



山形県

2017年3月号

理学療法士会 広報誌



目次	
ご挨拶 山形県理学療法士会会長 高橋 俊章	2
理学療法士とは	3
理学療法士の活動している場所は？	4
活動報告	
野球肘検診・障害予防クリニック	5
やまがた健康フェア 2016	6
学校紹介	
・学校法人 諏訪学園 山形医療技術専門学校	7
・公立大学法人 山形県立保健医療大学	7
施設紹介	
庄内：老人保健施設明日葉	8
最上：介護老人保健施設新庄薬師園	8
村山：至誠堂訪問サービスセンター コスモス	9
置賜：介護老人保健施設 ドミール南陽	9
知っていますか？こんな豆知識	10



ご挨拶

一般社団法人
山形県理学療法士会会長

高橋 俊章

山形県理学療法士会は、山形県内に勤務する理学療法士の専門職能団体です。現在 873名の会員が、病院、診療所、介護保険関連施設、福祉施設、肢体不自由児施設、教育機関等に広く勤務しております。

さて現在、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、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よう、地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）の構築が推進されています。その中で、健康づくりや自主的な介護予防活動が広く行われるようになりました。

普段元気に生活をしていた方でも、何らかの原因で活動が低下し、家に閉じこもり要介護に陥ってしまう例は多くあります。それらは、体力や筋力が衰えていくので仕方なく起こるという現象ではありません。高齢期においても運動などの適切な関わりの中で活動状態の悪化を防ぐことはできますし、機能の低下を防ぎ、さらには向上させることも可能です。それが介護予防の視点です。介護予防とは、要介護状態の発生をできる限り防ぐこと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、さらには障がいの軽減を目

指すことです。

元来理学療法士は、病院などで障がいのある方たちのリハビリテーションを行ってきた身体づくりの専門家です。「身体」と「生活」の機能についての専門的知識を活かし、障がいのある方ができる運動や生活の仕方、障がいの発生を防ぐ運動について支援をしています。そこで皆様に、正確にわかりやすく介護予防のことをお伝えしたいと考えています。そのことで、誰もが人生のあらゆる時期において、予防に資する活動を行い、いつまでも健康な生活を続けていただきたいと願っています。

山形県理学療法士会は、すべてのひとの「尊厳ある自立」と「その人らしい生活」を支援する身近な職能団体として存在したいと考えております。そして、理学療法を通じて山形県の医療・保健・福祉の向上、介護予防や健康増進に貢献できるように会員一同努力を重ねてまいります。

今後とも皆様のご支援ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



理学療法士とは

理学療法は運動療法や徒手療法、物理療法を用いて、
失われた身体の機能を回復させる治療方法です。
理学療法士は、病気やケガの回復を促し、
社会や日常生活に戻るまでを支援する役割を担います。
さらに、生き甲斐やその人らしさをサポートする
自立支援、生活支援、健康増進、介護予防などの分野や、
教育や研究などさまざまな場面でも活躍しています。



医療機器・福祉用具販売レンタル
TOTAL MEDICAL COMMUNICATION

株式会社 **トーク**

日医器連通正事業所 第9406017号
福祉用具貸与事業所 0670700434
E-mail:took@coral.ocn.ne.jp

〒997-0806
山形県鶴岡市遠賀原字稲荷41-2
TEL (0235) 22-1009 FAX (0235) 25-8139

安心と信頼

・前腕義手・股義足・下腿義足・骨格構造義肢・
(大型短断端を含む)
・腰・胸椎装具・靴型短下肢装具・歩行補助つえ・車イス・
(コルセット)

山形県指定一級義肢装具士 安達 武雄
安達ブレイス製作所 山形市江保3丁目15-1
☎(023) 681-0456

医学書のことならお任せください



日本医書出版協会認定医学書専門店
医学書、看護学書、医書一般

株式会社 **高陽堂書店**

山形市大野目3-1-17 TEL 023(631)6001 FAX 023(632)1168
http://www.koyodo.com/ email info@koyodo.com

山形県より、福祉用具販売・取付の推薦を
いただき、官公需適格組合証明を取得

協同組合 生活住環境整備山形

〒990-0805 山形市檀野前13-2
TEL 023-681-5030 FAX 023-681-7609

福祉機器・介護用品販売レンタル/車いすオーダー制作



(有) **アシスト**

〒991-0048 山形県寒河江市みずき一丁目6-4
TEL(0237)83-5525/FAX(0237)85-5454

E-mail:assist@corp.email.ne.jp

山形小木医科器械株式会社

山形市北町三丁目8番20号
電話(023)681-3633(代)

人生のあらゆる場面をサポート



理学療法士は、「赤ちゃん」から「お年寄り」までの人生のあらゆる場面でサポートいたします。みなさまがより良い人生をお送りできるよう、理学療法士は活動しています。

赤ちゃん



発達支援



就学支援

子ども

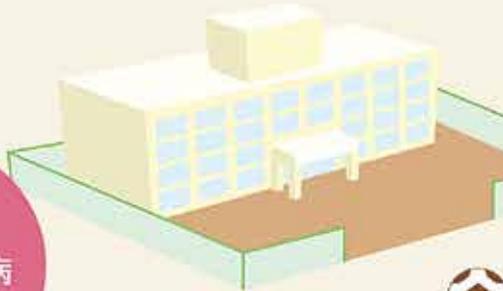


スポーツ
健康づくり



学生

就労支援
生活習慣病
予防



社会人

介護予防
自立支援



お年寄り

理学療法士の活動している場所は？

医療サービス	病院／診療所
保健サービス	介護予防／特定保健指導
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／老人保健施設／住宅改修・福祉用具のアドバイス
行政サービス	市・区役所／保健所／保健センター
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／特別支援学級・学校
スポーツサポート	障害者スポーツ／スポーツ傷害予防
研究開発事業	大学院／研究所／理学療法関連企業

公益社団法人日本理学療法士協会
「理学療法士ガイドより引用」

公益事業推進部 活動報告書

平成 28 年 11 月 26 日～27 日に開催された「野球肘検診」および「障害予防クリニック」についての活動内容を以下に報告致します。

主催：山形県スポーツ少年団東南村山支部野球部会

山形県・山形市中体連野球部会

山形県高等学校野球連盟

日時：平成 28 年 11 月 26 日(土)・27 日(日)

会場：山形県スポーツ会館

目的：オフシーズンである時期にスポーツ障害を早期発見する。来シーズンまでの間にパフォーマンスを向上できるようコンディショニング指導を行う。

活動内容：野球選手(小学生約 260 名/中学生約 180 名/高校生約 50 名)に対するフィジカルチェックおよびコンディショニング指導

フィジカルチェック項目：CAT・HFT・肩関節可動域(内旋)・肩甲骨下角距離測定・僧帽筋下部/前鋸筋/上腕三頭筋/上腕二頭筋筋力測定・股関節可動域(SLR/内外旋)・踵臀間距離・指床間距離・握力測定

当日のスタッフとして県内各地より 29 名の理学療法士にご協力を頂き、2 日間で 500 名近い野球選手のフィジカルチェックとコンディショニング指導を行いました。

フィジカルチェックでは、ゴニオメーターを用いた下肢関節の可動域測定に加え、上肢の各機能評価を担当しています。コンディショニング指導については、フィジカルチェックおよび医師によるメディカルチェック等の結果を踏まえ、選手各個人に必要なストレッチ方法についてパンフレットを用いてアドバイスや指導を行いました。

同事業への参加は今年で 5 年目となりましたが、主催者やチーム関係者からは、「理学療法士からのコンディショニング指導についてもっと詳しく教えてもらいたい」などの言葉も頂き、スポーツ領域における理学療法士の期待度の高さを窺えました。

今後もより良い活動が行えるよう、会員への広報、事業内容の調整等を行っていききたいと思います。



2016.11.28
文責 富樫弘人(山形徳洲会病院)

公益事業推進部 活動報告書

「やまがた健康フェア 2016」において一般社団法人山形県理学療法士協会で、介護予防体力測定として、ロコモティブシンドローム（以下、ロコモ）評価判定と結果の説明などを実施致しましたので、以下に報告します。

日時：2016年11月5日(土) 10:00～17:00 6日(日) 10:00～16:00

場所：山形ビッグウイング

テーマ：ロコモチェック

対象者：やまがた健康フェア 2016 に来場された方々

内容：日本整形外科学会が啓発するロコモの予防に対する検査、ロコモ度テストに基づき「立ち上がりテスト」と「2ステップテスト」を実施しました。参加者は2日間を通して約400名の方々が参加され、50代から70代の参加者が7割以上を占めていました。テレビCMや運動教室などで見たり聞いたりしたことがある方が多く、ロコモに対する関心の高さも伺えました。実際にテストを行ってみると比較的若い世代の方でも基準値に達していない方や、70代の方でも20～30代の基準値と同じ結果の方もいましたが、傾向として立ち上がりテストは基準を満たし、2ステップテストは基準未満の方の割合が多い様子でした。テスト実施後に結果のフィードバックや、予防のための運動指導なども行いました。「どんな運動で効果がでるのか」「どのくらい行えばいいのか」など質問も多くあり、パンフレットを見せながら説明し、「どこに行けば運動など教えてもらえるのか」などは県士会活動のパンフレットを配布し、理学療法士の活動についても広報ができたと思います。また、11月6日には山形大学附属病院整形外科医の佐々木幹先生の講演にも参加させていただき、実際に参加者を対象としてロコモチェックを実施し、非常に活発な活動が行えました。

なお、当日の開会式のテープカットには当会の高橋俊章会長も参加しました。

開会式の様子



高橋会長もテープカットに参加
(左から2人目です)

ロコモチェックの様子



講演にも参加させていただきました!!



文責 至誠堂総合病院 工藤聡

2016年11月11日

学 校 紹 介



厚生労働省指定養成施設 学校法人 諏訪学園
山形医療技術専門学校
Yamagata College of Medical & Sciences

【学校紹介】

本校は理学療法学科、作業療法学科を有する4年制の専門学校です。平成7年に開校し現在までに550名を超える理学療法士を輩出しており、県内の病院、施設等に多くの卒業生が勤務し活躍しております。

学校見学

本校では連絡をいただければ、随時学校見学が可能です。

会場：山形医療技術専門学校

内容：学校の特色や入試についての説明、校内見学(実習室など)、質問コーナー

対象：受験生だけでなく 高校1・2年生、先生方、保護者の方も参加できます。

また、7・8月にはオープンキャンパスを実施しております。

募集

学 科： 医療専門課程 理学療法学科 40名

修業年限： 修業年限 4年間(昼間)

選抜方法： ・推薦選抜(公募・自己)

・社会人選抜(I期・II期)

・一般選抜(I期・II期)

◎もっと詳しく知りたい方はお気軽に学校までご連絡下さい。



アクセス

■バス
・山形市役所、山交ビル、山形駅前より乗車
「長井行き(R348山形-長井)」～医療技術専門学校前
・所要時間：山形市役所前より約20分

■タクシー
・JR山形駅東口前より 所要時間：約15分
・JR山形駅西口前より 所要時間：約10分



【連絡先】

学校法人諏訪学園 山形医療技術専門学校
〒990-2352 山形県山形市大字前明石字水下367番地
TEL(023)645-1123 FAX(023)645-1250
ホームページ <http://www.ymisn.ac.jp/>



公立大学法人
山形県立保健医療大学
Yamagata Prefectural University of Health Sciences

本学は、理学療法学科、作業療法学科、看護学科の3学科からなる保健医療学部を擁し、平成12年4月に開学致しました。理学療法学科の卒業生数は270名を超え、山形県内に多数就職しており、県内の保健・医療・福祉に貢献しております。平成29年4月からは、これまでの3分野(理学療法、作業療法、看護)を専攻とする博士前期課程に加え、博士後期課程の設置が認可されました。本学大学院においては、現役のみならず社会人が職場に在籍のまま修学できる途を開いており、専修学校専門課程終了者も、入学資格審査により出願が可能です。

大学院では、学生の必要に応じて、夜間や土曜日に講義を開講するほか、夏期・冬期の休業期間中に集中講義を行っており、また、長期履修制度の利用が可能です。長期履修制度とは、職業を有している場合や介護・育児等に就いている等の事情により標準就業年限を超えて一定期間にわたり計画的に教育課程を履修する制度です。長期履修制度の詳細は、本学事務局教務学生課(TEL:023-686-6688)までお問い合わせください。

キャンパスは、山形市の北部(山形市上柳)に位置し、周囲には「健康の森公園」があり、静穏な環境で教育が行われております。本学理学療法学科では、理学療法士として必要な高い治療技術を身につける技術教育と、理学療法を科学として確立させていく視点を養う教育に力を注いでおり、21世紀における科学としての理学療法の発展を担う人材の育成に取り組んでおります。理学療法の対象は、急性期医療から、在宅医療、介護予防、健康増進やスポーツ領域に渡る様々な分野が含まれます。本学では、1学部3学科の特徴を生かし、お互いの職種の役割を理解し、保健・医療・福祉の現場で連携、協働できる人材の育成に取り組んでおります。また、本学では、コ罗拉ド大学理学療法学科との交流を中心として、国際交流にも力を入れております。「山形から世界へ」との思いを胸に、教員、学生ともども努力を重ねたいと思っております。



アクセス

・JR
JR奥羽線「南出羽駅」下車
徒歩約10分。または、JR仙山線・奥羽線で「羽前千歳駅」下車、徒歩約20分。

・バス
JR山形駅前から「県立中央病院」行に乗り、終点下車(乗車約30分)、徒歩約5分。



連絡先

公立大学法人 山形県立保健医療大学
〒990-2212 山形県山形市上柳260番地
TEL.023-686-6611 FAX.023-686-6674
ホームページ <http://www.yachts.ac.jp/>

施設紹介

庄内：老人保健施設明日葉

老人保健施設明日葉は、診療所併設型施設として平成7年に開設され、今年21年目を迎えました。場所は、酒田市にあり、鳥海山が一望できます。『明日葉』という名前は、不老不死の植物、『あしたば』から名づけられ、いつまでも元気な『幸齢者』でとの願いが込められています。

当施設では、瀬尾メンタルクリニックを併設し、施設入所、通所リハビリ、訪問リハビリ、ケアプランセンター、多機能複合施設、グループホームがあります。

リハスタッフは、PT3名、OT3名、ST1名の計7名で、個別訓練を中心としながらも、入所部門と協力し集団レクや、自立支援に向けての自宅訪問等を行っております。

この他、酒田市の介護予防事業や自治会で行われるリハビリ教室へ参加したり、小学生と交流を図ったり、施設全体で、地域に根ざした施設でありたいと思っています。

どうぞよろしくお願ひ致します。



最上：介護老人保健施設新庄薬師園

私の勤務している社会福祉法人新庄かつろく会は、介護老人保健施設新庄薬師園と、特別養護老人ホームかつろくの里、みどりの大地の3施設を運営しています。私の所属する新庄薬師園の「薬師」は「薬師様」という病気を癒す仏様の名前が由来となっています。名前の通り、利用者の方の病気を癒し、自立を支援するために多くの職種が協力



して働いております。入所定員は80床、通所定員は20名となっており、リハビリスタッフは理学療法士1名、作業療法士4名となっています。理学療法士は私1人ですが、作業療法士の先輩方をはじめとした他職種の方に指導を受けながら働いております。今後、自身が理学療法士としてできることを増やし利用者の方に還元していきたいです。

施設紹介

村山：至誠堂訪問サービスセンター コスモス

当ステーションは、至誠堂総合病院が母体となり、県内初の訪問看護ステーションとして 1992 年に開設しました。山形市の中心部、霞城公園の東側に位置し、至誠堂総合ケアセンターの 2 階に当ステーションの事務所があり、理学療法士 3 名、作業療法士 3 名、看護師 7 名、事務 1 名で運営しています。サービスを提供する区域は、山形市・天童市・上山市・山辺町・中山町と広範囲ですが、市内中心部への徒歩での訪問も多いのが特色として挙げられます。

利用者の対象疾患は多岐にわたっており、40 歳代から 90 歳代の脳血管疾患・神経疾患・整形疾患が多く、介護保険下での介入が大半を占めますが、医療保険での介入も多くなってきています。

多種多様な状態に毎度手探り状態ですが、お互いのコミュニケーションを大切に、連携を図りながら、より地域に密着した訪問リハビリを目指しています。少しでもその人らしい生活が出来るためのきっかけ作りに積極的に取り組んでいきたいと思えます。



置賜：介護老人保健施設 ドミール南陽

当施設は社会医療法人公徳会の中の介護部門の一つとして平成 12 年に開設しました。現在入所 100 名（内認知症専門等 40 名）、通所 30 名、生活ショートステイ 32 名を定員とし、リハビリスタッフ理学療法士 1 名、作業療法士 4 名が勤務しています。

入所においては在宅復帰に、通所においては自立支援に、他職種力を合わせて取り組んでいます。現在はさらなる充実に向け大改革を検討中です。

又、公徳会は地域のパレードやお祭り行事への参加や、夏祭りで大花火大会を開催するなど、地域の方々との交流の機会・交流の場となっています。

南陽市や置賜の方々の支えとなるような生活に密着した施設を目指し、互いの能力技術の向上目指しながら職員一同頑張っていきます。



知っていますか？
こんな豆知識

あなたの息切れ、歳のせいだと思いませんか!?

COPDを知っていますか？

こんな肺の病気です!!

COPD は、**慢性閉塞性肺疾患**と呼ばれタバコなどの有害な空気を吸い込むことによって、空気の通り道である気道(気管)や肺などに障害が生じる病気です。その結果、空気の交換が上手くいかなくなり、息切れが起こります。COPD は「肺の生活習慣病」とも言われ、今注目を浴びております。

本当はもっとたくさんの方が…?

COPD の患者数と死亡率は今後さらに増加することが予測されています。現在日本では COPD の患者さん(診断されている患者さん)は 22.3 万人ですが、実際には推定で 500 万人以上との報告もあります!

「死亡原因ランキング (WHO) 全世界

1990 年

2020 年

- | | |
|---------------|---------------|
| 1.虚血性心疾患 | 1.虚血性心疾患 |
| 2.脳血管障害 | 2.脳血管障害 |
| 3.下部呼吸器感染症 | 3.COPD(慢性肺疾患) |
| 4.下痢性疾患 | 4.下部呼吸器感染症 |
| 5.分娩に伴う障害 | 5.呼吸器癌 |
| 6.COPD(慢性肺疾患) | 6.交通事故 |
| 7.結核 | 7.結核 |

もしかして COPD かも!?

階段の上り下りなどを動かしただけなのに息切れを感じたり、風邪でもないのにせきやたんが続いたりすることが COPD の主な症状です。COPD の症状は、ありふれた症状であるため、見過ごしてしまいがちで、COPD 発見の遅れにつながります。COPD が進行すると少し動いただけでも息切れし、日常生活もままならなくなります。さらに進行すると呼吸不全や心不全を起こす命に関わる病気ですので早期発見、早期治療が重要です。特に 40 歳以上の方で、喫煙歴のある方は要注意です。

<こんな症状ありませんか?>

- 動作時の息切れ
- 朝起きたときの痰がらみ
- 季節によつての体調の変化がある
- 去年よりも動くときが苦しい
- 喫煙歴がある

上記に当てはまるようでしたら近くの病院へご相談を!!

COPD の治療は！？

現時点で COPD を根本的に治し、もとの健康的な肺に戻す治療法はありませんが、少しでも早い段階で病気に気づき適切な治療を開始することで健康状態の悪化と日常生活の障害を防ぐことができます。COPD の治療法としては、**禁煙**、**薬物療法**、**呼吸リハビリテーション**などが行われます。さらに重症になれば、**酸素療法**や**外科療法**が行われることもあります。

まずは禁煙を！！

COPD 治療の第一歩は禁煙です。喫煙を続けるかぎり、病気の進行を止めることはできません。まずは、**きっぱりとたばこをやめることが重要です。**

具体的には？どんなリハビリをするの！？（運動療法）

運動療法は呼吸機能の維持に重要です。

呼吸法指導

呼吸に合わせた動作を身に付けることで息切れが楽になります。



持久カトレーニング

歩行や自転車こぎなどの運動で体力の向上を図ります。



呼吸筋ストレッチ・筋カトレーニング

呼吸に関わる筋肉をストレッチし、日常生活に必要な筋肉を鍛えます。



呼吸筋ストレッチの一例

息を吸う背中の筋肉と、胸の呼吸筋のストレッチ



1 胸の前で両手を置き、ゆっくりと息を吸い、次に口からゆっくりと吐き出します。

2 息を吐ききったら、息を吸いながら腕を前にのぼし背中を丸めていきます。

3 息を吸いながら十分に背中を丸めきったら、ゆっくりと息を吐きながら腕と背中をもとの姿勢に戻していきます。

◆山形県厚生省労働省指定◆
 **(有) 渡部 義肢**
 ◆営業品目◆
 義足・義手、コルセット、車椅子、ステッキ、下肢装具、上肢装具、骨格義足(モジュラー)
 〒997-0861 山形県鶴岡市桜新町8番地52号
 TEL(0235)25-9366 FAX(0235)25-9364

 義肢・装具・車いす
 他整形医療器具製造・販売
(有)エムサポート
 〒990-2212 山形市上柳110
 TEL(023)687-2800 FAX(023)687-2812
 取引銀行 山形銀行宮町支店(普通)0241881

福祉用具開発・レンタル販売 <http://www.tamatsu.jp>

株式会社 タマツ
 本社 山形県鶴岡市美咲町32-7(〒997-0857)
 TEL 0235-23-6333 / FAX 0235-25-3889

思いやりリハビリ・まごころケア
(有) 福祉用品やまがた
 介護用品ショールーム
 〒998-0842 山形県酒田市亀ヶ崎4-2-40
 電話 (0234) **26-1725**
 F A X (0234) **26-6780**

オーダーメイドの福祉用具
 **株式会社 ライフケアサポート**
 山形県東根市温泉町1-13-10
 TEL0237(43)6833 FAX0237(43)6832

医療の未来を見つめる総合商社
 **岡崎医療株式会社**
 ■本社 山形市あこや町三丁目4番3号
 ■山形営業所 〒990-0025 ☎023(代)623-0546番
 ■鶴岡営業所 鶴岡市大字安丹字村上4番10号
 〒997-0057 ☎0235(代)22-0106番

明日への地域医療・高度医療に貢献する
 一信頼される技術とサービスを人へ社会へ地域へ
 ライフテクノロジーを追求する
 **株式会社 シバタ インテック**
 本社 〒984-0015 仙台市若林区卸町二丁目11-3
 TEL 022(236)2311(代表) FAX 022(236)2362
 ・山形支店・社内営業所・鶴岡営業所・郡山営業所・ヘルスケアセンター・物流センター・メンテナンスセンター
 ホームページ：www.shibaintech.co.jp

 厚生労働省
 山形県指定
 福祉法義肢製作所指定
有限会社 山形 義肢研究所
 営業品目 義手・義足・コルセット・補装具
 補助ステッキ・松葉杖・車いす
 整形医療器具
 代表取締役 植松茂夫
 山形市飯田五丁目5番39号
 電話 (023) 632-5214

質の高い福祉用具レンタルで介護保険を応援します
 あなたの笑顔が見たいから
 ●リネンサプライズ・ホスピタルリネン事業部 ●ホームヘルスケア事業部 ●リースキン事業部
株式会社 蔵王サプライズ
 ホームヘルスケア事業部 山形市銅町二丁目21番4号 TEL (023) 674-9600
 支店・営業所 仙台支店/新庄営業所/庄内営業所

福祉用具の製作・販売・レンタル
風の郷工房 (有)
 東置賜郡高島町一本柳 2535-1
 TEL 0238-52-1446 FAX 0238-52-1411
 URL : <http://www.kazenosato.co.jp/>
 座位保持装置・車椅子
 電動車椅子・歩行器など

編集後記

この広報誌は県民の皆様にも、少しでも我々の活動を知って頂くために年1回発行しております。県内の理学療法士のいる施設の紹介や養成校の案内、県内各地で開催される山形県理学療法士会主催のイベント等々掲載しております。また、今回の豆知識としては、「慢性閉塞性肺疾患 (COPD)」を特集しております。この広報誌を通して我々の活動が少しでも身近に感じていただければ幸いです。これからも地域に密着した活動を心がけて参りますので、よろしくお願い致します。 鳥貫

■発行 / 一般社団法人 山形県理学療法士会
 ■発行者 / 高橋 俊章
 ■編集者 / 岩井 章洋
 ■広報部 / 三友堂リハビリテーションセンター
 〒992-0057 山形県米沢市成島町3丁目2番90号
 TEL (0238) 21-8100 FAX (0238) 21-8119
 E-mail : ptkouhoubu@yahoo.co.jp