



北海道理学療法士会

道北支部ニュース

PT douhoku No.93 July 2013

<Index>

- ・ PT 人 ～旭川医科大学病院 小迫先生～
- ・ 道北支部の様々な取り組み～道北支部社会部活動編～
- ・ 道北支部掲示板
- ・ 平成 25 年度第 2 回北海道理学療法士会道北支部役員会議議事録

PT 人 ～PT jin～



旭川医科大学病院

小迫 伸也先生

前回の金子龍英先生からバトンを受けました旭川医科大学病院の小迫伸也です。金子先生とは 10 年ほど前に講習会で出会ったのが最初でした。PT としては先輩ですが、実は同じ年齢なのです。皆さん同い年に見えますか？（笑）今回この記事を引き受けたものの、何を書くか大変困りましたが、自分自身の振り返りも兼ねて、私事ですが今までの歩みを簡単に書いてみたいと思います。

<PT 以前>

故郷である愛媛県松山市から体育教員を目指し関東の大学へ。教育実習は大変充実していたのですが、実習後から教員への興味が薄れてしまい、違う職に就きたいと方向転換してしまいました。その時思い出したのが、高校球児のときに肘を痛めて、一度お世話になったリハビリの仕事でした。体育系の大学だから大丈夫だろうと安易な考えで調べてみると「理学療法士」という全く別の資格が必要な職種と判明。愕然としたのを覚えています。今から 20 年程前のことですから、まだ理学療法士の認知度は低かったのだと思います（自分の知識不足もありましたが・・・）。その後数年の社会人を経験後、諦めきれず結局は PT への道を歩むこととなります。

<PT となってから>

晴れてPT となって最初に就職したのが山下整形外科クリニックでした。学校の先生の勧めもあり決めさせて頂いたのですが、当時はそこに1人もPTが居らず、新人にして開設という大役のおまけ付きでした。必然的に経験する多くのことは大変な面もありましたが、いろいろ勉強させて頂きました。一方で、新人PTが1人ということで、周りからひとり取り残され、同期にも遅れをとっているのではと不安を強く感じていました。そのため寝る時も教科書や文献を常に枕元に置いて、せめてそれらを読むことで遅れをとるまいと奮起していたことを覚えています(大抵は睡眠導入剤的になっていましたが・・・笑)。また、院外の勉強会や講習会などにも積極的に参加していました。

今思うと、講習会などへの参加は勉強のためも勿論ありますが、人との出会い・つながりのための大切な機会でもあったのだと感じています。特に若い先生方は、講習会などが持つこのような側面も意識して、積極的に参加されてみるのも良いのではないのでしょうか。そういった出会い・つながりもあり、旭川医科大学病院にリハビリテーション科が新設されることに伴うリハスタッフの増員で声をかけて頂き、平成23年に現職場に就職となりました。現在当院リハビリテーション部はPT 8名、OT 3名、ST 2名となっています。以前の職場とは当然患者層も大きく違い、あらためて臨床の奥深さを痛感しています。また、院外活動としては高校野球メディカルサポートを中心に、各種スポーツ現場でのサポート活動などもさせて頂いています。そこではPT以外の人達との出会いもあり、ものの見方・考え方にいろいろな刺激を受けることが多いです。今はこれらの経験も参考にしながら毎日の臨床に臨んでいます。

以上、自分の今までの歩みを簡単に書かせて頂きました。今回このような機会を頂き、改めて自分の過去を振り返ると、人との出会い・つながり、そしてまわりの人たちの支えがあって今があるんだと強く感じました。今後はさらに人との出会い(患者さんも含めて)を大切にしながら、自分自身を磨いていきたいと思えます。今後ともよろしくお願い致します。



「みんなで少しでも選手たちの為に！」



「まだ野球ができる喜びと、仲間たちに感謝！」



「ゴルフも人とのつながりがあるもの」

道北支部の様々な活動

～道北支部社会部活動編～



皆さん、理学療法士会道北支部の社会部の活動はどのような活動をされているか御存知ですか？
今は理学療法士会も公益法人になり様々な社会貢献活動を行っています。主に道北支部では社会部
がその役割を担っております。今回は活動内容と参加会員の感想の声を紹介させていただきます。

活動1 ～第1回スポーツカーニバル～

【スポーツ・カーニバルでのサポート活動報告】

とくひろ整形外科クリニック 荻原 祐樹

旭川では毎年6月第3日曜日は市民体育の日となっていて市民の皆さんにスポーツを楽しんでもらい、家族や地域で元気で健康的な生活づくりを応援する日とされています。

6月16日に旭川市総合体育館・花咲スポーツ公園にてスポーツ・カーニバルが開催されました。昨年のノルディックウォーキングでもサポートスタッフとして参加させていただきましたが、昨年とは違いノルディックウォーキング以外にも出店やちびっこキッズバイク大会、ランニング初心者講習会などがあり、体育館でもラージボールや太極拳など初めて体験できるようなスポーツが用意されており、性別や年齢を問わず色々な方が楽しめる工夫がされていると感じました。

前回のノルディックウォーキングは3km・6.5km・10kmと距離も設定されていましたが、今回は距離の設定がなく、参加者の体力に合わせていることもあり競技性よりも楽しむことが重視されているように感じました。ノルディックウォーキングの講習会の様子を見学しましたが、「前回理学療法サポートを受けたよ」とおっしゃっていただける参加者の方もいて少しずつではありますが、サポート活動が認識されていると実感しました。それと同時によりよいサポート活動を目指す必要があると思いました。

サポート活動は総合体育館内の一室を借りて行い、参加した競技や痛み・疲労部位などをアンケート用紙に記入した後、ストレッチや動作指導などを行いました。他の病院の先生方の評価や治療を見学することはなかなかないので経験の浅い自分にとってとても貴重な経験となりました。もっと評価の知識や技術を向上させる必要があると感じました。今回は転倒などによる外傷や熱中症の参加者もなく、スムーズにサポート活動を終えることができたと思います。またサポート活動での経験を臨床の場で生かしていきたいと思います。

参加していただいた先生方、ご協力いただいた各病院・各施設の先生方、どうもありがとうございました。



～ スポーツカーニバル ～

旭川市では昭和 55 年から、6 月の第 3 日曜日と 2 月の第 3 日曜日を「市民体育の日」として制定しています。目的は市民の健康増進とスポーツに親しむ機会の拡充を図ることであり、毎年様々な事業を行っています。そのような取り組みを背景に 2013 年 6 月 16 日(日)、参加者 296 人の「第 1 回スポーツカーニバル」が開催され、参加者は子どもから高齢者まで幅広く、老若男女誰もが楽しめるスポーツイベントとなっております。過去 2 年はノルディック・ウォーキングのつどいが行われていましたが、より多くの市民に参加してもらえるようにと今年の 5 月中旬に内容が急遽変更になりました。そのような状況の中、主催者から「参加者の健康増進を図るため、北海道理学療法士会道北支部の皆さんにも協力してほしい」と話しを受け、今回は理学療法士 8 名体制でのサポート活動を実施しました。

活動 2 ～健康まつり～

【健康まつりを終えて】

旭川赤十字病院 市川 絵梨

6 月 8 日に旭川大雪アリーナで健康まつりが開催されました。「理学療法士啓発活動」の一環として毎年開催されている行事に今回初めて参加させていただきました。今年も昨年から引き続き「肩こり」と「腰痛」をメインテーマとし、マットや椅子を利用して肩こり、腰痛体操等の指導を行いました。開始早々より、用意していたマットや椅子は悩みを抱えている皆様でいっぱいとなり、終了時間ぎりぎりまで対応させていただきました。腰痛では、高齢の方からの相談や悩みが多く聞かれましたが、肩こりでは高齢者はもちろん子持ちの母親の方や比較的若い方など幅広い年齢層の方が悩みを抱えている様子でした。悩みの内容としては、痛みの軽減の方法、どのようなことをすれば改善されるのかわからないという意見が多く、健康体操等の指導後は「簡単にできて楽になった」、「今後も続けてみたいと思う」と多くの方に満足していただきました。

近年の高齢化社会にともない、高齢者が介護の必要な状態にならないように健康の維持を積極的に働きかけ、“病気になるにくい心身を作る”ということが重要になってくると思います。そのような中で健康を維持する予防という観点で障害のない健康な人と積極的に関わることができたとても良い機会でした。

また、今回ブースに足を運んでいただいた市民の皆様の理学療法士の認知度が高く、うれしく感じた反面、仕事内容や役割まで周知している方が少ない印象を受けました。今後も市民の皆様との交流の機会を増やし、さらなる理学療法士の認知度を高めていければと感じました。



【理学療法週間事業に参加して】

道北勤医協 一条通病院

中木 唯

今回、7月7日にアッシュアトリウムにて開催された理学療法週間に参加してきました。事前会議では、当日の準備事項や流れの確認を行い、道北支部会員計11名で当日を迎えました。

内容としては、「腰痛体操」や「膝の健康維持運動」、「肩こり体操」について説明・紹介されたポスターコーナーの設置や、体操資料の配布、実際に体験してもらう体験コーナーを設け実施しました。啓発活動として、理学療法について説明しながら、実際に体験してもらうことで理学療法の一面や、自宅でする運動に興味を持っていただくことを意識しながら対応しました。当日は、気温が高いことや献血車がきていたということもあり、例年よりも立ち寄りの方が少ない状況でした。しかし、呼びかけをすることで徐々にポスター観覧や資料を受け取っていく方、体験される方が増えていき多くの方が集まりました。体験された方からの「良かったわ。ありがとう」といった言葉を聞き嬉しく感じました。院内とは違う環境で、市民の方に運動指導を行うことは緊張しましたが、多くの方と触れ合い、大変貴重な経験ができました。また、短時間の関わりの中でコミュニケーションを図ること、どのような運動指導が必要な方なのか考えることなど、今回の活動を通して経験することができました。この経験を活かし今後患者様と関わっていきたいと感じました。

至らない点を優しく指導して下さったスタッフの皆様、ありがとうございました。



～道北支部揭示版～

～理学療法士会会員証について～



まだまだ不携帯の会員様がいらっしゃいます！！

協会主催の研修会等には必ずご持参下さい！！
忘れた場合には受付事務手数料（200円）が徴収されてしまいます。

平成 25 年度第 2 回 北海道理学療法士会道北支部役員会議

開催日付：平成 25 年 7 月 1 日(月)

場所：旭川市市民活動交流センターCoCoDe

出席者(10名)

木村・前田・石川・佐伯・糸田・千葉・齋藤・酒井・宇佐美・佐藤

議題：支部長報告

内容：(1)支部長活動報告

(2)支部長活動予定

(3)第 18 回理事会参加報告

結果：承認

議題：事務部報告

内容：H25 年度道北支部会員動向調査について

結果：承認

議題：学術教育部報告

内容：6月に講習会・症例検討会を開催。

結果：承認

議題：社会部報告

内容：(1)社会部事業報告

①理学療法啓蒙活動

②推薦事業（高校野球サポート）

③7月事業予定

結果：承認

議題：職能部報告

内容：(1)職能局・支部職能部長会議報告

(2)支部職能研修会案

結果：承認

議題：会計部報告

内容：支部会計報告

結果：承認

議題：地区幹事報告

内容：H25年度4～6月までの各地区進捗状況

結果：承認

議題：次回役員会開催日程について

内容：H25年9月2日旭川市市民活動交流センターCoCoDeにて開催予定

結果：承認

広報より

7月21日に参議院選挙が行われ、比例代表区で出馬された日本理学療法士会所属の山口かずゆき先生が見事当選を果たしました。政界にリハ職がいるのといないのとではリハビリ職への影響が大きく左右されると言われています。医療や介護、保健の制度も今後はめまぐるしく変化していく事でしょう。今後の山口先生の政界での活躍を期待しましょう！！



(写真：山口かずゆき決起大会)

問い合わせ：老人保健施設さくら館 酒井 安弘
Mail:day-sakura@keiyukai-group.com