



発行 公益社団法人 長崎県理学療法士協会
〒851-0116 長崎市東町1755番地1
E-mail: nptajimukyoku@gmail.com
発行責任者 大山 盛樹
編集 砂川 伸也
印刷 株式会社 インテックス



Contents

- p2 長崎県理学療法士協会
設立50周年記念式典 報告
- p4 スポーツ現場で活躍する理学療法士
- p6 片頭痛とはいっていい?
- p7 理学療法ハンドブック:嚥下
- p8 臨床実習指導者講習会オンライン開催へ移行
- p9 第1回スポーツ理学療法推進研修会
- p10 協会指定管理者・ネットワーク推進研修会
- p11 地域に根ざした人材の育成を目指して
- p12 長崎県理学療法士協会は50周年を迎えました!!

長崎県理学療法士協会 設立50周年記念式典 報告

令和4年3月5日、ホテルニュー長崎を会場に、(公社)長崎県理学療法士協会設立50周年記念式典を開催しました。

記念式典報告

記念講演では日本理学療法士協会会長の斎藤秀之氏より、「理学療法士の未来(これから)」というテーマのもとご講演いただきました。記念式典では、開会の辞を本会副会長の井手伸二氏が、会長式辞を大山盛樹氏が述べられました。祝辞では記念講演に続き斎藤氏、日本理学療法士協会九州ブロック会会長である中田洋輔氏、参議院議員の小川克巳氏よりお言葉をいただきました。また、県知事はじめ多くの関連団体より祝電をいただき、その後の表彰式では、長年、長崎県理学療法士協会にご尽力いただいた先生方を表彰させていただきました。最後に50周年記念式典準備委員会委員長の山下潤一郎氏より閉会の辞が述べられ、記念式典は幕を閉じました。

式典の準備

記念式典準備は令和元年より始め、福岡県や鹿児島県の記念式典の視察を行いました。福岡ではその規模の大きさと、鹿児島ではそのホスピタリティに圧倒され、準備委員として不安を抱いたこともありました。ただ、他

県に負けない長崎県理学療法士協会50周年記念式典にするべく、胸が熱くなつた時期でもありました。

コロナ対策と並行して

しかし、新型コロナウイルスが蔓延し、様々な行事に制限が課せられることがなりました。その後、開催日時の決定はされたものの、開催方法に目途が立たず、どのような状況にも対応できるよう、準備を進めてきました。今回、フルリモートでの開催となりましたが、県士会が誇るWebエンジニアスタッフの多大なる協力もあり、大きな問題もなく成功裏に終了することができました。

改めて長崎県理学療法士協会の礎を築いていただいた先輩方に敬意を示すとともに、次の50年に向けて気持ちを新たにする機会となりました。

皆様に直接の感謝の意を伝えられないことは残念ではありますでしたが、記念式典へご参加された皆様、並びに県士会員の皆様には、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。





沿革

- | | |
|--------------|---|
| 1971年（昭和46年） | 長崎県理学療法士会発足 会員数 16名
初代会長 高木輝彦（昭和46年～昭和60年） |
| 1980年（昭和55年） | 第2回九州ブロック PT・OT 合同学会 |
| 1985年（昭和60年） | 第二代会長 田羽多猛（昭和60年～平成元年） |
| 1987年（昭和62年） | 第9回九州ブロック PT・OT 合同学会 |
| 1989年（平成元年） | 第三代会長 奥村愛泉（平成元年～平成5年）
全国現職者講習会「地域リハビリテーション」 |
| 1992年（平成4年） | 第27回日本理学療法士学会 |
| 1993年（平成5年） | 第四代会長 東山敬（平成5年～平成10年）
九州ブロック現職者講習会「PNF の理論と実際」 |
| 1995年（平成7年） | 社団法人 長崎県理学療法士会設立（移行） 会員数266名 |
| 1996年（平成8年） | 第18回九州ブロック PT・OT 合同学会 |
| 1998年（平成10年） | 第五代会長 塩塚順（平成10年～平成30年） |
| 2000年（平成12年） | 日蘭交流400周年記念地域医療国際コンフェレンチ |
| 2003年（平成15年） | 全国高等学校総合体育大会（長崎ゆめ総体）支援活動 |
| 2004年（平成16年） | 第26回九州ブロック PT・OT 合同学会 |
| 2006年（平成18年） | 第41回日本理学療法士協会全国学術研修大会 |
| 2012年（平成24年） | 第34回九州ブロック PT・OT 合同学会 |
| 2013年（平成25年） | 公益社団法人 長崎県理学療法士協会設立（移行） 会員数1,630名 |
| 2014年（平成26年） | 第69回国民体育大会「長崎がんばらんば国体2014」
第14回全国障害者スポーツ大会「長崎がんばらんば大会2014」 |
| 2016年（平成28年） | 第29回全国健康福祉祭りながさき大会「ねんりんピック長崎2016」 |
| 2018年（平成30年） | 第六代会長 大山盛樹（平成30年～現在） |
| 2021年（令和3年） | 九州理学療法士学術大会 2021 from SASEBO,長崎
設立50周年 |

井口 茂伸 井手 二三 池睦 美佳 池尚 美樹 池智 智惠 池聖 章子 池吉 章子 池誠 吉德 池雅 浩利

永年勤続表彰 **(116名)**

松坂山宮東濱田塩河大
坂田原山中中塚合石
誠應星三勝彦敬博順正
典史之美

特別功労賞 (9名)

永年功労賞

岩永 龍仁 隆之
植野 岩本 真由子
内田 由美子
浦川 純二
江口 大木田 治夫
大久保 幸信
大田 豊彦
大山 明美
大山 和利
大安 哲久
大平 哲久
大田 豊彦
大山 盛樹
岡本 智子
尾崎 泰規
尾崎 英明
沖田 実
柿田 智惠美
柿田 謙三
勝田 治己
賀村 肇
川上 光生
河原 勝利
川嶋 敬吾
北川 武雄
神田 克之
北川 真一
城戸 香代美
木村 知佳
清島 美利
熊川 美子
健二

中野　千香　又市　橋口功　秦直美
中村　公樹　濱口昌三　浜辺潤　東英三
野中　千香　又市　橋口功　秦直美
野　中　村　濱　口　昌　三　浜　辺　潤　東　英　三

活躍する理学療法士

～中総体軟式野球競技・高校野球甲子園予選～

高校野球



チェック表に基づいた
オーダーメイドの
コンディショニング



活動内容

- 熱中症や交錯プレーなどによるケガや脳震盪などの救急対応
- 試合前のテaping貼付や試合後の身体状況を聴取しながらのコンディショニング

メディカルスタッフの教育

選手のチェック方法の統一、メディカルスタッフ活動マニュアルを
スタッフ全員で共有することで質の高いサポートができるように努めています!
スタッフに対しても不安なく参加できるように事前研修や参加経験のある
スタッフと一緒にサポートに入るなどの工夫をしています。

最後に

年々対応件数が多くなり本事業が浸透していることを実感するとともに、人材育成の必要性も痛感しています。

今後も長崎県理学療法士協会は、野球選手のみならずスポーツ選手が安心してプレーできるような活動を継続・推進していきます!

職能推進局スポーツ推進部
濱田孝喜

令和4年度 第1回 スポーツ理学療法推進研修会

「高校野球メディカルサポート研修会～甲子園メディカルサポートに向けて～」が開催されました!9ページも見てね!

多方面で活躍する理学療法士を育てる!



学校法人 岩永学園

こころ医療福祉専門学校

0120-100-770 長崎市上錢座町11番8号



スポーツの現場で

高校サッカー ~高総体・選手権大会・新人戦県大会~



対応試合数(対応率)	72.8試合／年(77.8%)				
スタッフ派遣数	24.5名／年				
1試合平均対応件数	0.7件／試合				
対応内容	テーピング	ストレッチ	応急処置	病院搬送	相談
件数	105	20	37	10	6

選手が安心・安全に
プレーできることを
心がけて対応
しています。

活動内容

- 試合前のコンディショニング(テーピングやストレッチなど)
- 試合中のケガ等の応急処置
- ケガ、痛みに対する相談

様々な事態を想定した準備



メディカルスタッフの教育

昨年度にメディカルスタッフ活動マニュアルを作成しました!
また事前会議を行い活動内容も確認しています。

～メディカルスタッフ活動マニュアルの内容～

- 会場内マニュアル(感染対策やマナー対応のマニュアル)
- 応急処置の方法
 - テーピングやストレッチの方法
 - 評価のポイント 等

※HPにアップしていますので興味のある理学療法士はご覧ください

感染対策

- 日頃からの感染予防対策
 - 選手・スタッフのマスク・消毒の徹底
 - 試合中はスタッフはフェイスシールドの着用
- 濃厚接触者の場合はPCR検査陰性確認後の参加

サッカーでも
野球でも
同様に徹底
しています!

最後に

この事業を開始して20年近く経ちます。今後もサポート活動を継続し、対応率100%を目指しています!会員の皆様のご協力よろしくお願いします。

職能推進局スポーツ推進部
持永至人

片頭痛 とはいったい?

日本ではまだ片頭痛に対する理解が社会全体で不足しており、片頭痛は患者とその家族にとって負担が非常に大きい脳神経疾患です。日本では正しく対処されていないケースが多数存在するという現状があります。今回は片頭痛についての特徴や症状などをご紹介したいと思います。

片頭痛は3つの種類があると言われています。

① 片頭痛

② 緊張型 頭痛

③ 群発 頭痛

精神的因子 ●ストレス ●疲労

●睡眠不足・過多

内因性因子 ●月経周期(特に月経前、月経中)

環境因子 ●天候

●温度、気圧の変化

●頻回の旅行

食事因子 ●低血糖 ●飲酒

発作時は症状が落ち着くまで体を休めましょう。季節の変わり目は温度の変化が大きいですので、体調と相談しながらこれからも気をつけてお過ごしください。

参考書、参考文献

・病気がみえる、vol7、脳・神経、頭痛、p380-389

・診療と新薬、第57巻、第12号、(2020年12月)、片頭痛の現在、過去、未来:頭痛医療の歴史をふりかえり、新たな展開を望む



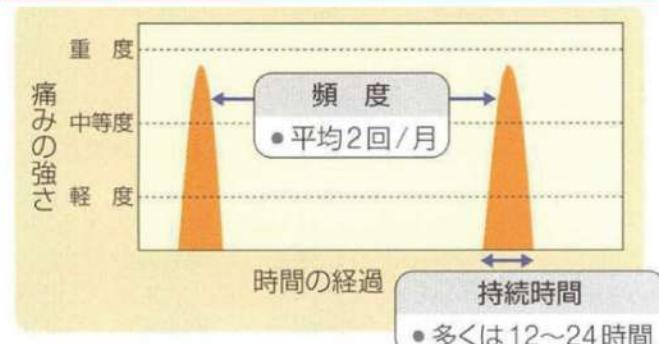
片頭痛の特徴

- 拍動性で中等度～重度の頭痛をきたすため、日常生活に支障をきたすことかが多くあります。
- 多くは片側の頭痛から両側の頭痛に移行することが多く、片側のみにとどまる頭痛は約10%と言われています。
- 前兆のある片頭痛(約30%)では頭痛発作の前に、閃輝暗点などがみられます。

首や肩の凝りも
片頭痛の症状の一つです



頻度



病気がみえる、vol7、脳・神経、頭痛、p383参照

- 月に2回軽度～中等度の症状発作が出現すると言われています。
 - 光、音、においを不快に感じることがあります。
- ※発作の頻度は個人差があります。

対処方法

安静 体を動かすと痛みが助長されますので、体を休めましょう

冷却 こめかみ部分を冷やすと効果的です

睡眠 光や音刺激の少ないお部屋で睡眠をとることが大切です



学校法人
向陽学園

長崎リハビリテーション学院

理学療法学科

言語療法学科

作業療法学科

誰かの「生きる」をささえるひとになる



学院キャラクター
はびりス

- ・[ホスピタリティ] [チーム医療] [キャリアデザイン] も含めた多角的カリキュラム
- ・学院独自の減免制度や特待生制度で意欲ある学生を応援！

〒856-0048 長崎県大村市赤佐古町42番地 TEL. 0957-53-7883 / FAX. 0957-54-6882

長崎リハ学院 検索

トピックス

理学療法ハンドブック

日本理学療法士協会HPより
ダウンロード活用ください



えん げ

理学療法ハンドブック: 嘔下

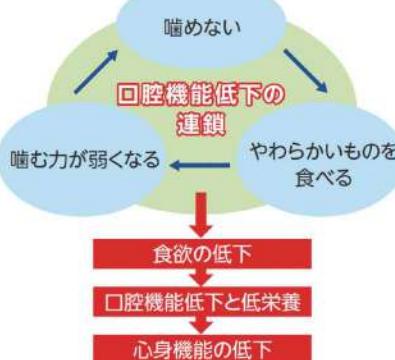
●栄養を適切に摂るためにには、日頃から嘔む、飲み込むなどの一連の動作である「摂食嚥下（せっしょくえんげ）機能」の低下との予防と運動が重要です！

●口腔機能の低下（オーラルフレイル）は、全身の虚弱や筋肉の減少および機能低下を引き起こし、健康寿命に影響を与えます。

オーラルフレイル

- ・歯が減る
- ・入れ歯が合わない
- ・舌の汚れ
- ・口の乾燥
- ・むせ
- ・食べられる食品減少

口腔機能低下は低栄養を引き起こし、身体的・精神的・社会的フレイルつまりは心身機能の低下に結びつくことがあります



出典：東京都健康長寿医療センター 平野浩彦、一部改変

自宅でできる運動療法

状態に合わせた
理学療法

- 嚥下機能低下 → A C D
- 誤嚥、呼吸機能低下 → A B
- 口腔機能低下 → A C
- 肩こり、首こり → A

A 首の筋肉をほぐしましょう

①首を回す運動

首をゆっくりと大きく右回り、左回りに5回ずつ回しましょう



②肩甲骨を動かす運動

両手をゆっくりと上下に10回動かしましょう



③ももうらを伸ばす運動

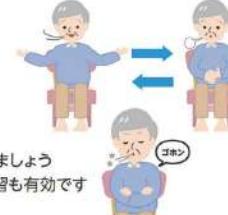
椅子に腰掛けて片足を前に出し、30秒かけてお腹から前に倒して、ももうらを伸ばしましょう



B 呼吸に必要な筋肉を鍛えましょう

①深呼吸

座って椅子の背もたれにもたれながら、腕を広げて胸を開きながら大きく10回深呼吸しましょう



②深く咳をする練習

大きく息を吸ってから、素早く強い咳をしましょう
※ハッハッハッハッという息をして痰を切る練習も有効です

C 舌の動きをよくしましょう

①パタカラ体操

「パ・タ・カ・ラ」と、明瞭に発音しながら10回唇と舌を動かしましょう
できるだけ早くタ・タ・タと繰り返しましょう



②舌の協調性運動

舌先でホッペタを左右に10回押しましょう



③舌の筋肉を強化する運動

「スプーン」などを用いて、舌を強く押しつける運動を10回行い、舌圧を高めましょう



D 嘔下に必要な筋肉を鍛えましょう

①喉の筋肉を強化する運動

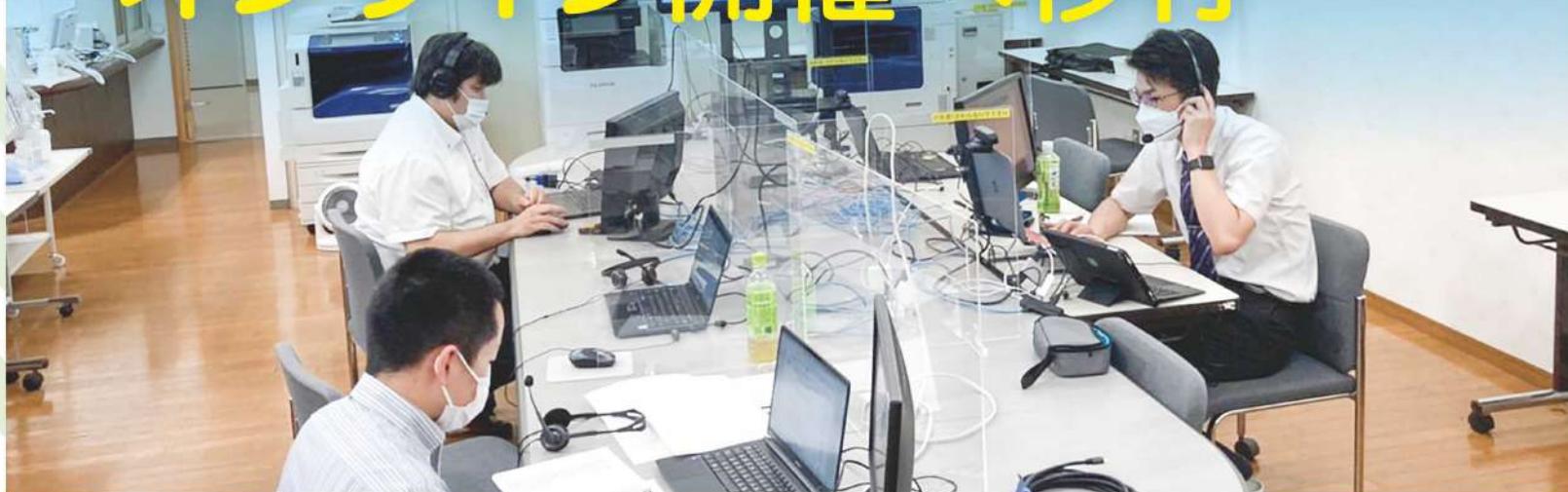
舌を出し、前歯で挟んだ状態で唾液を飲み込みましょう



②頸の筋肉を強化する運動

頸の下に指を入れ、頸を引き続けながら、指で前方へ力を加える運動を3秒間、5回行いましょう

臨床実習指導者講習会 オンライン開催へ移行



臨床実習指導者講習会をオンライン形式で開催

臨床実習指導者の要件の一つである「厚生労働省指定臨床実習指導者講習会」は、本県では2019年11月に第1回講習会を開催しました。しかしながら、本講習会はグループワークでの演習を中心とした対面集合型の研修会であり、2020年初めからの新型コロナウイルス感染症の世界的な流行により、県内の感染状況が悪化してしまうと中止せざるを得ないため、なかなか臨床実習指導者の養成が進まない状況でした。その後、ようやく日本理学療法士協会においてオンライン開催が認められ、昨年度下半期の2回の講習会はオンライン形式で開催することができました。



オンライン対応型講習会としてシステムを構築

オンライン開催 メリット

- 県理学療法士協会をまたいで参加できる
- 自宅で受講できる
- 感染対策を考慮して受講できる
- 移動に伴う負担が少ない

オンラインならではのメリットを活かしつつ、
臨床実習指導者の養成にあたります!!

教育学術局臨床教育部
近藤康隆



AI時代、人にしかできない仕事



長崎医療技術専門学校
NAGASAKI MEDICAL COLLEGE

PT 理学療法学科 Physical Therapist Course

OT 作業療法学科 Occupational Therapist Course

学校見学会 随時受付中!

〒850-0822 長崎市愛宕1丁目36-59 TEL. 095-827-8868 FAX. 095-827-8335



第1回スポーツ理学療法推進研修会

『高校野球メディカルサポート研修会 ～甲子園メディカルサポートに向けて～』

対面

～主な研修内容～

- ① 野球選手の身体特性とケガについて
貞松病院 濱田氏
- ② 熱中症や脳震盪について
- ③ 足関節捻挫に対するテーピング【実技】
愛野記念病院 相良氏

サポートスタッフによる
救急対応や応急処置

サポートスタッフによる
コンディショニングや
相談・指導

ケガ(外傷)

転倒、衝突など1回の外力により身体が損傷されること。

- ・損傷部位に
疼痛、腫脹、熱感の症状
- ・初期治療とその後の適切なリハビリテーションが重要
例：アキレス腱断裂
肉ばなれ

故障(障がい)

比較的長期間に繰り返される過度の運動負荷により筋肉、腱、靭帯、骨などの組織が損傷されること。

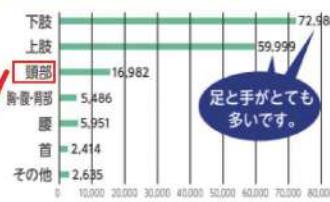
- ・使いすぎ(overuse)や
体の柔軟性の低下が原因
- ・運動時に筋肉、腱、骨などに疼痛
- ・治りにくく慢性化しやすい
例：腰椎分離症
肘内側側副靱帯損傷

日頃スポーツに
関わりのないスタッフも
参加しやすい
事業にしていくために…



外傷発生状況

外傷部位別発生状況(件)



出典：公益財団法人スポーツ安全協会・スポーツ安全保険加入者および各種事故統計データ(平成30年)

外傷種別発生状況(件)



外傷には注意を、障がいには予防をしましょう。

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人気が熱中症になってしまったら……。
落ち込んで、状況を確かめて対応しましょう。最初の措置が肝心です。

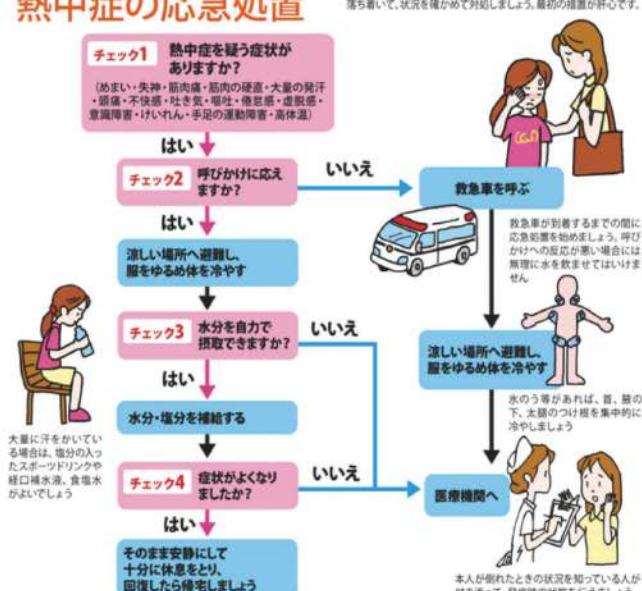


図2-7 热中症を疑ったときには何をすべきか

出典：滋賀県「熱中症環境保健マニュアル2018」p.24

脳震盪とは…脳の損傷！

ボールが当たったり、他の選手との交錯などで頭部を強くぶつけるなどして頭部を打撲した場合、頭蓋骨の内側や脳内部から出血を起こすことがある。

全ての脳震盪は重大で最初の対応が重要！

参加した 若手理学療法士の感想



初めての対面型研修会でした。

今までではテーピングが慣れずに上手にできるか不安でしたが、講師より巻き方の基本や手順をわかりやすく教えていただき、初心者でも参加しやすい研修会でした。テーピングやストレッチングを自分で試し、指導の手順を把握した後、臨床やトレーナー活動で実践していくながらさらに技術向上を図りたいです！

職能推進局スポーツ推進部スポーツ支援班
吉田大佑



協会指定管理者・ネットワーク推進研修会

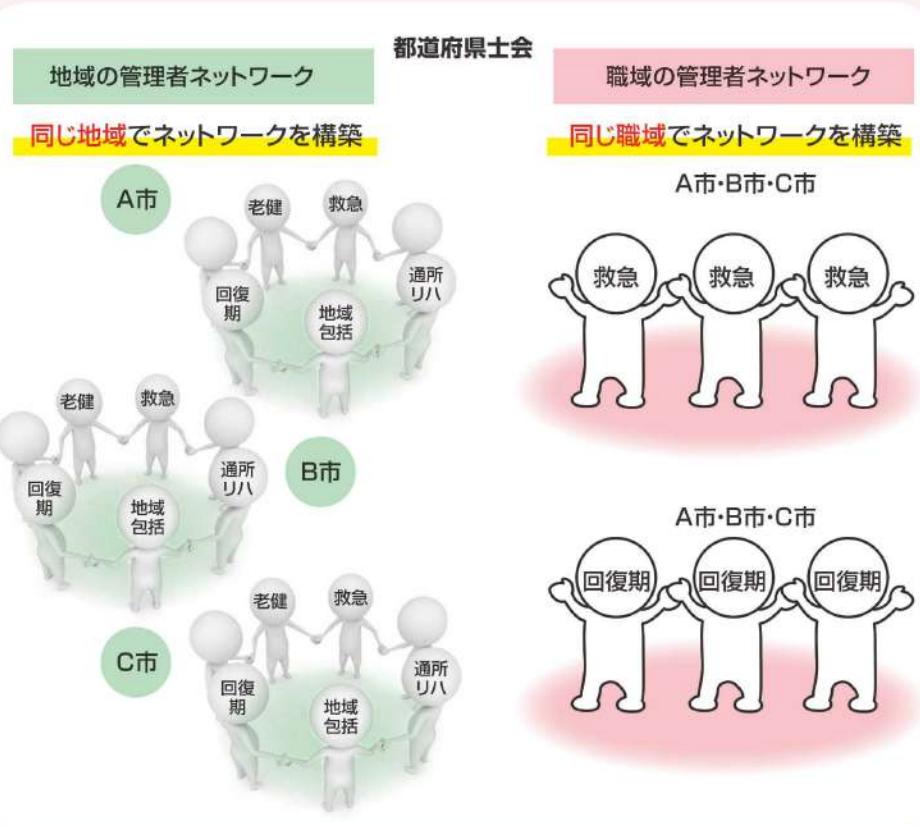
～長崎県の理学療法士の仲間づくりを推進する活動～

日々の仕事において、私たち理学療法士は、担当する患者様、利用者様との関わり方、また職場の先輩や後輩、他職種とのチームワークに悩むことがあります。さらには人材育成や部門運営の在り様に不安を覚えたりすることも少なくありません。そんな時、一緒に悩み、改善策を考えてくれる仲間がいたならば、それはどんなに心強いことでしょう。

管理者ネットワークとは…

地域・職域の問題への対処、並びに理学療法士の質の向上を目的とし「協会指定管理者」として育成した管理者を、都道府県士会のもと**地域・職域**ごとに組織化する

例)管理者ネットワークのイメージ図



長崎県理学療法士協会は、県内の病院や施設、介護事業所、教育機関等で活動する理学療法士のネットワークづくりを推進しています。

現在は「地域のネットワーク」と「職域のネットワーク」の2方向から情報交換、共有の場の提供に努めています。

ネットワークの強化は、理学療法士の質や社会的価値の向上、そして県民の皆様への貢献につながるものと信じています！



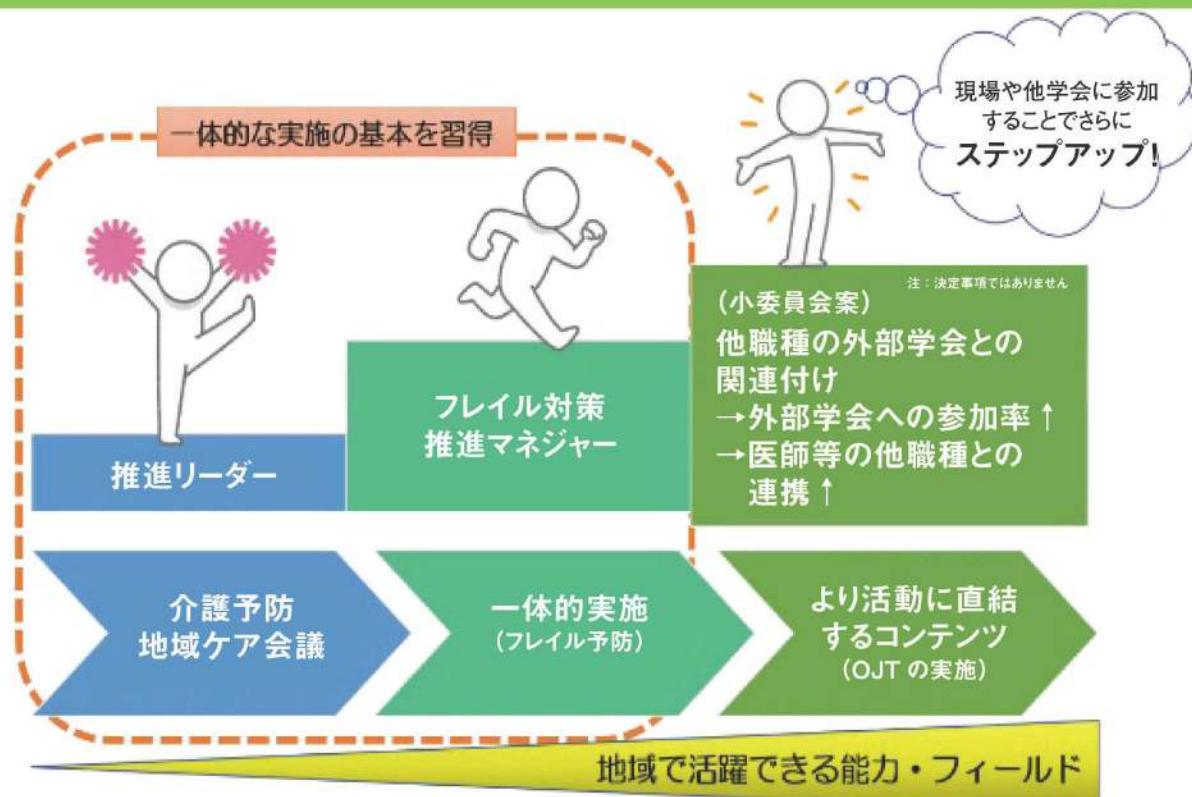
地域に根ざした人材の育成を目指して

本会では2014年より地域包括ケアシステム構築に資する推進リーダー制度が始まり、「地域ケア会議推進リーダー研修会」「介護予防推進リーダー研修会」を実施しております。

この推進リーダー制度は、日本理学療法士協会が『地域包括ケアシステム』を推進するにあたり「地域ケア会議」「介護予防」の2つの施策に重点を置いた人材育成制度として認証コースを設定したものです。また、ステップアップ研修として「フレイル対策推進マネジャー」も設立され、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に向けた幅広い知識を習得できる研修会となっています。

本会においては、この制度の取得促進を通して地域で幅広く活躍し寄与できる人材育成を行っております！

フレイル対策推進マネジャー



推進リーダー認証コースのステップアップとして位置づける

※日本理学療法士協会HPより引用

本会においては、この制度の取得促進を通して
地域で幅広く活躍し寄与できる人材育成を行っております！



毎回、各分野の専門家を
講師に迎え、人材育成を
進めています！

(推進リーダー導入研修会の講師)

地域ケア会議推進リーダー

井口茂氏(長崎大学)

飯野朋彦氏(にしきの里)

介護予防推進リーダー

秀嶋敏和氏(恵仁荘)

大場裕之氏(貞松病院)

(公社)長崎県理学療法士協会は 50周年を迎えました!!

本紙2、3ページに特集記事として掲載しましたが、
本会は50周年を迎えました。年を追うごとに会員数
がどんどん増えており、理学療法士が身近な存在にな
りつつあります。

これからも県民の皆さんのがんのため、頑張ってま
いります！



会員数の年度推移



編集後記

まだまだコロナ禍が続く中、皆さまいかがお過
ごでしょうか?

今年は大型台風が襲ってきた年でもありました。本会においては、災害リハビリの委員会を設けており、不測の事態に対応できるよう準備を整えております。身の回りで出来ることは、災害グッズ・非常食などを揃え、ハザードマップを確認し、避難場所を事前に認識しておくことが大切だと言
われており、日頃の備えや心構えを持っておきたいところですね。

今年も残すところあとわずかですが、健康に留
意し、味覚の秋、行楽の秋を存分に満喫できるよ
う元気に過ごしていきましょう。

読者のみなさま
「ぴーかんてらす」へ情報を

お寄せ
ください!!

「理学療法士協会 広報誌」リニューアルに伴い、
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
- ◎私の〇〇自慢
- …など、皆様からのさまざまなお便りをドンドン
お寄せ下さい!!

お便りの送り先 〒851-0116 長崎県長崎市東町1755番地1

長崎県理学療法士協会事務局広報部宛 FAX/095-895-5146 メール/nptakouhou@gmail.com

ぴーかんてらすは、デジタルブックでも
ご覧になります!

パソコンからの
アクセス
<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!!

