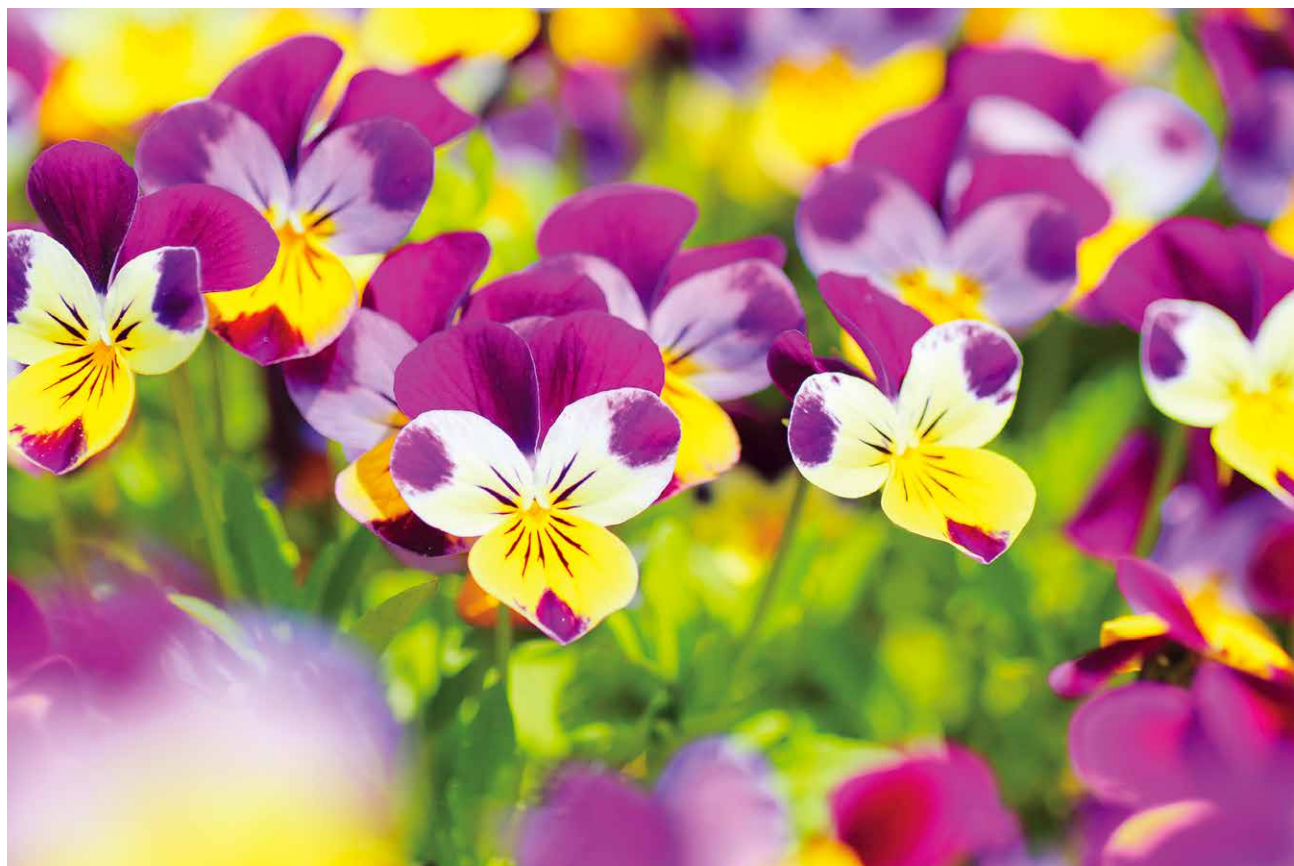


PT **ながの** NEWS

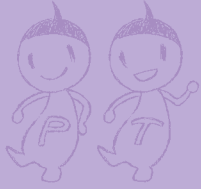
No.82

2023
1
January



目次

- ・ 巻頭言 業務推進局長 特別養護老人ホーム 紅林荘 小林 美秀 2
- ・ おしらせ 信州メディピトネットより — 「信州健康かるた」 配布プロジェクトのご報告 3
- ・ こども福祉部情報 6
- ・ 学術の広場 7
- ・ おすすめ！の一冊 「運動機能障害の「なぜ？」が分かる評価戦略」 8
- ・ 北から南から 長野医療生活協同組合 南長池診療所 9
- ・ 徒然なるままに 「御柱祭」 10
- ・ 賛助会員広告 11



NEWS of
the NAGANO PHYSICAL THERAPY
ASSOCIATION

PT **ながの**
NEWS

No. **82**

巻頭言



業務推進局長
特別養護老人ホーム 紅林荘 小林 美秀

皆さんは、ゴルフをしたことがありますか。

私は、ゴルフが大好きで月に1～2回程、気のあった仲間達とラウンドをしています。ゴルフの魅力は何と言っても自分の打ったボールが高く舞い上がりより遠くにそして目的とする場所により正確に飛ばせた時の爽快感だと感じています。しかし、実際はうまくいくことは少なく、「なんでそうなるの」と後悔の念が強く、「今度こそ上手く打てるのでは」との期待感が魅力なのかもしれません。

皆さんご存じの通りゴルフはカップという穴に少しでも少ない打数で入れることを目的としたスポーツです。設定された打数、ロングホールは5打、ミドルホールは4打、ショートホールは3打、全部で18ホール72打を目標とします。一般的なゴルファーなら100前後でコースを回ることになります。

若い頃は、少なく回るためには、より遠くにカップの近くにボールを運ぶことが上手くなるコツと考えていましたが、歳をとりラウンドを重ねてくるとそれだけではないことに気がつきます。目標であるカップは、グリーンの中にあります。グリーンには傾斜があったり芝目がきつかったり、そばにはバンカー（砂場）があったりとコース設計者の罠が仕掛けられています。この罠にはまらないように上手くカップに近づけるショット、アプローチショットと言いますが、この精度こそが少ない打数で回るコツと気づかされました。まさしく、目標に対する目（評価）とショットの精度（技術）がよりよい結果を生む秘訣と考えるようになりました。

私は、昨年より特養へ異動となりました。認知症や終末期を迎えた入居者さんと過ごす中で転倒の危険や褥瘡、姿勢の崩れなど悩みのつきない日々を過ごしています。入居者さんそれぞれの課題の抽出と対処方法の検討を模索していますが、必要なことは、ゴルフ同様に目（評価）は、本当に大切なのだと痛切に感じています。

子どもたちに健康の大切さを伝えたい！ 医療者と市民 1000 人で創り上げた『信州健康かるた』 配布プロジェクトのご報告

信州メディビトネット
松本市医師会員 小手川 直史

PT ながの NEWS No.79 でご紹介をさせていただきました信州メディビトネットが取り組んできました『信州健康かるた配布プロジェクト』ですが、無事に松本圏域の小学校・幼保育園等に配布を終えましたので、ご報告をさせていただきます。

○『信州健康かるた』とは

“楽しく繰り返し遊びながら、子どもたちに健康知識を身につけてほしい”と願って、信州メディビトネットが 2019 年に一年間かけて『信州健康かるた』を製作しました。

400 以上の応募標語の中から人気投票で 46 音の読み札を選定。子供たちに絵札を描いてもらうワークショップを開催、県内 19 の医療団体の皆さまが分かりやすい解説文をお寄せくださり、唯一無二の素敵な『信州健康かるた』が完成しました！

完成までに、関わってくださった市民、医療者、医学生、ボランティアは、ゆうに 1000 人を超えました。

ラミネートした A4 サイズの大判かるたを手作りして、2020 年 2 月には、お披露目の大判かるた大会を開催し 100 人以上のご家族に参加いただきました。



かるた大会の様子

○コロナ禍以降～新プロジェクト始動

直後に、新型コロナウイルス流行！感染拡大によって、2 年間活動の歩みを止められたままとなっていました。

そこで、卓上版かるたを印刷して、松本市、塩尻市、安曇野市、朝日村、山形村、麻績村、筑北村、生坂村の小学校、幼保育園、児童センター、こども食堂へ無償で配布をする計画が、令和 3 年秋に立ち上がりました。

○令和4年3月1日～6月22日までの道のり

- ・CF 信州でのクラウドファンディングチャレンジ
- ・信濃毎日新聞全県版に一面協賛記事掲載
- ・松本圏域の図書館、医療機関、商業施設、銀行など13カ所での『信州健康かるた展』の開催
- ・松本市民タイムス、信毎中信版 MG プレス、松本ケーブルテレビ、FM まつもと、イクジイ、KidsDo 松本などへの取材、出演
- ・理学療法士会報をはじめ、長野県医師会報、松本市医師会報、長野県診療放射線技師会報、長野県臨床検査技師会報、松本市歯科医師会報、松本市薬剤師会報に、信州健康かるたの紹介寄稿
- ・ホームページや各種 SNS、メルマガ等での配信

会報をよんでいただいた多くの師士会のみなさまにも、早い段階からご寄付を賜りまして心強く活動を進めることができました。この場をお借りしまして御礼申し上げます。ありがとうございました。



信州健康かるた展 - 安曇野市図書館

当初、一施設当たり2セットずつ配布する目標額100万円の計画でスタートし、5月23日時点で到達いたしましたが、小学校などクラス30人ほどいると5セットほどないと、一緒に遊べないのではないかというご指摘をいただいて、セカンドゴール150万円へと上方修正することになりました。

- ・ロータリークラブ例会での信州健康かるたの紹介
- ・ご興味をお持ちいただいた企業・団体様へのご訪問
- ・JAM 甲信・ハート基金
- ・のぞみみらい子ども・若者応援基金

総計78の個人・団体・基金様よりご支援をいただきまして、おかげさまで、6月22日に150万円を達成することができました！

○外箱、解説集、遊び方製作・卓上版かるた印刷 7月～8月

絵のワークショップを開催した際に参加してくださった絵の講師の先生が、表紙のイラストを描いてくださいました。長野県のマスコットキャラクターアルクマの使用許可もいただくことができました。



信州健康かるた完成品

○各市町村教育委員会へ寄贈・寄付返礼 9月～11月



贈呈式－塩尻市教育委員会

多くの個人・法人・団体の皆さまに「信州健康かるた」の理念や主旨にご賛同いただくことができ、おかげさまで一年間かけた『信州健康かるた配布プロジェクト』を無事に終えることができましたのでご報告をさせていただきます。

今後は、コロナの状況を伺いながら、かるたを配布した施設に出向いて、ミニかるた大会を開催していきたいと計画しています。（かるた大会活動費へのご寄付は、ホームページにて引き続き募っております）

健康づくりに関しまして、明るい話題を提供できるように活動を続けてまいります！

信州メディビトネット

信州メディビトネット事務局連絡先

TEL & FAX : 0263-75-6815 (月水金 10時～15時)

E-mail : hello@medibito.net

● ながの こども療育用具・福祉機器展（Web 版） ●

本年度は会場とWEBを同時開催致しました。

11月3日 キッセイ文化ホールにて開催しました。4年ぶりの会場開催でしたが、たくさんのご来場頂き盛大に開催することができました。ありがとうございました。来年度も会場開催を予定しております。

WEB版は10月11日から公開を開始しています。

現在、会場開催時の様子をWEB版へ掲載しましたので、併せて閲覧頂けたらと思います。

公開期間は来年の福祉機器展開催までとなります。

療育用具・福祉機器の情報を得る一つのツールとしてご利用頂ければと思います。

下記のホームページアドレス、QRコードからアクセスできます。たくさんの閲覧お待ちしております。

ホームページアドレス <https://hukushikikiten.wixsite.com/naganokodomo>



●施設見学会

県内7施設で施設見学会の希望者を募集中です。現在、「医療非常事態宣言」発令中のため見学は中止となっておりますが、来年の2月まで受け入れています。希望される方は、下記受け入れ施設の担当者に直接ご連絡ください。お待ちしております。

受け入れ施設（所在地）	担当者	電話番号	電子メールアドレス
信濃医療福祉センター（下諏訪町）	古松 健太	0266-27-5868	pt@shinano-iryo.or.jp
稲荷山医療福祉センター（千曲市）	石井 涼子	026-272-1435	inasenta-pos@eos.ocn.ne.jp
松本協立病院（松本市）	五郎丸みどり	0263-32-6448	narusawam@chushin-miniren.gr.jp
飯田市立病院（飯田市）	熊谷 結実	0265-21-1255	reha@imh.jp
県立こども病院（安曇野市）	佐藤 紗弥香	0263-73-6700	kodomo-rihabiri@pref-nagano-hosp.jp
北信総合病院（中野市）	関谷 優	0269-22-2151	hokureha@hokushin-hosp.jp
三才山病院（上田市）	瀧澤 弥恵	0268-44-2321	mpt-a@km-rehacenter.jp

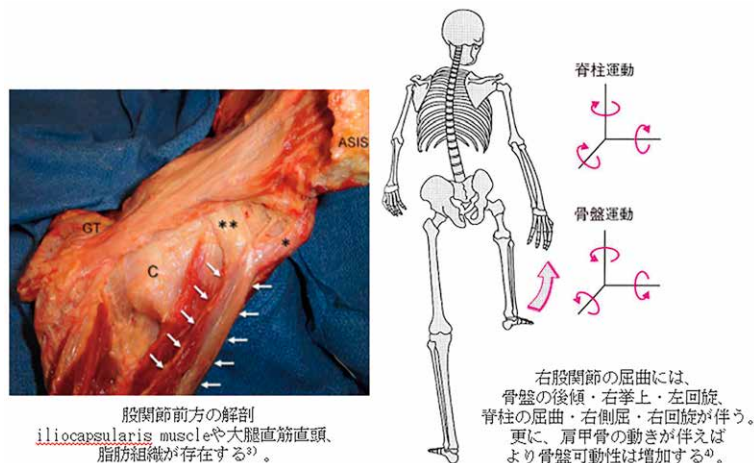
運動器疾患の理学療法（以下PT）において、症状を出している原因組織と、そこにかかる機械的ストレスを検討することが重要である。そのために、問診や各種整形外科テスト、圧痛所見、動作観察などから病態を推察する。

近年、超音波画像診断装置（以下エコー）により、それまでわからなかった軟部組織の動態や病巣部が可視化できるようになった。PTにおいて炎症の有無や関節拘縮・癒着が生じている部位が描出されるため特に効果的と感じている。

これにより、医師は診断以外に治療手段の一つとして組織間のハイドロリリースやブロック注射に用い、PTもエコー下で治療に取り組むことが推進されてきた¹⁾。しかし、エコーにより得られる画像は局所所見であり、スポーツ障害をはじめとした動作によって生じる症状において局所の治療だけでは根本的な解決にならないことも経験する。

例えば、FAIや寛骨臼形成不全に代表される鼠径部の痛みは、iliocapsularis muscleの機能低下や周囲脂肪組織の癒着、大腿神経関節枝など、関節局所の問題が関与するとされる^{2) 3)}。これに対し、エコー下で同部の動態を確認しながら治療を進めると精度が向上する。一方で、股関節の動きは脊柱・骨盤帯を含めた複合体として捉える報告も多く⁴⁾、治療においてどちらが問題なのかは評価結果をもとに症例に合わせた対応が必要である。また、患部の機能を確実に改善できる治療技術は、良い効果が出なかった場合に評価が違うのか、PTの技術不足なのか判断するためにも必要である。

そのため、私も解剖・運動・生理学をもとに症例を通して評価や治療技術を日々研鑽している。



- 1) 宮武和馬：広がるエコーとその活用—理学療法士との連携とともに。スポーツメディスン 30 (7) :2-6, 2018.
- 2) Kaya M: Impact of extra-articular pathologies on groin pain: An arthroscopic evaluation. PLoS ONE 13 (1) : e0191091.
- 3) Cooper et al. Anatomy of the Hip Capsule and Pericapsular Structures: A Cadaveric Study; Clinical Anatomy 28:665-671 (2015)
- 4) 建内広重：股関節～協調と分散から捉える。ヒューマンプレス, 2020, pp20-25.

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：『運動機能障害の「なぜ？」がわかる評価戦略』

著者：工藤 慎太郎

出版社名：医学書院

みなさんは、臨床の場面で「腰痛の原因がなにか、判断できない」「膝痛に対して、どんなアプローチが良いか迷う」こんな経験をしたことはないですか。

今回紹介するのは、そんな臨床での疑問を解決する助けになるかもしれない本です。タイトルは“運動機能障害の「なぜ？」がわかる評価戦略”です。運動器の疼痛治療に関わっている方はすでに知っているかもしれません。

この本は、運動器の機能障害ごとの評価と治療、そして効果判定の方法がまとめられており、臨床で活用できる要素が多くなっています。

運動器の疼痛に対する考え方がstep1～3の手順で分けられており、step1でどう動かすと痛むか、step2でどこが痛むか、step3でなぜ痛むのか解説しています。ストーリー仕立てで説明されているので理解やすく、特にstep3では筋の短縮や筋力低下、関節の不安定性など具体的な要因が説明されるので、問題点やアプローチを考えやすくなっています。

また、イラストや表が多く、パッと見てわかりやすくなっています。じっくりと読む時間がないときや、患者さんが来るまでの短い時間でも確認できるので、職場に置いておき疑問がでたら読み返すということもしやすいです。

個人的に特に面白いと思ったのが、治療による効果判定についても解説していることです。臨床では評価だけでは、原因の判断が難しい場面が多々あり、治療の選択に苦戦した経験がある人もいるのではないのでしょうか。この本では治療効果を評価の一つとして用いて、「このアプローチで効果があるなら、原因はこれが考えられる」といった、治療と評価をつなげる考え方を紹介しています。評価と治療は表裏一体といわれますが、どのように考えをつなげるか参考になる本です。

運動機能障害の原因探索に悩んでいる、治療プログラムを理論的に考えたい、そんな方におすすめの一冊です。

信濃町立信越病院 常田 亮介

●長野医療生活協同組合 南長池診療所



西沢 未生

当院は1994年に長野市南長池に開設され、来年30周年を迎えます。介護保険での通所リハビリと訪問リハビリ（現在休止中）でセラピストが活躍しています。

通所リハビリではPT2名、OT1名、介護福祉士3名が毎日楽しく利用者様とフィットネスを行っています。退院直後の方から慢性期の方まで利用者層は幅広く、セラピストはその人その人に応じたりハビリメニューを提供しています。また、自宅ではなかなか行えない他者交流も介護職を中心に上手く取り組んでおり、心身のリハビリ・サポートを行っています。利用者様に寄り添い、より良い方向に導くことができるよう職種を超えスタッフ全員でがんばっています。

また、同法人では長野中央病院をはじめ、クリニック、老人保健施設、在宅・介護サービスなど多岐にわたる事業を行っています。施設間で十分な連携を図ることで、病院から在宅までをサポートし、利用者様が安心して生活できるよう、協同して取り組んでいます。

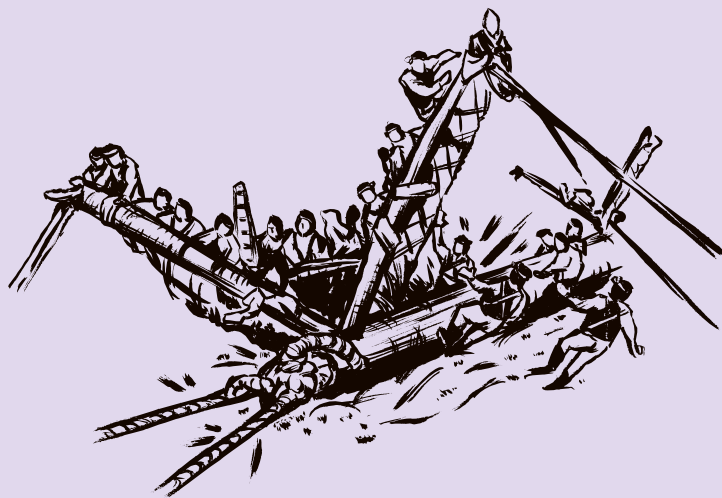


徒然なる
ままに

『御柱祭』

鹿教湯病院
小海 雄一郎

今年で社会人2年目となり、大学生時代を含めると地元の茅野市を離れて6年が経とうとしています。茅野市を含む諏訪地域と言えば、「御柱祭」という日本三大奇祭の1つに謳われる祭が有名です。御柱祭とは、諏訪大社で7年に一度行われる行事であり、山から16本の大木を切り出し4箇所神社まで綱を付けて大勢の人の手で引っ張り、それぞれの神社の四方に建てて神木とする何とも男気の溢れるお祭りです。神社まで引っ張っていく途中では、木落とし坂と呼ばれる急坂から柱を一気に引き落としたり、川越しと呼ばれ柱を引いて川の中を渡るといった危険な箇所もあります。しかしその様子はとても迫力があり思わず見入ってしまいます。御柱祭は2回に分け合わせて6日間行われる大規模な祭りで、今年がその御柱祭の年にあたり、今年の4月と5月に行われました。御柱祭は7年に一度のお祭りのため、柱を引く人も観光客も含め例年大勢の人で賑わいます。しかしコロナ禍真っ只中であったため前半の4月はトラックでの搬送となってしまいました。私自身もそのことはとても残念でしたが、5月は感染対策をした中で例年通りに行い多くの人で賑わっていました。今年はコロナ禍ということもあり私は実際に見に行くことができませんでしたが、次回は是非見に行きたいと思っています。また7年後の開催となりますが、少しでも興味のある方は見に行ってみてはいかがでしょうか。




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

ITを活用した新しい認知リハ

RehaCom

認知機能をチェック&トレーニング
レンタルプランもごさいます!



- 注意力
- 記憶力
- 視覚認知
- 遂行機能

キッセイコムテック株式会社 公共・医療ソリューション事業部
TEL :0263-40-1122 E-mail: motion@comtec.kicnet.co.jp

長野県理学療法士会員の皆様の
一生の安心をお手伝いしたい……

「生きる」を創る。

Aflac

アフラックサービスショップ (株) エヌアイ
募集代理店

フリーダイヤル 0120-14-6465
〒388-8018 長野市篠ノ井西寺尾2436-1

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

ウイールチェアー中部株式会社

(H22.8 社名変更しました)

〒407-0003

山梨県韮崎市藤井町北下条 1140-11

TEL 0551-23-4368

FAX 0551-23-4369

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>

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

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



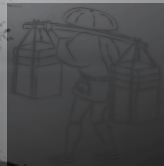
長野県佐久市臼田 1935

TEL0267-82-0239 FAX0267-82-0026

URL : <http://www.kk-medical.co.jp>

三方よし。

「買手よし、売り手よし、世間よし」
近江商人の理念を現代「三方よし」の原形は
中村徳兵衛が築いた。徳兵衛とあまをい、
そこは、たとへば他国へ商売をやり出す、
この前内物、この国の人、一切の人々、
心よく着甲され、この国の人、自分の事、
他人も、喜び、喜び、喜び、喜び、
私たちが日本メディカルには、
この精神を現代に生かし、お喜願、私たちが、
そして、地域社会よりよくなるよう、
医療機器の取扱い、努め、努め、努め、



Seiei Alles Sante
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B-1 TEL:0263-38-0411 FAX:0263-38-0266
- 長野事業所 〒381-0022 長野市大正高3107-1 TEL:0263-221-1380 FAX:0263-221-1248
- 松久営業所 〒385-0011 佐久市藤久家127-6 TEL:0267-68-8910 FAX:0267-68-8479
- 安曇野事業所 〒399-8204 安曇野市豊科高家2287-3 TEL:0263-71-0300 FAX:0263-71-0303
- 伊那営業所 〒396-4311 上野原町長尾村田原5565-3 TEL:0263-72-0201 FAX:0263-74-1006
- 専任事業所 〒390-0813 松本市丸の内B-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
- 伊那営業所新館分室 〒395-0904 飯田市東名古物2151 1-1 TEL:0265-55-1160 FAX:0265-55-1161
- 介護用品営業所 (ヘルスマート) 〒390-4873 松本市丸の内B-1 TEL:0263-38-4124 FAX:0263-38-6115

アフラックサービスショップ

株式会社 エヌアイ

「生きる」を創る。

Aflac

長野店 フリーダイヤル 0120-14-6465

〒381-8018 長野市篠ノ井西寺尾2436-1

上田店 フリーダイヤル 0120-65-4427

〒386-0002 上田市住吉287-5



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

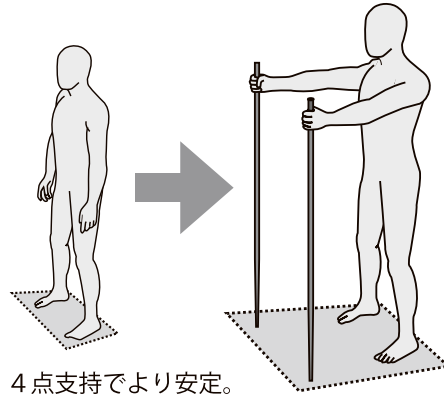
確かな知識と技術
温かいハートで
求められる製品をお届けします

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

リハノメ PT・OT・STのための
総合オンラインセミナー

リハノメとは

「リハノメ」はPT・OT・STのための、
どこでも学べるオンラインセミナーサービスです。
臨床に悩むPT・OT・STのために、
各分野の専門家が臨床経験や研究成果に
基づいた知識・技術をお届けいたします。

どこでも
学べる



日本最大の
講師数

オフライン
再生対応

定額見放題

POINT 4

豪華講師陣が
続々登壇!

1ヶ月見放題プラン

通常料金 3,080円が初回限定で...

980円 (税込) お申込はこちら



理学療法士 / 国際医療福祉大学大学院
医療福祉学研究所 福祉支援工学分野 教授
石井 慎一郎 先生

理学療法士 / さとう整形外科
赤羽根 良和 先生

法人様向けプランも
ご用意しております
詳しくは公式 HP まで!

リハビリテーションを
『かたち』にする会社

gene
ジーン

お問い合わせは
こちらまで
お願いいたします

✉ seminar@gene-llc.jp
Tel.052-325-6611

リハノメ 検索



〒461-0004 愛知県名古屋市中区葵1丁目26-12 IKKO新栄ビル 6階

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@akeyu-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>