

# ぴしゃっと!



公益社団法人 福岡県理学療法士会



撮影者：九州中央病院 吉村 恵三 氏  
太宰府天満宮の飛梅です。本殿前の左近に植えられた梅は太宰府天満宮の中で一番先に咲き始めるといわれています。例年2月中旬頃が見ごろです。

## No. 4 CONTENTS

2016年2月号

【巻頭言】公益社団法人福岡県理学療法士会 会長 西浦 健蔵 …… 1  
 理学療法って? …… 2  
 特集 …… 3  
 お仕事紹介、夢を叶える …… 4  
 公益事業推進部 Life Work Standing by your side …… 5・10  
 肩こり体操～立位・座位編～ …… 6～9  
 支部だより …… 11・12  
 福岡県女性理学療法士の課題を考える委員会 …… 13  
 ふくおかふえ、おすすめの本 …… 14  
 理学療法体験記、編集後記 …… 15

	施設数		会員数	
北九州Ⅰ地区	121施設	303施設	815名	1,891名
北九州Ⅱ地区	104施設		695名	
筑豊地区	78施設	321施設	381名	2,172名
福岡Ⅰ地区	146施設		997名	
福岡Ⅱ地区	106施設		774名	
福岡東地区	69施設	166施設	401名	1,302名
筑後Ⅰ地区	81施設		689名	
筑後Ⅱ地区	85施設		613名	
合計	790施設		5,365名	

(平成28年1月4日現在)

## 巻頭言

地域包括ケアシステムと  
理学療法

西 浦 健 蔵

公益社団法人福岡県理学療法士会 会長



日本の高齢化は、諸外国に例をみないスピードで進行しています。65歳以上の人口は、現在3,000万人を超えており（国民の約4人に1人）、総人口に占める割合の26.0%を占め、今後、2025年には3,657万人、2042年には3,878万人とピークに達し、2060年には国民の約2.5人に1人が65歳以上の高齢者という社会が到来するであろうと推計されています（厚生労働省より）。

このような状況の中、団塊の世代（約800万人）が75歳以上となる2025年（平成37年）以降は、国民の医療や介護の需要が、さらに増加することが見込まれています。このため、厚生労働省においては、2025年（平成37年）を目標に、『※地域包括ケアシステム』の構築を推進しています。

では、この地域包括ケアシステムの構築に向けて理学療法士がどのように携わっているのかについて少し述べます。まず、「地域ケア会議」とよばれるものがありますが、例えば、高齢者の方々の自立した生活への支援を意識した助言や具体的な生活行為の改善のための提案を行います。また、地域で支える という広い視野でみた場合、高齢化率、人口過疎、地域サービスなどの社会資源の内容など、各地域によって異なりますので、その特性を見極めながら、行政、医療、福祉等と連携し、具体的な対策を提案しています。

次に介護予防に関する事業です。体操など運動を通した介護予防講座 を県内各地域で開催しております。なお、県内各地で例年約140回程度開催しておりますので、ぜひ心身の予防のためにも最寄りの会場へふるって足を運んでいただければ幸いに存じます。

最後に、私たち理学療法士の資質向上のための事業についてです。理学療法士個々の知識を深める目的で、介護予防を推進するリーダーを育成する研修を開催しております。研修を受けたリーダーが各市町村の事業を支援することができるよう他団体とも連携し、さらなる人材育成に邁進しております。同時に、在宅で介護を継続される方々の生活が「尊厳のある自立が営める」ように、ケアマネジャーや提供されているサービスに従事している他職種の方々に対しても担当者会議・地域ケア会議を通じて支援できるよう、地域ケア推進リーダー研修を開催し、理学療法士の質の向上を推進して（目指して）おります。さらに、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士のリハビリテーション専門職種の連携を強化して多様なニーズに応えられる体制作りも目指しているところです。

結語になりますが、この地域包括ケアシステムの推進にあたり、私たち理学療法士は運動を介した「自立」の専門家として、皆様方の「尊厳ある自立」と、「活力のある地域社会の構築」に向けて努めてまいりますので、私たち公益社団法人福岡県理学療法士会に対しまして、何卒、より一層のご理解とご支援のほどを今後もよろしくお願い申し上げます。

## ※『地域包括ケアシステム』

いつまでも元気で自立した生活を継続するための心身の病気の予防（介護予防を含む）を目指したまちづくりや仲間づくりを、そして病気になっても、医療・介護保険サービスの連携で安心した生活が営め、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるための包括的な支援・サービス提供体制のこと



# 理学療法 って?

## 急性期 リハビリテーション



## 回復期 リハビリテーション



## 維持期 リハビリテーション

発病（発症）後可能な限り早い時期から行うため、全身の状態が安定していない場合もあり、まず危険のないことを優先して注意深く進めます。医学的に高度な治療が可能な医療機関で、廃用症候群の予防や身体を動かすことによる治療、日常生活の動作の訓練などを実施します。全身の状態が安定して、積極的なリハビリテーションが可能になれば、回復期リハビリテーションへと移行します。

全身状態が安定し、徐々に可能な動作を増やしていく時期ですので、機能や能力の障がいの回復・改善を図り、日常生活の動作や生活の質を向上させることを目的に行います。急性期の経過も踏まえ、的確に予後を予測し、基本的な動作、歩行、日常生活における動作などのゴール設定をし、運動療法を行います。また、今後のライフスタイルに応じた居住環境の整備や外泊訓練を行い、患者さんの自立度と安全性を確認します。

回復期リハビリテーションが終了した後に、それまでに可能となった家庭生活や社会生活を維持し、継続していくことを目的に行います。地域リハビリテーションの一環として、健康管理や自立生活の支援、また、介護の負担を軽くするために、在宅や施設でいろいろなサービスが提供されます。現在、全国で都道府県リハビリテーション支援センターと地域リハビリテーション広域支援センターが中心となって、地域リハビリテーション体制の整備が進められています。

特集

地域包括ケアシステム構築に向けて  
理学療法士がまちの元気を支えます!

地域包括ケアシステム推進委員会 委員長 松崎 哲治 氏

私たち理学療法士は、「生活の予後（将来）をみることのできる職種」です。「歩行」を中心とした生活に必要な動作を、医学的な知識に基づく運動治療や評価により支えます。

そして、それらの知識と技術を基に、地域を支える理学療法士として、地域包括ケアシステムの構築のために協働します!

私たちは、「地域ケア会議」と「介護予防事業」に積極的に取り組んでいます。地域ケア推進研修プログラムと介護予防推進研修プログラムを「日本理学療法士協会」と連帯して進め、これまでにプログラム修了者をそれぞれ 400 名以上育成し、現在、多くの市町村の「地域ケア会議」と「介護予防事業」に関わっています。

「地域包括ケアシステム」がどういうものなのか、どのようなサービスを受けられるのか、など、まだ実感されていない方も多いと思いますので、お気軽にご相談ください。

公益社団法人 福岡県理学療法士会 事務局

〒 802-0821

北九州市小倉南区横代北町二丁目 6 番 31 号

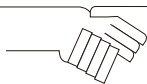
TEL : 093-965-2380 FAX : 093-965-2390

mail : fukuokapt@etude.ocn.ne.jp



(右図) 厚生労働省が地域包括ケアシステムのあるべき姿として採用しているイメージ図で、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で生活を継続することができるような包括的な支援・サービス提供体制の構築を目指す「地域包括ケアシステム」。

この地域包括ケアシステムにおける「5つの構成要素」の中に、介護が必要となっても、住み慣れた地域で暮らし続けるために受けられる専門サービスの一つとして、リハビリテーション（理学療法）の必要性が現在組み込まれています。



義肢・装具・コルセット・車イス・杖類等

日本義肢協会 登録・九州104

有限会社 **中武義肢製作所**

☎805-0059 北九州市八幡東区尾倉1丁目2-19  
TEL(093) 6 6 1-2 2 7 8  
FAX(093) 6 6 2-2 6 4 9

人にやさしい物作りに努めています

**(有) 荒井義肢製作所**

〒807-1115 北九州市八幡西区椋枝2-10-12  
TEL (093)618-4370  
FAX (093)618-7585



# お 仕 事 紹 介

理学療法士が働く  
様々な分野を  
紹介します!

## 【外来リハビリテーション】 星子ひさし整形外科 理学療法士 本田 晴彦氏 スタッフ一同

私は、無床診療所で医師の指示のもとに、整形外科疾患に関わる患者さんに、ストレッチや筋力増強練習や動作指導を中心に外来リハビリテーションを行っています。来院される患者さんの多くは、活動性が高く自宅での日常生活活動や仕事への参加が可能です。動作の不安や制限を感じていらっしゃる。中でも「痛み」を訴えて来院される方が多いです。そのため、当院の理学療法士は、その「痛み」の原因は何か？

なぜ痛くなったのか？ということを追及しながら、治療に取り組んでいます。その中で、少しでも「歩きやすくなりました」や「立ち上がりやすくなりました」などの言葉を聞けると本当に嬉しく、この仕事のやりがいを感じています。

私たちは、これからも患者さんに「安心」を与えることができるよう、しっかりとコミュニケーションを取り、評価し、治療して、説明することを、最高の「笑顔」で「元氣」に精一杯頑張っていきたいと思ひます。



これからも様々な分野について少しずつ紹介します。お楽しみに。

## ◆ 『夢を叶える』 ~新人奮闘記~

柿野正代氏  
(桜十字福岡病院 理学療法士)

私が理学療法士を目指したきっかけは、祖父が脳卒中を患いリハビリテーションをほとんど受けずに他界してしまったことです。そのとき出来ることはなかったのか？という思いで理学療法士を目指すことにしました。実際に桜十字福岡病院へ入社してからは、自分の知識不足を痛感する日々もありますが、先輩方に指導を頂きつつ、患者さまによりよい理学療法が提供できるよう頑張りたいと思ひ、日々仲間と切磋琢磨しながら努力しています。



公益事業推進部  
Life Work

Standing  
by your side

公益事業推進部は、障害者スポーツ大会を始めとするイベントへの協力や、健康 21 世紀福岡県大会など県内各所での体力測定・リハビリ相談会の開催などの社会貢献活動を通じて、県民の皆様のお役に立てるよう活動しております。

## モール通り音楽祭 健康なんでも相談コーナー

福岡県理学療法士会は、小倉医師会、歯科医師会など医療関連団体で主催・共催する「モール大通り音楽祭」の「健康なんでも相談コーナー」に今年度（平成 27 年 11 月 25 日）も参加させていただきました。今年、タレントの山本華世さんが MC として招かれ会場を大いに盛り上げていただき、当会の「体力測定会」ブースの紹介をしていただいたおかげもあり、100 名を超える方々に来ていただきました。「体力測定会」ブースでは、体力年齢をいろいろな評価を用い測定し、その後一人一人に体力維持・向上のアドバイスを行いました。みなさんから、「これからも今の体力を維持できるよう、教えてもらった体力維持メニューを頑張ってみます♪」等の声をいただきました。来年も「体力測定会」を行う予定です。皆さまのご来場をお待ちしております。



## 北九州 OPEN ～車椅子テニス～ 理学療法サポートに参加します！！

メディカル・RE-コンディショニング・宗廣 小林 順子 氏

北九州 OPEN は今年で 30 周年を迎えます。ここから世界へと羽ばたいていった選手も数多くいます。この大会で理学療法サービスを実施するようになり 10 年ほどが経ちますが、ここに集う多くの選手に我々にしかできないサポートを実施する事が、これからの理学療法士に大切な何かをもたらしてくれるのではないかと思います。



# り 体 操

## 立 位 ・ 座 位 編

の肘を持ち、  
しょう。



⑦ 両手を前で組んでげんこつを  
前へ押し出しましょう。



1・2・3・4・5

り返しましょう。



背中が伸びるように1・2・3・4・5

ゆっくり3回繰り返しましょう。



⑩ 肘を曲げ肩を  
まわしましょう。



⑪ 両肩をあげて力を抜いて  
ストンと肩を落としましょう。



ゆっくり3回繰り返しましょう。



ゆっくり10回繰り返しましょう。

**\*最後に大きく深呼吸を3回しましょう\***

# 肩こ

## 首のストレッチ

① 首を前後に曲げましょう。→



ゆっくり息を吐きながら  
1・2・3・4で  
頭を前に倒しましょう。



ゆっくり息を吸いながら  
5・6・7・8で  
頭を後ろへ倒しましょう。

② 首を左右に曲げ



ゆっくり息を吐きながら  
1・2・3・4で  
頭を右に倒しましょう。

ゆっくり3回繰り返しましょう。

ゆっくり3回

## 肩のストレッチ・運動

① 肘を曲げ肩を  
まわしましょう。→



ゆっくり3回繰り返しましょう。

② 両肩をあげて力を抜いて  
ストンと肩を落としましょう。→



ゆっくり10回繰り返しましょう。

\*呼吸は自然な呼吸で\*





# り 体 操 ● ● ● ● ● 立 位 ● ● ● ● ● 座 位 編 ● ● ● ● ●

ましよう。 →

③ 顔を左右に向けましよう。



ゆっくり息を吸いながら  
5・6・7・8で  
頭を左に倒しましよう。



1・2・3・4で  
顔を右に向けましよう。



5・6・7・8で  
顔を左に向けましよう。

繰り返しましよう。

ゆっくり3回繰り返しましよう。

③ 両腕を上にあげ、  
後ろに振り下ろしましよう。 →

④ 両腕を肩の高さまで横に広げ、  
前で交差するようになろしましよう。 →



ゆっくり5回繰り返しましよう。



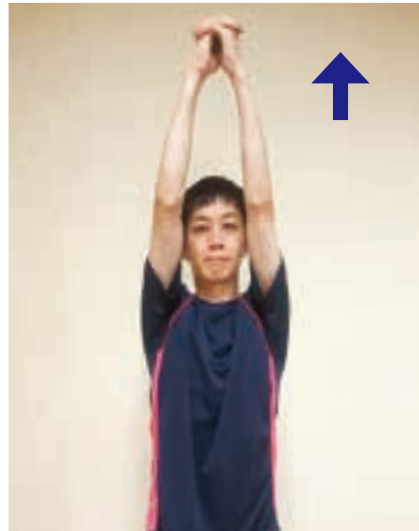
ゆっくり5回繰り返しましよう。

裏面へ続きます →

# 肩こ

## 肩のストレッチ・運動

⑤ 両手を前で組んで  
上へ上げましょう。



上げたところで1・2・3・4・5

ゆっくり3回繰り返しましょう。

⑥ 頭の後ろで反対側  
ゆっくりひきま



ゆっくり伸ばして

左右3回ずつ繰り返

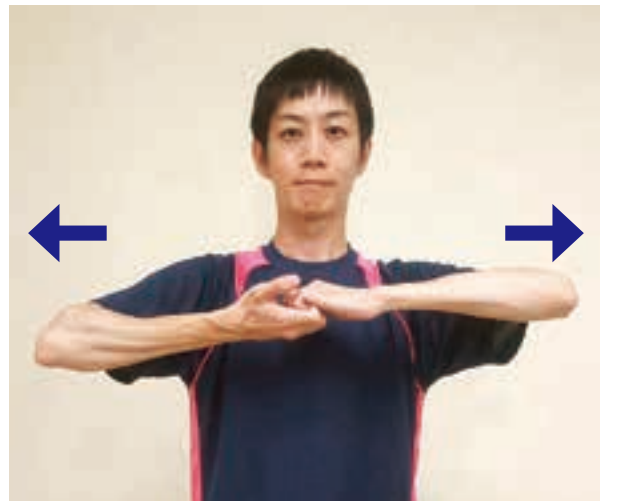
⑧ 肘を曲げて両手を組み合わせ、手のひらを  
押し合わせるように力を入れましょう。



しっかり押して1・2・3・4・5

ゆっくり3回繰り返しましょう。

⑨ 肘を曲げて両手の指先を曲げてひっかけ、  
左右に思いっきりひっぱりましょう。



しっかり引いて1・2・3・4・5

ゆっくり3回繰り返しましょう。



## ランニング後のケアについて

鎌田病院リハビリテーション科 理学療法士 吉井 剛 氏

近年、ランニング愛好者人口は増加しており、日本国内においても年間 100 を超える数のフルマラソン大会が開催されています。

健康維持に始めたランニングが、体重の減少、ランニングタイムの短縮・走行距離の延伸など、目に見える効果をもたらし、ハーフマラソンやフルマラソンへ挑戦する愛好家が増えています。

ここで、ランニング後のケアをいくつか紹介します。

まず、ストレッチです。強張った筋肉を伸ばすことで疲労の除去が行えます。

また、入浴時などに足をマッサージするとこともよいでしょう。実際、長距離選手は風呂好きな方が多く、合宿などは温泉地を利用しているチームもあります。

最後にアイシングです。アイシングとは炎症・疲労がある箇所に対し、氷などを利用して冷却し、症状の改善を図るといえるものです。腫れや痛み・疲労がある箇所に 15～20 分程度、濡らした氷で冷やすとよいとされています。

ケガの予防にも役立ちますので、活用してみてください。

一番大切なことは、毎日こまめにケアすることです。日頃から、体調管理をしっかり行うことが記録短縮のポイントです。



ISO 9001 取得 物理療法のバイオニア  
**伊藤超短波(株)**  
 福岡営業所

〒 816-0088 福岡市博多区板付 5-18-17

Tel 092-573-6053

Fax 092-573-0218

URL: <http://www.itolator.co.jp>

E-mail: [m-Fukuoka@itolator.co.jp](mailto:m-Fukuoka@itolator.co.jp)

Quality of Life  
くらしの質を向上させる  
**MINATO**  
 ミナト医科学株式会社

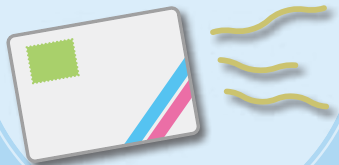
リハビリ機器、測定関連機器(呼吸器・聴力・筋力・血圧等)、老健・福祉施設用関連機器の総合メーカーです。お気軽にご相談ください。

北九州営業所 〒802-0979 福岡県北九州市小倉南区遠力町1丁目10番8号  
 TEL 093(963)3610 FAX 093(963)3611

福岡営業所 〒812-0015 福岡県福岡市博多区山王2丁目2番22号  
 TEL 092(415)5353 FAX 092(415)5378

←←← 6P～9P (体操のページ) は、取り外して、壁に貼るなどして、  
 使用して下さい。

## 支部だより



福岡県理学療法士会には、福岡・北九州・筑後の3つの支部があり研修会活動や、地域の皆様への転倒予防教室・さまざまなイベントへの参加など、各支部活発な活動を行っています。

### 福岡支部

医療法人福西会 福西会病院 土屋 恵睦 氏

福岡2地区の会員は、現在725名と増加傾向にあります。

県民のみなさまに対しては、毎年、地区研修会、転倒予防教室、症例報告会、地区レクリエーション等を開催しています。

さらに、今年度は、福岡2地区研修会のテーマを、「顔の見える連携」と「国際社会に羽ばたく理学療法士」とし、同じ地区で働く理学療法士同士の交流を活発にする活動にも取り組みます。

これは、私が、大変お世話になっている大先輩から「同じ職種同士、特に近所に勤めている者同士は、顔を合わせて名刺交換ぐらいしても良いのでは？」と、提案いただいたことがきっかけでした。

地区の活動は数人の運営委員の会議や地区部長の判断で決まっていくことでは決してありません。卒後間もない若い会員から、チームのマネジメントに迫られている中堅の会員、また所属長などを担っているベテラン会員など、一人一人の声が当士会の活動につながっています。

福岡2地区は、県民・会員の「参加型の県士会」を目指しています。



### 筑後支部

筑後I地区 学術責任者 聖マリア病院 川原 敏郎 氏

筑後支部では、年に数回、支部研修会を行っています。今回は、その内容を簡単にご紹介いたします。

12月には、「脳血管疾患患者の歩行に対するアプローチ」という題で研修を行いました。歩行の検査や訓練について、動画や実演をまじえ、楽しく深く学ぶことが出来ました。

日々進歩する医学に携わる理学療法士として、エビデンス（科学的な根拠）に基づいた最新の知識を得ることは、とても重要です。今後、実際の臨床場面で活かして行きたいと思えます。

北九州支部

特定医療法人 東筑会東筑病院 大内 智彦 氏

【平成 27 年 12 月 18 日 芦屋東小学校 寸劇、障害体験・理学療法啓発】

毎年小中学生を対象とした理学療法の啓発活動を開催しております。今回は初めて小学 3 年生を対象とし、29 名の生徒が参加しました。車椅子駆動や片麻痺体験では、なかなかうまくいかない場面もありましたが、お友達同士協力し合いながら楽しんで取り組んでいる様子でした。恒例の寸劇も笑いが飛び出し、楽しく理学療法にふれてもらえたかと思えます。私自身は救急車役として初参加し、普段はふれあうことの少ない小学生達と貴重な時間を過ごすことができました。



最後に、生徒 vs スタッフの閉眼片脚立位対決など新しいこともできました！私たちの体力は小学 3 年生並みということがわかりましたが、来年へ向けて良い取り組みとなったように感じます。

今後も小中学校を対象に啓発活動を開催する予定ですので、興味があれば是非是非一緒に楽しい時間を過ごしましょう！救急車役もお待ちしております。



国際医療福祉大学大学院  
INTERNATIONAL UNIVERSITY OF HEALTH AND WELFARE GRADUATE SCHOOL

福岡キャンパス(福岡県福岡市)

大川キャンパス(福岡県大川市)

医療福祉学研究科

修士課程

保健医療学専攻

理学療法学分野/作業療法学分野/言語聴覚分野/リハビリテーション学分野/看護学分野/助産学分野/助産学分野(福岡)/医療福祉教育・管理分野 等

医療福祉経営専攻

医療経営管理分野/診療情報アナリスト養成分野/医療福祉国際協力学分野/先進的ケア・ネットワーク開発研究分野/医療福祉学分野/医療福祉ジャーナリズム分野

博士課程

保健医療学専攻

理学療法学分野/作業療法学分野/言語聴覚分野/リハビリテーション学分野/看護学分野/助産学分野/視機能療法学分野/福祉支援工学分野/放射線・情報科学分野/生殖補助医療胚培養分野/医療福祉経営学分野/診療情報管理・分析学分野/医療福祉国際協力学分野/先進的ケア・ネットワーク開発研究分野/医療福祉学分野/医療福祉ジャーナリズム分野/医療福祉心理学分野

修了者数

修士課程 (平成12~26年度)	
■保健医療学専攻	1,372名
・理学療法学分野	464名
■医療福祉経営専攻	506名
博士課程 (平成15~26年度)	
■保健医療学専攻	204名
・理学療法学分野	64名



◆多くの授業を平日夕方以降と土曜日に開講。eラーニング科目も充実

◆福岡・大川・大田原・東京青山・小田原・熱海に6つのキャンパスを設置

◆医療福祉における第一人者の講義を、複数のキャンパスで受講できる「同時双方向遠隔授業システム※」

※専攻、分野によっては、受講できるキャンパスが限られているものがありますので、詳細につきましてはお問い合わせください

\* 修士課程は、短大・専門学校を卒業した満22歳以上の方も受験可能

分野・領域についてのお問い合わせ・資料請求先

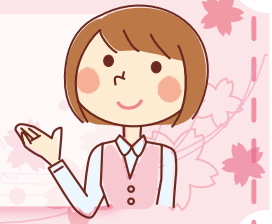
福岡キャンパス 〒814-0001 福岡市早良区百道浜2-4-16  
TEL 092-407-0434 E-mail fukucamp@iuhw.ac.jp

大川キャンパス 〒831-8501 福岡県大川市榎津137-1  
TEL 0944-89-2000 E-mail oocamp@iuhw.ac.jp

URL <http://www.iuhw.ac.jp/daigakuin/>



## 女性理学療法士の 課題を考える委員会



理学療法士は比較的女性が多い職種です。そこで福岡県理学療法士会では、平成 27 年 6 月に、「福岡県女性理学療法士の課題を考える委員会」を設置いたしました。

### 女性の働きやすい職場環境について

公益社団法人 福岡県理学療法士会 理事  
福岡県女性理学療法士の課題を考える委員会 委員  
久保田 正一 氏

私も妻も理学療法士の資格を取得して 16 年目になります。我が家には中 1・小 6 の息子と小 4 の娘がおり、妻は職場を変わりながらも子育てと仕事を両立させてきました。そんな妻に子育てと仕事の両立について聞くと 2 つの要素を答えてくれました。

まず、『職場の雰囲気』です。妻の職場の管理者は女性であり子育ての経験がある方です。急な休みが必要な際には、業務の調整などに対して配慮して下さいます。そのような対応も含め、『周りの理解や支えが受けやすい雰囲気』は必要不可欠であると思います。『女性の管理者が増えること』や『女性の職場環境の充実に理解のある男性管理者が増えること』も、今後は重要だと考えます。

そして『本人の努力』です。社会保障などの充実が必要なのはもちろんのこと、現在の状況で“どのように両立させていくかの具体的計画と実践”これが重要だそうです。妻だけでは解決しない課題もあり、私も一緒に努力しております。

何事も 1 つのことでは成り立ちません。『職場(雰囲気)』『家庭(理解)』『社会(支援)』そして『本人(努力)』があって、『女性が働きやすい職場環境』が作られていくのではないかと改めて実感しました。

理学療法士と言う職業が“女性の働きやすい職種”になるように、福岡県理学療法士会としてサポートしていきたいと考えています。



# ふくおかふえ



## 言いづらい「尿モレ」の話

行橋訪問看護ステーション 井内 陽三氏

「おしっこが漏れて困る」とは、みんな人前では言いづらいですね。しかし、尿モレ経験は男女問わずあり、特に女性では3人に1人が経験ありと言われていています。

では困っている方々の対応はというと、商品をご存知の方は薄手の尿パッドや軽失禁用パンツを使用されています。

しかし、それらの商品購入に抵抗があり、女性の生理用品の使用や頻回なパンツ交換をする方もいます。気をつけたいのは、生理用品は水分の吸収量が少なく、モレを完全に防げない場合がある事です。かつ、臭いへの対応も不十分です。適切な吸収量の尿パッド利用により、モレ・臭いを防ぐことが期待できます。

他方、積極的な改善方法の一つに「骨盤底筋体操」があります。これは、咳やくしゃみで尿モレがある方に有効です。詳しく知りたい方は、お近くの理学療法士に尋ねてくださればと思います。症状が辛い方は、医師の診察をお勧めします。早めの対応で、快適な生活を送りましょう。



### 理学療法士が選ぶ

## 「おすすめの本はこれだ!!」



紹介者：  
久留米大学医療センター  
谷口 侑紀 氏

会員の方より、おすすめの本をご紹介いただき、皆様に紹介していくコーナーです。

本の題名：理学療法リスク管理マニュアル  
第3版

著者：聖マリンアンナ医科大学リハビリ  
テーション部

発行所：三輪書店

紹介理由：理学療法士として病態の解釈やそれに応じたリスク管理は必須ですが、特に高齢者では様々な疾患を併せ持っていることが多くあります。本書では呼吸、循環、糖尿病などの基礎疾患から、術後のリスクなど幅広い分野を急性期から慢性期に至るまで理解を深めることができます。引用論文も多く記載されており、各分野に合わせて活用できる1冊です！

## ★理学療法体験記★

### <サポートセンター門司 本田 真一郎氏>

Y様は、リハビリテーションを希望され、1年前にご入居されました。糖尿病や高血圧があり、食事が摂取できないため胃瘻を増設されていました。起立時に介助が必要で、歩行は2名の介助で手を引いて10mが限度でした。

Y様には、「歩けるようになりたい」「口から食べられるようになりたい」という強い目標がありました。当時は、「何で自分だけできないのか」「自分が歯がゆい」と思っていたそうです。熱心にリハビリテーションを継続し、起立や乗り移りは自立し、4点杖で歩行練習を行えるようになりました。

また、食事は経口摂取できるようになりました。普段はスタッフと一緒に歩行車で歩行をするなど、活動的に過ごされています。目標が達成できて「うれしい」「皆さんのおかげ」と喜ばれ、ご家族様は「この施設に来てよかったね」と話されていたそうです。次は「杖を持たずに歩きたい」「家に帰りたい」と、もっと高い目標を持たれています。

当施設は特別養護老人ホームですが、理学療法士を3名配置しています。しかし、入居者・利用者様の人数に対してリハビリテーションスタッフは少なく、十分なりハビリテーションを行えているとは言えません。それでも、入居者様がしっかりとした目標を持つことで身体機能や生活が改善することをY様から学ぶことができました。今後も他職種と共同しながら支援をしていくことで、入居者様の施設生活が充実できるよう努めていきたいと思えます。



## 編集後記

年明け、気持ちも新たに一年がスタートしました。

平成27年を表す一文字の「安」は、安全・安心・安保・不安など、さまざまな意味を表しているそうです。医療・介護の分野でも、介護保険の改正などの大きな動きがありました。今年も、地域包括ケアの充実など、さらなる活動も控えています。私たち理学療法士は、社会を支える医療職として、国民のみなさまに安心をお届けする職種として、今年も一致団結してがんばります！