(公社)長崎県理学療法士協会 広報誌

# ぴーかんてらす

P-can Terrace

創刊号 01
【通算118号】

発　　行　公益社団法人　長崎県理学療法士協会
〒851-2103　長崎県西彼杵郡時津町元村郷800番地
長崎北病院 リハビリテーション科内
TEL&FAX　(095)881-1662
発行責任者　塩塚　順
編　　集　大石　勝規
印　　刷　株式会社　インテックス

## p6 特集(ピーカン)／地域包括ケアシステム 実現に向けて

## 繋

患者さまといつも繋がっています

**Contents**

p02 理学療法士ってどんな仕事?
p04 (公社)長崎県理学療法士協会とは?
p08 介護予防推進キャンペーン開催
p10 長崎がんばらんば大会
コンディショニングルームへの協力事業
p12 長崎がんばらんば国体(五島市、平戸市)
健康テラス(第1回)「お米」
p13 第26回　長崎県理学療法学術大会
p14 トピックス

# 理学療法士って どんな仕事？

理学療法士は、
人生のあらゆる場面で
目標に向かってサポートします!!

## 理学療法士にできること

（日本理学療法士協会発刊「理学療法ガイド」より）

### 個々の身体機能や痛みの評価・分析を行います

理学療法士は、関節可動域検査、徒手筋力検査、動作分析などを用いて身体機能や痛みの評価と分析を行います。

### 最適な理学療法プログラムを作成します

評価と分析から問題点を抽出し、最適な治療と予防のためのプログラムを提供します。

### 基本動作能力の改善を行います

「歩く」「立つ」「起き上がる」などの日常生活に不可欠な基本動作能力の改善を目指します。

### 運動療法により、正しい動きの学習と指導を行います

腰痛、スポーツ外傷、転倒などに対する予防や治療を目的に、筋力や柔軟性、バランス能力を改善する運動療法の指導を行います。

### 痛みや麻痺の回復に物理療法を行います

「鎮痛効果」「麻痺の回復」などを目的に、マッサージや温熱・寒冷・電気療法などの物理療法を行います。

### 自立した生活のサポートを行います

地域やご自宅にて、生き甲斐のある生活が送れるように、住宅改修や福祉用具（機器）の効果的な使い方をわかりやすくアドバイスし、社会への参加をサポートします。

公益社団法人

# 長崎県理学療法士協会とは？

長崎県理学療法士協会
会員数の推移

## 概略

昭和46年5月に会員16名で「長崎県理学療法士会」は設立されました。

平成7年4月には会員数266名まで増え、「社団法人長崎県理学療法士会」に移行しました。

平成25年4月には、会員数は1，630名まで増えて、公益性の認定を受け現在の「公益社団法人長崎県理学療法士協会（Nagasaki Physical Therapy Association：NPTA）」へ移行しました。その後も会員数は増え、現在は1，800名を超える会員を有しています。

## 主な事業

- スポーツ大会を開催し、県民の健康意識を増進する事業（少年ソフトボール大会など）
- スポーツセミナーを開催する事業（スポーツ指導者支援研修会など）
- 県市町が行うイベントをサポートする事業（県ねんりんピック 県障害者スポーツ大会など）
- 理学療法啓発事業（理学療法フェスティバル）
- 学会を開催する事業（長崎県理学療法学術大会）
- 理学療法士の研修を行う事業（学術研修会／地区研修会・地区勉強会・症例検討会など）
- 新人理学療法士の研修を行う事業（新人教育研修／新卒者オリエンテーションなど）
- 関連職種とともに研修を行う事業（地域ケア研修／介護保険研修など）
- 近隣の類似法人と共同して研修を行う事業（三士会合同訪問リハビリテーション研修／九州PTOT合同学会など）
- 刊行物の発行に関する事業（長崎理学療法／訪問リハ・小児リハガイドマップ／啓発事業報告／DVD）
- 調査研究に関する事業（医療保険・介護保険に関する／臨床実習に関する　など）
- 県民ならびに関連職種に広報する事業（ホームページ／FAX通信／ニュースなど）
- 関連団体の各種競技に協力する事業（高校野球／高校サッカー／県招待ラグビーなど）
- 県市町ならびに関連団体への委員・講師を派遣する事業



ご挨拶

## 幅広く活躍できる理学療法士が地域を、国民を支えます

（公益社団法人）
長崎県理学療法士協会
会長　塩塚　順

長崎県理学療法士協会（本会）は、昭和46年会員16名で設立され44年経ちました。その後の医療情勢の変化や介護保険施行により会員数も増加し続け、今では1，900名余りの会員となりました。昭和52年に県士会ニュースが発刊され、今年度まで本会の研修会等の事業報告や会員施設紹介等を発信してきました。内容は主に会員向けでしたので、公益社団法人を取得し内容を会員だけでなく、他職種や県民など幅広くに私たち理学療法士の活動を周知するために今回内容のみならず名称も「ぴーかんてらす」に変更致しました。

現在の日本では、高齢化が問題視され特に団塊の世代が75歳の後期高齢者を2025年に高齢者を地域で支える仕組み「地域包括ケアシステム」を作ろうとしています。急性期医療から終末期医療そして地域で生活する高齢者、国民を支える重要な立ち位置に理学療法士はいます。今後は一新された機関誌にて本会の活動や医療・保健・福祉等の情報を届けて行きたいと思います。気軽に手に取って楽しく読んで頂けるようにしていきますので、宜しくお願いします。

## 理　念

現在リハビリテーションを取り巻く環境は、色々な意味で大きな変化があります。決して良い環境とは言えません。養成校の増加により、近年は国家資格を持つ理学療法士は年に1万人を超えてきます。需要と供給のバランスは10年前の予想よりもはるかに早く崩れようとしています。これは一人の理学療法士の力では解決できません。

理学療法士の活躍の場を増やすべく啓発活動、リハビリテーションの専門職の一員としての知識の研鑽や資質の向上も大きな課題の一つです。当協会は年間を通じて事業計画し、公益性を重視した活動のなかで、長崎県民の健康を守るべく牽引する役割を担いたいと思います。

ぴーかん特集！

地域包括ケアシステム

# 実現に向けて

## 地域包括ケアシステム構築に向けた理学療法士の取り組み

私たち理学療法士は、これまでも主に医療・介護の分野で地域社会に貢献してきた経験を活かし、地域包括ケアシステム構築のために協働しています。介護予防事業や地域ケア会議などに参画することで、地域社会に貢献できるように積極的に活動させていただいております。

そのための人材育成として、日本理学療法士協会において、すでに地域で活躍する理学療法士を対象に【地域包括ケア推進リーダー】【介護予防推進リーダー】の認証コースを設定して充実した体制作りに努めています。

## 迫る、2025年問題

10年後の2025年に「団塊の世代」が75歳を迎えると後期高齢者の数は2千万人を超えるとみられています。これは割合で言うと、2025年にはおよそ『5人に1人』が75歳以上となり、まさに『超高齢社会』が到来することになります。そうなると当然、医療や介護の需要が急増します。

しかし、現状の医療・介護サービスの仕組みのままでは来る時代に対応できず、様々な問題が生じることが懸念されています。具体的には、医療・介護費用の高騰はもちろんのこと、病院に入院したくても入れなかったり、介護サービスを受けるための条件が厳しくなるなど、社会保障サービス自体にも影響が出ることが予想されています。このような問題に対応するために、新しい社会保障制度モデルの構築が急務となっています。

## 病院・施設から地域・在宅へ

超高齢化が進んでいく中、国が整備を進めようとしているのが、『地域包括ケアシステム』です。

これは、自分が住み慣れた地域で、医療・介護などのサービスを一体的に受けられるようにすることを目指しているものです。このシステムでポイントとなるのが、在宅での医療・介護面の体制づくりです。政府は、おおむね30分以内に必要なサービスが提供できる環境を目指しています。住まいを中心に様々な医療、介護、社会保障サービスを効率的に利用し、地域とともに支えあい、自分(たち)で生活ができるよう支援するための仕組みなのです。



理学療法士は、地域の生活を照らす皆様の太陽になれたら幸いです!!

理学療法士は、いろいろな場面で“自分らしい生活”に向き合い、一緒に努力することを宣言します!!

## 私たち、理学療法士と一緒に“自分の力で生活すること”を目指しましょう!

### 自分(たち)で生活するという考え方

残念ながら必ず歳を重ね、体力や身体機能は衰えてきます。また、病気になることも多くなります。そして、必ずしも病前と同様にまでには回復しないことが多いのも事実です。

その中で、住み慣れた場所で、自分たちの力で生活することが求められています。そのためには、自分たちの可能性を信じること、目標を持って前を向く覚悟が必要となります。その覚悟に、理学療法士は寄り添い、『一番良い方法』を目指して支えていきたいと思います。様々なサービスや世の中の仕組みは利用しますが、自分たちの力で生活していく覚悟を持てるように一緒に向き合いましょう!

### 健康寿命を高める

病気になってからだけでなく、介護予防という観点でも、年齢による衰えを科学的に考え健康寿命を高めることにも力を注いでいます。地域への健康教室などでの講師として参加、自治体・ボランティアグループへの効果的な運動の指導や体力測定での協力、地域住民へ向けたキャンペーン活動などを実施しています。地域で理学療法士が活動していることがあれば、是非、興味を持っていただけると幸いです。

### 理学療法士は生活の予後(将来)をみる専門家です

理学療法士は「生活の予後(将来)をみることができる専門家」です。

医学的な情報・知識に基づき、対象となる方の身体機能の状態や、活動(動き)を評価、分析することで、これからの『変化』を予測します。その予測から、適切な運動プログラムの立案や、生活環境の調整、適切な介護・福祉サービスの選定に協力させていただくなど目標に向かって具体的な手法を提示することができる専門家です。

# 介護予防推進キャンペーン開催!!

昭和40年7月17日に第1回理学療法士国家試験を合格した理学療法士110名によって日本理学療法士協会が設立しました。これを記念して『7月17日』を『理学療法の日』と制定されました。毎年この日を挟んだ1週間は「理学療法週間」としました。

平成26年度には、全国47都道府県理学療法士会が一斉に「介護予防推進キャンペーン」としてイベント等を開催しました。これまでも理学療法週間を中心に都道府県理学療法士会では各種イベントを実施してきましたが、今回は、日本理学療法士協会が設立されて初めて全国一斉に開催されたキャンペーンとなりました。

**当県士会の事業概要**

《日　時》
平成26年7月26日(土)

《会　場》
①島原一番街
アーケード内の貸店舗
②医療法人済家会
アプリコット1階
通所リハビリテーション「結」

《内　容》
◎体力測定
◎介護予防体操体験
◎相談◎資料配布　など

長崎県理学療法士協会のポロシャツでそろえてお出迎え

地元ケーブルテレビの取材を受ける塩塚順会長

介護予防推進キャンペーンに参加して

## 多くの市民の方に啓発。指導実施の必要性を再認識!!

医療法人社団東洋会　池田病院
横田　悠介

島原市アーケードの一画にあります、医療法人済家会アプリコット1階通所リハビリテーション「結」のスペースをお借りして介護予防キャンペーンを開催させていただきました。県民の健康増進・介護予防の啓発を目的に企画しました。

内容は、介護予防に関する啓発資料の配布、体力測定(握力・片脚立位・歩行、下肢筋力の簡易テストなど)、ロコモティブシンドロームチェック、介護予防体操「がまだす体操」の体験など、多くの理学療法士の協力のもとコーナーを設けることができました。ロコモティブシンドロームとは、運動器症候群とも呼ばれ、運動器の障害により要介護になり易い状態のことで、簡単な体力測定などからチェックして指導させていただきました。また、参加した理学療法士が応対する介護予防相談コーナーを設け、シニア世代だけでなく、幅広い年代の方々を対象に啓発活動を行いました。

当日は島原市アーケードで「土曜夜市」も開催されており、年齢問わず多数の方々にご参加頂くことが出来ました。

また地元新聞やケーブルテレビ等のメディアにも、今回の取り組みを広報して頂き、当日参加して頂いた方々だけでなく、数多くの方々へ啓発することが出来たのではないかと思われます。

今回、スタッフとして参加し、強く印象に残ったことは、参加された方々ともに「介護予防」という言葉に対しては認識が浅いこと。また、言葉のイメージとしても、あまり良い印象がないように思われている方が多いように感じられました。しかし啓発活動を通して、「同年代と比べて、自分の体力がどれくらいあるのか?」、「腰痛予防に対する運動はないか?」などの声が多く聞かれ、自身の健康増進という点においては、興味、関心が高いように思われました。

我々が、理学療法士として医学的、専門的な部分をアドバイスさせて頂くことも多く、日々の臨床で出会う方々だけでなく、今回のような活動を通して、様々な方々に啓発・指導を実施することの重要性を再認識する機会となりました。

また今回、開催するにあたって多くの諸先輩方の助言を頂きながら企画、運営することができました。自身も含めたくさんの10年目未満の理学療法士にとって、今回のような地域の方々と直接接する機会は少なく、普段は学べない貴重な経験をさせて頂きました。現在、多数の勉強会などが各地で開催されていますが、そこでの研鑽のみでなく、今回のような経験がこれからの社会の中での理学療法士にとって有意義なものであると実感できました。

昨今、高齢化社会、少子化社会、就労世代減少など多くの問題を抱える社会情勢の中、住み慣れた地域で医療、介護、福祉が一体となり助け合い、支え合う地域包括ケアシステムの推進が図られています。我々のような経験・知識の浅い理学療法士としては、各勉強会等への参加も重要ですが、「地域に必要とされる理学療法士」となれるよう、今回のような地域活動へ積極的に参加していき、住民の方々とともに、地域に合った体制づくりにも寄与できるのではないかと感じました。

### 平成27年度以降も継続して開催されます

今回紹介した理学療法週間のキャンペーン以外にも、長崎県理学療法士協会では、啓発活動として、地域住民向けに活動を企画しております。

**第13回　理学療法フェスティバルin島原**
平成27年 7月25日(土)　19:00〜21:00
会場(予定) 島原市　一番街アーケード内
内　容 体験コーナー、相談コーナー(介護予防技術、理学療法士免許取得方法など)、リーフレット・グッズなどの配布、啓発ビデオの上映…など

**第1回　理学療法フェスティバルin諫早**
[理学療法の日] 介護予防推進キャンペーン
平成27年 7月25日(土)　19:00〜21:00
会場(予定) 諫早市　アエルアーケード内
内　容 体験コーナー、相談コーナー(介護予防技術、理学療法士免許取得方法など)、リーフレット・グッズなどの配布、福祉用具・機器展示コーナー…など

**理学療法啓発事業in大村(仮)**
平成27年 11月頃
会場(予定) 大村市　コレモおおむら
内　容 体験コーナー、理学療法関連のパネル展示、公開講座…など