能力(食事やトイレなど、生活 で行われる活動)、社会生活適応能力(地域活 動への参加・就労就学の準備)の維持、改善を 目指します。また、上肢装具、車椅子、福祉機 器の適用相談、住宅改修相談も行います。

言語聴覚士(Speech Therapist)



各専門職の役割の例

脳卒中患者

の場合

言語聴覚療法は、言語、聴覚、発声・発音、認 知などの機能低下によって生じるコミュニ ケーションの問題を抱える人々に、専門的な 訓練、指導、援助などを行います。また、上手 に噛めない、飲みこめないといった摂食・嚥下 の問題にも専門的に対応します。さらに、コ ミュニケーション関連福祉機器の適用相談な ども行います。

リハビリテーションチーム

医師:疾病管理

看護師:全身状態把握・生活の世話 介護士:生活の介護・家族への介護指導

管理栄養士:栄養管理

医療ソーシャルワーカー: 社会資源の利用・退院調整

座る・立つ・歩くなどの基本動作能力の改善

生活動作の能力改善や方法の検討

言語聴覚士 コミュニケーション能力や嚥下機能の改善

も広い意味があります。「リハビリテーショ いうふうにとらえがちですが、本当はとて ハビリテーションとは 「リハビリテーション=機能回復訓練」と

habilis(適した、ふさわしい)から成り立っ ン(Rehabilitation)」は、re(再び、戻す)と 考えられています。

う、支援を行っていくことが重要であると でも、よりよい人生を送ることができるよ なく、障害を持った人が障害を持ったまま た。しかし現在では、障害を治すだけでは な訓練を行うことだと考えられがちでし

だけではなく、医師や看護師をはじめさ ら生活に運動を取り入れたりすることも、 まざまな医療スタッフが関与し、ボラン (ST)のようなリハビリテーション専門職 (PT)、作業療法士(OT)及び言語聴覚士 重要なことであると考えられています。 それに加えて、予防の観点から、日頃 リハビリテーションとは、理学療法士



ねんりんピック長崎

ターゲット・バードゴルフ競技(長与町)



ねんりんピックの支援活動への参加が決まったときから不安 でいっぱいでした。こういった活動に参加した経験がなく、自分に 何ができるのかという気持ちが強くありました。大会当日は健康 相談やコンディショニングルームを利用される方が多く、一般の 方の健康への意識の高さを感じました。利用者のニーズは幅広 く、その1つ1つに対応する必要があり、とても勉強になりました。

今回の経験を通して、これからの高齢化社会において私たち理 学療法士の需要はさらに大きくなると思います。今後も地域活動 に積極的に参加し、社会貢献できる理学療法士を目指したいです。



サッカー競技(雲仙市)

中村知子氏(貴田神経内科·呼吸器科·内科病院)

地元で開催されるサッカー競技の支援スタッフとして参加さ せていただきました。

当日は心配されていた天候も回復し、絶好のサッカー日より! というより少し暑いくらいの天候となりました。

試合前のコンディション調整のためこられる方が大半で、ス タッフ5名で延べ60名以上の選手の方々のテーピング・マッ サージ・アイシングを行いました。

このようなスポーツの大会のスタッフとして参加させていただ くのは初めてで、自分の勉強・経験不足を感じながら、他のス タッフの方の協力のもと大きなけが人なく大会が終了すること が出来ました。とても貴重な体験をさせていただきました。

ラグビー競技(大村市)

永重 諒氏(三川内病院)

コンタクトスポーツであるため、競技特性上テーピングでの 対応が多いと考え、事前に各関節での受傷を想定し、練習に励 みました。

大会当日は天気にも恵まれ、たくさんの運営スタッフや支援 スタッフが来られていました。対応としては、第1試合前からたく さんの選手が待機テントまで来られ、障害予防・外傷後のテーピ ングが主でした。選手の中には、実際にテーピング講習を受け られている方もおり、普段からチームメイトへの指導を行うなど 障害予防に対しての意識の高さを感じました。また、試合終了後 に「テーピングをしてくれたおかげで調子が良かったよ」と声を かけてくれた選手もたくさんいたため、非常にやりがいを感じる ことができました。一日間のサポート活動でしたが、とても充実 して取り組む事が出来たと思います。

ラグビー競技(大村市)

宮内利喜氏(宮崎病院)

初めて理学療法士として地域で活動する機会を得ました。他院 のスタッフとの連携や実際に選手に対して貢献できるか緊張と 不安な気持ちで臨みました。

朝8時集合と同時に2人ほどブースを利用いただき、11時くら いまで途切れなくテーピング・ストレッチ・リラクゼーションなど対 応しました。延べ40人程の選手が理学療法士のブース来て頂き ました。午後は、試合を終えた選手達が「今日はいつもより走れ た|「怪我しなくてよかった|などコメントを頂けバタバタとして対 応にも関わらず感謝の言葉を多く頂けました。今回、僕はストレッ チ・リラクゼーション係でしたが選手たちからはテーピングの要 望が多かったので今後のテーピングを課題として受け止め、また 機会があれば参加したいと思いました。



ゴルフ競技(長崎市)

西 翔平氏(諫早記念病院)

ゴルフ競技には全国から約170名の参加がありました。当 日、ブースには40名ほどの方にご利用いただきました。各県で の厳しい予選会を勝ち抜き、本大会へ向け練習を積み重ねてい る方が多く見受けられ、プレー前から疲労や筋肉痛を有されて いる方も多かったようです。競技特性から高齢の方までプレー できるので競技歴40年以上の中で様々なケガなどをされなが ら続けている方も見受けられました。年齢を重ねていく中で筋 力の低下などから飛距離の低下やショットの安定性が低下して いくなどの相談もあり、コンディショニングだけでなくトレーニ ングやセルフストレッチ、食事の指導なども行いました。

応援に来られている方にもブースを利用していただき体力測 定や介護予防のためのアドバイスなどもさせていただきまし た。健康に対する意識が高い方が多く、満足していただけてい る様子でした。

今大会の参加選手は、運動習慣があり比較的、ご自分の体の こと、健康のことを気にされている方が多いという印象を受け ました。今後も、健康のために運動を続けていってもらえれば 2025年問題にもいい影響があるのではないかと考えました。 そのためにも、理学療法士としてサポートを続けていきたいと 思いました。ありがとうございました。



活動レポート

健康フェア会場(長崎市)

山田輝子氏(増田整形外科)

今回はねんりんピック健康フェアの介護予防に関する啓発・ 相談、理学療法士啓蒙活動へ参加させていただきました。私が 担当させていただいたのはメイン会場の理学療法士会ブース で握力測定を行い、その他の測定も希望される方を奥の部屋 へ誘導する係でした。参加されたのは高齢の方ばかりでなく、家 族連れや他のブースに出店されている業者の方など様々でし た。多くの方は自分の健康状態に興味を持っておられ、握力だ けでなくその他の測定にも積極的に参加されました。それだ け、いまは健康に対する意識が高まっていることがわかります。 その状況において、理学療法士が何をできるのかアピールする ことはとても重要だと感じました。

今回、様々な機器を用いて身体機能などを測定する体験をし てもらいましたが、理学療法士の強みは測定結果から対象者が どのような状態か判断し、今後の取り組みに対して必要なこと を提案できることです。私自身このようなイベントに参加するこ とが少なかったため場慣れしておらず十分な説明や提案ができ ませんでした。今回の反省を生かし今後は積極的に参加し、理 学療法士の啓発活動に貢献できればと思います。



テニス競技(佐世保市)

木下みゆ氏(あかがき内科循環器科)

天候が悪く時々雨も降る中、100名以上の方に利用していた だきました。遠方から来ている選手の方々は、長距離移動の疲 れがある方も多く、自分のベストを尽くすためにコンディショニ ングを利用されていました。中でも、試合後の疲労や痛み、テー ピングの依頼で利用される方が多かったです。選手の方々は皆 さん日頃から身体を動かしておられるためイキイキとされてい ましたが、ケガの経験がある人が多い印象でした。普段、病院に 通院する事が少ない方たちには私たち理学療法士の仕事を「よ く知らなかった。」と話されている方もおり、知ってもらえるきっ かけになったのではないかと思いました。また、地元の方々にも 多く利用して頂き、選手以外の方からも「身体が楽になった。」 「ストレッチの方法を知れてよかった。」「来てよかった。」など沢 山の喜びの声を聞かせて頂くことが出来ました。私自身も、ス ポーツの現場や地域の場に行くことで病院では経験出来ない 貴重な経験が出来ました。また、県外の方々とお話しをすること で、地元の魅力に改めて気づいた一日でした。

ソフトテニス競技(長崎市)

山村麻衣氏(ニュー琴海病院)

以前バスケットボール競技のストレッチ指導に関わったことがあ りますが、競技前後のコンディショニングに携わるのは初めてで した。スポーツ現場での難しさや楽しさを感じる事ができ自分に とって非常に良い経験ができました。

訪れた選手には問診表に記入してもらい希望する治療方法、 治療部位を選択してもらいスムーズに施術へと進めるようにしま した。また、競技会場にて選手に声掛けをしたことで、数人の方が 試合後にマッサージ、ストレッチを希望して来てくれました。

数人の選手を応対していく中で、県内外関係なく、皆さん気 さくにコミュニケーションを取ってくれたので、あまり緊張する ことはありませんでした。自分の健康に対して興味・関心を持っ ている方が多く、日頃から行っている運動などの習慣について も話していました。生き生きと競技に取り組む姿に、この先年齢 を重ねていった自分を想像しながら尊敬の念を抱くばかりでし た。コンディショニングが終わった後は身体の変化を感じてもら えたようで、感謝の言葉を貰うことが出来ました。入院患者様を 担当することが多いため、このような短時間で評価・治療を行う ことに初めは不安を感じていましたが、少し自信になりました。 もちろん難しく感じることもあったため、今後の課題としていき たいです。

他施設の理学療法士の先輩方とお話させて頂く機会も少な いため、色々な情報も聞くことが出来、大変参考になりました。



ソフトテニス競技(長崎市)

福野未来氏(長崎北病院)

沢山の理学療法士がこの活動に参加して、少しでも多くの方 に理学療法士という職業を知ってもらう機会となり、大変嬉しく 思います。スタッフ4名中、私を含め2名は新人の参加でした。戸 惑いながらも、一緒に参加した理学療法士に多くの知識や技術 を教えて頂く事ができ、とても良い経験になりました。

今回の経験を活かし、今後も様々な活動に積極的に参加して 行きたいと思いました。

肩関節周囲疾患のアプローチに必要な解剖と触察

長崎県理学療法士連盟主催の研修会が行われました。テーマは「肩関節」につい

研修会の内容としては、肩関節の基本的な解剖学と肩関節周囲炎や腱板損傷 など肩関節の中でも遭遇することが多い疾患に関しての疫学や病態を中心に講 義が行われました。医者の視点や多くの文献から理学療法士に求められる肩関節 に対しての視点を分かりやすく説明していただきました。

また、後半には理学療法士の基本的な技術である触察(手指で触って病状を知 る方法)を参加者で行いました。実際に肩関節周囲の骨や筋の触察を行うことで 基本的な知識の重要性を再確認でき、日ごろの臨床へのモチベーションにもつな がる内容でした。参加者間でのコミュニケーションも行えており、講師の松本氏を 交えて各グループでディスカッションが行われ盛り上がりを見せていました。

日時:平成28年12月1日 講師:松本 伸一氏(古川宮田整形外科内科クリニック)



実際に肩関節周囲の触察を丁寧に教えていただき ました。

産前産後のトラブルに関するリハビリテーション

【A氏の感想】

受講のきっかけは当院に産後の腰痛患者の来院と奥さんの妊娠・出産というラ イフイベントがあったことです。男性が産前産後に対して介入することは難しいと 考えていましたが、普段行っている理学療法と変わりはなく、男性でも介入できる という実感を得ました。

まだまだマタニティ外来の認知が低いと思いますが、出産を経験した人たちの 話やこのような研修会の話を聞くとこの分野での需要があると感じました。今後、 産前・産後の腰痛症や社会復帰で悩むお母さんたちが少なくなっていくといいな と感じました。

【B氏の感想】

産前・産後の症状には既往歴や運動習慣などが関係する事には驚きました。産 前産後理学療法の範囲は広くて深く、再度解剖学、運動学などを理解するきっか けになりました。

日時: 平成28年12月11日

講師:下田 真太郎氏、村田 広志氏、古藤 菜奈氏



新しい総合事業に移行して

~この1年の変化と地域包括ケアシステムの構築に向けて~

五島市の総合事業の現状をテーマに下五島地区で研修会が行われました。五 島市は大村市や佐々町とならび平成27年度より総合事業へと移行しています。高 齢化率は36.82%(H28.10.31現在)と高く、介護保険料も県内トップの状況。総 合事業対象者を含めた認定高齢者は上昇中であり、今後どのように変化してゆく かが重要で、現在セラピストが携わり事業が開始されています。

通所型サービスや地域リハビリテーション支援事業、長崎県リハビリテーション 支援センターによる自主活動グループへの研修実績の報告が行われ、概ね好調 でありセラピストの存在が大切であると話されました。

五島市の権正を受け、今後セラピストの役割は、地域でのリハビリテーションが 重要になるように思われます。現在は一部のセラピストで留まっている状況であ り、多くのセラピストが地域に関心を向け、専門性に応じて関わることができるよ う、今後も継続して組織作りや医療介護の連携強化、市民への普及啓発を行うこ とが必要であると感じました。

日時:平成28年12月9日 講師:尾崎 美千恵氏(五島市長寿介護課 介護支援班)



セラピストだけでなく、介護支援専門員や介護職の 参加もみられ、関心の高さが伺えました。

ウォーキングの効果

- ①心肺機能が高まる。
- ②骨が強くなる。
- ③筋力の低下を防ぐ。
- ④血行が良くなる。
- ⑤持久力が高まる。
- ⑥ストレス解消に役立つ。
- ⑦生活習慣病の予防。
- ⑧ダイエット効果。

血液から供給される酸素で体内の脂肪 を燃やして、筋肉を動かす運動のこと。 継続していくことで、基礎体力の向上、 生活習慣病といった各種疾病の予防に なるといわれています。

ものです。

冬の寒い間は、

体を動か

た方が良いことは、

皆さんもご存知とは

ぜひこれからの

季節の運動の参考にしていただければと思います そこで今回は ウォ しますので、

ウォ

やすい有 キングは、 すぐに楽しめるという特長があります。 いつでも、 手軽に楽しめ、 レス解消にもなります。 歩くことで健康維持や美容効 。通勤途中の歩きやく、スポーツは苦手の、多くの効果が得

徐々に日照時間も長くなってきて、 どうしても外での活動や運動は避けたくなってしまう これから春に向けて暖かくなってく

ミングア ,ップは大切

キング前に軽く歩いて身体を温めた後、

肉を伸ばして血行を良くしておくこと。 ミングアップは怪我の防止し

歩きながらお. 腕 を-

出来る程度、 汗もうつすらとかく程度。

酸素運動は20分以上行った方が、 1回の時間は20 脂質をエネルギ として燃焼しや

まずは1週間に1回から、 すくなるからです。 しずつ頻度を増や 実施するのがよ していくのも〇

疲れを残さないために行う。 ウォ

まりお薦め出来ませ (※空腹時は血糖値が下がっているため、 めまいなどを起こしやす

ドを落としてゆっくり歩く。 その後スト キングの最後

・リングダウンをしっかり行えば、 筋肉痛も軽減されます

みなさんも一度は聞いたことあるかも キングは、2本のポ ルを使うことで全身の筋肉をたくさん刺激するので、普 ル(ストック)を使って歩く方法です。 消費量が約20%も増加します。

通のウォ-

報告者:木場 宗也(リハビリテーションふくえ)



氏 名: 酒井 祥平氏 (経験年数:10年目)

所 属:愛野記念病院

A1. 当院訪問リハビリテーション 終了者の特徴について

在宅でサービス継続を継続している方々は生 活動作の改善など目標が具体的な利用者が多 く、短期間でニーズ把握と生活機能向上を図るこ とが出来た。入院や入所をした方々は他のサー ビスとの併用が多く、生活課題の解決に難渋した 方が多かった。また、主介護者は「配偶者」が過半 数を占め、介助者の身体的·精神的サポートも行 う必要性を感じた。

臨床での疑問を解決する 一つの手法

問題点や疑問点に対して自問自答を行い、解 決策を導き出す検討過程が重要だと思います。 その中で「新たな知見発見」、「主観的・客観 的なエビデンスを示せる」、「自己の臨床力向上 に繋がるしなどを得ることができる。

A3. 学会発表は理学療法士の 「活動・参加」の貴重な場

学会期間中は講演や他の演題発表を聞く中 で、新たな知識や臨床での疑問を解決する糸 口にも繋がった。臨床の中で常に疑問を持ち、 理学療法士としてステップアップできるよう今 後も学会発表に関しても積極的に取り組んで いきたい。



氏 名:中畑 修平氏 (経験年数:3年目)

所 属:長崎百合野病院

職員の健康増進に向けた 取り組み

当院では身体の痛みにより、当院外来リハを利 用する職員が増加しており、職員にアンケートを 実施したところ全体の30%が仕事に影響する痛 みを抱えていることが分かりました。これらを踏 まえリハビリ科では健康増進部門を立ち上げ、職 員に対して痛みについての講話、ストレッチの指 導等を行いました。

A2. 話し合いを行う事自体が 有意義なもの

当院のリハビリ科が新たに取り組んでいく内 容のため、他病院・施設が実際に行っている取 り組みを参考にしたり取り組みに関わっているス タッフとディスカッションする場であること。それ を今後の臨床・業務に発展させていくには発表 することは非常にいい機会だと思います。

理学療法士として貴重な **A3**. 経験だった

今回が院外に出て発表することが初めてだっ たため、非常に緊張しました。実際の発表では 聴講者も積極的な意見を出していただき、今後 当院での業務・自分自身の臨床を発展させてい くための貴重な機会だったため有意義な時間と なりました。



氏名:吉田 貢己氏 (経験年数:3年目) 所 属: 耀光リハビリテーション病院

A1. 膝装具の工夫が転倒防止に繋がった

「転倒骨折を繰り返す強直性脊椎炎患者に対し、膝装具の工 夫が転倒防止につながった一例」という題目で発表しました。

数年前に発症した強直性脊椎炎*の患者様を担当しました。歩 行獲得が困難な状況であったが、本人と御家族が「もう一度だけ 歩けるようになりたい」と強く望まれていたため、歩行中の転倒 を防止することを目的に膝サポーターに工夫を加えました。これ により一人で歩けるようになり、自宅退院に繋がった事例につい て紹介しました。

※強直性脊椎炎…背骨や膝などの多くの関節が硬くなり動かなくなることで 筋力の低下や歩くことができなくなる病気

多角的な視点で理学療法を考えたい!

私は臨床経験3年目で経験は浅いが、発表することにより理学 療法が価値あるものであるということを社会的に認めてもらう 必要があると感じています。また、発表することで他者の意見を 聞き、違う視点から物事を捉えることができるようになると思い ます。

意見交換が有意義な時間

大勢の前で発表することにとても緊張しましたが、発表に対し て質問や意見交換を行うことができ、とても有意義な時間を過 ごすことができました。自身の知識不足な部分を知り、改めて理 学療法士感を深めることができました。発表を終えて得たもの を臨床の場でも活かしたいと思います。今回、学ばせて頂いたこ とを病院に還元し、質の高いリハビリテーションの提供を目指し ていきたいと考えています。

合同学会 2016

in 鹿児島

医療・介護・生活をつなぐ リハビリテーションの役割

2016年11月12.13日に鹿児島県(鹿児 島市民文化ホール)で、九州理学療法士·作業 療法士合同学会が開催されました。理学療法 士と作業療法士が一緒に開催する学会は珍 しく、互いに意見を交し合うことで、社会から 求められる専門職としてのスキルを見つめ 直す良い機会になりました。

長崎県からも多くの理学療法士が発表に臨 んでいて、発表した感想などについてインタ ビューしてきたのでご紹介します。

> インタビューにご協力頂いた3名 の方、ありがとうございました。今 回の経験を今後の臨床や発表に 活かして尽力して下さい。

- Q1 どのような発表でしたか?
- Q2 発表する意義は?
- Q3 今回の発表を通しての感想

市民公開講座「健康寿命を延ばす為に今やるべき事」

会期:平成29年2月19日(日)14:00~ 一般参加可、入場無料

【座長·講師】 高柳公司氏(長崎県理学療法士協会理事)、徳永能治氏(医師:長崎県島原病院)、 平瀬達哉氏(理学療法士:長崎大学)

日本の高齢化率は世界1位とも言われており、"介護する""介護される"が身近なものになってきています。できるかぎり長く 元気にいきいきと日常生活を送る為に必要なものとは…?

第28回 長崎県理学療法学術大会in島原

会期:平成29年2月18日(土)~2月19日(日) 場所:深江ふるさと伝承館、深江公民館 主催:公益社団法人 長崎県理学療法士協会

長崎でも 68 運開 の発表があります!!





理学療法士として

大会をサポートさせていただきました!!



「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は60歳以上 の方々を中心とした健康と福祉の祭典です。スポーツや文化など多彩なイ ベントが開催され、地域や世代を超えた交流の輪が広がっています。厚生 省創立50周年を記念して、昭和63年(1988年)に兵庫県で第1回が開催さ れて以来、毎年開催されています。

9会場で延べ139名の理学療法士が 活動しました!!

活動内容

『健康づくり教室』

体力測定、運動や体操の指導、介護予防の啓発、健康体操など

『コンディショニングルーム』

主に選手を対象とした、不調部位などに対 するマッサージやストレッチ、テーピング、ト レーニング内容などコンディショニングに関 する実演など





集後記



支えてくれる人がいること…

長崎県理学療法士協会の広報誌が、広く 県民の方にも目にしていただきたくリ ニューアルして3年目になり、第5号発刊 の運びとなりました。お伝えする内容な ど、悩みながら編集作業を進めておりま す。快く協力してくれる会員の皆様や編集 に指導・協力してくれる協会の方々、そし て、読んでくださるすべての皆様に支えら れ発刊できることに感謝しています。今回 も、たくさんの会員に編集に協力していた だき、もっとたくさんの理学療法士の活動 がこの広報活動に生かされていると思い ます。少しでも良いものを、広く伝えられる よう広報部一同、精進します。引き続き、 温かいご支援をお願いいたします。

(読者のみなさま

「ぴーかんてらす」へ情報を

「理学療法士協会 広報誌」リニ アルに伴い、理学療法士や市民のみ なさまに向けたコーナーも充実させ ていきたいと考えています。

- ◎日常のうれしいできごと
- ○日頃取り組んでいるリハビリにまつ わること
- ◎私の○○自慢
- …など、皆様からのさまざまなお便りを ドシドシお寄せ下さい!!

お便りの送り先

〒851-0103 長崎市中里町96番地 和仁会病院(担当:西) FAX/095-837-1230 メール/nptakouhou@gmail.com



ぴーかんてらすは、 デジタルブックでも ご覧になれます!

●パソコンからのアクセス

ぴーかんてらす 理学 │検索 🔪



http://www.nagasaki-ebooks.jp/

- ●nagasaki e-booksのサイトの右上の検索窓に 「ぴーかんてらす」と入力するとデジタルブック ページにジャンプします!
- ●携帯・スマートフォンからの アクセスは、右のQRコード から川

