

公益社団法人

熊本県理学療法士協会

広報誌「かくどけい」

Vol. 121

2016 JUNE

特集

“THE 肩こり!”

その肩こり、なにが原因?
理学療法士がお教えします!

CONTENTS

PT Worker 理学療法士のお仕事

KPTA ニュース 熊本城マラソン2016に
ボランティアとして参加しました!
ほか

DO Gyan!! ~理学療法ワンポイントアドバイス~
小児「理学療法支援マップ」の
ご紹介

活動報告 第22回介護教室 ほか

『熊本地震に際して
思ふこと』

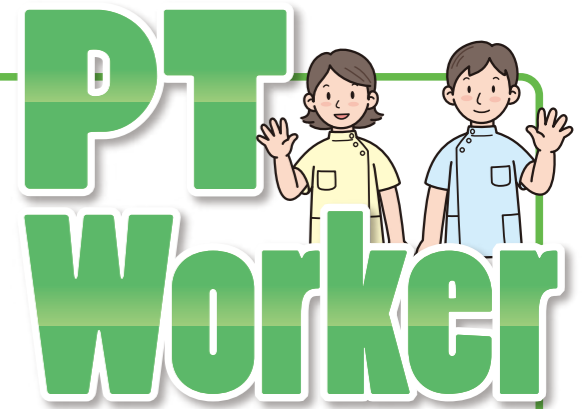
熊本県理学療法士協会
会長 北里 堅二

4月16日を本震とする一連の地震により、故郷熊本は大きな打撃を受けました。

この度の地震で犠牲になられた方のご冥福をお祈りすると共に、被災されたすべての方に心よりお見舞い申し上げます。

当協会では、被災者支援活動として災害時リハビリテーション支援チーム(J.R.A.T)の一員として現在活動しております。J.R.A.Tは発災後6ヶ月をめどに活動を行いますが、我々はすべての被災者の方が通常の生活に戻れる日まで、何らかの形で支援を続けていきたいと考えています。生活を支える、再建していくことのお手伝いはリハビリテーションの大きな使命であり、私たち理学療法士の責務だと思っています。

すべての県民の皆さんに笑顔が戻るまで、私たちはあきらめません。今一度、「笑顔をあきらめない」を合言葉に、頑張ろう!熊本。



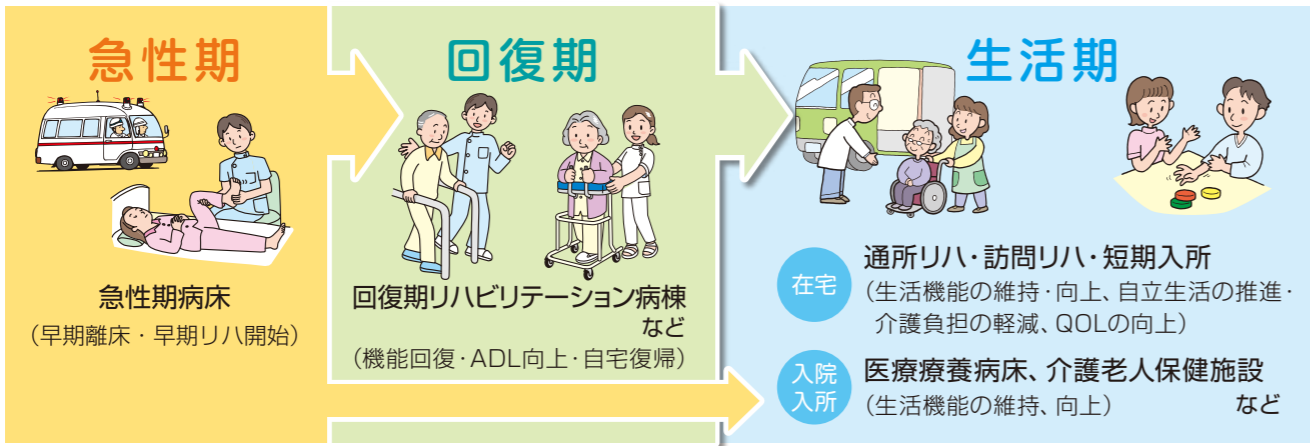
理学療法士のお仕事

理学療法士は、ケガや病気などで身体に障がいのある人や障がいの発生が予測される人に対して、基本動作能力（座る、立つ、歩くなど）の回復や維持、および障がいの悪化の予防を目的に、運動療法や物理療法（温熱、電気などの物理的手段を治療目的に利用するもの）などを用いて、自立した日常生活が送れるよう支援する医学的リハビリテーションの専門職です。

生き甲斐やその人らしさをサポートする自立支援、生活支援、健康増進、介護予防などの分野や、教育や研究などさまざまな場面で活躍しています。

今回は理学療法士としての役割を、回復期に焦点を当てて紹介していきます。

回復期リハビリテーション病棟 特集



宇城総合病院
リハビリテーション部

山口 里美



宇城総合病院は熊本県の県南にある宇城地域の中核病院として、急性期から亜急性期、回復期の患者さんを対象に救急医療からリハビリテーションまで

シームレスな医療を提供し、状態が安定されたら地域のかかりつけ医に紹介するという役割を果たしている病院です。回復期リハビリテーション病棟は56床で、約7割が整形疾患（大腿骨近位骨折、脊椎圧迫骨折など）、3割が脳血管疾患（脳梗塞、脳出血など）、1割未満で廃用症候群の患者さんが入棟されています。チーム医療を重視し、回診やカンファレンスなど多職種が一堂に会し、患者さんの状態や環境についての情報共有する機会を多くとっています。



(写真掲載はご本人の承諾済み)

朝日野総合病院
総合リハビリテーションセンター

大脇 秀一



当院は、熊本市北区に位置し、病床数378床を有する総合病院です。その中で回復期リハビリテーション病棟は45床となっており、若い方から超高齢者、また透折療法中の方や、脊髄損傷の方と多岐

に渡る患者さんがいらつしやるため、一人ひとりにあったリハビリテーションの提供を行っています。そのため回復期リハビリテーション病棟に入棟後すぐに家屋訪問を行い、生活環境、趣味・行動範囲等を確認したものをリハビリテーションへ反映し提供いたします。患者さん1人1人の生活を考慮し、定期的に多職種が集まるカンファレンスを開き、方向性・リハビリ内容の修正・提案をご本人・ご家族に行い、心身の改善を図るだけでなく、最高の満足を得

られるよう信頼関係の構築に取り組んでおります。（追記）先般の熊本地震で被災された皆さまには心よりお見舞い申し上げます。これから復興に向けて地域の皆様方と共に進んで参りますので、ご協力・ご支援どうぞよろしくお願いたします。



山鹿温泉リハビリテーション病院
総合リハビリテーション部

高口 聡



突然の病気や事故などによる障害は、以降の生活維持・継続に大きな不安を与えます。そして障害を持ちながらの生活はその人の思いを遂行する

妨げともなりかねません。そのような方々に、私たちリハビリテーション専門職は、早い段階からチームを組んで、もとの生活に戻れるように、それが困難であつてもより近づけるように、「その人らしさ」を求めて支援していきます。その中でも入院生活での自立は社会生活への第一歩。限られた入院日数の中で、より早い機能の回復を目指して、そして生活していく上で必要な能力を向上させていくこと、それが私たちに責務だと思っています。



回復期とは、発症や手術後早期の急性期治療を行った患者さんを速やかに迎え、その人本来の生活へのスムーズな移行を促す時期です。理学療法士を含めた医療専門職がチームを作り、集中的なリハビリテーションを行います。体の状態を正しく評価し、状況を見極め、様々な選択肢の中から理学療法を計画し、実行します。体の機能の回復力を最大限に引き出し、患者さんを元の生活に戻すサポートを行うことが理学療法士の役目です。

回復期リハビリテーション病棟は、脳血管疾患又は大腿骨頸部骨折等の患者さんに対して、日常生活動作能力の向上による寝たきりの防止と家庭復帰を目的としたリハビリテーションを集中的に行うための病棟であり、回復期リハビリテーションを要する状態の患者さんが常時8割以上入院されている病棟のことをいいます。現在、熊本県には約47の病院に回復期リハビリテーション病棟が開設されています。多職種で連携を取

り、患者さんの在宅への復帰を目標にサポートしています。



熊本県理学療法士協会の公益事業の報告をします

熊本城マラソン2016にボランティアとして参加しました!!

去る平成28年2月21日に熊本城マラソン2016が開催され、歴史巡りフルマラソンでは約11,900名のランナーが早春の熊本路を駆け抜けました。

本大会も第5回目を迎え、熊本県理学療法士協会も第1回大会より市民ランナーの皆様方のサポートを目的に、ボランティアとして参加しています。今年は35km地点より少しの先のけやき通り沿いで、21名のボランティアスタッフが役割分担をしながら、主にアイシングやストレッチ、マッサージ、テーピングなどを行いました。

今回もアイシングが約1200名、ストレッチが135名と大勢の方々が利用されました(数字の上では全ランナーの約1割強に対応したことになります)。今年は活動場所が沿道のすぐ脇で分かりやすかったためか、特にストレッチやテーピングは例年と比べるとより多くの方が訪れました。特に午後1時過ぎからは順番待ちができるほどで、アイシング用にはたっぷり用意していた水が全部なくなってしまうほどの盛況振りに、スタッフ一同嬉しい悲鳴をあげながらの活動となりました。



多くの方々にご利用頂きました!

ボランティアスタッフによるストレッチ風景

持ちよかったです!」「もう少し頑張れます」「これで完走できそうです」「すごくありがたいです!」など嬉しい言葉をたくさん頂き、ボランティアスタッフ一同は疲れが吹き飛ばすような気持ちでした。今年は11,209名の方が完走されましたが(完走率94.19%)、当協会の活動が少しでもランナーの皆様の力になることが出来たのであれば幸いです。

今後当協会は市民ランナーの方々を全力でサポート致します!

『痛みを減らして笑顔を増やそう』市民公開講座開催!!

平成28年2月28日に、熊本保健科学大学にて第19回熊本県理学療法士学会を開催しました。その一環として、県民の皆様を対象に『痛みを減らして笑顔を増やそう』肩・腰・膝の運動療法というテーマで、市民公開講座を開催致しました。県内各地より50名近い方々にご参加いただき、大盛況のうちに終えることが出来ました。

当協会会員である松原賢太さん、澤村拓朗さん、吉永龍史さんの3名より、肩や腰、膝に生じた痛みの原因や、痛みと姿勢との関係など、身体チェックやさまざまな体操を交えながら、講演と実技が行われました。

参加者からは「痛みに着目したテーマでとても良かった」「分かりやすく丁寧で良かった」「家事の合間とかテレビを見ながらやってみます」「またやってほしい」などありがたいお言葉をたくさん頂戴しました。講座終了後も、多くの方にご質問をいただき、皆さんの関心の高さが伺われました。

今後当協会は理学療法士の専門性を活かし、県民の皆さんのお力になれるようなイベントを開催していきたいと思っております!



分かりやすく丁寧な指導を心がけています!



座りできるストレッチの指導

ワンポイントアドバイス!

Do Gyan!!

ぎゃん(こんな)豆知識、ぎゃん(こんな)運動を理学療法士が分かりやすく教えます!

「のんびり育つ 子どもと保護者のための理学療法支援マップ」をご存知ですか?

私たち理学療法士は、生まれもった心身の状態、病気、事故の影響で何らかの困難や遅れがあるお子さんのとのかかわりとして、発達支援や就学支援を行っています。

お子さんの潜在的な能力を最大限に引き出し、心身機能の改善を図ることや、ご自宅や学校などで行える理学療法や生活方法の提案、補装具(靴、椅子など)の検討などを行い、健やかな成長を支援しています。



お子さんの発達の速さは様々で、不安を抱えているお母さんもうらっしゃると思います。そんな方々の専門職のパートナーとしてお手伝いしたいという思いから、「のんびり育つ 子どもと保護者のための理学療法支援マップ」を作成しています。

↓当協会のホームページよりダウンロードすることができます。

熊本県 理学療法支援マップ

検索



今回は、子育てアドバイスの中から、「抱っこ」について紹介します。抱っこはお母さんとのスキンシップだけでなく、様々な発達を促すとても大切なものです。

基本的な抱っこの仕方



首が不安定な場合は、子どもの首から肩にかけて持ち、他方の手でお腹をかくく押さえるようにします。



子どものお尻から足を抱えて、ママのお膝に座らせます。



子どもの頭と背中を包み込むようにして、向かい合います。

POINT

抱っこをするときに気を付けることは?

- ① 体を包み込むようにしっかりと持ち、安定させましょう。
- ② 周囲からの刺激に敏感な赤ちゃんはバスタオルなどで包み込みましょう。
- ③ 首のすわりが不十分な場合には、肩から包み込み頭を安定させましょう。

理学療法体験記

実際に理学療法を受けておられる県民の皆様の声をご紹介します。

88歳 男性
(熊本市西区在住)

9年前から人工透析を受けています。足腰が弱らないよう透析中も下半身の運動を行ったりと、自分なりに注意していました。しかし内臓の手術を受けてから寝たきりとなってしまい、何をすることも手伝いが要るようになってしまいました。リハビリが始まると、身体が弱った所を鍛えることで痛みも軽くなりました。また家の構造なども考慮した上でリハビリを行ってくれたので安心できました。

退院が見えてきた矢先、再度手術を受けることとなり、また一からやり直しますが頑張れば、そのぶん成果が出るのが分かりましたので引き続き頑張りたいと思います。



活 動 報 告

第22回 介護教室



平成28年1月16日 熊本保健科学大学にて、第22回介護教室が開催しました。テーマを「産業理学療法って何？～企業に産業理学療法を売る～」と題し、関西労災病院治療就労支援センターの理学療法士、高野賢一郎先生を講師として迎えました。理学療法士34名、作業療法士1名の参加がありました。企業や就労者の健康対策を行う領域として、その対象者は非常に多く、疾病予防の重要性をお話し頂きました。需要も増えてきており理学療法士としての強みを生かすことができる分野であると、興味深い内容となりました。後半は実際に行われている腰痛予防体操を参加者全員で実践し、現場でもすぐに使えるような充実した研修会となりました。

編／集／後／記

この度の地震で犠牲になった方のご冥福をお祈りすると共に、被災されたすべての方に心よりお見舞い申し上げます。今回の地震で私も被災者となり、近隣の方々との繋がりがいかに重要かを改めて感じました。また報道などを通じ、日本全国より故郷熊本に対し様々な形で支援が行われていることに感謝しつつ、復旧の時期を迎えた今、当協会としてできることをしっかりと行っていきたいと思います。

「負けんばい、熊本！」 (坂田大介)



公益社団法人

熊本県理学療法士協会

TEL/FAX 096-389-6463

〒861-8045 熊本市東区小山2丁目25-35

E-mail : kpta_kat@mtg.biglobe.ne.jp

〈シンボルマークコンセプト〉

テーマは『共創』です。人とひとが向かい合い、手と手を取り合う姿を、熊本の地形をデフォルメしたデザインに託しています。

赤：火の国、青：水の都、緑：阿蘇・天草

第18回 テーピング講習会



去る平成28年2月7日(日)、熊本整形外科病院にてテーピング講習会を開催しました。講師は専門領域部スポーツ班の理学療法士(日体協公認アスレティックトレーナーの有資格者)が務め、今回は13名の参加がありました。中には県外の方や、80代の女性の方も参加され、「自分でテーピングを巻けるようになりたい」と熱心に受講されていました。

午前中はテーピングの基礎知識に関する講義、午後からテーピングの性質・機能・扱い方などのポイントを踏まえた実技指導を行いました。参加者からの疑問・質問に答えながら巻くコツをお伝えし、楽しく進めることが出来ました。

第7回 専門領域部 糖尿病班研修会



平成28年2月28日、市民会館崇城大学ホールにて「糖尿病性腎症」をテーマに研修会を開催しました。透析導入の原因第1位である糖尿病性腎症について、医師、看護師、管理栄養士、臨床工学技士、理学療法士を講師に迎え、それぞれの側面からお話いただきました。

約80名の様々な職種の方が参加されていました。糖尿病には多くの職種が関わっていることを再認識し、我々理学療法士も協力してよりよい医療を提供していきたいと感じました。



↓ 当協会ホームページもご覧ください! ↓



理学療法士を目指しませんか?

一緒にいかがですか?

耳寄りな情報詰まってます!

協会ホームページ

<http://www.kumamoto-pt.org/>

熊本県理学療法士協会

検索

ケータイからもアクセスできます!

