公益社団法人
東京都理学療法士協会
NO.226 News

2023.5.25 発行
◆発　行　公益社団法人
東京都理学療法士協会
◆発行人　森島　健
◆編集人　井出　大
医療法人社団永生会
法人本部　地域支援事業部
〒193-0942
八王子市椚田町 590-4
TEL :042-661-4025

第 42 回東京都理学療法学術大会のおしらせ

大会長　卜部　吉文
準備委員長　真庭　弘樹

お陰様で5月15日を持ちまして演題募集が終了いたしました。たくさんのご応募ありがとうございました。

●ホームページが完成いたしました

https://pttokyo42.com/

●学会運営スタッフ募集

9月17日（日）当日の運営スタッフを募集いたします。下記 URL よりアクセスしていただき募集要項を確認の上お申し込み下さい。みんなで作る都学会として　皆様からのたくさんのご応募お待ちしております。

・申し込みフォーム

https://forms.gle/uda1rq2vUTBVRrsg9

226 号の目次

第４２回東京都理学療法学術大会準備委員会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１
第５９回日本理学療法学術研修大会準備委員会・・・・・・・・・・・・・・・・・・２
慶應義塾幼稚舎様から安全教育についてのご報告・・・・・・・・・・・・・・・３
地域活性局 ブロック・支部活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　４～６
スポーツ局スポーツイベントサポート部・・・・・・・・・・・・・・・・７～１４
スポーツ局学校保健部・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５～２１
スポーツ局国際競技大会・スポーツ理学療法推進部・・・・２２～２３
広報局機関紙編集部・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２４～２５
編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２５

第 59 回日本理学療法学術研修大会準備委員会

報　告

準備委員長　岡安　健

第５９回日本理学療法学術研修大会は東京都が担当いたします

２０２４年度の日本理学療法学術研修大会は東京都理学療法士協会が担当いたします。
大会長は豊田輝（帝京科学大学）、副大会長は池田由美（東京都立大学）、準備委員長は岡安健（東京医科歯科大学）です。現在準備委員会のもと鋭意準備を進めております。

安全教育に関する慶應義塾幼稚舎様からのご報告

報　告

慶應義塾幼稚舎　安全教育（防災サイコロ教育）について

日　時：2023 年 2 月 28 日
場　所：慶應義塾幼稚舎
受講者：5 年生 135 名
教　官：佐伯潤先生
補　助：板倉尚子氏、岩山睦氏、須藤早希子氏

佐伯氏をはじめ 3 名の理学療法士協会の方々を教室へお招きして、防災サイコロの特別授業をしていただきました。
本校では、不定期に地震の第 1 次行動訓練、学期に一回の避難訓練、年に一回の保護者も交えての緊急時下校訓練等を行っていますが、全てのケースが学校内での災害に対する訓練でした。防災サイコロは、「学校以外の場所」で「一人」だったケースで考えを深める機会を与えられました。しかも、テンポが良く、子どもたちが楽しそうにグループの仲間とディスカッションをし、講師の方々の呼び掛けに対して積極的に答えていたのが印象的です。高学年になると受動的になりやすいのですが、今回の防災サイコロでは能動的に意見を述べ、自分に課せられた、いざという時の状況でのベストな選択をしようと自ら考えている様子が見られました。能動的な姿勢で、いざという時に自らの身を守るという大切な事を考える機会を与えていただき、とても感謝しています。いずれ、教職員向けの指導もしていただきたいと感じました。

ご報告：慶應義塾幼稚舎　教諭　廣瀬真治郎　様

地域活性局　ブロック・支部活動報告

報　告

局長　中澤 幹夫

区西北部ブロック　板橋区支部

2023 板橋 City マラソンサポートの活動報告

日時：令和５年３月 19 日（日）

場所：東京都板橋区荒川河川敷

参加者：約 10,000 名

サポートスタッフ：21 名

内容：

４年ぶりに開催された板橋 City マラソンにて理学療法ブースを設置し、スタート前の予防テーピング及び大会運営の補助として参加してきました。例年に比べ規模を縮小しての開催となりましたが、約 10,000 名の参加者が集まっての開催となりました。

予防テーピングはスポーツイベントサポート部に担当して頂き、1 時間 30 分で約 150 名のランナーに実施しました。大会終了後には完走されたランナーの方々から「初めて完走できた」、「いつも走った後は足が痛くなるのに痛くなかった」などとても嬉しい言葉をたくさん頂くことが出来ました。

今大会は完走後に理学療法ブースで身体のケアを行うことが出来ませんでしたが、大会関係者の方や前回大会も参加されていたランナーの方々からは、完走後の身体のケアの希望も頂けており、次回大会に向けて技術の研鑽をしていきたいと思います。

報告者：武田　俊一（竹川病院）

報　告

局長　中澤 幹夫

区中央部・区南部・島しょブロック部　大田区支部

大田区支部研修

テーマ：地域で診る心不全～地域心不全連携の会と理学療法士の役割～
日時：令和５年２月 16 日 (木) 19:00～ 21:00
開催方法：Zoom を使用したオンライン研修
第一部：多職種、地域でみるこれからの心不全診療 ～ ハートノートを使用した大田区品川区連携 ～ 地域心不全連携の会 JHeC(Jonan Heart failure Medical Collaboration) の紹介
講師：冠木 敬之 医師 (東京都立荏原病院 循環器内科 医長、東邦大学医学部内科学講座循環器内科学分野 院内講師)
第二部：併存疾患患者における循環器リハビリテーション 症例紹介 総合討論
演者：曽部 健太（理学療法士、医療法人社団空と大地大崎病院東京ハートセンター 理学療法室）
参加者：87 名（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、看護師等）
内容：
第一部では、冠木医師から医療機関、地域において理学療法士をはじめとしたリハビリスタッフに求められる、心不全患者に対する役割についてお話しいただきました。
大田区・品川区の 10 病院と５医師会理事会で 2022 年９月に発足した「地域心不全連携の会（JHeC：Jonan Heart failure Medical Collaboration)」とハートノートについてご紹介いただき、症状が出る前からの心不全予防の実践と心不全患者の QOL、予後の改善に向けて考える場となりました。
第二部では、曽部先生に入院中患者の症例をご供覧いただきました。心不全の病態、フィジカルアセスメント等を通じて心不全を経時的に把握してリハビリを実施することの重要性についてお話いただきました。その後、申込み時のアンケートや当日にオンライン上で循環器患者に関する質問事項や臨床における困りごとなどを募集したものを、冠木医師、曽部先生とディスカッサントの先生方や各病期の方々とで意見交換が行われました。循環器疾患の予防啓発やリスク管理、担当患者・利用者の病期連携を見つめ直すとともに意識の共有に繋がる良い機会となりました。

報告者：岩附雄平 (JCHO 東京蒲田医療センター)

報　告

局長　中澤 幹夫

区中央部・区南部・島しょブロック部　大田区支部

新人向け研修会

テーマ：～ラポール形成のためのコミュニケーションのコツ～
日時：2023 年 4 月 27 日
場所：牧田総合病院　くすのきホール
内容：
今回牧田総合病院にて 2023 年度フレッシュマン研修会ラポール形成のためのコミュニケーションのコツに参加させていただきました。
コミュニケーションにおいて話を上手にすることだけでなく、聞き上手になることが大切だと学ぶことが出来ました。講義の中では、講義内容の理解を深めるため、グループワークを実施しました。そのなかでは傾聴の仕方、話の引き出し方を行うとともに、他病院のリハ職との情報交換を行うことができました。他病院スタッフとの交流では新人ならではの悩みを共有するとともに、解決方法を一緒に考えることが出来ました。
また、地域の活動について知る機会を設けていただいたため、大田区での活動内容について他職種の活動を知ることが出来ました。
今回の研修を通じて聞き上手になるため、語尾や感情の込めた傾聴ができるよう今後意識し、相手の話を引き出せるような傾聴の仕方を学び続けたいと思います。

報告者：齋藤碧子（牧田リハビリテーション病院）

【活動報告】東京マラソンファミリーラン 2023 サポート

日　　程：2023 年 3 月 5 日
会　　場：第一生命日比谷ファースト（旧：DN タワー 21）及び、
　　東京マラソンフィニッシュエリア周辺
対応者数：2 名
派遣者数：3 名

東京マラソン財団では「東京マラソンの盛り上がりや走る喜びを幅広い世代の方に味わってもらいたい」－東京マラソンファミリーランはこのような思いから、東京マラソン当日に親子で楽しめるファンランイベントとして誕生したそうです。今回､参加者は 353 組（706 名）が参加されました。参加者の中には車いすでの参加もあり、この度、サポート依頼を頂きましたので報告します。
スポーツイベントサポート部では、地域で実施している車いす陸上教室のサポート活動を行っています。その経験を活かし、東京マラソンファミーリーラン 2023 でも参加者に楽しんで頂けるようサポートしました。有楽町駅周辺がスタート地点となる、こちらのコースは昨年と同様でしたが、コース周辺の下見を実施し、当日は円滑なアテンド、伴走やご家族様の誘導が出来ました。参加されたお子さんは大きなイベントの参加にとても楽しそうな様子でした。フィニッシュ後には笑顔があふれていました。これからもスポーツイベントで多くの方に楽しんで頂けるよう工夫しながらサポートしていきます。事前打ち合わせからご協力下さいました関係 者の皆様へこの場をお借りして御礼申し上げます。2023 年度も車いす陸上サポートができればと思います。

報告者：スポーツ局　　渡邊祐介 (浮間中央病院)

Credit：東京マラソン財団提供（写真提供）

【活動報告】青山学院大学フェンシング部サポート

日　　時：2023 年 2 月 25 日 ,3 月 11 日 ,4 月 8 日 .4 月 29 日 ,5 月 13 日
会　　場：青山学院大学体育館
理学療法士：延べ 13 名
参加者：延べ 71 名

スポーツイベントサポート部では引き続き青山学院大学フェンシング部のサポートを行っております。
昨年度はチームの目標として個人・団体ともにインカレ出場を掲げて練習を行っていました。その結果、団体では惜しくもインカレ出場に届きませんでしたが、個人では 3 名がインカレ出場を果たしました。
　青山学院大学フェンシング部はフェンシングビギナーの選手も多いですが、しっかりとトレーニングに励み成長している姿が見受けられます。
　今年度も来年度の成績を超えて行けるチームの力になれるよう、より一層サポートに力を入れて一緒に戦って行きたいと思います。

報告者：スポーツイベントサポート部　西條攻（三宿病院）

スポーツ局スポーツイベントサポート部

報　告

局長　板倉 尚子

【活動報告】フェンシング大会会場サポート

日　　時：2023 年 4 月 21 日～ 23 日、5 月 4 日～ 14 日
（延べ 17 日）＊同日 2 大会サポートあり
場　　所：駒沢オリンピック公園屋内競技場、北区赤羽体育館、沼津市総合体育館、大蔵第二運動場体育館
参 加 者：延べ 2685 名
派遣者数：34 名

スポーツイベントサポート部では競技大会会場において選手への急性期対応、怪我の相談などのメディカルサポートを行っております。2023 年度も東京都フェンシング協会様、日本学生フェンシング連合、関東学生フェンシング連盟よりフェンシング競技大会の会場救護のサポート依頼を頂戴しております。4 月よりサポート活動が始まっておりますので報告致します。
フェンシングはフルーレ、エペ、サーブルの 3 種類の種目があります。それぞれ打撃有効面や攻撃優先権などルールが異なり、試合展開もそれぞれの種目で全く異なります。また選手も小学生からシニア日本代表レベル、ベテラン選手まで多岐に渡り、年齢や競技レベルで外傷・障害特性も異なります。
また試合中にインジュリータイムと呼ばれる 5 分間の怪我に対応する時間があり、選手の状態を迅速に評価し対応することが求められます。普段の臨床場面では経験出来ない技能・対応能力が理学療法士には必要となります。それ故のやりがい、面白さがサポート活動の魅力と感じております。
大会では数年ぶりに観客席での応援が解禁され、熱気があふれる大会となっておりました。スポーツイベントサポート部では安全に大会運営が出来るように今後もサポートを継続していきます。

報告者：スポーツイベントサポート部　生井真樹（世田谷人工関節・脊椎クリニック）

【活動報告】EDORIKU 車いす陸上教室サポート

日　　程：2023 年 5 月 13 日
会　　場：江戸川区陸上競技場
参加者数：3 名
派遣者数：4 名

２０２３年度も江戸川区様より車いす陸上教室サポートの依頼を頂戴いたしました。今年度は 5 月から全 5 回を予定しており、関東パラ陸上競技協会の方が講師を務められ、体力テストも実施しながら競技力向上を目指す教室となっております。
当日は小雨が降っていたため、講師の方からパラスポーツの講義をしていただき、天候の回復を待って、体力テスト、レーサー車いすでの走行となりました。私たちは、教室開始前にレーサー車いすの調整、参加者への準備体操および整理体操、レーサー車いすへの移乗介助、シーティング設定、走行サポートなど行っております。特に、昨年から体形が変わったり、成長して大きくなられたり、レーサー車いすのシーティング設定に時間がかかる場面もありましたが、参加者の皆様が安心して参加して頂けるようサポート致しました。スポーツは人をつなぎ、色々な年代のたくさんの皆様に、スポーツを通してよりよい社会が築けるようサポートを続けていきたいと思います。
今回ご協力下さった皆様に感謝いたします。

報告者：スポーツ局スポーツイベントサポート部　鈴木真治 (森山ケアセンター)

スポーツ局スポーツイベントサポート部

報　告

局長　板倉 尚子

【活動報告】江戸川区パラスポーツ初心者教室サポート

・日　　程：2023 年 5 月 13 日
・会　　場：江戸川区東部区民館
・参加者数：3 名
・派遣者数：4 名

２０２３年度から江戸川区様新規事業といたしまして、パラスポーツ初心者教室サポートの依頼を頂戴いたしました。5月より江戸川区内の３か所で全５回､合計 15 回を予定しております。講師はミズノ･スターツグループの方が務められ、障害がある方や運動実施に不安がある方のために、ストレッチや体操、筋力トレーニング、パラスポーツ体験を行う教室になっております。
今回は、マイティポールというノルディックウォークのようなポールと、ボルレッジという 500㎎の柔らかいボールを使用したエクササイズに挑戦してみました。その中で私たちは、参加者の方々かが無理なく安全に運動が行えるようサポートいたしました。また、障害や運動に対して不安に思うことを伺い、継続して運動が行えるよう日常生活で取り入れられそうな体操や注意点なども指導いたしました。今回が初めて行われる教室なので、参加者の皆様も緊張されておりましたが、教室終了の時間には緊張もほぐれ、皆様楽しく体を動かすことができ、次回の予約もしていただけました。まだ参加される方々が少ないのですが、このような機会が少しずつ広がり、色々な年代のたくさんの皆様に満足して頂けるようサポート活動を続けていきたいと思います。
今回ご協力下さった皆様に感謝いたします。

報告者：スポーツ局スポーツイベントサポート部　鈴木真治 (森山ケアセンター)

【活動報告】スポーツ体験教室

日　　時：2023 年 4 月 16 日（日）9:30 ～ 11:30
場　　所：板橋区立板橋第十小学校
参 加 者：110 名　歩行分析体験 69 名
派遣者数：5 名

板橋区の公立小学校で行われたスポーツ体験教室に、マイクロストーン株式会社様ご協力のもと歩行分析チームとして参加いたしました。
当イベントでは歩行分析チームの他に、この地域のスポーツクラブチームや企業（野球、サッカー、ラグビー、バスケットボール、バレーボール、卓球、ヨガ、ボッチャ）が参加していました。
マイクロストーン株式会社様が用意していただいた歩行分析装置は、背中 (胸椎) と腰 (仙骨)2 つのセンサーをつけ 10m 歩くもので、歩行姿勢を 3 次元に捉えることができます。この測定結果をもとに、前後左右のふらつき、体重移動などの歩行の特徴や、転倒リスク、その改善方法等の説明を児童とその保護者に行いました。

初めてつける装置に、緊張しながら歩く子供や、走るように急ぐ子供の様子が印象的でした。また保護者たちの興味が大変高く、データ結果のフィードバックを真剣に聞かれていました。

初めての試みとなりましたが、保護者たちの様子を見て健康や生活という視点で小学生の歩行分析や運動指導の重要性を感じました。また目で見た歩行の印象と、センサーで示される歩行には差があり、理学療法士としての視点も広がる活動となりました。

報告者：スポーツイベントサポート部　上野　央

【活動報告】杉並サポート　「はじめの一歩」「ユニバーサルタイム」

日　　時：2023 年３月４日（はじめの一歩）、４月５日（ユニバーサルタイム）
会　　場：ＴＡＣ上井草スポーツセンター（はじめの一歩）
荻窪体育館（ユニバーサルタイム）
理学療法士：延７名
参　加　者：延 35 名

スポーツイベントサポート部の杉並区事業では障がい者スポーツを中心にサポートにしております。
「はじめの一歩」は全６回のシリーズで 3/4 に集大成としてわいわいスポーツ教室の運営を行いました。参加者のアセスメントからアクティビティを考えボランティアの方とともに講師として参加しました。肢体不自由・知的障害の方が多く参加され、教室運営に加え身体サポートを行いました。参加者・スタッフともにとても楽しく教室は行われ、アンケートからもとても好評を頂きました。
「ユニバーサルタイム」は昨年度より試験的に開始されましたが、今年度より事業拡大し通念を通しての事業となりました。理学療法士は姿勢チェックやラン･ウォーキングチェック､体の相談･運動指導を行い、参加者の方からも理学療法士を求める声が多く大変人気のコーナーとなっています。特に視覚障害の方が多く、「杖なしで歩いてみたい」「走ってみたい」などの希望が多く、歩き方・走り方を指導し一緒に行うことで大変喜ばれ、ユニバーサルタイムの好評の声を頂いております。
　また、ユニバーサルタイムは読売新聞にも取り上げあれ、全国的にも大変注目されている事業で、杉並区がモデルとなり同じ様な事業が全国的に広がっていく事が予想されます。
理学療法士が大変大きな役割を担っていると事業だと思いますので、今後もしっかりと準備をして杉並区民の皆様の力になれるよう事業を進めて参ります。

報告者：スポーツイベントサポート部　西條攻（三宿病院）

【活動報告】パラフェンシング練習会

日時：2023 年 4 月 1 日、4 月 8 日、4 月 15、5 月 6 日 (計 4 回)
場所：江戸川区スポーツセンター
参加者：延べ 22 名
参加理学療法士：延べ 10 名

今年度より江戸川区スポーツセンターで行われているパラフェンシング協会の練習会をサポートさせていただいております。
パラフェンシングとは、「フレーム」と呼ばれる装置に車いすを固定し、競技者の腕の長さに応じて対戦者間の距離を調節して、上半身のみで競技を行います。
当練習会は主に第 1.3 土曜日に開催され、参加されている方はリハビリが目的の方、競技思考の方など様々です。理学療法士は競技物品の調整、参加者のシッティング、障害予防、参加者の対戦相手を務めるなどのサポートを行っております。
シッティングでは参加者が競技を行いやすい姿勢を保持するため、バンド等で固定しポジショニングを行います。
障害予防では肩関節や手関節に疼痛を訴える参加者に対して、動作観察や分析を行い、自主トレーニングやストレッチを指導します。また、移乗動作に苦手意識のある参加者の動作を評価・指導するなど、理学療法士としての知識を存分に活かすことが出来ると感じております。
さらに、理学療法士が競技指導を受ける機会もあり、競技特性を勉強することが出来ます。パフォーマンス向上や障害予防へ還元するため、今後も競技についても研鑽していきたいと思います。
当練習会は参加者の障害も様々ですが、障害をお持ちの方も、持っていない方も参加されているとても魅力的な練習会となっております。競技を通じて共生社会を築いていけるよう、引き続き理学療法士として貢献できるよう支援していきたいと思います。

報告者：スポーツ局　障がい者スポーツ部・スポーツイベントサポート部　宮川大 (緑秀会　田無病院)

【活動報告】港区立青山小学校　安全教育（防災サイコロ）

日　時：2023 年 2 月 25 日

場　所：港区立青山小学校

受講者：5 年生 40 名

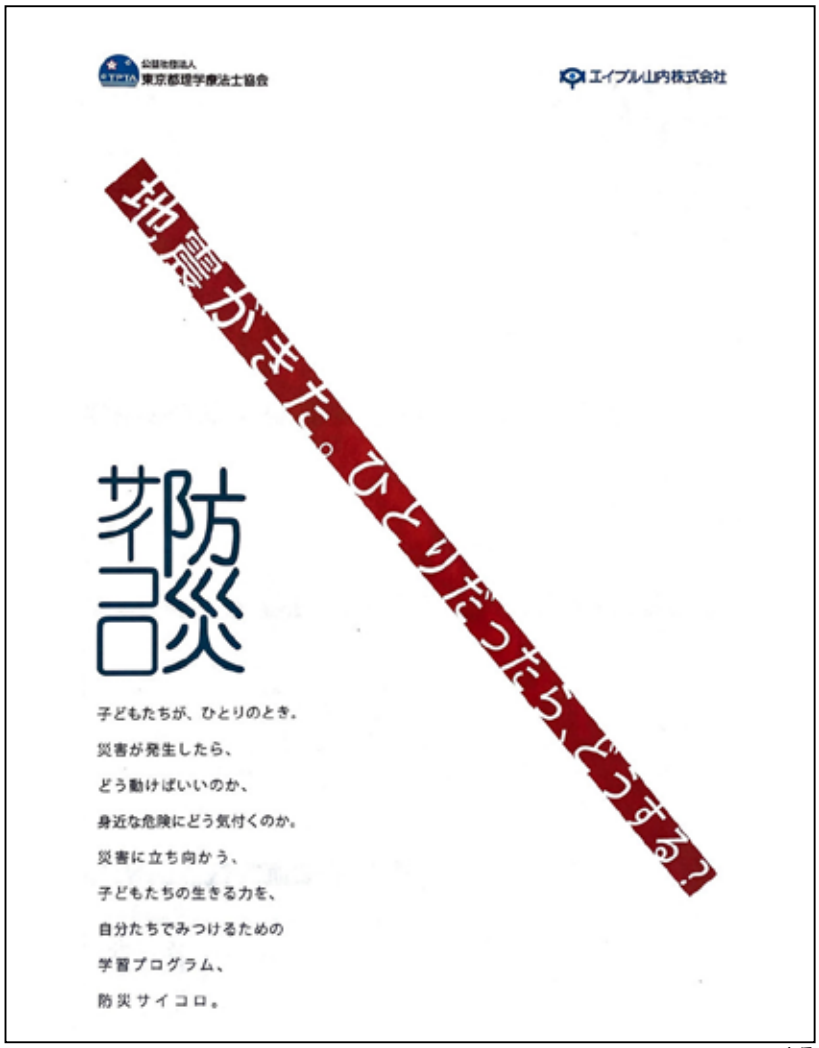
教　官：佐伯潤先生

補　助：板倉尚子先生、岩山睦

港区立青山小学校へ安全教育として防災サイコロの授業を実施しましたので、報告させて頂きます。対象は小学 5 年生の生徒でした。防災サイコロとは、子どもが一人でいる状態で災害が発生した状況を想定し、そのときに何を考え、どう行動すべきかを考える、ワークショップ型の教育プログラムです。サイコロを用いてゲーム感覚でランダムに発生する状況に対して考え、また、発表を通して様々な考えに触れ、インストラクターとの対話型の振り返りを経て、さらに深い学習につながる繰り返しの学びを促します。そして、一人で災害に遭遇しても適切な行動を導き出せるような気づきを提供します。

私は、今回初めて防災サイコロの授業に参加させて頂きましたが、子どもらしい視点でのディスカッションが展開されており、大変刺激的で、貴重な体験をさせて頂きました。これからも子どもたちの安全の為、研鑽を重ね、理学療法士としてケガの対応や安全な避難方法など安全教育に関わる活動を今後も継続していければと思います。

報告者：スポーツ局 国際競技大会・スポーツ理学療法推進部 部長 岩山 睦 (浮間中央病院)



【活動報告】　渋谷区内の小学校における検診補助活動

日　時：2023 年 4 月 18 日（火）、25 日（火）、5 月 9 日（火）
場　所：渋谷区立神南小学校
対象者：26 名
補助員：齋藤弘樹

今年度も渋谷区立神南小学校からの依頼を受け、内科・運動器検診の補助活動を実施しました。小学校との関りは平成 30 年度から始まり、今回で 6 回目となりました。内科検診時には、補助として児童の誘導を行いました。運動器検診においては、調査表にて検査が必要であった児童に対して、検査項目の提示や医師と一緒に各項目の運動器の評価を行いました。対象は 3 日間で 26 名でした。今回は、柔軟性の低下している児童には、ストレッチのプリントをお渡しすることも行いました。今後もこのような活動を通して、学校との関りをもち、理学療法士が学校や児童に関わる実績をつくっていきたいと思います。

報告者：学校保健部　副部長　齋藤弘樹（大橋病院）

【活動報告】品川区立第三日野小学校での避難誘導訓練

日　時：2023 年 4 月 21 日（金）
場　所：品川区立第三日野小学校
教　官：佐伯潤先生
補　助：鈴木享之先生、渡邊祐介
受講者：教員等 30 名

学校保健部ではスポーツ局外部委員の佐伯潤先生と避難誘導訓練を小学校で実施しております。災害時の避難誘導を再現するためボトルネックベルトという群集移動を再現した状態での訓練を実施しています。今回は小学校教員に対し 10 名ずつ３グループに分けて実施しました。まずはボトルネックベルトを使用せず、フリーで避難した後にボトルネックベルトを使用した状態で再度実施しました。普段の避難訓練ではどれだけ速く避難できるかに注目されやすいですが、ベルトを使用した状態で急ごうとすると、前方の方の足を蹴ってしまったり、ぶつかったりしてしまいます。また、先導役が急ぎすぎたり、突然立ち止まることで更に人と人が接触するリスクが増えます。先導役の声掛けや周囲のペースを感じながら移動することで安全な移動が可能となります。また、廊下の幅員も大切で、急に狭くなったり、広くなることで歩行者のスピードが変化します。安全に移動するためにどのような視点が必要か、勉強になる機会となりました。

報告者：学校保健部　部長　渡邊祐介

【研修会終了報告】知財講習会

日　時：2023 年 2 月 21 日（火）
会　場：アットビジネスセンター渋谷東口駅前　ハイブリッド開催
講　師：佐伯潤先生（国士舘大学　大学院　総合知的財産法学研究科　非常勤講師）
参加者：計 13 名 (うちオンライン 4 名)

今回、講師を務めて頂いた佐伯先生は、東京都理学療法士協会スポーツ局外部委員として活動して頂いております。スポーツ局学校保健部では、日頃より学校での安全教育においても御指導頂き、大変お世話になっております。

本研修では、東京都理学療法士協会スポーツ局で作成し、使用しているイラストについても運用方法を考える機会となりました。本研修の目的は①知的財産権の概要を把握する　②著作権の権利構成を把握する　③ TPTA イラストの運用について著作権の観点から考察する　の 3 点についての内容でした。

日頃の生活より「著作権」という言葉は耳にしていますが、法律として著作権というのは知的財産権の一つである事や理学療法士として仕事をしていく上で自身を守る権利や逆に第三者の権利を侵害してしまう事例等について学ぶ事が出来ました。今後、東京都理学療法士協会で作成したイラストを正しい形で運用し学校教育で使用していきたいと思います。

東京都理学療法協会の理事の先生方も参加され、質疑応答では多くの質問があがり様々な場面における法的な対処法等も学ぶ事が出来ました。丁寧で分かりやすくご説明下さいました佐伯先生に心より感謝致します。

報告者：学校保健部　副部長　森本孝則（Physical Care Room T）

【活動報告】第 38 回品川区防災フェア

日　　時：2023 年 3 月 11 日 (土)　10:30 ～ 15:00
会　　場：しながわ中央公園・中小企業センター・区役所第二庁舎 2 階 防災体験館
対　　象：ブース来訪者　201 グループ（541 名）
スタッフ：佐伯潤先生、板倉尚子先生、森本孝則先生、鈴木享之
概　　要：

第 38 回品川区防災フェアは、過去の震災の教訓を忘れず、防災意識の高揚を図るため、警察署、消防署、自衛隊など、各防災関係機関と品川区が協力して開催されている。
今回は、かねてより都内小中学校生徒を対象に公益事業として実施している防災教育プログラム「防災サイコロ」をもって、品川区より第 38 回品川区防災フェアへの参加依頼があったため、都士会ブースを出展した。
内　　容：
・「防災サイコロしながわ防災フェアスペシャル」を用いた防災サイコロの提供
・東京都理学療法士協会活動及び理学療法士の役割に関する啓発活動
報　　告：

通常の「防災サイコロ」は 40 分～ 45 分の小中学校の 1 校時を使ったプログラムであるため、①屋外でのイベント開催、②不特定多数の小グループが断続的に来訪する可能性であることを鑑み、「防災サイコロしながわ防災フェアスペシャル」として、サイコロを用いてランダムに状況付与を行うという防災サイコロの特徴をのこしつつ、短時間で体験が可能なプログラムに再構成をした上で提供した。
参加者からは、「うちの子の学校でも行って欲しい」「子どもの安全としてとても良い教育プログラムですね」「他のブースにも行ってみたくなりました」等の声がきかれ、小中学校だけではなく地域における様々な関係機関との繋がりの大切さを再認識する事ができました。地域・予防理学療法の観点からも理学療法士の可能性拡大に繋がる様更なる研鑽を積んで行きたいと思います。

報告者：スポーツ局　鈴木 享之（長汐病院）

【活動報告】豊島区立清和小学校におけるストレッチ時間導入の支援活動

日　時：2023 年 4 月 27 日（木）
場　所：豊島区立清和小学校
生徒数：394 名
実施者：齋藤弘樹

学　校　便　り　　令和５年４月２８日(金)

せいわ

TEL：3918-2605　FAX：5394-1003　E-mail：seiwa_e@t.toshima.ne.jp

教 育 目 標
○ 考えを活かし 挑戦する子
○ 深く学び 創造する子
○ 認め合い 豊かに成長する子

朝のストレッチタイム　～心と体を整えましょう～

校長　酒井　由江

子供の体は正直です。「友達とけんかをした」「仲間はずれにされた」「何となく疲れている」「勉強が分からない」「今朝、親に叱られた」「先生に今日も注意された」「毎日習い事が忙しい」…など、そのことが続くと、体に不調が出ることがあります。お腹が痛くなる、胸がドキドキする、体が重い‥、多かれ少なかれ誰にも（大人にも）あると思います。

解決するには、根本的な部分の解決がとても大切です。学校では、体の不調が続いたり、お休みが３日以上続いたりした場合、体調以外の心の面も推測することがあります。その場合は、ご家庭にもご連絡をして一緒に考えていきます。お子さんの様子に心配なことがあれば、いつでも遠慮無く学校にご相談ください。

昨年出版された『運動脳』（著書は、『スマホ脳』などの著書で有名な作者のアンデッシュ・ハンセン、スウェーデンのストックホルム出身で精神科医）には、「運動を習慣づけると脳にとっていい。ストレスに対する抵抗力が高まる」ということが書かれています。

本校では、休み時間は、外で遊ぶことを推奨しています。休み時間、体を動かして教室に戻ってくる子供たちは、笑顔ですっきりとした表情をしています。
また、子供にとって、朝のスタートは心と体を整えるとても大事な時間です。そこで、本校では、今年度より朝にストレッチタイムを取り入れることにしました。昨年度の３月に、学校と東京理学療法士協会で取組内容を相談し、座ってできるストレッチの内容を作成しました。また、リラックスしながらできるように音楽を流すことにしました。
学校の一日がスタートする朝学習や朝読書の前に一分ほど行います。動きに慣れることから次第に心と体を見つめながら自分の心を落ち着かせる時間になります。担任も子供の前に座って一緒にストレッチを行います。心と体を整え、スムーズな学校生活を送ることができるようにしていきます。

参考文献：『運動脳』アンデッシュ・ハンセン（著）　御船　由美子（訳）サンマーク出版　2022

豊島区立清和小学校においては、今年度から、「始業前にストレッチを行い、心と体を整え、スムーズな学校生活を送ることができるようにする。」というねらいで、「ストレッチタイム」という取り組みを開始しています。今回は開始にあたって、清和小学校の校長先生からのご依頼を受け、教諭の方々と一緒に、椅子に座ってできるストレッチのプログラムを作成しました。頸部や体幹、四肢のストレッチを組み合わせた３パターンのプログラムを作成しました。新年度が始まる前の３月中に会議や動画の撮影などを行い、4 月 27 日の朝の体育朝礼にて、体育館から各教室の TV 画面に配信するかたちで、ストレッチの注意点やポイントをお伝えしました。

今後も学校との連携を継続し、児童たちの健康や体つくりの面で、様々なものを提供していけるように、活動をしていきたいと思います。

報告者：学校保健部　副部長　齋藤弘樹（大橋病院）

【活動報告】活動概要　スポーツ局学校保健部　令和４年度活動実績

活 動 概 要　公益社団法人 東京都理学療法士協会 学校保健部

公益社団法人 東京都理学療法士協会

令和4年度活動実績

実施日	場所	事業内容	対象	支払元	金額(円)	人員数および身分
04.14（木） 04.26（火） 05.09（月）	渋谷区立神南小学校	運動器検診での学校医の補助	全校生徒	依頼先	6,000	1名（学校保健部副部長）
06.17（金）	豊島区立富士見台小学校	体力テスト補助	全校生徒	都士会	57,000	12名（学校保健部員および板橋区支部員）
07.14（木）	社会福祉法人豊川保育園	職員園内研修／コロナ禍の子どもの身体づくり	保育士	依頼先	10,000	1名（スポーツ局次長）
08.24（水）	北区立桜田保育園	職員研修／腰痛予防とはだし教育	看護師及び保育士16名	依頼先	10,000	1名（スポーツ局次長）
08.30（金）	豊島区立清和小学校	職員研修／コーディネーショントレーニング	小学校教諭　約20名	都士会	25,000	講師1名＋アシスタント2名（学校保健部）
09.27（火） 09.28（水） 09.29（木）	豊島区立清和小学校	正しい姿勢とコーディネーショントレーニング	全校生徒	都士会	57,000	講師２名＋アシスタント２名（学校保健部）
10.14（金）	オンライン研修会	コロナ禍の子どもの体力低下	東京保育士会保健部会会員	依頼先	10,000	1名（スポーツ局次長）
10.27（木）	中央区立明石小学校	正しい姿勢と体つくり	全校生徒	都士会	37,000	講師2名＋アシスタント2名（学校保健部他）
11.05（土）	豊島区立富士見台小学校	土曜公開授業／正しい姿勢	1年生~4年生	都士会	33,000	講師1名＋アシスタント3名（学校保健部他）
01.21（土）	豊島区立清和小学校	公開授業／コーディネーショントレーニング	1～3年生	都士会	25,000	講師1名＋アシスタント2名（学校保健部他）
02.18（土）	渋谷区立富谷小学校	ケガの予防	2年生および教員	都士会	25,000	講師1名＋アシスタント2名（学校保健部他）

実施例1　豊島区立富士見台小学校（インターナショナル・セーフスクール認証校）での取組

学校と連携し、「安全体つくり体操」の完成

			2014年度	2015年度	2016年度	2017年度
短中期	①安全に関する意識と定着（体育のけが）	減らす ↓	75件	45件	35件	40件
	②いじめの発生件数	減らす ↓	2件	2件	0件	0件
	③自転車ヘルメット着用率	↑ 高める	32.3%	44.3%	54.5%	54.4%
	④交通ルールの定着率	↑ 高める	44%	51%	61%	83%
長期	①けがの発生件数・発生率	下げる ↓	317件	189件	174件	157件
	②通院を要するけがの発生件数・発生率	下げる ↓	22件	13件	12件	14件
	③自転車による交通事故の発生数	下げる ↓	2件	2件	1件	2件

出典：豊島区役所(2018)セーフコミュニティ推進協議会資料３

実施例2　広報活動：【文部科学省／土曜学習応援団】登録

学校と地域でつくる学びの未来
School Home Community

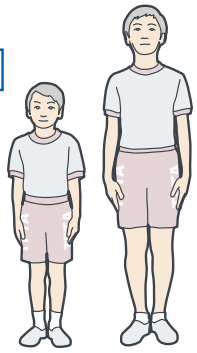
学校保健教育・保健指導
アセスメントにもとづいた正しい姿勢と体づくり

現代における健康課題（スポーツ外傷・障害、運動不足や肥満、姿勢不良）や運動器検診の事後措置などに、児童生徒等が自ら適切に対応する方法を修学するために、エビデンスにもとづいた保健教育を行います。また、スポーツによるケガや事故を理解し、安全・安心なスポーツ活動（競技スポーツや健康体操を含む）を実施するための保健指導を行います。生涯を通して健やかな生活を支援するためのプログラムです。

実施例3　教 材 作 成

正しい姿勢や体の使い方がわかる教材作成

成人体格のインストラクターの動きを補完し、参加する子供が自分事として動きを把握できるよう、小学校低学年と高学年のそれぞれの体格に合わせたイラストを用いた教材を作成。



2023.2.2作成

報　告

局長　板倉 尚子

[活動報告] スポーツ現場で安全・適切な対応をする為の技能テスト

日時：2023 年 2 月 28 日 (火)

場所：アットビジネスセンター 池袋駅前 別館 601 号室

運営：検定員 7 名、モデル 6 名

参加者：12 名 (全員合格)

内容：

国際競技大会・スポーツ理学療法推進部では、スポーツ局より各スポーツ現場へスタッフを派遣するためのスキル確認として " スポーツ現場で安全・適切な対応をする為の技能テスト " を実施しております。COVID-19 感染拡大があり、2 年ぶりの開催となりました。技能テストの内容は①応急手当 (固定法・搬送法)、②足関節テーピング、③シナリオテスト (障害発生から病態評価) についてのスキルテストを実施します。検定員は、技能テストに合格したスポーツ局部員ならびに現場にて活躍している先生方にて行われ、各項目のテスト終了後には検定員によるフィードバックの時間も設け、より現場を想定した知識・技術の確認ができる機会の場として開催しています。

技能テスト当日はとても緊張しましたが、練習を重ね本番に臨むことができたため自然と手が動き自己ベストを出すこともでき、無事合格することができました。また、テスト後には項目毎にフィードバックをしていただき、良かった点や反省点もわかり、ご指導いただいた点を改善しスポーツ現場で活動できるよう頑張っていきたいです。ご指導いただいた先生方、技能テストを行なっていただいた先生方ありがとうございました。

報告者：国分 空以 (浮間中央病院)

スポーツ局国際競技大会・スポーツ理学療法推進部

報　告

局長　板倉 尚子

[活動報告] スポーツ現場で安全・適切な対応をする為の技能テスト

日時：2023 年 4 月 26 日 (水)
場所：国立オリンピック記念青少年総合センター
運営：検定員 4 名、モデル 4 名、進行 2 名
参加者：13 名 (全員合格)

内容：
国際競技大会・スポーツ理学療法推進部では、スポーツ局より各スポーツ現場へのスタッフを派遣するためのスキル確認として " スポーツ現場で安全・適切な対応をする為の技能テスト " を実施しております。東京都理学療法士協会会員がスポーツ現場の活動をサポートする上で、選手やサポートスタッフが安心・安全に活動が出来るための技術や、負傷者に対する迅速かつ正確な評価に関する知識と技術を有しているかを確認することを目的とした制度です。
私はこの技能テストを受講し、テーピング・搬送法・固定法・シナリオテストの検定項目について、スポーツ現場の臨床経験豊富なスポーツ局の先生方に評価していただきました。
検定項目毎に、専門的な視点からアドバイスを頂くことができ、自分に足りない部分を知ることができたので、とても有意義なテストであったと感じました。このような技能テストは、スポーツ現場に携わる上で、知識や技術に不安がある人にとって、不安を少しでも解消してくれる機会でありスポーツ現場へ携わる最初のステップになると感じました。

このような素晴らしい独自の制度である技能テストを実施してくださった東京都理学療法士協会スポーツ局の皆様、準備・運営して頂き心より感謝申し上げます。

報告者：平良寛朗 (池上総合病院)

部長　中山　雅和

■　機関誌『理学療法　東京』投稿募集のお知らせ　■

当士会では年一回、機関誌『理学療法　東京』を発行しており、投稿原稿を常時募集しています。投稿された原稿は査読者に依頼し掲載可能とみなされれば校正ののち、その時点で最も発行が近い『理学療法 東京』に掲載します。

生涯プログラムへの反映について

・新人教育プログラムは、反映されません。

・認定・専門理学療法士制度では，『3.-4) その他の査読付きリハビリテーション関連雑誌の筆頭著者 10 ポイント』に該当します。

＊ただし、内容によって専門分野での認証されない場合があります。反映される方は、発刊後に自己申請をお願い致します。

《執筆投稿規定》

1. 学術研究論文
2. 教育関係論文
3. 症例報告論文
4. 行政及び士会運営に関する論評等

【投稿者の資格】

公益社団法人東京都理学療法士協会会員に限る。但し会長が依頼した場合この限りではない。

【投稿原稿の条件】

投稿原稿は他誌に発表、または投稿中の原稿でないこと。本規定に従って作成すること。

【著作権】

本誌に搭載された論文の著作権は東京都理学療法士協会に属する。

【研究倫理】

ヘルシンキ宣言に基づき対象者の保護には十分留意し、説明と同意などの倫理的な配慮に関する記述を必ず行うこと。

【原稿の採択】

原稿の採択は複数の査読者の意見を参考に編集委員会において決定する。査読の結果、編集方針に従って原稿の修正を求めることがある。また、必要に応じて編集委員会の責任において字句の訂正を行うことがある。

【執筆規定】

1. 論文構成

1）標題（表題）：内容を具体的かつ的確に表し、できるだけ簡潔に記載する。原則として略語、略称は用いない。

2）キーワード：標題及び要旨から 3 個を抽出する。不十分な場合は本文から補充する。3）著者名、所属名

4）要旨：「目的」「方法」「結果」「結論」を含めて 400 字程度で記載する。

5）本文：下記の各部分から成り立っていることを原則とする。

① はじめに（序論、諸言、まえがき等）

② 対象および方法（症例紹介）：倫理的配慮を記述すること。

③ 結果

④ 考察

⑤ 結論（まとめ）

⑥ 文献：引用文献のみとして本文の引用順に並べる。本文の該当箇所の右肩に一連番号を付ける。引用文献の著者氏名が 3 名以上の場合、最初の 2 名を記載し、他は「・他」あるいは「et al.」とする。雑誌の場合は著者氏名、論文題目、雑誌名、巻、号、頁、西暦年号の順に記載する。単行本の場合は著者氏名、書名、編集者氏名、発行所名、発行地、年次、頁を記載する。

＜表記例＞

・藤田信子，桝田康彦・他：椅子座位における側方傾斜刺激に対する頸部・体幹・四肢の筋活動―筋電図学的分析．理学療法学 ,17:27-30,1990.

・Sepic,S.B,Murray,M.P,et al.:Strength and Range of motion in the Ankle in Two Age Groups of Men and Women.Am.J.Phys.Med,65:75-84,1986.

・真島英信，猪飼道夫：生体の運動機能とその制御 . 杏林書院 , 東京 ,1972,pp185-193.

・Junda,V.:Muscle Function Testing Butterworths,London,1983,pp224-227.

6）図表

原寸でそのまま掲載する（作図や縮小はしない）。図の番号および標題は図の下に、表の場合は表の上につける。本文と図表は分けて作成し、表・図・写真の挿入位置を本文の右欄外に指示する。

2. 原稿規定分量

原則として 400 字詰め原稿用紙 20 枚・8000 字以内とする。

3. 文字表記

原則として現代かな使い、数字は算用数字，単位は国際単位系　（SI 単位）を用いる。

4. 略語

略語は初出時にフルスペルあるいは和訳も記載する。

5. 表紙頁，著者頁

　論文には表紙頁と著者頁をつける。表紙には標題、キーワード (3 個)、本文ページ数、図表枚数、原稿文字数を記載する。著者頁には著者名、所属名、責任者連絡先（住所・電話番号・Email アドレス)を記載する。表紙頁, 著者頁の後に要旨･本文･図表を改めて記載する。

6. ページ番号・行番号

　原稿にはページ番号（最下部中央）と本文右（または左）に５行ごとに行番号を記載する。

【原稿送付方法および連絡先】

1）原稿送付先

原則として投稿原稿一式を 1 つのファイルにまとめ、電子メールに添付して下記へ送付する。上記が不可能な場合は問い合わせすること。

2）原稿送付先および連絡先

〒 189-0024　東京都小金井市中町 2-22-32

社会医学技術学院　　理学療法学科

(担当者) 中山雅和

TEL：042-384-1030

FAX：042-384-8508

E-mail：pt_tokyo_kikanshi@yahoo.co.jp

（平成 31 年 1 月 31 日　改定）

編集後記

東京都理学療法士協会会員の皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？本 226 号は第４２回東京都理学療法学術大会と第５９回日本理学療法学術研修大会を取り上げました。ぜひともこのような機会をご活用いただきたいと思います。

　さて東京都理学療法士協会広報部では Twitter、facebook、Instagram の SNS アカウントを取得いたしました。様々な媒体を通じて東京都理学療法士協会の活動は発信してまいります。今後ともよろしくお願い申し上げます。

Twitter
https://twitter.com/TPTA_PR2023

facebook
https://www.facebook.com/profile.php?id=100091964630282

Instagram
https://www.instagram.com/tpta_pr2023/

公益社団法人 東京都理学療法士協会 正会員数

10,329 名（令和５年５月２９日現在）

（事務局 新住所）　〒 151-0053

東京都渋谷区代々木 1-58-7　ヴェラハイツ代々木 201

Tel：03-3370-9035　FAX：03-3370-9036