

特集

理学療法フェスタ

2024 in モラージュ菖蒲

- あなたの街の理学療法士 5P
- 埼玉県脳卒中下肢装具対応施設一覧 ... 7P
- 未来の理学療法士 9P
- ヘルシーコラム 10P



運営スタッフ

広報誌 編集後記

最後まで彩の国のParTner-理学療法ニュース-を読んで頂き、ありがとうございます。

特集の「理学療法フェスタ」は、新型コロナウイルス感染症が流行後、初めて対面での開催となりました。当日は暑い中、多くの世代の方にご参加頂きありがとうございます。今回は「子どもロコモ」の体験ブースを新たに設け、若い世代からお年寄り世代まで幅広い方に楽しんで頂けるよう、運営スタッフ一同準備を進めて参りました。また、企業の協力による「歩行ケア体験」のブースでは、多くの時間帯で行列が見られ、皆様の歩行に対する意識の高さが伺えました。来年度以降も7月に理学療法フェスタを開催致します。多くの方に理学療法士を知って頂ける機会となるよう、引き続き企画をして参りますので、来年度以降も足を運んで頂けますと幸いです。

(公社)埼玉県理学療法士会は、幅広い年齢層の方の医療・保健・福祉の増進に寄与することを目的とした様々な取り組みをしています。これからも、県民の皆様に関心をもって頂けるような広報誌を発行していこうと思います。

最後に、今回広報誌を対象とした「アンケート」を作成致しました。より良い広報誌を発行していくため、皆様の声をお聞かせください。以下のQRコードを読み取って頂き、アンケートの回答をお願い致します。読み取り方法が分からない方は、ご家族やご友人などに相談してみてください。

皆様からの多くの声をお待ちしております。

ご協力の程、何卒宜しくお願い申し上げます。

次号発行は令和7年2月頃を予定しています。

アンケートはこちらから→

<https://forms.gle/Rj1sWHCBwHNqPGYT8>



発 行 公益社団法人 埼玉県理学療法士会 会長 南本 浩之
編 集 公益社団法人 埼玉県理学療法士会
広 報 局 長 三宮 将一
広報誌編集部 石井 貴朗
制 作 株式会社マース
事 務 室 〒362-0074 埼玉県上尾市春日1丁目26-7 (公社)埼玉県理学療法士会 事務室

公益社団法人 Saitama Physical Therapy Association
埼玉県理学療法士会
<http://www.saitama-pt.or.jp>



理学療法フェスタ 2024

2024 年 7 月 21 日(日)

in モラージュ菖蒲



7月17日は理学療法の日!

※1966年7月17日に日本理学療法士協会が発足されたことから、7月17日は「理学療法の日」と言われています。この「理学療法の日」前後を理学療法週間と称し、各地で様々なイベントを開催しています。今回開催した理学療法フェスタもその一環です。

(公社)埼玉県理学療法士会は、2024 年 7 月 21 日(日)にモラージュ菖蒲(久喜市)で、「理学療法フェスタ 2024」を開催いたしました。フェスタでは、①**体力測定**、②**ボッチャ体験**、③**歩行ケア体験**、④**子どもロコモチェック※**、⑤**理学療法士養成校案内・相談**、⑥**広報誌・ハンドブック展示・配布**のブースを設置しました。また、「理学療法士とは?」「エスカレーター条例とは?」というテーマで、ミニトークイベントも行いました。フェスタには、老若男女問わず、幅広い世代の方々に各ブースをご利用いただきました。コバトンやさいたまっちの登場もあり、大変賑やかな雰囲気の中、事業を終えることが出来ました。実際に会場に足を運んでいただいた皆様には感謝申し上げます。次年度も理学療法フェスタは開催予定ですので、皆様のご参加をお待ちしております。

① 体力測定

血圧測定、柔軟性、バランス、筋力の各テストを実施し、測定結果の配布、説明、希望者には運動指導を行いました。写真は、柔軟性の測定や結果を説明している様子です。



② ボッチャ体験

3×5mのコートで実践形式の体験をしていただきました。



③ 歩行ケア体験

腰と背中にセンサーを取り付け、10m歩くことで AI が転倒リスクと歩行の特徴を数値化してくれます。「歩き方」「要因」「改善のポイント」に分け、5 種類の歩行改善運動の中から、各自最適な運動を示してくれます。



理学療法フェスタ 2024 in モラージュ菖蒲 2024年7月21日(日)

広報誌や理学療法ハンドブックの展示・配布や理学療法士養成校のパンフレット配布・相談、ミニトークイベントも行いました。また、うちわやウェットティッシュの配布や小さなお子様たちには風船をプレゼントしました。コバトンやさいたまっちはお子様たちに大人気で、写真を一緒に撮る方々も沢山いらっしゃいました。



理学療法フェスタ開催中です！
ぜひ、ご参加ください！



4 子ども ロコモチェック

何秒片足立
ちができる
かな？



片脚立ち、しゃがみ込み、体前屈、上肢機能の各テストを実施し、子どもロコモ体操の運動指導を行いました。写真は、体前屈や片脚立ち、しゃがみ込みの様子です。

足首を持ったま
まどこまでしゃ
がめるかな？



運営者のコメント

理学療法フェスタ 2024 インタビュー



(公社)埼玉県理学療法士会
広報局
理学療法週間推進部
佐藤 渉

①運営した感想

お子様やそのご家族様達といった、家族層の方々と多くの関わりを持つことができました。小さいお子様にも理学療法士という職業を知って頂けて、とても良かったです。今回の理学療法フェスタをきっかけに、将来の職業選択の1つに理学療法士が選ばれると、とても嬉しく思います。

②今後について

お子様やそのご家族様達との関わりは、今後も理学療法士を職業選択の1つにして頂きたいという観点より、密接にしていきたいと考えております。今回の理学療法フェスタでは、部局の垣根を越えた協力のもとイベントを開催できました。各部局の強みをイベントブース化して、県民の皆様へ向けた啓発活動の機会を広げていきたいと思っています。



(公社)埼玉県理学療法士会
副会長
原田 慎一

①運営した感想

対面開催は5年ぶりです。ご家族皆様で楽しんで頂けるよう、各世代向けに体験型の企画を行いました。久しぶりに皆様の笑顔や今後の励みとなるお声を直接頂くことができ、嬉しく思いました。ご参加頂いた皆様、臨機応変な対応頂いた運営スタッフ、歩行ケア体験を提供下さいましたマイクロストーン株式会社様、会場提供下さいましたモラージュ菖蒲様にこの場を借りて感謝申し上げます。ありがとうございました。

②今後について

次年度も理学療法の日がある7月の週末に、体験型のイベントを開催したいと考えておりますので、是非足を運んで頂けたら幸いです。

医療法人建正会 平塚整形外科クリニック

こころのつながりを大切にした医療。患者様一人ひとりにあった治療を提案いたします。



スタッフ写真

当院は通院のリハビリテーションが充実している整形外科クリニックです。東武東上線鶴瀬駅から武蔵野台地を下ると、のどかな田園風景と緑に囲まれた所にあります。国道 254 号バイパスから近く、車でのアクセスは良好です。

受診される患者様は転倒などによる外傷、膝関節や股関節などの変形性関節症、腰部脊柱管狭窄症、肩関節周囲炎、肩腱板断裂、ばね指など痛みやしびれでお困りの高齢の方が多く来院されます。また、幼児の外傷や小中高・大学生の成長期のスポーツ障害(投球障害肩、肘の離断性骨軟骨炎、胸郭出口症候群、腰椎分離症、オスグッドシュラッター病、膝前十字靭帯損傷、シンスプリントなど)にも対応しています。

いずれも正確に診断し、その上で治療法を選択することが重要です。医師・看護師はもとより、放射線技師・

理学療法士・作業療法士・柔道整復師など専門職種が連携して、筋力トレーニングやストレッチを施し、痛みや関節の動きにくさなどの問題に、親身になって解決を図っていきます。患者様の疾患や状態、生活場面に合わせた治療を実施しています。痛みを我慢せず、お気軽にご相談下さい。ご来院をお待ちしております。



超音波診断装置



医療法人建正会 平塚整形外科クリニック

■所在地:〒354-0021 埼玉県富士見市鶴馬3371-1

■連絡先:TEL:049-253-8020

■ホームページ: <http://www.hiratsuka-seikei.com>

■交通手段: 富士見市循環バス「富士見市役所」または「中央図書館」の停留所で下車し徒歩7〜8分
東武東上線「鶴瀬駅」東口から車で7分 (駐車場あり)



概要

■診療科目: 整形外科、リハビリテーション科

■診療時間:

月〜水・金 午前9:00〜12:00 午後15:00〜18:30

土 午前9:00〜11:30 午後 14:00〜17:00

■休診日: 木曜・日曜・祝日・年末年始

■リハ職員数: 理学療法士5名 作業療法士1名

レイクタウン整形外科病院

手術前よりも元気な姿を目指して



スタッフ写真

当院は整形外科に特化した病院で、脊椎や肩関節、股関節、膝関節、足部などに対して、2023年度には1186件の手術を行いました。患者様の生活スタイルを優先しながら、関節温存をコンセプトに治療を行っています。膝関節手術では280例のうち、人工膝関節置換術142例(50%)、人工膝関節単顆置換術34例(12%)、骨切り術104例(38%)と関節温存の比率が高いことが当院の特徴です。術式の選択は、患者様の生活スタイル・仕事・趣味及び医学的観点の下肢アライメント、不安定性等を考えたうえで決定します。結果として患者様から高い評価を頂いております。

手術後に曲がらない膝は患者様の満足度低下につながります。階段の下りや自転車乗車等も考慮し、人工膝関節置換術でも屈曲140°を目標として、入院中1日2回のリハビリテーションを提供しています。

入院・外来・リハビリテーションを通して身体機能の維持向上、自宅生活の問題への対応も行っており、また短時間通所リハビリも併設していますので、外来リハビリ終了後も御希望に応じ、運動を継続する事が出来ます。

「手術前よりも元気な姿を目指して」をモットーに全力でサポートさせていただきます。



リハビリ様子



医療法人社団高志館 レイクタウン整形外科病院

■所在地: 埼玉県越谷市レイクタウン5-13-6

■連絡先: 048-987-2277

■ホームページ: <https://laketown-ortho.com/>

■交通手段

JR武蔵野線越谷レイクタウン駅北口より徒歩で8分、車で4分(駐車場完備)

※越谷レイクタウン駅北口より送迎を実施しております。(詳細はホームページをご覧ください)

概要

■診療科目: 整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科、麻酔科

■診療時間

・初診の方(ご予約のない方)

平 日(木曜日以外) 午前8:30〜11:30 午後13:30〜16:30

木曜日 午前8:30〜11:30

土曜日 午前8:30〜11:30

・予約のある方、紹介状をお持ちの方

平 日 午前8:30〜11:30 午後13:30〜16:30

土曜日 午前 8:30〜11:30

■休診日: 土曜日午後・日曜日・祝祭日・年末年始

■リハビリ科職員数

理学療法士: 29名



「埼玉県脳卒中下肢装具対応 施設一覧」が完成しました！！

「装具の不具合・不適合例」



装具の破損



装具の底材の剥がれ



装具による発赤や傷



ベルクロの摩耗



装具と足の周径の違い

下肢装具の不具合・不適合とは、装具の破損や底材・ベルクロの摩耗、装具によってできた発赤・傷やタコ・魚の目などを指します。下肢装具に関するよくある質問はお役立ち情報サイトの「装具 Q&A」をご確認下さい。相談や修理の必要性を簡潔に記載しています。

「埼玉県脳卒中下肢装具対応施設一覧」は『埼玉県』装具のお役立ち情報サイト (<https://sougu.saitama-pt.or.jp/>) から閲覧とダウンロードが可能です。



下肢装具にお困りの多くの皆様にご活用いただければ幸いです。

この度、(公社)埼玉県理学療法士会の装具療法地域連携対策委員会では、下肢装具を使用している皆様やそのご家族様、周囲の関係者様が下肢装具の不具合・不適合に気付いた際に、早期修繕に繋がれるよう、下肢装具の修理や再作製、相談に対応する医療施設を一覧化しました。※施設によって対応は異なります。

この一覧では、脳卒中下肢装具に対応する装具外来の実施施設が52件掲載されています。埼玉県を5地域に分けており、皆様のお住まいの地域から検索しやすくなっています。さらに、一覧の詳細では「施設名」、「所在地」、「アクセス」、「駐車場の有無」、「装具外来の日時」、「対応内容」、「電話番号」等がわかりやすく記載されています。また、医療施設の「ホームページ」の情報は二次元コードやURLから検索が可能です。



※医療施設の方へ
掲載内容の変更や新規掲載希望等は二次元コードからお問い合わせください。



Taro 里芋

今回は里芋のお話です。秋が旬の里芋は近年、低糖質かつ低カロリーの芋として注目されているそうです。様々な芋・野菜を加熱したカロリーを比較してみると100gあたり、さつま芋は131kcal、西洋かぼちゃ80kcal、じゃが芋は76kcalに対し、里芋はなんと52kcalとなっております。（八訂食品成分表準拠）

里芋独特のぬめりは「ガラクトン」という糖質とたんぱく質が結合したもので、血圧と血中のコレステロールを下げる効果があります。また、「ムチン」という物質も含まれております。ムチンはのどや鼻の粘膜に含まれている成分であり、ウイルスから体を守り、風邪などの感染症にかかりにくくする効果が期待できます。食物繊維も豊富なので、便秘改善にも役立ちます。

ダイエットしたいとき、糖質が気になるときに満腹感が得られるので、ごはんを食べ過ぎずにすむのが里芋の長所です。里芋はけんちん汁やおでん、含め煮や煮物の具材としてなど、和風料理によく合う食材です。他の芋に比べてカロリーが少ない里芋を使って、食欲の秋をおいしくヘルシーに楽しんでみてはいかがでしょうか。

介護老人保健施設 シルバーケア敬愛 管理栄養士 石塚大悟

低糖質、低カロリーで
ダイエットに向いています。
そして、血圧とコレステロールを
下げる効果も期待できます。



里芋の煮っ転がし (2〜3人分)

【材料】	
皮を剥いた里芋……………	300g
●醤油……………	大さじ2
●砂糖……………	大さじ3
●顆粒和風だし……………	小さじ1
●みりん……………	大さじ2

【作り方】

- ①鍋に醤油と砂糖と顆粒和風だしと里芋を入れ、火にかける。
- ②里芋と調味料を絡めながら混ぜ、調味料を煮詰めていく。
- ③調味料が煮詰まったら、里芋がひたひたになる位に水を入れる。
- ④落し蓋をして、中火〜強火で煮る。
- ⑤③と同じ位に煮詰まってきたら、みりんを入れて里芋と調味料を絡め、火を消して蒸らす。
- ⑥お皿に盛り付けて完成（一晚置いて味を染み込ませても美味しいです）。



未来の理学療法士

理学療法士を目指す学生は、専門的な知識・技術を多く学んでいます

総合臨床実習とは？

内 容：評価実習の内容に加え、対象者の障害像の把握、治療目標および治療計画の立案、治療実践ならびに治療効果判定等を学びます。

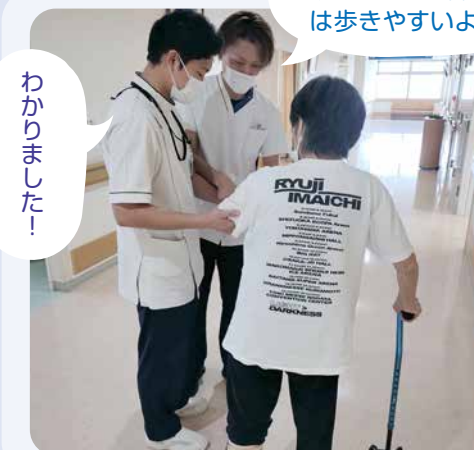
時期・期間：埼玉医療福祉専門学校では3〜4年次に14〜16週間行っています。

実習の様子 今回、埼玉医療福祉専門学校4年次の総合臨床実習（実習地：越谷市にあるリハビリテーション天草病院）の様子を取材しました。下の写真は、リハビリテーション天草病院に入院中の患者さんにご協力いただいた場面です。



左手を支えると歩きやすいのかな？

① 見学・指導者と患者さんの歩行練習を見学している様子。



わかりました！

左手はこのような介助すると患者さんは歩きやすいよ！

② 協同参加・歩行の介助方法を確認する様子。



④ 自己学習・1日の振り返り・実習の内容を記録し、指導者からアドバイスを受けます。



上手に歩けていますね！

③ 実施・学生が一人で患者さんの歩行練習を行う様子。



未来の理学療法士 10

埼玉医療福祉専門学校
昼間部 理学療法学科4年

ふか まち りょう が
深町凌雅

①理学療法士を目指したきっかけ

中学生の頃に腰椎椎間板ヘルニアを発症し、痺れや痛みによって部活動へ参加できない時期がありました。その時のリハビリを通じて、理学療法士という職業を知り、感謝と憧れの気持ちが強くなり、理学療法士を志しました。

②将来、どのような理学療法士になりたいか？

患者さんから信頼される理学療法士になりたいです。そのために、患者さんの人柄を理解し、良い関係性を築くために、楽しい雰囲気でのリハビリを行えるようにしたいです。