

PT No. 88 ながの NEWS

2024
8
August



目次	特集：理学療法を学ぶ ～タイから来日した実習生～	3
	・おしらせ	2
	・こども福祉部情報	6
	・学術の広場 「理学療法とメンタルヘルス」	7
	・おすすめ！の一冊 「臨床思考」が身につく 運動療法Q&A	8
	・北から南から 信濃医療福祉センター	9
	・徒然なるままに 「気分転換の大切さ」	10
	・賛助会員広告	11

学術局 研究推進部よりお知らせです。

(一社) 長野県理学療法士会は ビッグデータを利用し理学療法の質の向上を図る 取り組みを推進します。

- ・県内の施設はビッグデータの構築に参加することを強く推奨します。
- ・ビッグデータから質の高いエビデンスを作ることを推進しています。
- ・ビッグデータを利用して理学療法の効果の改善に取り組みます。
- ・ビッグデータを利用した施設間の連携を図ります。



令和6年4月13日
一般社団法人 長野県理学療法士会
会長 佐藤博之
学術局長 百瀬公人

この度、長野県理学療法士会では「ビッグデータを利用し理学療法の質の向上を図る取り組みを推進します。」という宣言がなされました。

令和4年度から、多施設間での治療成績の比較や質の高いエビデンスづくりを目的とした大腿骨近位部骨折データベースを運用しており、令和6年5月時点で24施設にご参加いただき約3,000例の症例登録を完了しています。多くの施設のご協力に感謝申し上げます。年に2度フィードバックを行い、さらに令和5年7月に「長野県データベースを活用した大腿骨近位部骨折術後患者の介入戦略」、令和6年7月に「大腿骨近位部骨折のデータ管理から臨床実践まで」というテーマで研修会を行い、今後の臨床活動においてデータベースを活用していくことを進めております。

さらに令和6年9月より脳卒中データベースの運用を開始する準備を進めております。今後も多くの施設にご参加いただくことを希望しております。引き続きご理解とご協力を心よりお願い申し上げます。

タイ王国 タイ国ブラパ大学健康科学部理学療法学専攻の学生を迎えて ～ Ployさん Lylaさんとの一日～

鹿教湯病院 野田 恭宏

当院では5/7～5/31の期間、タイ国立ブラパ大学健康科学部理学療法学専攻3学年の評価実習学生2名（名前はニックネームでPloy“プロイ”さん・Lyla“ライラ”さん）を受け入れることとなりました。私の記憶の中では、当科で他国の実習の受け入れることは初めての出来事であり、コミュニケーションはタイ語ではなく英語で、との事前情報はあったのですが英語になじみのない私は、どのようにコミュニケーションをとれば良い?? と戸惑いつつも、某TV番組で芸人が海外で片言の英語を話し目的地にたどり着く企画を思い出し“まあ身振り手振りでなんとかなるか”と気楽に構えておりました。

そんな私が2人の学生に指導を行う日が来ました。当日の朝、小さな翻訳機に向かって“今日、実習をお手伝いします。宜しくお願いします”と話すと、翻訳機は「I'll help you practice today. thank you」と大変流暢な英語で2人に伝えてくれ（この英訳が正しいのかは分からず仕舞いでしたが…）指導が始まりました。この日の内容は、実際の臨床を行っているPTの所に出向き、治療場面の内容や考え方を通訳すること、入院時リハ診察の見学、私の治療場面の見学と補助といったものでした。そして、その指導の最中、私の言葉と翻訳機との間に問題が…。翻訳機に「この足底は」と話すと“*This measurement is...*” んっ…足底=測定??、とっさに機転を利かせ“足底”を“足の裏”と言い換えれば良かったのですが、ただ翻訳機に向かって“そ・く・て・い”と言葉を繰り返す始末。そんな戸惑う私に2人の学生は「(翻訳しなくても)大丈夫です」と優しく日本語で言ってくれ、なんとも面目ない反省ひとしきりの一日となりました。ただ、その中で印象的だったのは、私の治療場面の補助として実際の患者さんに触れてもらい、私と一緒にその手応えを共感出来た時の彼女達の生き活きとした表情です。PTは自身が感じた感覚や手応えを通じて、言葉の壁を飛び越え共感し合える、そんな魅力ある職業なんだな、と改めて感じた瞬間でした。そんなきっかけを与えてくれたタイ王国の2人の学生に感謝です。



翻訳機を使用して二人とコミュニケーションをとっている様子

鹿教湯病院での実習を終えた二人にお話を伺いました

Q. 日本での実習生活は怎么样了か？

A. 皆さんに温かく迎えて頂き感謝しています。3年生のクラスから4名、日本へ実習に来ました。私たちは鹿教湯病院、もう2名は浅間総合病院で実習をしました。1ヶ月の実習期間の内、22日間を鹿教湯病院で過ごしました。たくさんの知識や技術を教えて頂きました。病院ではチームでリハビリに取り組んでおり、日本の技術に感動しました (Amazing !)。実習中、移乗のハンドリングテクニックを丸山先生に教えて頂きました。1日目と比べてとても上達したと感じています。ホームシックにはなりませんでした (笑顔)。

Q. 言葉が通じない中で大変だったことはありますか？

A. 翻訳機のおかげでコミュニケーションは難しくなかったです。

Q. 担当した患者様に何か伝えたいことはありますか？

A. 本当にありがとうございました。プロではないのに受け入れて下さったことにとっても感謝しています。

(患者様もとても楽しかったとお話して下さいました)

私たちもとても良い経験になりました。患者様が先生です。

インタビュー中は翻訳機を使用しながらも、うまく言葉が伝わらないこともありました。ですが、お二人とも真摯に対応して下さいました (ご自身の i-phone を使用して翻訳してくれる場面もありました)。他国での実習生活は大変なことと想像しますが、お二人の勉強熱心な姿や人柄に刺激された病院関係者も居るかもしれません。お二人とも実習お疲れ様でした。



ご自身の i-phone を使用して翻訳して下さいました



ライラさん

プロイさん

素敵な笑顔でインタビューを締め括って頂きました

※感染症リスクを考慮して予定が変更になることをご承知おきください※

● 小児リハビリテーション研修会 ●

テーマ：「こどもの呼吸機能とリハビリテーション～呼吸の発育（発達）について～」

講師：横山美佐子先生（北里大学医療衛生学部 リハビリテーション学科理学療法専攻）

症例報告：佐藤紗弥香先生（長野県立こども病院 理学療法士）

瀧澤弥恵先生（鹿教湯三才山リハビリテーションセンター 理学療法士）

日付：2024年10月12日（土曜日）13時～16時予定

リハビリテーション職種対象にWEB開催します

● ながの こども療育用具・福祉機器展 ●

多くの業者様にご協力いただき、第20回ながのこども療育用具・福祉機器展を盛大に開催することができました。WEB版も多くの方々に閲覧頂くことができました。ご協力いただきありがとうございました。

今年度は、2024年11月16日（土）にキッセイ文化ホール(松本市)で会場開催の予定です。

WEB版は現在も公開されていますので興味のある方はご覧下さい。

ホームページアドレス

<https://hukushikiten.wixsite.com/naganokodomo>



● 長野県小児理学療法実態調査 ●

昨年度はご協力いただきありがとうございました。今年度再び小児リハビリテーションマップ完成を目指して頑張ってもらいますので、引き続きご協力をお願いいたします。また長野県内の小児リハビリテーションを実施している施設間のメーリングリスト作成も併せて行っていきますのでよろしくお願いいたします。

● こども福祉部 部員募集 ●

こども福祉部では新入部員を募集しています。

主な活動は「小児リハビリテーション研修会」、「こども療育用具・福祉機器展」などを企画し開催していくことです。小児リハに関する相談や情報共有もできます。

小児リハピリを行われている方、これから始めようとされている方、まずはお気軽にご連絡ください。よろしくお願いいたします。

連絡先：kodomo-rihabiri@pref-nagano-hosp.jp

（こども福祉部部長：長野県立こども病院 リハビリテーション技術科 理学療法士 佐藤紗弥香）

● 長野中央病院 若旅 汐里

メンタルヘルスとは精神面における健康を指し、運動や身体活動はメンタルヘルスに良好な効果をもたらすことが近年幅広く知られてきている¹⁾。

我々理学療法士は日々の臨床においてしばしば、急な病気や怪我によって障害を負った患者の障害受容（ショック期⇒否認期⇒混乱期⇒解決への努力期⇒受容期）の過程を目の当たりにすることがある。特にその中の“混乱期”では怒り・悲しみ・抑うつなどが現れるとされており、メンタルヘルスに大きな影響を及ぼす。その際、患者の心の葛藤に寄り添いながら理学療法を進めていく必要があり、会話や運動などを通して心理的サポートも行うことが望ましいと考える。

メンタルヘルスの変調に起因する種々の疾患（メンタルヘルス関連疾患）は、妄想や不安、恐怖などによる身体の筋緊張亢進、姿勢悪化、呼吸困難感、慢性疲労、慢性疼痛、異常感覚など、さまざまな身体症状を呈することが知られており、これは心身両面の健康状態に影響を及ぼすといわれている²⁾。

運動による抑うつ症状の軽減効果は性別、年代、人種によらず認められており、運動の種類については、ランニングなどの有酸素運動のみでなくウェイトトレーニングのような持続的運動でも効果があり、強度については軽い運動と中等度の運動、どちらの強度にも効果があるとされている³⁾。

また、矢口⁴⁾は障害受容の過程で起こる心的課題の克服のために、理学療法士のかかわりでできることとして以下のことが重要であると述べている。

1. 心構え—相手がどんな状況であれ「今は落ち込んでいるけれど、きっと乗り越えられる人だ」と相手を無条件に信頼する態度で接すること
2. 信頼関係を築く—情報収集や指示、指導だけではなく、ベースとなる信頼関係を築くために“雑談”が非常に重要で、雑談のなかに心的課題克服の種が隠れていることがある
3. 行動を喚起するコーチング—主体的な取り組みにしていくために、なぜ・何のために・どんな目標で理学療法に臨んでいるのか、患者本人の理解を確認し気づきを促す 相手のペースに合わせ、相手の考えや行動を認め、ほめる 質問力、傾聴力、承認力が大切

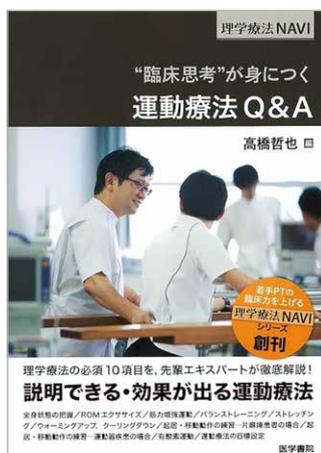
以上のことから、我々理学療法士は身体機能の改善にフォーカスするだけでなく、患者のメンタルヘルスへの理解や関心を持ち、関わりのなかで心身共に健康な状態をともに目指していくことが重要だと考える。

参考文献

- 1) 小田切優子, 身体活動とメンタルヘルス 日本臨床増刊号「身体活動・運動と生活習慣病」2009; 67: 123-128.
- 2) 山本大誠, こころの変調に対する理学療法の役割と将来展望, 理学療法ジャーナル, vol.53 No.3, 2019, p219-225.
- 3) 小田切優子, 運動・身体活動と公衆衛生 21 「運動・身体活動とストレス・メンタルヘルス」, 第57巻 日本公衛誌第1号, 2010, p50-54.
- 4) 矢口拓宇, こころの問題を支える理学療法の会話と取り組み, 理学療法ジャーナル, vol.53 No.3, 2019, p259-264.

おすすめ！の一冊

会員の皆様のおすすめの書籍を紹介させていただきます。



タイトル：『“臨床思考”が身につく 運動療法 Q & A』

著 者：高橋 哲也

出版社名：医学書院

今回私が紹介させていただく書籍は「臨床思考」が身につく 運動療法 Q & A」です。新人の時はわからないことを気軽に先輩のセラピストに尋ねることができましたが、年数を重ねるごとに「そんなことも知らないの」と言われてしまいそうな不安や「今更こんなこと聞きにくいな」という気兼ねから、知っていて当然と思われる基本的な知識になるほど聞きにくい場面があるように思います。しかし臨床の現場において担当している症例に認められる症状や現象がなぜ出現するのか、その症状や現象に対してどのような考えで治療プロ

グラムを構築すればよいのか悩むことは多く、それを解決するために知っていて当然と思われるような基本的な内容を理解していることが大切になると思います。

この書籍では知っていて当然と思われるような基本的な知識について、根拠を示しながら Q & A 方式で学びなおせる内容となっています。また学生の頃に学んできた解剖学・生理学・運動学など専門分野の知識や患者さんに対する評価・治療プログラムの内容など、今まで学んできた知識がどのように臨床の現場に生きてくるのかが理解できる内容になっていると思います。

新人の頃は症例に対して出現する症状や現象に対してどのように考えていくのか悩むことが多くあると思います。また年数を重ねてからは後輩の指導など、自分だけでなく後輩など他者に対して症例に対する自身の考え方や自分の行っている治療プログラムの根拠を説明しなければいけないことが増えてくると思います。年代を問わず特に若手の理学療法士の助けになる一方で、これから臨床の現場で働き始める方にも参考になる一冊だと思います。臨床の現場で悩んでいる方や基本的な知識を学びなおしたい方におすすめです。

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院

小海 雄一郎

●信濃医療福祉センター



信濃医療福祉センターは下諏訪町にある医療型障がい児入所施設です。肢体不自由・重症心身障害を持つお子さんの入所・外来療育と発達に心配のあるお子さんの外来療育を行っています。また、県立花田養護学校が併設する民間・公立同一建物の施設です。

リハビリテーション科はPT12名、OT12名、ST5名、臨床心理士3名で構成され、さらにOT2名が地域支援として特定相談支援事業および障がい児相談支援事業と県から委託を受けた障がい児療育相談事業に携わっています。また、親子入所・有期入所で集中リハビリテーションを提供することも行っています。

毎日お子さんの元気な声が響いている職場ですが、その笑顔に力をいただきながら日々のリハビリテーションに奮闘しています。スタッフ皆でお子さんとそのご家族がより豊かな生活を送るサポートをしていきたいと思ひます。



賛助会員広告

車イス・介護用品・福祉機器
身体障害者用自動車運転装置

製作・販売・レンタル

Mitsui マツイ商会(有)



本社 〒390-0827 松本市出川2丁目19-6
☎ (0263) 87-2255・FAX (0263) 25-5577
長野営業所 〒381-2204 長野市真島町真島1286
☎ (026) 285-6070・FAX (026) 285-6139

福祉用具のレンタル・販売・住宅改修
CARE 介護ショップ **サクラケア**

千曲店 /TEL(026)273-4115 佐久店 /TEL(0267)64-5115
長野店 /TEL(026)223-4115 塩尻店 /TEL(0263)59-4115
長野北店 /TEL(026)252-4115 伊那店 /TEL(0265)77-4117
長野南店 /TEL(026)299-4115 松本店 /TEL(0263)78-6311
上田店 /TEL(0268)21-4115 上越店 /TEL(025)531-0553
中野店 /TEL(0269)24-6775

長野県内10店舗のネットワークで県内どこでも
安心のサービスをお届けします。
URL <http://www.sakura-care.co.jp/>

有限会社

アルテックブレース

愛知県一宮市猿海道2-11-9
〒491-0838
TEL 0586-23-6808
FAX 0586-23-6818

「ゲーム」×「リハビリ」で
“つらい”から“楽しい”へ

自分の体が
ゲームのコントローラー!

TANO



キッセイコムテック株式会社 公共・医療リユース事業部
TEL :0263-40-1122 E-mail :motion@comtec.kicnet.co.jp

株式会社エヌアイ

NEW
生きるを創る
がん保険
WINGS
Affac

アフラックサービスショップ 長野インター店

〒388-8018 長野市篠ノ井西寺尾2436-1
営業時間:平日9:00~18:00 定休日:土曜、日曜、祝祭日
TEL 0120-14-6465

アフラックサービスショップ 上田インター店

〒386-0002 上田市住吉289-5
営業時間:9:00~18:00 定休日:土曜、日曜、祝祭日
TEL 0120-65-4427

(引受保険会社)

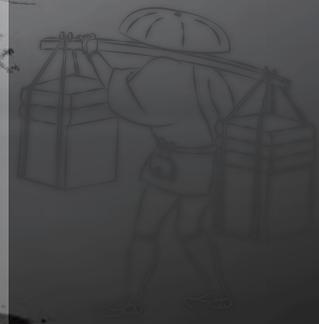
アフラック 長野支社 〒380-0823 長野市南千歳1-12-7 新正和ビル4F Tel.026-226-9542

有限会社

古瀬義肢製作所

松本市沢村2-2-30
〒390-0877
TEL 0263-33-4586
FAX 0263-33-3066

三方よし。



「買い手よし、売り手よし、世間よし」。
 近江商人の理念であった「三方よし」の原点は
 中村治兵衛が孫に残した書簡にあるとされ、
 そこには「たとへ他国へ商内に参り候ても、
 この商内物、この国の人一切の人々、
 心よく看申され候ようにと、自分の事に思わず、
 皆人よき様」と書かれています。
 私たち中日本メディカルリンクは
 この精神を現代に生かし、お客様、私たち、
 そして地域社会がよりよくなるよう、
 医療機器の取り扱いに努めてまいります。

セイエイ・エル・サンテ
 Seiei Ailes Sante

JM LINK 中日本メディカルリンク株式会社

- | | | | | | |
|------------|---|-------------|---|-------------------------|--|
| ■ 本社 | 〒390-0873 松本市丸の内8-1
TEL.(0263)38-0411 FAX.(0263)38-0266 | ■ 長野事業所 | 〒381-0022 長野市大豆島3107-1
TEL.(026)221-1380 FAX.(026)221-1248 | ■ 佐久営業所 | 〒385-0011 佐久市猿久保127-6
TEL.(0267)68-8810 FAX.(0267)68-8479 |
| ■ 安曇野事業所 | 〒399-8204 安曇野市豊科高家2287-3
TEL.(0263)71-3030 FAX.(0263)71-3033 | ■ 伊那営業所 | 〒399-4511 上伊那郡南箕輪村田畑5565-3
TEL.(0265)73-2281 FAX.(0265)74-1006 | ■ 専任事業所 | 〒390-0873 松本市丸の内8-1
TEL.(0263)38-0366 FAX.(0263)38-0367 |
| ■ 商品管理センター | 〒399-8204 安曇野市豊科高家2287-3
TEL.(0263)71-3020 FAX.(0263)71-3022 | ■ 伊那営業所飯田分室 | 〒395-0804 飯田市鼎名古熊2151 1-1
TEL.(0265)55-1160 FAX.(0265)55-1161 | ■ 介護用品営業所
(ヘルスケアテック) | 〒390-0873 松本市丸の内8-1
TEL.(0263)32-4124 FAX.(0263)32-6115 |

PHILIPS

気道クリアランスの維持・向上をサポート

カフアシスト E70は、患者さんの咳の代用として、気道クリアランスを維持するための非侵襲的な排痰補助装置です。
 Together, we make life better.

Innovation #you

気道粘液除去装置 **カフアシスト E70**

製造販売業者 **株式会社フィリップス・ジャパン**
 〒108-8507 東京都港区港南2-13-37フィリップスビル
 睡眠・呼吸製品のお問い合わせは地域の事業所まで
 松本支店 Tel.0263-29-3001

販売名: カフアシスト E70 製造販売承認番号: (2009)0000000000 製造販売承認番号: 呼吸器用医療機器
 記載されている製品名及び承認番号は、Kuraray Inc./Philips/POCまたはその他の会社の商標または登録商標です。
 ©2013 Kuraray/Philips/POC

義肢・装具・車椅子
 リハビリ用品等
 御用命下さい

長野営業所
 松本市大字島立330-1
 (TEL) 0263-48-2061
 本社
 愛知県小牧市大字林
 210番地の3
 (TEL) 0568-47-1701

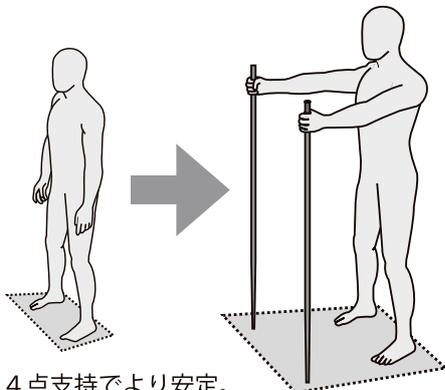
確かな知識と技術
 温かいハートで
 求められる製品をお届けします

株式会社松本義肢製作所
 しあわせをかたちにする人と技術の会社です

新しいウォーキングスタイルの提案

あんしん2本杖

4点支持により転倒を予防、
これからの杖のカタチです。



4点支持でより安定。

あんしん2本杖 税込 ¥7,875(2本1組)
色：ブラウン、イエロー

お問合先

株式会社 **シナノ**
〒385-0022 長野県佐久市岩村田1104-1
TEL.0267-67-3321 FAX.0267-67-3326



運動計測なら
おまかせください



ワイヤレスで動作解析
8チャンネル小型無線モーションレコーダ

マイクロストーン株式会社

〒385-0007 長野県佐久市新子田 1934

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

もっとたくさん笑顔のために

地元で介護のお手伝い

福祉用具のレンタル・販売・住宅リフォーム
障害者福祉・介護食 etc.

有限会社

ケーアンドケーメディカル



長野県佐久市白田 1935
TEL.0267-82-0239 FAX.0267-82-0026
URL : <http://www.kk-medical.co.jp>

株式会社 リバー・メディック

〒380-0911

長野県長野市稲葉2060-1

TEL : 026-267-6500

FAX : 026-267-6511

有限会社 下山義肢製作所

〒379-0133

群馬県安中市原市1583

TEL : 027-385-6935

FAX : 027-385-9574

土屋メディカル株式会社

長野店

〒381-2246

長野市丹波島2丁目10-12

TEL 026-283-7070

原稿掲載依頼

「PT ながの NEWS」へ原稿の掲載をご希望される方は、広報部までご連絡をお願い致します。
メールアドレス：kouhou-pt@kakeyu-hp.com



発行 一般社団法人 長野県理学療法士会
代表 佐藤博之（飯田市立病院介護老人保健施設ゆうゆう）
編集 保高慎司（鹿教湯三才山リハビリテーションセンター）
藤原印刷株式会社
事務局 〒380-0836 長野県長野市南県町 685-2 長野県食糧会館 5F
（一社）長野県理学療法士会 事務局
TEL 026-234-3540 FAX 026-234-3550
ホームページアドレス <https://ptnagano.or.jp>