公益社団法人 愛知県理学療法士会広報誌

The Aichi Physical Therapy Association

ぴたっ!とあいち

—新しい日常に向かって前へ進め—
リアルのススメ
みんなでパラスポーツのススメ ボッチャ体験

理学療法って知っていますか?理学療法って何だろう?

スポーツに関わる理学療法士
メディカルスタッフ体験記

公益事業 活動紹介
リアルのススメ みんなでパラスポーツのススメ

ご挨拶 公益社団法人 愛知県理学療法士会
代表理事 鳥山 喜之

自宅で歩く力をメンテナンス 座って足踏み運動

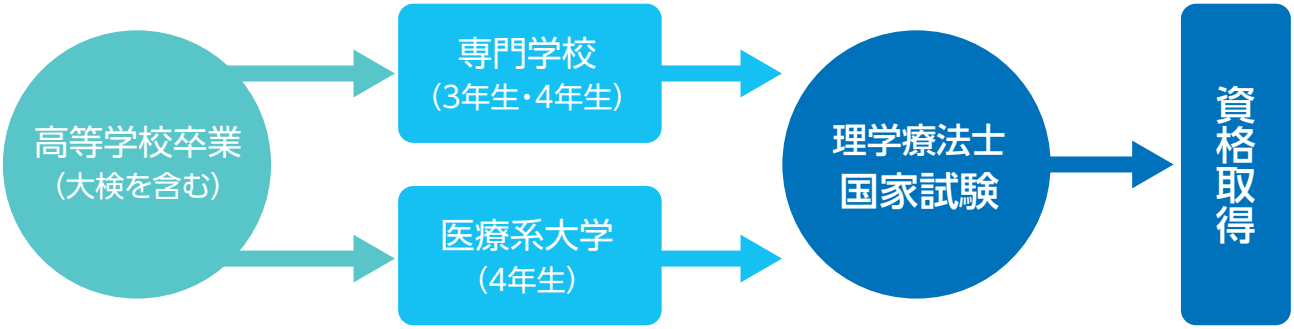
ピー太君とピー子ちゃん
※公益社団法人 愛知県理学療法士会
マスコット

2022
第20号

理学療法って知っていますか?

理学療法士とは、検査、測定評価に基づき、何らかの疾病・傷害(スポーツを含む)などに起因する機能・形態障がいに対する運動療法による筋力、関節可動域、協調性といった身体機能、および温熱、水、光線、電気などの物理療法による疼痛、循環などの改善を図る治療科学です。また能力障がいが残ったとき、基本的動作や日常生活活動を改善するための指導、そして社会生活を送る上で不利な要素を少なくするための福祉用具の選定や住宅改修・環境調整、在宅ケアなどが含まれます。近年では、生活習慣病の予防、コントロール、障がい予防も理学療法の対象になっています。

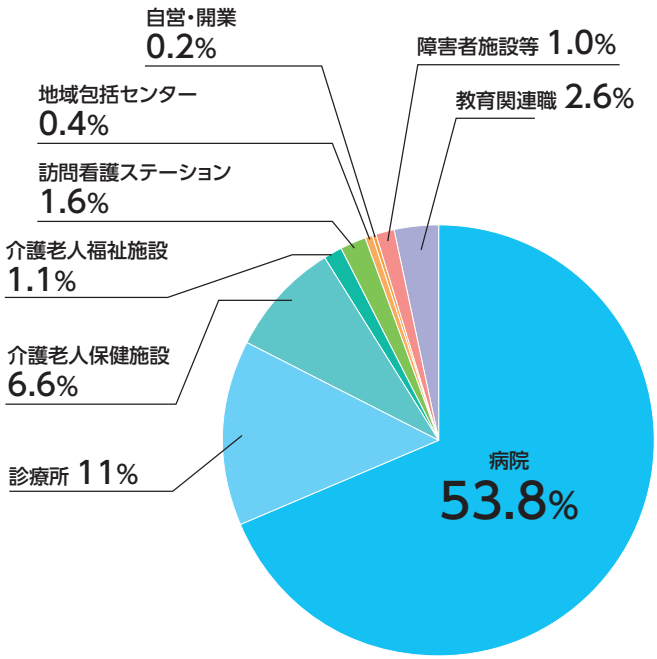
どうしたら理学療法士になれるの?



理学療法士はどういう所で働くの?

理学療法士の就職先は、大学病院・一般病院・老人病院・小児病院などの医療施設、老人保健施設や訪問PTなどの医療福祉中間施設、肢体不自由児施設や身体障がい者福祉センターなどの福祉施設、養護学校や養成校などの教育・ 研究施設、行政関係、スポーツ・フィットネスなどの保健関係などです。多種多様なニーズに応えて職域も拡大しています。

介護保険サービス	通所リハビリテーション 訪問リハビリテーション 住宅改修・福祉用具のアドバイス
医療サービス	病院・診療所
保健サービス	機能訓練事業、保健センター 介護予防、療育相談
行政サービス	市町村、養護学校など
福祉サービス	障害者福祉センター 障害児(者)通所・入園施設
トータルヘルスプラン事業	健康管理、スポーツ



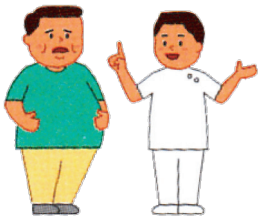
施設別
理学療法士就業者数
(愛知県理学療法白書 2018年)

理学療法ってなんだろう?

理学療法とは、身体障がいに対し運動療法や温熱、水、電気治療などの物理療法を用いて機能の向上・改善を図る治療科学です。さらに、日常生活動作を改善するための指導や、快適な社会生活のための福祉用具、住宅環境、在宅ケアの調整なども含まれます。近年は、生活習慣予防、介護予防などの予防活動にも、積極的に取り組んでいます。

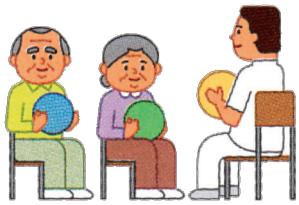
健康増進

メタボリックシンドローム、腰痛など、現代社会が抱える身体の問題に対して生活様式から運動方法まで、詳しく説明、指導することができます。



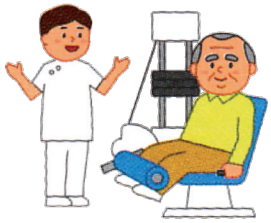
介護予防

高齢者の、身体と心をイキイキと保ち快適な生活がおくれるよう、老年症候群の予防を通して支援することができます。



心身機能の向上

通所介護、通所リハビリテーションなどの通所サービスで集団・個別に心身機能の維持・向上のための運動を計画・実行できます。



地域リハビリテーション

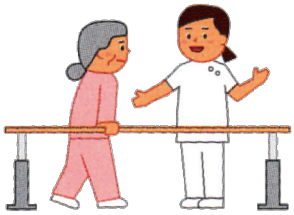
様々な専門職と連携し、地域の社会資源を上手く活用し、皆さんの暮らしを創造するお手伝いをします。

生活支援

安心・安全の暮らしを維持するために必要な日常生活動作から住環境調整まで、生活そのものを幅広くサポートできます。

機能回復

病気やケガによる障がいの評価と理学療法プログラムで、起きる、座る、立つ、歩く、といった動作や機能回復のお手伝いができます。

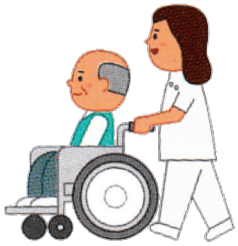


社会復帰

スポーツや事故、難病などで、障がいを持つ全ての人々が、復学や復職など社会復帰のために、身体と心の両面から回復をお手伝いします。

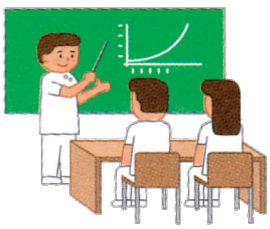
自立支援

介護老人保健施設、介護老人福祉施設、身体障害者療護施設などにおいて、いつまでも、その人らしく在るための支援をします。



研究活動

保健・医療・福祉などの分野で基礎から実践までの研究活動を推進し、「理学療法学」のより良い教育体制の構築を目指しています。



スポーツに関わる理学療法士
～メディカルスタッフ 体験記～

スケートボード競技

打田 健人
日本赤十字社愛知医療センター名古屋第一病院
リハビリテーション科

私はオリンピック初採用のスケートボード競技にて医務スタッフの一員として約1週間活動してきました。主な活動としては競技会場での選手のケガなどへの対応や救急搬送です。

事前準備

協会による事前実技研修、組織委員会による事前Web講習(40単位程度)や会場での実技研修などを受講しました。
スケートボードはコース上の障害物を使って技を披露する「ストリート」と、複雑な形のくぼんだコースで行われる「パーク」があります。いずれも特殊環境下での救急搬送が必要で、事前の会場研修では繰り返し搬送練習を行いました。
英会話学習には大変苦労しました。1年前からオンラインレッスンを毎日受けて、英語に慣れるところから始めました。また競技特性や出場選手を知るために、競技動画をみたり、受傷シーンを探してみたりもしました。

当日会場での救護活動

会場での活動は、公式練習日はケガ発生時の対応や本番に向けて救急搬送練習を毎日行いました。国際連盟医師や会場統括医師と理学療法サービスコーディネーターの先生方により日々対応がアップデートされ、大会本番に向けて救護の形は徐々に作られていきました。万全の準備で迎えた大会本番では大きなケガもなく救護が出動する機会はありませんでした。

会場の雰囲気・感じたこと

常にカメラ越しに世界へ放映されているという特殊な緊張感と、無観客ながらも盛り上がる会場と選手をみて高揚感を感じました。また医務スタッフの一員として微力ながらもオリンピックに関わることができたことを大変嬉しく思います。経験豊富な先生方のもとで、たくさんの知識や技術、現場での対応を間近に経験することができ非常に刺激となりました。

普段の仕事の様子は?

急性期の総合病院で主に整形外科病棟と外来にて術後患者のリハビリテーション業務に携わっています。また膝肩スポーツ関節外科医と共にスポーツ選手の競技復帰までのサポートも行っています。

スポーツへの関わりは?

スポーツ現場では陸上、サッカー、剣道などの競技にトレーナーとして携わってきました。

トレーナーとして活動していきたい方へのメッセージ

何か目標とするものに関わりたいときは、目標とする場所の近くにいる先輩や上司にアピールをする。近くにいない場合は、そのような先輩方がいる場所に出向くことが良いと思います。まずは一歩を踏み出すことが大切です。

理学療法士と聞くと「病院」や「リハビリテーション」を思い浮かべる方が多いのではないでしょうか。
理学療法士は「Physiotherapist〈フィジオセラピスト〉」とも呼ばれスポーツ分野でも活躍しています。
2021年夏、世界中が沸いたスポーツの祭典の裏側でメディカルスタッフとして選手を支えた理学療法士の体験記を紹介します。

ビーチバレーボール競技

吉原 圭祐

井戸田整形外科名駅スポーツクリニック

今回のオリンピックでは、ビーチバレーボールの試合会場におけるメディカルスタッフとして活動させていただきました。試合会場内での救護活動、選手用医務室、練習会場医務室にて、ドクター、ナースと共に救護活動を実施しました。

事前準備・当日会場での救護活動

試合会場では、試合中のけがや熱中症などへの対応のため、ドクターとペアでコートサイドにて準備をしていました。選手用医務室では、けがや熱中症などで不調を訴える選手への対応や、救急搬送の準備をしていました。熱中症で救急搬送された場合には、一刻も早く身体の温度を低下させる必要があり、アイスバスをいつでも使えるように常に準備をします。また、マッサージ対応や不調部位への対応するために事前準備はしておりましたが、新型コロナウイルスの影響でこれらの対応はなくなってしまいました。
ビーチバレーボールのサポートは、捻挫や突き指、出血などのけがに対する急性期の対応や、熱中症が発生するリスクが高い競技なので、アイスバスの使用方法を習得する必要がありました。そのため、実技練習会や、オンライン研修会で技術や知識の研鑽を行いました。また、選手とのコミュニケーションをとるためには英語の学習が必須であったため、英語説明する練習や、オンラインでの英会話学習を実施しました。

会場の雰囲気・感じたこと

試合会場では一刻を争う事例も発生します。適切に対応するための事前準備がとても大切であると感じました。

普段の仕事の様子は?

普段は整形外科のクリニックで、子供たちのけがや高齢な方たち、スポーツ選手など、幅広い世代の人たちのけがに対するリハビリテーションを行っています。

スポーツへの関わりは?

クリニック内では、受診する様々な種目のスポーツ選手に対して、けがから復帰するためのリハビリテーションを行っています。また、実業団長距離チームやラグビーチームの練習や試合に帯同し、けがの予防、競技力向上のためのトレーニング指導、試合中のサポートなどを行っています。

トレーナーとして活動していきたい方へのメッセージ

理学療法士としてスポーツ分野に携わることで、今回のオリンピックをはじめ、たくさんの貴重な経験をすることができました。これからも様々な場面で必要とされる分野であり、自身の意欲や取り組み次第で多くの可能性を持った仕事だと思います。

リアルのススメ ～みんなでパラスポーツのススメ～

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、2021年度も愛知県理学療法士会のさまざまなイベントが、中止および延期を余儀なくされました。そのような中、10月以降にコロナウイルス感染者数が激減しました。この機を逃すまいと、感染対策を徹底した上で、2021年12月19日(日)に今年度初となる対面イベント「―新しい日常に向かって前へ進め― リアルのススメ みんなでパラスポーツのススメ(主催:中日新聞、共催:愛知県理学療法士会)」を開催いたしました。このイベントには、8歳から80歳までの約40名の方々が参加されました。

理学療法士は病院で働いているイメージが強いと思いますが、デイサービスなどの介護保険分野はもとより大手メーカーでの新商品の開発など、現在では医療から離れたさまざまな分野で活躍しています。最近ではスポーツ分野で活動されている理学療法士も増えてきました。

スポーツ分野の中でも、身体機能や知的機能などに障害をもつ方がおこなうパラスポーツは、特に理学療法士との関りが深いでしょう。昨年開催されたパラリンピックは、まだ記憶に新しいですが、その中でもボッチャは日本中をひと際沸かせたパラスポーツだったと思います。

今回のイベントでは、理学療法士とパラスポーツとの関係を学んでいただいた後、このボッチャを参加者のみなさまに体験していただきました。レクチャーの際には、パラリンピックでボッチャを知ったけど、実際に触るのは初めてで、楽しみにしていたという声もいただきました。

今回は会場スペースの関係で、本来のコートの半分の大きさでの体験となりましたが、参加者のみなさまの盛り上がりは半減することはありませんでした。本イベントでは、車椅子に乗ったままボッチャを体験していただく機会も作りましたが、あえて車椅子から降りて勝負の一球を投じる方もいらっしゃいました。試合が進むにつれてみなさまの腕前が上達されたのはもちろんのこと、当日はじめて会った方々でチームを組んだにも関わらず、チームプレイも上達されていました。イベント後のアンケートでは9割以上の方が「パラスポーツの理解が深まった」、「本イベントに満足」と回答されました。コロナクラスターを発生させることなく、このような対面イベントを開催できて、我々としても冥利に尽きます。

コロナ禍でWEB上のイベントが発展しましたが、対面イベントはWEB上のイベントでは決して得られない経験を得られると思います。2022年はコロナの終息を願うとともに、参加者のみなさまに満足していただけるような対面イベントを多く開催できることを願っています。

社会局 副局長 野々垣 聡

ご挨拶

公益社団法人
愛知県理学療法士会
代表理事　鳥山 喜之

我が国は、国民皆保険や優れた保健・医療・介護システムの成果により、世界最高水準の平均寿命を達成し、また、約800万人の団塊の世代が75歳となる令和7年(2025年)は、国民の3人に1人が65歳以上、5人に1人が75歳以上という超高齢化社会に、令和22年(2040年)には、高齢者数がピークを迎え、医療・介護の需要は今より更に高まり、社会保障の安定した制度の継続が課題となっています。また、「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」によると、「介護や福祉サービス」と「高齢者向けの住宅」を重視する人が増加。身体機能が低下して介助が必要となった場合でも、自宅に留まりたい人が7割弱もいます。その一方、大都市部での独居老人が増加、孤独死などの社会問題なども発生しています。

このような背景から、加齢に伴って生じる心身の変化による疾病等により介護を要する状態となった高齢者が、その有する能力に応じ、尊厳を保持したその人らしい自立した日常生活を営むことができるよう地域包括システムの構築やさらに地域共生社会の実現が求められています。

我々理学療法士は、急性期病院や回復期リハビリテーション病院を初め、介護老人保健施設、訪問看護ステーション、介護保険事業所から、地域医療・介護を提供する事により、「人間の生き方や社会と深く関わる」仕事をしています。

また、高齢者や障がい者(児)の社会参加や地域の人々がもっと元気で長生きできる社会を作れるよう、「ウェルフェア事業の参加、スポーツ障害予防講座の開催、小児領域地域リハビリテーション連続講座、こどもの福祉機器展(チャレンジドフェア)」等の社会活動を毎年計画・実施しておりましたが、新型コロナウィルス感染症の拡大により、事業の中止や延期等、士会活動も大きく変化し、集合研修などこれまで行ってきたことを引き続き行うのでなく、WEBによるLIVE配信やe-ラーニングの導入など活動が様変わりしました。

今後も、新しい生活様式にあった、ICTを活用した士会活動への新たな取り組みながら、理学療法が科学的根拠に基づく技術として確立し、市民の健康、病気・障害の回復、介護予防に寄与し、社会に求められるような専門職としての立場を確立していく所存であります。

自宅で歩く力をメンテナンス！
～座って足踏み運動～

昨今の新型コロナウイルス感染症の影響で、身体を動かす機会が減った方も多いでしょう。
運動することにより、筋力だけでなく認知機能も維持することができるため、
少しでも運動の機会を作ることはとても重要です。
今号では、どなたでも簡単に自宅で椅子に座って出来る「座って足踏み運動」を紹介します。
狭いスペースでも出来ますのでぜひお試しください。

公益社団法人
愛知県理学療法士会

公益社団法人愛知県理学療法士会 公式YouTubeチャンネルでは、
本誌で紹介した運動の動画やその他のご自宅で出来る体操をご覧いただけます。
今後も動画コンテンツの拡充を予定しておりますのでお楽しみに!

▶パソコンからのアクセス
検索バーに以下を入力ください

愛知県理学療法士会 YouTube

https://www.youtube.com/channel/UCklPVvHdkxc4_Sal0n40Zhg/featured

▶携帯・スマートフォンからのアクセス
以下の二次元コードを読み取ってください

第38回 東海北陸理学療法学術大会

公開講座

日 時　2022年

10/30日

15:00-16:00

参加費
無 料
先着 500名様

運動で認知症のリスクを減らそう

講 師

島田 裕之（しまだ ひろゆき）

国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター
老年学・社会科学研究センター長

平成 15 年北里大学大学院博士課程修了（リハビリテーション医学）。東京都老人総合研究所研究員、Prince of Wales Medical Research Institute（Sydney, Australia）客員研究員、東京都健康長寿医療センター研究所を経て、平成 31 年に国立長寿医療研究センター老年学・社会科学研究センター センター長。専門領域はリハビリテーション医学、老年学。主な著書に『認知症予防運動プログラム コグニサイズ入門』NHK スペシャル等、メディア出演多数。

会 場　オンライン開催

（個人のPC、スマートフォンでご視聴いただけます）

申込方法　学術大会ホームページよりお申込み受付予定。詳細はホームページにて順次掲載いたします。

第38回 東海北陸理学療法学術大会ホームページ

https://thpt38.jp/

こちらから
お申込みページへ
直接アクセスできます。

［運営事務局］
株式会社ティーケーピー　イベント・コンベンション事業課内
〒162-0844　東京都新宿区市谷八幡町14番地市ヶ谷中央ビル3階　E-mail：event-medical@tkp.jp

ぴたっ!あいち
2022年1月発行
発行人 鳥山 喜之
編集 公益社団法人 愛知県理学療法士会広報部

公益社団法人 愛知県理学療法士会
事務局 〒460-0002 名古屋市中区丸の内3-18-1 三晃丸の内ビル601号室
ホームページ https://aichi-pt.jp　メールアドレス office@aichi-pt.jp