



No.184

2025.3.20

# 高知県理学療法士協会ニュース

発行：公益社団法人 高知県理学療法士協会

## contents

- |                    |   |                     |   |
|--------------------|---|---------------------|---|
| ❖ フォトコンテスト作品・目次    | ❶ | ❖ 企業への腰痛・転倒予防事業について | ❷ |
| ❖ 巻頭言：大畑会長         | ❷ | ❖ 健康安全運転講座          | ❸ |
| ❖ 会員リレー紹介          | ❸ | ❖ 知読万恵              | ❹ |
| ❖ 所属紹介「リゾートヒルやわらぎ」 | ❹ | ❖ 会員Baby「赤ちゃんこんにちは」 | ❺ |
| ❖ 高知県理学療法士連盟便り     | ❻ | ❖ 組織変更のお知らせ         | ❻ |
| ❖ 対面での新年会再開!/理事会報告 | ❼ | ❖ キラリ!ピックアップ会員      | ❻ |
| ❖ 教えて!生涯学習制度       | ❽ | ❖ 賛助会員・編集後記         | ❻ |

# 巻頭言

## 理学療法士のSDGs ?



高知県理学療法士協会 会長 大畑 剛

SDGsとは「持続可能な開発目標」とされています。本来の用語の活用とは異なる点をご留意いただき、理学療法士の持続可能な開発目標について考えてみたいと思います。

そもそも理学療法士は数ある職業の中の一つです。職業とは「生計を維持するために日常的に従事する仕事」とされます。

昨年末に日本理学療法士協会より、令和6年度の報酬改定を受けて実施した「リハビリテーション専門職の処遇改善に関する実態調査」の結果が報告されました。それによるとリハビリテーション専門職の現金給与総額の引き上げは、医療施設では約3割、介護・福祉施設では約4割で行われていない現状が明らかとなりました。またベースアップの実施率は顕著に低く、とくに介護施設や障害福祉施設において、より実施率の低さが示されました。さらに施設の規模や開設主体等による処遇改善の対応に係る格差が認められているとのこと。我々がこの先安心して仕事を継続するために絶対に必要な経済的安定は、現状憂慮すべき状態にあると言えます。ここからの脱却を図るためには何が必要なのでしょうか。

協会員の皆様ができることとしては、しっかりとした理学療法士としての地力を付けることです。その1つとして新生涯学習制度に則った前期・後期研修、登録理学療法士、認定・専門理学療法士の取得と継続が求められると思います。高知市内の医療機関では認定・専門理学療法士に対して資格手当で処遇するケースも出てきています。理学療法士としてしっかりと評価される存在になることをぜひ目指していただきたいと考えます。質の高い理学療法士が増えることにより、臨床現場はもちろん医療・介護業界の中において我々のプレゼンスを高めることにつながるものと思います。その結果、理学療法士に憧れる若者が増えることも期待されます。

また社会制度の中で我々の地位を上げるためには、政治的課題から目をそらすことはできず、今年1月の小川かつみ氏の参議院議員繰り上げ当選は、大変大きな追い風となります。現在小川かつみ議員・田中まさし議員の2名の組織内議員以外にも、参議院議員1名、衆議院議員1名、合わせて4名の理学療法士国会議員が活躍しています。また地方に目を転じて、大阪府大東市市長である逢坂伸子氏も長年理学療法士として地域医療に貢献され、その実績を元に首長として活躍をされています。今後も日本理学療法士連盟



小川かつみ公式HPより

と協力しながら、多くの問題に関心を寄せ種々の課題に取り組んでいかなければなりません。このような活動の積み重ねが、将来すべての理学療法士が報われる方向に導いてくれるはずです。その上で最初に実を得るのは、しっかりと自己研鑽した高知県理学療法士協会・日本理学療法士協会会員みなさんであると信じています。

理学療法士の地位向上に向けSDGs?を推し進めていきましょう。

## 会員リレー紹介

### 愛宕病院 小林 夏渚華

皆さんこんにちは。今回、北島病院の秋田恭也さんよりバトンを受け取りました、小林夏渚華です。私は、秋田さんと同じく高知リハビリテーション専門職大学を一期生として卒業し、現在は医療法人新松田会愛宕病院に勤務しています。入職して2年が経とうとしていますが日々新しい発見があり、毎日理学療法士として業務に勤しんでいます。愛宕病院では日々の業務の他に学会活動に積極的に参加できるように、様々な取り組みがされています。私も高知県理学療法学会や認知神経リハビリテーション学会学術集会でも発表させていただきました。そこで得た知識や他の病院の方々との交流は専門性を高める上で大いに役立ちました。当院では学会支援グループという取り組みがあり、先輩方の手厚いサポートのおかげで日々の業務と学会活動を両立することができています。今後も、臨床の場で得た経験と、学会の場で得た知識を患者さんに還元できるように努力していきたいと思っています。

最近始めた趣味の一つに編み物があります。友



人から勧められて始めたのですが、徐々に作れるものが増えていくのが楽しくて空いた時間があれば編み物をしています。最近では友人の子供にクリスマスプレゼントで、写真にある帽子をプレゼントしました。友人も喜んでくれてとてもうれしかったです。

簡単ではありますが、自己紹介とさせていただきます。

次は愛宕病院分院の前田慎太郎さんにバトンを繋ぎたいと思います。よろしくお願いします。

### リハビリテーション病院 すこやかな杜 住本 佳奈

こんにちは。職場でいつもお世話になっている先輩の谷岡早紀さんよりバトンを受け取りました住本佳奈です。

養成校卒業後、リハビリテーション病院すこやかな杜に入職し4年目になりました。回復期病棟で2年間勤め、その後生活期部門である訪問リハビリテーションへ異動となりました。入職前より祖父が訪問リハビリテーションを利用していたことが現職を目指すきっかけにもなっており、興味のある部署でした。経験が浅く、異動時は不安な気持ちが多くなりましたが、先輩方のご指導ご鞭撻のおかげで日々邁進しながら楽しく働くことができています。介護度によって利用できるサービスに上限がありますが、その他に参加できる社会資源はないかなどを探す事で有益な情報を提供できればと考えています。「限られた人生を地域でより安心安全に楽しく生活が送れる」そんな一助になれるよう今後も関わりを持ちたいです。

プライベートでは、ドライブで自然を見に行くことや甥っ子と出掛けることが好きです。休日はドライブがてら遠出をし、その場所にある特産物を食べ



たり景色を見たりすることが趣味になっています。

以上、簡単ではありますが 自己紹介とさせていただきます。

次は部署が同じで異動後よりお世話になっている市川和史さんにバトンを繋ぎます。よろしくお願いします。

所	属
紹	介

医療法人おくら会  
介護老人保健施設リゾートヒルやわらぎ  
橋本 玉姫



介護老人保健施設リゾートヒルやわらぎは医療法人おくら会芸西病院併設の施設で、今年開設27周年を迎えました。法人としてはグループホームげいせい、訪問看護げいせい、居宅介護支援事業所みずきがあります。所在地の芸西村は高知県東部に位置しており、南は雄大な太平洋に面し北を山々に囲まれ、年間を通して温暖な気候に恵まれた場所です。そのためビニールハウスによる施設園芸が盛んで、ナスやピーマン、花など豊富な特産物を持つ高知県内屈指の園芸農村です。施設は丘の上にあり、窓から見える景色は絶景で、高知のハワイを自称しています。



当施設は入所・ショートステイ（定員計70名）、通所リハビリテーション（定員40名）を行っており、入所・ショートステイでは認知症専門棟を有しています。現在のリハビリテーションスタッフは理学療法士3名・作業療法士3名、言語聴覚士1名とクラーク1名に加え各フロアへ週に1回程度ずつ芸西病院から音楽療法士が来てくれています。

当施設の運営理念、基本姿勢は「その人らしさを尊重し 人と人とのつながりを大切に 明日につなげるケアをめざす」「ご利用者一人一人の笑顔を引き出す」「ご家族と協働によるケアを積極的に取り組む」です。コロナ禍で施設全体での行事が行えない時期がありましたが、現在は夏祭りや敬老会、運動会、クリスマス会など年間を通して様々な行事や、クラブ活動を行っています。各行事は、直接利用者に関わる看介護やリハビリ職、栄養士や歯科衛生士の他、事務のスタッフも一丸となり企画から設営まで行います。またクラブ活動も多種ありますが、中でも利用者の釣りクラブは当施設の特徴的なクラブ活動かと思えます。主に通所・入所の男性利用者数名と、看介護職、リハビリ職、ソーシャルワーカーや、施設長、時には医師も同行して車へ乗り、車椅子で港へ釣りに出掛けます。若い時には釣りが好きだった利用者さんに大変好評で、釣れても釣れなくてもとても良い笑顔が見られます。



介護老人保健施設は在宅復帰率やベッド回転率などの要件から、「超強化型」「在宅強化型」「加算型」「基本型」「その他」の5つの施設区分があります。当施設は超強化型の施設となっており、入所者の在宅復帰を他職種連携し支援しています。実際にご自宅へ訪問し、自宅へ帰った際に課題となる事、環境の調整、サービス導入の可能性などを検討して繰り返しカンファレンスを行い、入所者の在宅復帰をチーム一丸となり目指しています。また、介護教室などさまざまな地域貢献活動も行っており、リハビリ職として地域の介護予防事業にも参加もしています。現在は年に数回の事業への参加ではありますが、以前参加して頂いた地域の高齢者に今年また元気な姿で再会できる事も多く、楽しい事業の一つです。

通所リハビリテーションでは在宅生活が継続できるよう、施設内だけでなく他サービス機関と連携して総合的に支援し、家族等の介護負担の軽減に努めます。ご自宅の環境が変わった時、ご本人の状態が変わった時、サービス担当者会の時などご自宅へ伺う機会が多く、ご家族やケアマネジャーとの連携がとても大切となります。

また施設として在宅生活継続の支援や在宅復帰、認知症ケアに取り組む一方、看取りも行っています。事前に利用者やご家族の意思を確認し、より密に連携を取りながらカンファレンスを繰り返し、他職種でその人らしい最期を迎えられるよう援助していきます。利用者のケアはもちろんご家族の気持ちも揺れ動くため、ご家族のケアも大切にしています。

その他利用者の安全・介護職員の腰痛対策を含む、互いの負担軽減のためにリフトや移乗補助の福祉用具等の介護機器等導入してノーリフトケアを実践しており、介護職・看護職・リハビリ職を中心に法人内外の研修に参加したり、カンファレンスなどで、利用者にあった福祉用具の検討を適宜行ったりしています。またインカムを導入したことで、スタッフ間で声をかけあいやすくなったり、記録用のソフトや眠りスキャン等のICTの導入したりと、職場環境も刻々と変化していっています。



最後に少し話がそれますが、私は近年、春野総合運動公園で行われるHi-Six42.195kmリレーマラソンに職場仲間と参加しています。私を含め普段運動不足なスタッフも多いですが、2ヶ月くらい前から各々、時には仲間たちと練習をして本番に臨みます。先月行われた大会では初めてスタッフの子供たちも一緒に参加しました。時間内のゴールはかないませんでしたが、励ましあい完走することが出来ました。例年このリレーマラソンをきっかけに、健康のためにも来年のためにも運動を継続しようと思うのですが継続できておらず、今年こそはと思う今日この頃です。業務内だけにとどまらず、和気あいあい他職種で連携できる楽しい催しです。

日々の業務についても運営理念、基本姿勢を意識し、その人らしさを尊重し、人と人とのつながりを大切に、明日につなげるケアをめざして精進していきたいです。



# 高知県理学療法士連盟だより



高知県理学療法士連盟 会長 東 大和生

前回の高知県理学療法士連盟だよりで国の防災基本計画にJRATが明記されたことを皆さんに紹介しました。田中まさし参議院議員の活動成果として、他には第14次労働災害防止計画や、こども家庭庁の産前・産後サポート事業ガイドライン等に「理学療法士」が明記されることなどがあります。令和6年診療報酬改定で「ベースアップ評価料」が新設されましたが、我々の賃上げにむけて風穴を開けてくれたのも田中まさし参議院議員です。今後理学療法士が活躍するすべての領域で賃上げを実現するためには、やはり我々の組織代表である田中まさし参議院議員を応援することが重要であると考えます。

理学療法士養成校の指定規則や臨床実習指導者制度も我々の処遇改善・賃上げも全て政治です。もっと身近なところではガソリン価格（本執筆時点では高知県が一番高い）、子供の教育、親の介護も全て政治です。もっと政治を身近に感じて、政治に興味を持ち、我々の組織代表を一緒に応援しましょう。

一方小川かつみ氏が1月に参議院議員に繰り上げ当選し、政権与党である自民党には現在2名の理学療法士が存在します。党内で186名（2025年2月15日現在）の国会議員が所属する「リハビリテーションを考える議員連盟」はさらに活気づくことが期待されます。我が高知県からは梶原大介参議院議員が本議員連盟に賛同し所属していただいておりますが、所属議員を増やすためには高知県理学療法士連盟の組織力強化が必須です。

田中まさし参議院議員と小川かつみ参議院議員の応援、そして高知県理学療法士連盟へのご協力ご支援をよろしくお願い申し上げます。

写真は2月14日に東京で開催された「理学療法の未来を語る会」の様子です。日本理学療法士連盟の傘下に「唯一」入っていなかった高知県理学療法士連盟が加入したことで、47都道府県理学療法士連盟の足並みが揃いました。国政に組織代表を2名送り出した理学療法士の団体に今多くの国会議員が注目しています。



「理学療法士の未来を語る会」にて

## 対面での新年会再開！



高知県理学療法士協会厚生部 部長 江口 智博

2025年2月1日、コロナ禍以降初となる「対面での」高知県理学療法士協会新年会を開催しました。これまでオンラインでの開催が続いていたためどの程度の方が参加してくださるか不安もありましたが、30名以上の申し込みがありました。体調不良によりキャンセルされた方もいらっしゃいましたが、現在の社会では無理をせずキャンセルすることが当たり前になりつつあり、その意識の広がりを感じするとともに、安心して運営、参加することができました。

これまではホテルの宴会場など大規模な会場で開催してきましたが、近年の物価高騰の影響により参加費も上昇傾向にあります。そこで今年度は、より多くの方が参加しやすいよう高知市の居酒屋「東風」にて、比較的リーズナブルな価格設定で開催しました。

まず大畑会長や八坂副会長より協会の展望や活動方針についてのお話がありました。その後は参加者同士で意見交換をしたり、他愛のない会話を楽しんだり、終始賑やかな雰囲気となりました。そして新年会恒例の「大抽選会」も開催しました。今年の日玉商品として「パナソニック床拭きロボット掃除機 Rollan」

や「土佐和牛 1万円分」などを用意し、参加者の皆様と一喜一憂しながら大いに盛り上がりました。

近年は職場内でも飲み会が減少し、交流の機会が少なくなっていると感じます。私自身仕事を始めたばかりの頃は、知った人が少ない飲み会にあまり積極的ではありませんでした。しかし、実際に参加を重ねるうちに、自分を知ってもらい新たな繋がりが生まれる貴重な機会だと感じるようになりました。高知県で働く理学療法士が繋がりを作り、情報交換や協会の活動をより知ってもらう場として、今後もこのような企画を続けていきたいと思っております。

次回も多くの皆様のご参加をお待ちしております！



高知県理学療法士協会 理事会報告はこちら！



みんなが暮らしやすい住環境提案  
リフォーム&福祉用具



🌐 <https://aico.tosagas.co.jp/>



**aico**  
[あいこ]

★ 土佐ガス株式会社

● 朝倉  
☎ 088-828-8580

● しまんと  
☎ 0880-35-4372

📍 高知市朝倉西町1丁目10-16

🕒 月曜～金曜 9:00～17:30 (祝日・年末年始を除く)

📍 四万十市古津賀1丁目139

🕒 月曜～金曜 9:00～17:30 (祝日・年末年始を除く)

# 教えて！生涯学習制度

## ～登録理学療法士更新編～



高知県理学療法士協会教育部 部長 奥田 教宏



これまでのシリーズでは、生涯学習制度の前期研修と後期研修（登録理学療法士）の取得方法についてお知らせしてきました。今回は、登録理学療法士の更新についてお知らせしたいと思います。これまでと同様に、まずご自身がどのような状況か以下の手順に沿ってご確認ください。

自身の状況を確認するにあたって、日本理学療法士協会のアプリが必要です。インストールがまだの方は、以下のサイトよりインストールをしてください。

日本理学療法士協会アプリ



[https://www.japanpt.or.jp/info/20230330\\_101.html](https://www.japanpt.or.jp/info/20230330_101.html)

今回は、赤枠の登録理学療法士更新の手順を説明します（図1）。



図1 登録理学療法士取得までの流れ(日本理学療法士協会HPより引用)



## 登録理学療法士更新の概要

- ・登録理学療法士の有効期間：取得年度を含む5年間
- ・登録理学療法士更新のための活動対象期間（登録理学療法士取得日～最終年度の12月末日）内に更新要件をすべて（要件1・2）を満たすと、自動的に更新完了となります。

## 更新要件

	更新：1～5回目	更新：6回目以降
要件1：ポイントの取得	50ポイント	10ポイント
要件2：更新時研修の受講	必須受講	任意受講

要件1のポイント取得方法には、JPTA NEWSの問題解答や日本理学療法士協会のeラーニング受講などがありますが、多くの方はカリキュラムコードに応じた研修会や学会参加によるポイント取得していると思います。カリキュラムコードによるポイント取得の注意点として、現時点では最初に取得したカリキュラムコードのポイント（ポイント取得日の早いポイント）のみの登録となり、後日同一カリキュラムコードでポイントを取得しても、ポイントの加算や上書きはできません。ただし更新のポイント数には関係なく、研修会の参加は可能です。またカリキュラムコードには14の区分、170のコードがありますが、すべての区分やコードを取得しなくても構いません。カリキュラムコード一覧のURLはこちら (<https://x.gd/PJfQw>)

現在生涯学習制度の見直しがなされており、**2025年9月1日以降に開催されるセミナーは、同一カリキュラムコードにおいて、高いポイント数への上書きが可能となる予定です。**

取得ポイントは5年間で50ポイントですが、学会に参加すると比較的容易に取得できます。一例ですが、今年度開催された第52回四国理学療法士学会に参加すると14ポイント、2025年3月2日に開催される第38回高知県理学療法学会では7ポイントの取得が可能です。

要件2の更新時研修の受講内容は、日本理学療法士協会の重点課題に基づいた内容とされており、最新の知見や動向等に関する研修の予定とされています。受講は取得期間の最終年度（登録理学療法士取得5年目）のみに受講可能です。2022年の新生涯学習制度開始後の本研修の初回開催は2026年となっていますので、ご注意ください。

登録理学療法士更新についての詳細URL (<https://shorturl.asia/DcKyk>)。

以下にアプリの操作を紹介しますので、ご自分の状況を確認してください。

**1** アプリを開き⇒  
①各メニュー⇒  
②履修状況確認  
を押す。



**2** 登録理学療法士  
(更新)を押す。



**3** 現在の獲得ポイント数  
などが確認できます。



## 『職場の腰痛・転倒予防支援専門職派遣事業』 の活動報告



高知県理学療法士協会職能部 宮崎 貴仁

令和5年度に高知産業保健総合支援センター（以下、産保センター）より『職場の腰痛・転倒予防支援専門職派遣事業』への取り組みが開始されました。本事業は、職員の健康の確保・増進に取り組む企業に対し、保健師・理学療法士等の専門家を派遣して指導や助言を行い、その企業の職員の特性に応じた自主継続可能な運動をサポートするものです。産保センターから高知県理学療法協会に本事業への委嘱依頼があり、昨年より私が関わらせていただくこととなりました。

企業派遣を実施する前段階として、令和5年度は複数企業の衛生管理担当者を対象に、『腰痛・転倒予防セミナー』を開催しました。その中で厚生労働省が公表している「エイジフレンドリーガイドライン」の転倒等リスク評価セルフチェックリスト票に則った歩行・筋力・敏捷性・バランスの指標となる体力測定を実施しました。またそれらの身体特性を把握する質問票に回答して頂き、体力値と自覚度を各々5段階基準表と照合して段階分けをしました。最後にそれらを比較して自覚と実際の体力にどれだけ差異があるかを参加者に認識してもらいました。私は6つの体力測定（2ステップテスト、ファンクショナルリーチテスト、座位ステップテスト、閉眼・開眼片脚立位、40cm座高椅子からの片脚立ち上がり）の説明と測定を担当しました。日頃行っているマンツーマンでの測定とは違い、15人近くの参加者に要領良く測定していく難しさを学びました。

令和6年度には「職場の転倒・腰痛予防！出張サービス」をキャッチフレーズに、企業への派遣サービスが始まりました。実施主体は支援を申し込みされた事業者で、事業者が行う健康の保持増進に係る公的な事業外資源として、これらの活動をサポートします。そ

の一つが理学療法士による腰痛・転倒予防の職場体操の指導です。サービス内容は中高年齢労働者が在籍する高知県内企業で、保健師1名、理学療法士1名の専門職が訪問し、労働者への体調チェックと前述の体力測定6項目を実施します。その結果から労働者の腰痛・転倒リスクを評価し、後日自覚と実際の体力値の差異が見える化されたレーダーチャートの載った評価表やレーダーチャートの見方やお勧めする体操のコメントを参加者に渡します。2回目の訪問では職場や参加者の課題を伝達し、職場でできる体操を指導します。指導にあたっては日本理学療法士協会が紹介している【高年齢労働者の就労支援のモデル事業】として、他県理学療法士会が考案した体操を参考にしています。また参加者の多くはバランス低下の傾向があるため、バランスの体操指導も実施しています。指導後は企業が主体となり体操を実施してもらい、1～2ヶ月後に3回目の訪問をし、同様の体力測定を実施した上で、参加者の体力変化や運動習慣定着度を評価します。

本事業を通して理学療法士の産業保健分野への参画は、これまで患者や利用者の心身機能の改善に貢献してきたスキルをさらに中高年齢労働者の健康増進にも還元できるものではないかと考えます。本事業に参画する機会を得た事で、労働衛生対策に目を向け、取り組むことができました。今後もより尽力していきたいと思えます。



## 高齢者の安全運転寿命延伸に向けた 産官学民連携による革新的な取り組み 健康安全運転講座



愛宕病院 沖田 学

高齢化社会が進む現代において、自動車は単なる移動手段を超え、人々の生活の質を大きく左右する要素となっています。しかしながら、高齢ドライバーによる交通事故は深刻な社会問題として浮上しており、安全運転支援の必要性はますます高まっています。

高知市においても、高齢化率は全国平均を上回り、高齢ドライバーによる交通事故の増加が懸念されています。高知県の交通事故の発生状況を見ると、全事故数は減少傾向にありますが、高齢者事故の構成率は2019年の43.5%から2024年には49.6%と増加しており、高齢者が関わる交通事故の割合は増加傾向にあります(高知県警察本部HP,2025.1.20.更新)。この背景には高齢者の運転能力の低下や交通環境の変化などが考えられます。

このような状況を踏まえ、日本理学療法士協会、ダイハツ工業株式会社、日本自動車連盟(JAF)、高知市基幹型地域包括支援センターや土佐市長寿政策課、そして地域社会が一体となり、地域住民のシニアドライバーの安全運転を支援する画期的な取り組みとして「健康安全運転講座」が開催されました。本講座は、単なる運転技術の習得にとどまらず「いつまでも自分らしく、自由に移動できる」という生活の質の向上を目的とし、高齢者の健康維持と安全運転の両立を目指しています。

高知市基幹型地域包括支援センターや土佐市長寿政策課との連携により、地域住民の健康維持にも力を入れている本講座では、理学療法士が重要な役割を担います。近年、脳科学の進展により、認知機能と運転能力の密接な関連性が明らかとなり、理学療法士による認知機能維持のための運動指導は、高齢者の安全運転に有効であることが示唆されています。高知市発祥の百歳体操を取り入れるなど、健康な身体づくりにも力

を入れる本講座では、健康な身体と脳こそが安全運転の基礎であるという観点から、理学療法士が運転に関連した集学的な知見に基づいた専門的な指導を行っています。

ダイハツが提供する衝突回避支援システムの試乗会は、参加者に最新の安全技術を体験する機会を提供します。このシステムは、人間の反応速度の限界を補い、未然に事故を回避する高いポテンシャルを秘めています。加えて、日本自動車連盟(JAF)による運転姿勢や死角に関する講義は、安全運転の基礎を再確認し、リスクに対する意識を向上させます。本講座は理学療法と工学、そして交通安全学の知見が融合した、画期的な取り組みと言えるでしょう。参加者はこれらの複合的な要素を体験することで、安全運転に対する理解を深め、自信を持ってハンドルを握ることができるようになるはずです。

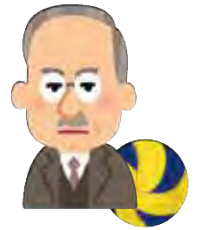
本講座は多様な専門家による連携を通じて、安全運転意識の向上と安全運転寿命の延伸に貢献します。これにより、我々は高齢者のWell-beingの維持や向上を期待しています。





## 生き方がラクになる「ハイキュー!!」の言葉

〈大修館書店 内田若希・河津慶太 著 2024〉



バレーボールは「排球」と書きます。なぜ「排」なのかというと 1.手で押して開く 2.列に並べる 3.退けるという漢字の意味から、ボールを打つ時の腕の動作、コート内に選手を配置する、飛来したボールを自コートから相手コートに打ち返すなどを連想し「排球」になったそうです。なるほど、そういうことだったのか、と納得したところで…皆さん「ハイキュー!!」をご存じでしょうか？ 高校バレーボールを題材にした累計7000万部突破の人気漫画、目にしたことのある方も多いのではないのでしょうか。私も子供のころ少しだけ経験したことがあり、娘がバレー部だったり母、妹がママさんバレーのチームに所属していたりと、比較的バレーボールを身近に感じるが多かったこともあり、なんとなくアニメを観ていました。そして見事にハマりました。主人公だけでなくチームメイトや他校の選手がバレーボールを始めた背景や思い、高校卒業後選手たちがどんな道を歩んだかまで描かれており、思わず感情移入してしまう部員が一人はみつかります。プロバレーボールになる人、それを取材する人、主人公のチームメイトにはPTになった人もいます。そして青春スポーツ漫画らしく、いわゆる「名言」がたくさん出てきます。ちなみに私のお気に入りの名言も本書に出てきましたので、後で紹介させていただきます。

話はガラリと変わって「アドラー心理学」です。心理学とは人間の心の動きを科学的に研究する学問、心と体、人間と環境の関係を考察し、その結果現れる人間の行動や意識を研究する学問です。実験心理学（催眠や電気治療）から始まり、現在の主流である認知心理学へと様々に枝分かれをしながら発展してきました。アドラーは初期の臨床心理学の礎を築いた人物で、その後多くの心理学者に影響を与えてきたことからユング、フロイトと並び「心理学の三大巨匠」と呼ばれています。アドラーの基本的な考え方、理論は全

体的にとっても前向きで、息子曰く「本当にへこんでいる時には全く刺さらない、ますます落ち込む」そうです（笑）。著書もたくさん出版されていますので気になる方は「アドラー心理学」、読んでみてください。

さて今回紹介する本著では、「ハイキュー!!」の登場人物の言葉を手がかりにアドラー心理学とはどんなものかがわかりやすく紹介されています。登場人物たちの言葉をアドラー心理学で読み解いてみると、ああ、こういう考え方もあるんだと、生き方とまではいなくても心が少し楽になるヒントはあるように感じました。例えば私が大好きな田中選手の言葉、「限りなくメンタルがマイナス寄りになった時に思う 自分は平凡なんだと ところで平凡な俺よ 下を向いている暇はあるのか」。アドラーは、下を向く自分と上を向こうとする自分の間には矛盾があるように感じるが、そうではないことを4つ目の理論、全体論（人の心の中に矛盾は存在しない）で説明するよ、と言います。下を向くことで課題から目をそらし、失敗を避けプライドが傷つかないようにすることもできる。だが上を向こうとする自分の方が断然かっこいいじゃないか、かっこいい自分でいたいという理想に向かって自分を鼓舞し、顔を上げようとする心の中に矛盾は存在しない!!というわけです。分かったような、分からないような…（笑）。ぜひ本著で深掘りしていただくことをお勧めします。

最後に本著にも出てくる、私の心に刺さった言葉を一つ。「下を向くんじゃねえええええ!!!! バレーは!!!常に上を向くスポーツだ」。試合中チームの空気が重くなった時の鶴飼コーチの言葉です。この言葉で選手たちは顔を上げ、なんなら相手を威嚇するように笑みまで浮かべ前を向くのです。そうバレーボールは唯一、ボールを落としてはいけないスポーツ、下は向かないのです。さあ、上を向いていきましょう! …などと、ちょっと熱くなってみたくなる本著です。

(池上 美保代)





## 会員Baby「赤ちゃんこんにちは」



あったかケアみずき 森沢 優哉

はじめまして、僕は永絃（えいと）です！

皆さんこんにちは。あったかケアみずきに勤務している森沢優哉と申します。今回は我が家の長男を紹介させていただきます。

令和6年11月24日に森沢家の第一子として産声を上げました。生まれた時の身長は51cm、体重は2804gで予定日より5日ほど早く生まれてきました。永絃という名前の由来は「末永く人との縁を紡いでいける人になって欲しい」という願いを込めて名付けました。

妊娠期間中の妻はつわりや腰痛で動けない日もありましたが徐々にお腹も大きくなり妻のお腹で胎動を感じた時はとても嬉しく、早く会いたい気持ち膨らんでいきました。いよいよ陣痛が始まり、私は立ち会いのため仕事終わりに産院に駆けつけました。そんな中初産のためか陣痛から出産まで26時間という長い時間がかかりました。一晩痛みに耐える妻の隣で腰をさすりながら声をかけ続け、後半は妻の体力も痛みも限界をむかえていました。長男は生まれてすぐに元気な泣き声をきかせてくれ、誕生の瞬間は感動しました。妻を尊敬する気持ちとともに父親としての実感を強く持ちました。妊娠中から出産まで長い期間頑張ってくれた妻には感謝でいっぱいです。

退院後1ヶ月間は妻と息子は妻の実家で過ごし、その後我が家に帰ってきました。そのタイミングで私は1ヶ月間の育児休暇を取得させていただきました。初めての育児で分からないことばかり、泣き止まない息子に困ることもありました。市の開催する育児相談や産後ケアのサービスを利用し、あやし方や抱っこ仕方、寝かしつけ方などを教えてもらったり、親のサポートも受けたりしながら日々育児に奮闘しています。現在は生後2ヶ月を過ぎ体重は5000gを超え、初めての予防接種も無事に終わり母子ともに健康に過ごして



います。1ヶ月前まではブカブカだった服の丈も足りなくなり日に日に豊かになる表情や、活発に手足を動かす様子を見て息子の成長の早さに驚くとともに夫婦で息子の可愛さにメロメロになっています（笑）。もう少し育児休暇を長く取ればよかったと後悔しています（笑）。

これから活発で元気な子に育って行って欲しいなと思います。私自身小さい頃から色々なスポーツをしてきたので息子にも何か夢中になれるスポーツを見つけて欲しいなと思います。一緒にキャッチボールなどできたら嬉しいです。

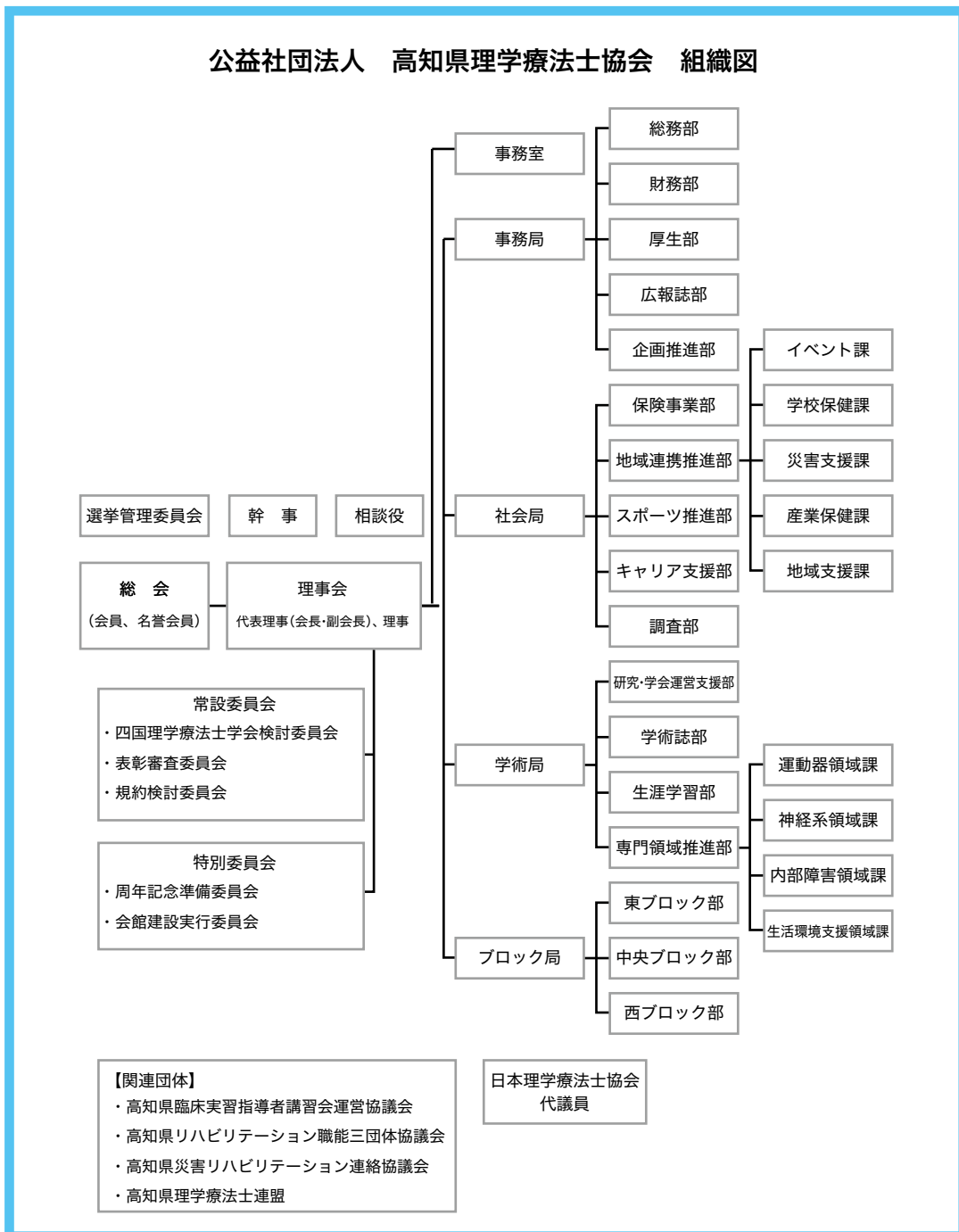
永絃くん、すくすく育ってね。



# 組織変更のお知らせ

令和7年4月1日から、下記のとおり組織変更いたします。

- (1) 医療・介護・障害福祉サービスなどの社会保障に特化した「保険事業部」を創設。
- (2) 学校保健、災害支援、産業保健、地域支援などにおいて、産官学と連携を図る「地域連携推進部」を創設。
- (3) メディカルサポートができるスポーツ理学療法士を育成し、高知県のスポーツ選手や各種競技大会でのサポートの場を提供する「スポーツ推進部」を創設。
- (4) 会員のキャリア形成を支援する「キャリア支援部」を創設。
- (5) 理学療法士の身分および資質の向上、ならびに医学や関連領域の学術的な調査活動に特化した「調査部」を創設。
- (6) 各領域の理学療法の学術的、・技術的向上を図る活動に特化した「専門領域推進部」を創設。
- (7) 効率的な協会運営を図り、会員皆様が協会事業に参加しやすくするため、ブロックを3つに再編。



キラリ!  
ピックアップ会員

## 「研究の概要と受賞の感想」

いの町立介護老人保健施設  
仁淀清流苑

池本 祐貴



第51回四国理学療法士学会において「高齢者における相対的な立ち上がりパワーと移動能力の関連性—移動制限を判別するカットオフ値の算出—」という演題発表で、奨励賞をいただくことができました。

本研究は、介護保険サービスを利用する要支援・要介護高齢者65名を対象として、椅子立ち上がり時の平均パワー(W/kg)と、移動能力(歩行速度)の関連性及び移動制限を判別する閾値について横断的に検討した内容です。高齢者の立ち上がりパワーと移動能力は有意な正の相関を示し、内的検証手法を考慮して移動制限判別値2.1W/kgという閾値を算出しました。立ち上がりパワーは簡便で安価に測定できるため、ベッドサイドなどの限定された環境下においても、要支援・要介護高齢者の移動能力低下判別の一助となり得る可能性があります。また移動制限は高齢者の将来の日常生活動作能力低下を予測し、Quality of Lifeに関連すると報告されています。以上を考慮すると本研究の知見は、地域・予防理学療法

分野の役割を追求する内容であると感じています。

私は社会人から理学療法士を志しました。前職では行政や事業者の取り組みを分析するマーケティング業務を行っていました。実際に理学療法士として地域医療に携わると、前職で実践していた以上に客観的視点を持つ重要性を切実に感じました。そのため私が従事する介護保険領域においても、施設を利用する方々の傾向を把握する必要があると考え、解析によって対象者の身体的well-beingに貢献したいという思いから研究を継続しています。現在は実際に本研究で得た閾値を元に効果的なりハビリ介入やケアを模索し、対象者の日常生活活動をチームで検討しています。

このような賞をいただけたことは大変光栄であり、これを励みにさらなる活動に取り組む所存です。今後も地域医療や介護予防など健康増進に貢献できるように努めていきます。

福祉用具のことなら、弊社福祉用具専門相談員へご相談ください。

事業所番号：3970104919



株式会社 **トカイ** 高知営業所

高知県高知市南久保14-10

<https://www.tokai-corp.com/>

TEL 088-885-6511  
FAX 088-885-5943

コルセット・装具・義足・義手・杖

# 宮本義肢製作所

(社) 日本義肢協会 登録番号 中四国 143

代表者 門 脇 伸 仁

高知市土居町11-15 TEL & FAX (088) 833-6864

# 賛助会員の皆様

令和6年度賛助会員名簿

施設名	住 所	診療科・他
(医)瑞洋会 田中整形外科病院	〒780-0901 高知県高知市上町3-2-6 TEL 088-822-7660 FAX 088-875-8583	整形外科、リハビリテーション科、麻酔科、 ペインクリニック内科、リウマチ科、内科(病棟)
(医)白菊会 白菊園病院	781-1154 土佐市新居萩の里1 TEL 088-856-1101 FAX 088-856-3364	内科、循環器内科、消化器内科、神経内科、 外科、整形外科、脳神経外科、消化器外科、 小児科、リハビリテーション科
(医)仁智会 ヘルシーケアなはり	〒781-6402 高知県安芸郡奈半利町乙3740-1 TEL 088-738-5566 FAX 088-738-5564	入所、ショートステイ、通所(デイケア)
(社医)仁生会 細木病院	〒780-8535 高知市大膳町37番地 TEL 088-822-7211 FAX 088-825-0909	総合診療科、内科、外科、整形外科、小児科、 耳鼻咽喉科、緩和ケア科、放射線科、泌尿器科、 脳神経センター(脳神経外科)、専門外来、 セカンドオピニオン外来、病理診断科、麻酔科
(医)五月会 須崎くろしお病院	〒785-0036 須崎市緑町4-30 TEL 088-943-2121 FAX 088-842-1582	内科、外科、整形外科、脳神経外科、小児科、 眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、リハビリ テーション科、放射線科、麻酔科、人間ドック
(医)新松田会 愛宕病院	〒780-0051 高知市愛宕町1-1-13 TEL 088-823-3301 FAX 088-823-3306	内科、外科、整形外科、脊椎外科、脳神経外科、 婦人科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、 心療内科・精神科、皮膚科、ER蘇生センター
(学)高知学園 高知リハビリテーション 専門職大学	〒781-1102 高知県土佐市高岡町乙1139-3 TEL 088-850-2311 FAX 088-850-2323	理学療法学専攻・作業療法学専攻・ 言語聴覚学専攻
(学)土佐リハ学院 高知健康科学大学	〒781-5103 高知市大津乙2500-2 TEL 088-866-6119 FAX 088-866-6120	理学療法学科・作業療法学科
(医)新松田会 高知医療学院	〒781-0270 高知市長浜6012-10 TEL 088-842-0412 FAX 088-841-1783	理学療法学科

## 編 集 後 記

記録的寒波も過ぎ日ごとに過ごしやすくなってまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。私をはじめ花粉症持ちの方には辛い時期でもありますね(笑)。

さて今号の巻頭言では、現代人にすっかり浸透した「SDGs」という言葉になぞらえ理学療法士の処遇の実情について綴っていただきました。ベースアップ…まだまだ遠くの話に聞こえるのは私だけでしょうか…。

10ページでは令和5年度より新たにスタートした事業である腰痛・転倒予防支援について掲載しています。腰痛・転倒支援で理学療法士の力が求められることは喜ばしいことでもありますが、指導する立場として我々も日々の業務での腰痛には十分注意していきたいものです。

最後に14ページには令和7年度より刷新される「高知県理学療法士協会の新組織図」を紹介しています。更に事業が細分化され、広報部も名称を新たに「広報誌部」となり、広報誌作成に特化した部署となります。これからも読者の皆さんに楽しんでいただけるよう広報誌作りに注力してまいります。それではまた次号をお楽しみに。

(濱尾 英史)

高知県理学療法士協会ニュース No.184 令和7年3月20日発行

発行所 公益社団法人 高知県理学療法士協会  
〒780-0054 高知県高知市相生町1-25 レジデンスノナミ107号室  
TEL&FAX : 088-879-8023  
http://www.kopta.net e-mail:jimukyoku@kopta.net

発行者 大畑 剛  
広報部編集委員会

