

# あゆみ

創刊号

01

2016.03 発行

## Contents

理学療法ってなんだろう  
山口県理学療法士会について

- [ Map ] 理学療法士のお仕事
- [ Topics! ] 地域包括ケアシステム
- [ Event ] ねんリンピック



## 理学療法ってなんだろう？

理学療法は運動療法や物理療法を行い、失われた身体の基本的な機能を取り戻す治療法の一つです。理学療法士は人の身体の動作についてのエキスパートでもあり、医師や看護師等の他の医療スタッフと共にチーム医療の中で基本的動作の回復における中心的存在でもあります。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の役割を担います。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、介護予防など分野や、教育や研究など様々な場面でも活躍しています。

## 会長挨拶



一般社団法人  
山口県理学療法士会  
会長 宮野 清孝

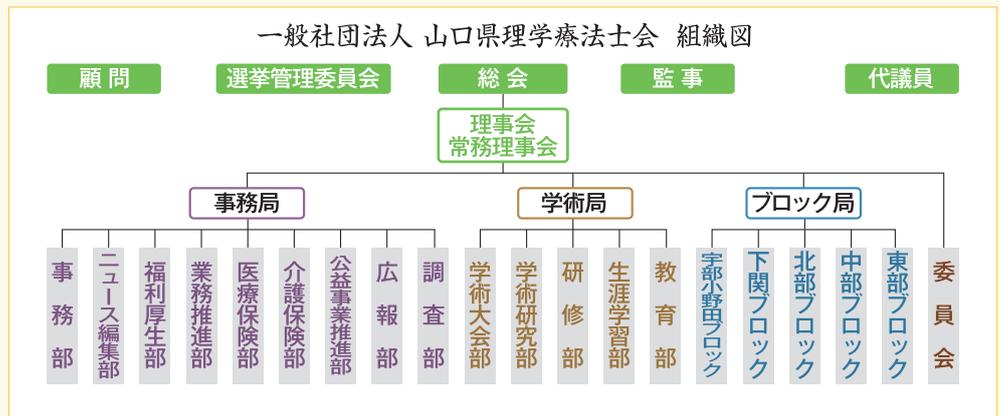
### ◆ 沿革 ◆

- 昭和46年 山口県理学療法士会 設立
- 平成 3年 山口県理学療法士会 設立20周年記念式典
- 平成 4年 社団法人 山口県 理学療法士会 設立
- 平成 8年 日本理学療法士協会 第31回全国研修会
- 平成13年 社団法人 山口県理学療法士会 創立30周年記念式典
- 平成15年～ 全国高等学校野球選手権 山口大会 メディカル サポート担当
- 平成23年 社団法人 山口県理学療法士会 創立40周年記念式典  
第11回 全国障害者 スポーツ大会「おいでませ 山口大会」コンディショニングチーム担当
- 平成26年 一般社団法人 山口県 理学療法士会 設立

山口県理学療法士会は昭和46年に会員8名で発足され、平成27年12月現在、県下で1,373名が本会に所属しています。発足以来、長年にわたり研修会、学会、様々な活動を通じて、理学療法の普及と理学療法士の資質向上に努め、山口県民の健康の保持及び増進に寄与することを目的に活動しています。

理学療法の実施場所は、病院や施設だけではなく、在宅ケアを含めた地域社会やスポーツ現場などへ広がりを見せています。少子高齢化に伴い、社会構造が刻々と変化する中で、良質な理学療法を提供し続けることが私たちの責務だと思っています。

「リハビリ」という言葉は一般的に知られるようになってきましたが、理学療法士という職業・仕事の内容などは、まだまだ認知度が低いように感じています。このたび創刊した本誌を通じて、理学療法士の仕事や本会の活動を知っていただき、県民の皆様のお役に立てる情報を届けていきたいと考えています。本会の活動につきましては、今後ともご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



## 士会活動



【理学療法士学会】

事務局においては、本会の事務業務、広報活動、医療・介護保険に関連した情報の収集、ならびにがんのリハビリテーション研修会、訪問リハビリテーション実務者研修会を開催しています。また、公益事業として、高校野球サポート、海響マラソンのサポート活動を行っています。学術局においては、新人教育、学術研究振興、教育研修会、その他研修会を通じて、会員の知識・技術の研鑽に努めています。ブロック局においては、各地区で地域リハビリテーション研修会や健康フェスタ等への参加、理学療法週間事業を開催し、地域住民の皆様と顔を合わせた活動を実践しています。

【理学療法週間事業】



# 理学療法士のお仕事

## 学会での市民公開講座



下関看護リハビリテーション学校/井上

いろいろな地域で、市民公開講座が開催されています。転倒予防や糖尿病、認知症など、様々なテーマで実施していますが、みなさんとても熱心に聞いておられます。健康に関してとても興味があるのだと感じます。



## 訪問リハビリテーション

普段の生活に必要な能力を付けるお手伝いをセラピストがご自宅で行います。身体の状態や自宅環境はさまざまです。ぜひご希望をお聞かせください。身体機能に関すること、日常生活に関すること、住環境に関することなどのお手伝いを致します。



王司病院/小松

## 病院のリハビリテーション

事故や病気によって、立つことや歩くことなどの動作が不自由になった方々に対して、理学療法を提供し、自宅復帰に向けての動作改善を図ります。自宅での生活を想定した動作の練習を行い、患者様が退院後も安全に過ごせるよう努めています。



徳山医師会病院/高橋

## 海響マラソンサポート

30キロ地点で選手のサポートを行っています。ランナーに対してストレッチやアイシング、マッサージなどをおこないます。走ることさえ難しくなったランナーが元気を取り戻すために、全力でサポートしています。



歩行リハビリセンター テクラ/道祖



## 高校野球サポート

高校野球の夏の甲子園予選において、選手の試合前後のストレッチやアイシング、テーピングの対応や何かアクシデントが起こった場合の応急処置などを実施しています。また、熱中症予防の呼びかけや、観客選手の熱中症対応もしています。



昭和病院/濱口



## 診療所のリハビリテーション

日常生活動作の向上を目標とし、入院の方、通院の方を対象にリハビリを行っています。また、他院からの紹介でリハビリが必要とみなされた方のリハビリも行っています。

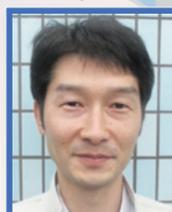


光山医院/重田



## 地域ケア会議

地域高齢者の自立支援のため個別事例に対して様々な分野の関係者が意見交換を行っています。高齢者が住み慣れた地域で心身ともに自立し、生き生きと生活できるよう地域のネットワーク構築や地域資源の開拓など自治体独自の基盤作りが必要と感じています。



山口平成病院/神田



## 通所リハビリテーション

利用者様が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることが出来るよう、食事や入浴、日常生活の支援、生活機能向上のための機能訓練や口腔機能訓練などのリハビリテーションサービスを日帰りで提供します。ご利用時には介護認定が必要となります。



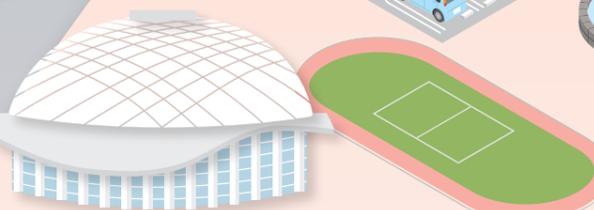
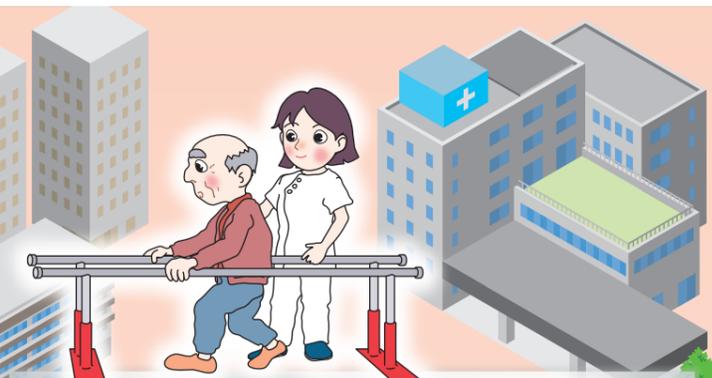
小川整形外科/金子



周東総合病院/川端

## 介護予防事業

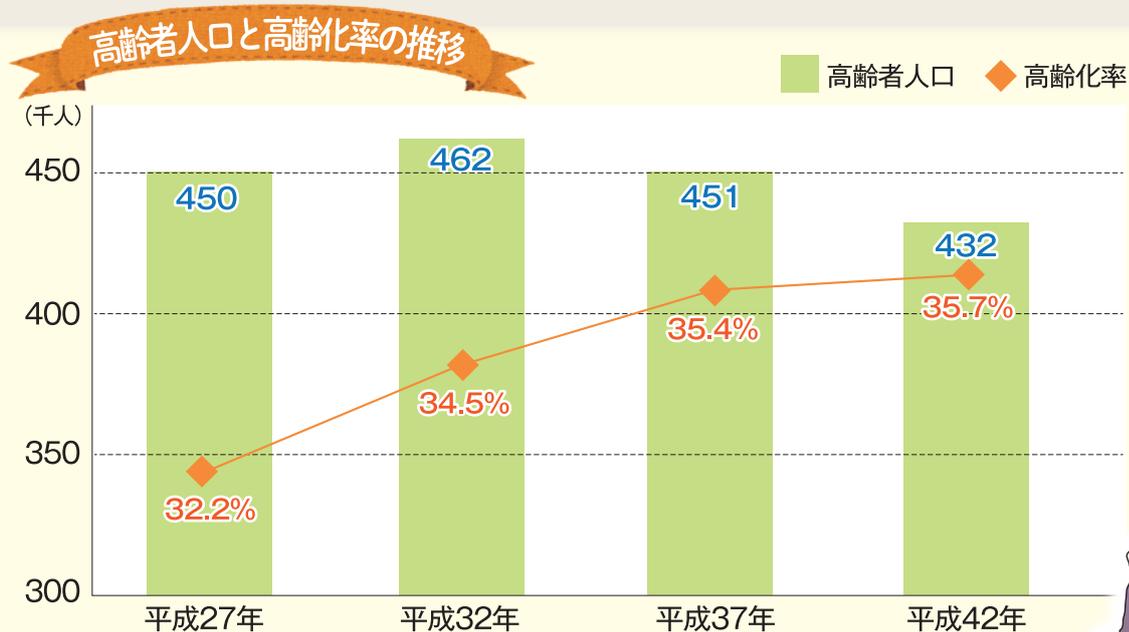
今後の健康長寿社会を支える上で、社会におけるニーズは非常に高く、身体運動・動作の専門家である理学療法士の専門性を生かし、転倒予防教室等の介護予防事業を通じて、地域社会に貢献したいと考えております。



# 山口県の高齢者の姿

山口県の高齢者の人口は44万4千人、高齢化率は31.3%（平成26年時点）と全国平均よりも約5%高い水準となっており、全国に比べて約15年早く高齢化が進んでいます。全国第4位の高齢化率で、団塊の世代が75歳以上になる平成37年には2.8人に1人が高齢者になると予想されています。

高齢者にとって最も困るのは、病気やけが等によって介護が必要になることです。山口県の要支援・要介護認定者数は平成29年度には約9万7千人に増えると言われています。また10年後には高齢者の5人に1人が認知症になるとされています。しかし、高齢者だけの世帯数は増加し続け、その割合は平成37年には32.4%になります。



## 地域包括ケアシステムとは



住み慣れた家庭や地域で、安心して暮らせるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供されるしくみを「地域包括ケアシステム」といいます。

全国でもトップクラスで高齢化が進む山口県においては、要介護状態や一人暮らしの高齢者が増加していくことが見込まれます。本会においても地域包括ケアシステムの構築に向けて、県民の皆様にお役立てできるよう活動を進めてまいりたいと考えています。

# 地域包括ケアシステムにおける介護予防の推進

介護予防とは、「要介護状態等となることの予防」または「要介護状態等の軽減若しくは悪化の防止」を目的として行うものです。介護予防では、高齢者の運動機能や精神機能、栄養状態等の心身機能の維持・改善を図るとともに、日常生活における活動性を高め、家庭や社会への参加を促し、それによって一人ひとりの生きがいや自己実現のための取組を支援して、その人らしくいきいきと生活ができるよう生活の質(QOL)の維持向上を目指すものです。本会においては、各市町や地域で行われる種々の介護予防事業(教室)において、理学療法士の専門的



な視点から、心身機能、活動・参加能力の評価(状態の把握)を行い、適切な介護予防サービスが提供できるように、県民の皆様にお役に立てる人材育成を進めております。今後、県、市町とも連携を図り、介護予防の推進に寄与していきたいと考えております。

## 介護予防教室



医療法人健仁会 紫苑  
リハビリ内科クリニック

認定理学療法士 認定訪問療法士 三戸 洋

私たち理学療法士は、専門職という立場で介護予防についての基礎知識を提供する機会があります。積極的に地域に行くことで、皆様の健康寿命を延伸する一助を担いながら理学療法士を知って頂ける機会とも捉えています。現在の自身の活動として、山口県理学療法士会からの講師派遣での講義や体操に協力させて頂き、当法人としては独自に地域向けのセミナー開催なども実施しております。内容は転倒予防教室や腰痛予防教室、ロコモティブシンドロームについてなどですが、65歳以上の方にとらわれず、法人職員から一般の方まで参加できる内容のものを開催し、地域の皆様方へ少しでも介護予防についての知識や興味を持って頂けるようにこれからも継続して行っていければと考えています。



老化は誰でも起こります。加齢に伴い筋力低下・持久力低下・感覚低下などの身体機能の衰えが起こりやすくなります。これらの状態が進行すると歩く・立つ・座る・起きるなど日常生活に必要な活動能力が低下し、寝たきり等の要介護状態になる恐れがあります。

要介護状態を予防するためには、生活の中で積極的に運動することが効果的とされています。買い物、家での生活、少し時間を割いて運動していきましょう。



# 第28回 全国健康福祉山口大会 ねんリンピックおいでませ！山口2015



平成27年10月17日(土)～20日(火)の4日間にわたり、ねんリンピックおいでませ！山口大会が県内各地で盛大に開催されました。「ねんリンピック」は60歳以上の方を中心として、交流を深める文化とスポーツの祭典であり、例年1万人以上の選手の方が全国から参加されています。本会は山口市でソフトボール、卓球、水泳大会に参加される選手を対象に健康づくり教室を開催しストレッチ・マッサージ等を行い、また、下関市でサッカー、ボウリング、なぎなた、弓道に参加される選手、来場者を対象に体力テストを行い、大変多くの方に利用して頂きました。



かわかみ整形外科・  
小児科クリニック



岸田 大直

以前からスポーツ分野のサポート活動に興味があり、本会が山口きらら博記念公園で行った健康づくり教室のスタッフとして職場の同僚と参加いたしました。1日、約80人の出場選手が健康づくり教室に来られ、その中で8人の選手のマッサージ・ストレッチを担当させていただきました。最初は緊張から落ち着いて行うことができませんでしたが、選手の方に「気持ちよかったよ。今からがんばってきます。」との言葉をいただき、自分自身の緊張もほぐれ、1日楽しくサポートを行う事ができました。



また、活動を通して先輩方から多くのことを学ばせて頂き、知識・技術の向上に繋がりました。この経験を日々の仕事に活かしていければと考えております。今後も選手のため、また自身のスキルアップの為にサポート活動に積極的に参加していきます。

大会ホームページ

一般社団法人 山口県理学療法士会

検索