



2015
vol. **01**

「ねっつ」とは「ネットワーク」のドイツ語です。また、佐賀弁で「そばに」という意味があります。地域県民の皆様によりそったネットワークづくりを理学療法士が担えれば、という思いが込められています。



Contents

- 2 特集
- 3 活動報告
- 4 理学療法士のお仕事
- 6 ねっつ エクササイズ!
- 7 公益事業の5つの柱
- 8 理学療法士会 NEWS

表紙: (公社)日本理学療法士会主催 第2回「笑顔をあきらめない。」公式写真コンテスト
最優秀作品: 山口病院 仲光 龍太郎氏



公益社団法人
佐賀県理学療法士会



佐賀県作業療法士会と協働で運営した
「九州理学療法士・作業療法士合同学会 2014」のスタッフ

皆様に寄り添い、 地域に役立つ組織に。

このたび公益社団法人佐賀県理学療法士会の県民向け広報誌の創刊にあたり、会を代表し一言ご挨拶申し上げます。

本会は昭和55年4月、7名の理学療法士で創立されました。平成13年には社団法人として認可され、平成25年より公益社団法人佐賀県理学療法士会として新たな一歩を踏み出しています。おかげさまで、今年で創立35周年を迎え、現在の会員数は千名を超える組織となっております。

『理学療法士の職業倫理の高揚を図るとともに、理学療法士の学術及び技能の向上を推進し、もって県民の医療・保健・福祉の増進に寄与する事業』を公益事業の柱として掲げ、次に挙げる5つの事業を展開しております。

- (1) 理学療法を通じて、県民の医療・保健・福祉の増進に寄与するため事業
 - (2) 理学療法士の職業倫理高揚並びに学術及び技術の向上に関する事業
 - (3) 理学療法士の教育機関に協力し、理学療法士の資質の向上に寄与する事業
 - (4) 関連団体との連携および協力に関する事業
 - (5) 体験活動による理学療法士の知識の普及啓発事業
- 理学療法士はケガや病気などで身体に障害のある人や障害の発生が予測される人に対して、起き上がる、立ち上がる、歩くなどの日常生活を行う上で基本となる



公益社団法人 佐賀県理学療法士会

会長 **片渕 宏輔**

■プロフィール

1962年 佐賀県生まれ
 学歴：長崎リハビリテーション学院
 佐賀大学大学院医学系研究科修士課程
 職歴：医療法人至慈会 高島病院(1984年～1987年)
 佐賀県立病院 好生館(1987年～2013年)
 佐賀県医療センター 好生館(2013年～現在)

■社会活動

2009年～2013年 社団法人佐賀県理学療法士会副会長
 2011年～2013年 社団法人佐賀県理学療法士会理事
 2013年～2015年 公益社団法人佐賀県理学療法士会副会長・理事
 2015年5月～現在 公益社団法人佐賀県理学療法士会会長・理事
 2010年～現在 公益社団法人日本理学療法士協会代議員

参加者の声

平成26年度 第2回リハビリテーション 介護技術者研修会に参加して

開催日:平成27年1月17日
場 所:医療福祉専門学校緑生館
報告者:有料老人ホーム・デイサービスあいさほ
看護師 西山 久仁子

今回の研修会に参加して、介護とは、他者から指示されて動くのではなく、利用者の方が主体性を持って出来る部分は自分で行ってもらうことで意欲の向上や機能・能力の維持につながるという事を再確認できました。

トランスファーテクニックの実践では、人間本来の身体の動きを理解することで、利用者、介助者の双方に安全で安楽であることを確認できました。また、介護にはつきものの腰痛を予防するためには、中腰姿勢を避け、出来るだけ体を密着して重心移動を行い、なるべく持ち上げる動作を少なくすることが大切だとわかりました。学ぶことが多い有意義な研修でした。



る動作の改善を目指し、自立した日常生活が送れるよう支援するリハビリテーションの専門職です。さらに、いきがいやその人らしく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、教育や研究など様々な場面で活動を展開しております。

本会が特に力を注いでいる活動の一つに、国が推し進める「地域包括ケアシステム」の構築に向けた取り組みが挙げられます。県下5ブロック（鳥栖広域部、中部広域部、杵藤広域部、伊万里有田広域部、唐津東松浦広域部）に地域ケア担当部員を配置し、職能局地域包括ケア推進部と連携をとりながら組織的な動きを始めています。人材育成としては、日本理学療法士協会が推進する地域ケア推進リーダー、介護予防推進リーダーの研修会をはじめ、訪問リハビリテーション研修会の開催など、より多くの会員が地域包括ケアについて学び連携していく機会を提供しています。また、「リハビリテーション介護技術研修会」や「介護予防実践者研修会」など他職種向けの講座を各ブロックで



開催し、地域や職場で看護や介護業務に関わる方へリハビリテーションマインドと技術を伝え育てる事業も展開しています。

この広報誌の創刊にあたり、広報誌の名称を「ねつつ」とさせていただきました。「ネット(Net)」は、「ネットワーク」や「組織」を意味するドイツ語で、地域におけるネットワーク（組織づくり）のツールとして利用してもらいたい。また、「ねつつ」は、佐賀弁で「そばに」という意味があり、理学療法士が県民の皆さまの生活に寄り添って活動するイメージを込めて命名しました。

これからも、市町のニーズにあわせたネットワークづくりと、関係諸団体と連携を図りながら、県民の皆さまのくらしに寄り添い、住み慣れた地域で安心した生活が送れるようにサポートしていく職能・学術団体として、社会活動を展開して参りたいと思います。どうぞご理解、ご支援賜りますようお願い申し上げます。

活動報告

平成27年度 第1回リハビリテーション 介護技術者研修会 実施報告

開催日:平成27年10月18日
場 所:佐賀県医療センター好生館
報告者:佐賀県理学療法士会 齋藤裕樹(前田病院)

他職種向けの本研修会ですが、介護職 32名、看護職 5名、介護支援専門員 2名、理学療法士 5名、作業療法士 1名、柔道整復師 1名の計 46名の参加を頂きました。

今回の研修テーマである介護技術実技指導では、ときおりスライディングシートやトランスファーボードなどの福祉用具も使用しながらの実技が行われました。予定時間を超過したにも関わらず、さらに残って技術習得に努めようとされる受講者も多数おられ、教える側、教わる側ともに充実した時間を過ごすことが出来たと感じております。次回も多くの参加をお待ちしております。



リハビリテーション介護技術研修会



介護予防実践者研修会

— 急性期 —

病気のなり始めや怪我などの症状がひどい最初の時期を指し、手術や投薬などが行われます。それらの発症からできるだけ早い段階で、リスク管理を行いながら廃用症候群の予防を主な目的に行うのが急性期のリハビリです。



当院は県民の皆様の温かい支援により、今年で創始181周年を迎えました。「好生」には「命を大切に」する患者さん中心の医療」という思いが含まれています。現在は地域における急性期病院として、早期からリハビリテーションを行っています。個々の患者さんに応じた、良質で安心安全なリハビリテーションを行うために、運動器、脳血管、内部障害の3つの疾患部門別ユニット制を導入し、各専門職との連携や技術の向上に日々取り組んでおります。私たち理学療法士は、突然の病

地方独立行政法人 佐賀県医療センター好生館

気やけがにより不安も大きい患者さんの障害を可能な限り回復し、残された機能を最大限に活用することで、より自立したその人らしい社会生活を送れるよう、支援提供に努めています。



市丸 勝昭

理学療法士のお仕事

—The work of PT—

理学療法士ってどんな仕事？私たちはこんな仕事をしています。

理学療法士は **Physical Therapist (PT)** とも呼ばれます。ケガや病気などで身体に障害のある人に対して、基本動作能力（座る、立つ、歩くなど）の回復や維持を目的に、運動療法や物理療法などを用いて、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。理学療法士は主に病院、クリニック、介護保険関連施設、養成校等で働いており、中には専門性を生かし、プロスポーツのチームに属している理学療法士もいます。

リハビリテーションは、急性発症する傷病（脳卒中など）においてはその時期により急性期、回復期、生活期に分けられます。ここでは、理学療法士の役割を各ステージ別に紹介していきます。

急性期

急性期病床

(早期リハ開始・廃用症候群予防)

回復期

回復期リハビリテーション 病棟など

(機能回復・ADL向上・自宅復帰)

生活期

在宅

通所リハ・訪問リハ・短期入所

(生活機能の維持・向上、自立生活の推進・介護負担の軽減、QOLの向上)

入院入所

医療療養病床、 介護老人保健施設 など

(生活機能の維持、向上)

— 生活期 —

病院での治療やリハビリを行った後、退院して生活の場が自宅や施設に移り、日常生活を送る時期です。体力や活動の維持・改善、生活環境の整備、参加の促進、介護負担の軽減などに努め、自立生活を支援するのが生活期のリハビリです。



当院の在宅リハビリテーション科は、主に介護保険対象の利用者さんが、住み慣れた家や社会で役割を担い、そのひとらしい生活を楽しく安全に過ごし、できる限り在宅生活を続けられるお手伝いをしています。「自立支援」を促し、「ピンピンコロリ」を目標に「健康寿命」を延ばすことを軸に、日々取り組んでいます。

通所リハビリテーションでは、利用時全ての時間をリハビリテーションと捉え、個別リハビリテーション、入浴、食事、レクリエーション、集団体操、他者との交流などを行います。訪問によるリハビリテーションは、たとえば家で実際に使用する浴室を利用して入浴動作の練習をするなど、在宅の生活環境に応じたリハビリテーションの提供やご家族さんへの介護指導なども行います。利用者さんの自主性を引き出し、やりたいことがやれる環境作りを目標に、心身機能・活動・参加のバランスを図りながら支援しています。

医療法人 剛友会 諸隈病院 在宅リハビリテーション科 縄手 利彦

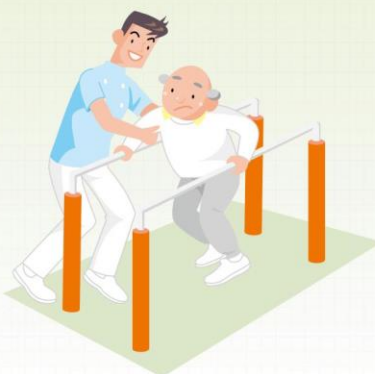
— 回復期 —

急性期を脱した患者さんが、自宅復帰を目指すために、日常生活動作（ADL）の改善を目標に各種の訓練を集中的に行うのが回復期のリハビリです。



脳卒中や骨折の患者さんが入院され、日々病前の生活に少しでも戻れるように、患者さんや御家族さんと当院スタッフ一同一緒に考えながらリハビリを行っていきます。リハビリの進行具合に合わせて、退院後の生活を見据えた退院前訪問調査や外出訓練なども積極的にを行い、環境に合わせた動作指導や御家族さんへの介護指導も行って、早期の在宅復帰に努めています。

医療法人 智仁会 佐賀リハビリテーション病院 坂井 沙織



ねっつエクササイズ!

vol.1 運動器編

このコーナーでは、毎号、テーマに沿った運動を紹介していきます。

第1回目は、「運動器編」という事で、主に整形外科の立場から『ロコモ予防』に効果的な運動を紹介していきたいと思います。

運動監修:信愛整形外科医院 理学療法士

田中 智史

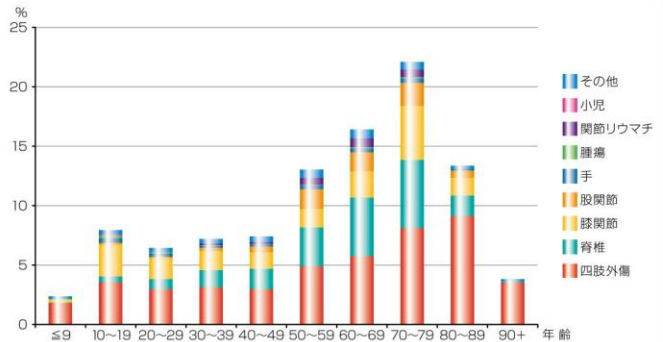


運動器って?
ロコモって?

運動器とは、人が動く為に必要な、体の土台となる『骨や筋肉』を表します。

この運動器の機能が低下すると、主に【移動する能力】が低下し、将来的に介護を受ける可能性が大きいと言われています。

65歳以上で整形外科を受診される方の多くは転倒や股関節・膝関節・腰痛の痛みを伴う方です。(図)



運動器の運動のポイント!!

運動器の運動により移動の能力を維持し、転倒予防を目指す為には…

関節の動く範囲を維持する(柔軟性)



体を支える筋力を維持する

事が重要です。今回は、その方法を少し紹介いたします。

①関節の動く範囲を維持する股関節柔軟性の運動

両手を出来るだけ頭上に真っ直ぐ伸ばした状態から、体を前後にゆっくりと曲げ伸ばししていきます。股関節の前後・腹筋背筋が柔軟になる効果があります。20回程度ゆっくりと繰り返します。



②体を支える筋力を維持する運動

痛みを伴わない範囲で行い、痛みがある場合には中止してください。

・片足立ちの運動→太ももの筋力を鍛え、体を支えます
※左右交互の足で5秒~10秒片脚立ちを10回行います



・もも上げの運動→歩行時に足の上がりやを良くし転倒を防ぎます
※左右交互の足で20回行います



・お尻上げの運動→お尻の筋力を鍛え、歩く速さと姿勢を維持します
※お尻を上げて3秒止める→ゆっくり下す
繰り返し10回行いましょう



県民の医療・保健・福祉の増進に寄与する

公益事業の5つの柱

1 理学療法を通じて、県民の医療・保健・福祉の増進に寄与するための事業

- ・リハビリテーション介護技術研修会
- ・さが桜マラソンボランティア
- ・介護予防実践者研修会



さが桜マラソンボランティア



理学療法士講習会 講師の奥田憲一先生

2 理学療法士の職業倫理高揚並びに学術及び技術の向上に寄与する事業

- ・各ブロック研修会、専門領域部会研修会
- ・新人教育プログラム研修会
- ・佐賀県理学療法士会学会
- ・佐賀県理学療法士会研修会
- ・理学療法士講習会

3 理学療法士の教育機関に協力し、理学療法士の資質の向上に寄与する事業

- ・臨床実習指導者研修会
臨床理学療法士が適切にそして安心して
学生指導に従事できるよう支援している。



訪問リハビリテーション研修会

4 関連団体との連携および協力に関する事業

- ・訪問リハビリテーション研修会の共同開催
訪問リハに従事する、または地域リハに興味のある理学療法士・作業療法士・言語聴覚士、その他関連職種を対象に、佐賀県作業療法士会、佐賀県言語聴覚士会と協力し、研修会の企画から運営まで共同で行う。

5 体験活動による理学療法の知識の普及啓蒙事業

- ・高校生の職場体験
理学療法士週間に合わせて、県内の高校生に対し、理学療法士の勤務する医療・福祉施設への職場体験を実施し、理学療法やリハビリテーションの啓蒙活動を行う。
- ・理学療法士週間における商業施設でのイベント



商業施設でのイベント

さが桜マラソン ボランティア



●● 応援アラカルト ●●

県理学療法士会
県理学療法士会では、この事業を受け、県民の健康やスポーツの振興を目的として、選手や観客のサポートを行います。

ランナーを応援
ランナーを応援するため、ランナーのペースを計測し、ゴールまでの距離を知らせるボランティアを行います。

佐賀新聞にも掲載されました

佐賀県理学療法士会では、毎年「さが桜マラソン」にてボランティアサポートを実施しています。大会当日は競技場にブースを設け、スポーツマッサージやストレッチ、アイシングまたは競技前のテーピングやその他の相談にも対応しています。2015年の大会では、95名の会員が参加し、553名のランナーの方々へサポートを実施することができました。加えてコース上に設けている救護所の方にも会員の配置を行っており、医師や看護師の方々と連携し活動しております。

来年も、佐賀県理学療法士会は市民ランナーの皆様を全力でサポートさせていただきます！



ストレッチの指導



マッサージの様子

当協会ホームページもご覧ください!!

編集後記

この広報誌は、佐賀県の理学療法士がどのような場所で、どのような活動をしているのかを、より多くの皆様に分かりやすく伝えるためのものとしてスタートしました。県民の皆様の医療・保健・福祉の増進に役立つような情報も加えて発信していきたいと思いますので、今後とも是非ご覧ください。

(広報部 吉竹・池末)

佐賀県理学療法士会
Sagami Physical Therapists Association

ホーム

佐賀県理学療法士会について

- 平松のご紹介
- 地域・各部署再訪
- 情報誌

一般の皆様へ

- 理学療法士とは?
- 理学療法士になるには?

会員の皆様へ

- 業務委託

研修会のお知らせ

- 日本理学療法士協会主催
- 佐賀県理学療法士協会主催
- その他研修会

お知らせ

- 2015年6月14日開催「佐賀県理学療法士会主催」心臓血管理学療法研修会 H27.13.13
- 2015年4月27日開催「佐賀県理学療法士会主催」心臓血管理学療法研修会 H27.5.15
- 2015年6月27日開催「佐賀県理学療法士会主催」運動生理学療法研修会 H27.6.24
- 2015年6月28日開催「日本理学療法士協会主催」第10回12時間リハビリテーション研修会 H27.6.28.29
- 2015年6月16日開催「日本理学療法士協会主催」第10回、日本理学療法士協会、全国理学療法士協会、共催 H27.6.16.17
- 2015年8月14日開催「日本理学療法士協会主催」

会員の皆様へ

- 2015年6月31日開催「業務委託お知らせ」ボランティア活動報告会のご案内
- 2015年3月10日開催「業務委託お知らせ」公益財団法人「福祉伝道・セミナー」開催について
- 2014年6月11日開催「業務委託お知らせ」公益財団法人「福祉伝道・セミナー」開催について
- 2014年6月11日開催「業務委託お知らせ」福祉・社会・運動・委員会の手続きについて
- 2015年8月20日開催「理学療法士の管理業務実務アンケート」
- 2015年8月4日開催「タイムズ」開催について

公益社団法人
佐賀県理学療法士会
TEL/FAX 0952-37-9071
〒849-0919 佐賀市兵庫北6丁目4番39号
E-mail: hagakure@sagapt.or.jp

佐賀県理学療法士会ホームページ
<http://www.sagapt.or.jp>