



第44回東京都理学療法学術大会のご案内

第44回東京都理学療法学術大会
大会長 寄本恵輔

第44回大会チラシは許諾期間終了のため
削除させていただきました

東京都理学療法士協会広報局

次年度の東京都理学療法学術大会は2025年9月7日（日）に杏林大学井の頭キャンパスにて開催を予定しております。大会テーマは「スタンドアップ」現在、準備委員会において、テーマに沿った様々な企画を検討しております。大会ホームページは既に開設され、着々と準備が進んでおります。開催形式は対面およびオンデマンド配信（履修ポイント・点数付与）を予定しております。是非とも大会ホームページをご覧になっていただきたいと考えております。

大会ホームページ
[https://sites.google.com/view/44th-tokyo/ ホーム](https://sites.google.com/view/44th-tokyo/)

232号の目次

第44回東京都理学療法学術大会準備委員会	1	スポーツ局スポーツ支援・推進部	22～27
エスカレーターマナーアップ推進委員会	2～3	スポーツ局人材育成部	28～29
地域活性局 ブロック・支部活動	4～18	スポーツ局子どもの健康・安全部	30～38
理学療法関連機器開発委員会	19	学術局学術誌編集部	39～40
涉外局涉外部	20	編集後記	40
福祉保健局健康増進部	21		

第43回 東京都理学療法学術大会 展示ブース活動

会期：2024年9月14日（土）～15日（日）

会場：国立オリンピック記念青少年総合センター

第43回東京都理学療法学術大会の展示スペースにて、エスカレーター利用者が安心・安全に利用できるよう「歩かず立ち止まる」、「手すりにつかまろう」など呼びかける活動を実施しました。

斎藤協会長やソウル士会長、また寄本次期大会長もお越しくださいました。引き続き、「エスカレーター止まって乗りたい人がいる」事業と合わせてご周知とご協力をお願い致します。

報告者：山本竜平（心身障害児総合医療療育センター）



エレベーター・エスカレーター安全利用キャンペーンに賛同

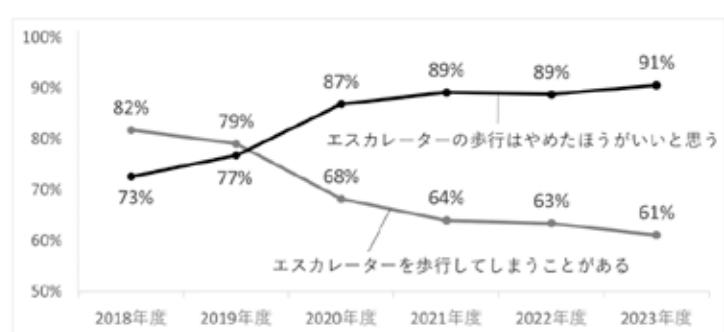
東京都理学療法士協会はエレベーター・エスカレーター安全利用キャンペーンに賛同させていただいています。

11月10日「エレベーターの日」を中心に、エレベーター・エスカレーター安全利用キャンペーンが実施されました。当協会の活動も、エスカレーターの安全な利用に関する活動を2016年から開始しており、2017年に委員会が立ち上がっていきます。そこから7年がたち、世の中の機運も徐々に変化してきました。引き続き活動を続けてまいりますので、会員の皆様におかれてもご協力いただけますようお願いいたします。

キャンペーン記事：<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000013.000089379.html>



啓発ポスター（日本エレベーター協会）



エスカレーターの歩行に関するアンケート結果の推移
(一部抜粋) 報告者：小林和樹（竹川病院）

国際福祉機器展での活動報告

日時：2024年10月2日（水）～4日（金）

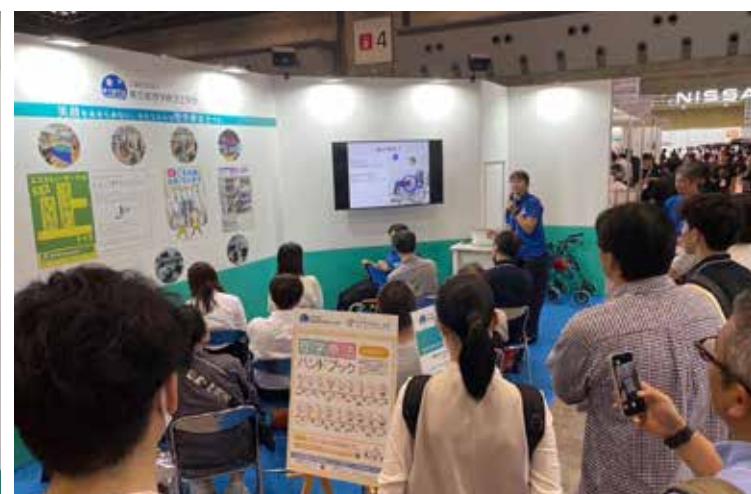
会場：東京国際展示場「東京ビッグサイト」東展示ホール

参加スタッフ：エスカレーターマナーアップ推進委員会3名

今年もビッグサイトにて、第51回国際福祉機器展が開催され、去年に引き続き東京都理学療法士協会ブースで活動しました。3日間で累計12万人と多くの方がご来場になり、渉外部と協力してブースを盛り上げました。

エスカレーターのより良い乗り方をご来場者の皆さんと共に考える機会をいただきました。「2列に並び手すりに掘まって乗ること」の安全さを、障がいがある方々と歩む理学療法士として、多様な他者が共存していく社会（共生社会）への理解が深まったイベントになりました。多くの方にご賛同いただき、エスカレーターマナーアップキーholdeをカバンに付けて帰ってくださいました。わたしたちの思いを伝えられると共に、近くで実際に街の声を聞ける貴重な時間となりました。

報告者：石川 愛香（森山脳神経センター病院）



メディア情報 等

当協会の活動に対して取材や、活動の掲載をしていただきました。

○エスカレーター歩かないで 転倒防止、障害者配慮も一推進団体「思いやりある社会に」（2024年11月6日：時事通信社）

当委員会の活動紹介とインタビュー記事を掲載していただきました。

記事：<https://www.jiji.com/jc/article?k=2024110500643&g=soc>
(右記：記事より引用)

エスカレーター歩かないで 転倒防止、障害者配慮も一推進団体「思いやりある社会に」



エスカレーターの正しい利用法を浸透させる取り組みが広がっている。埼玉県と名古屋市が立ち止まることを実現で義務付けたほか、福岡市は逆行転止基の実証実験を進めている。立ち止まることは本筋の転倒防止だけでなく、身体が不自由な人への配慮にもつながるといい、運営団体は「思いやりのある社会になって」と訴える。

○自治体で初、練馬区役所がエスカレーター手すりにユニバーサルデザインの導入と有料広告

の掲出を開始（2024年8月28日：株式会社UDエスカレーター）

3年前より取り組んでいる、練馬区役所との連携している活動に関して、当委員会の活動と委員長齋藤弘のコメントを掲載していただきました。練馬区役所に伺った際はぜひエスカレーターを確認してみてください。

記事：<https://prttimes.jp/main/html/rd/p/000000016.000059654.html>

報告者：小林和樹（竹川病院）

<エスカレーターマナーアップ推進委員会>

○各種お問い合わせ（Mail）：esca.pttokyo@gmail.com

西多摩南多摩ブロック部

西多摩・南多摩ブロック部症例検討会及び研修会のご案内

日時：2025年1月25日（土）

症例検討会 16:00～（予定） 研修会 18:30～20:00（受付 18:00～）

場所：東京たま未来メッセ（〒192-0046 東京都八王子市明神町3丁目19-2）

定員：100名

○症例検討会

募集期間：2024年10月28日（月）～2024年11月30日（土）17時まで

※発表者は後期研修履修中の者に限る

予定演題数：4～6演題

参加費：無料（続けて研修会参加の場合は、研修会参加費が必要となります）

ポイント付与：あり（後期研修履修者発表ポイント・聴講ポイントに限る）

○研修会

テーマ：『フレイルを有する内部障害患者への理学療法介入～呼吸機能を含む包括的視点～』

講師：山口 育子 氏（東京医療学院大学 保健医療学部リハビリテーション学科 准教授）

対象：理学療法士、その他の医療従事者

参加費：東京都理学療法士協会員：500円

ポイント付与：あり（登録理学療法士 更新 1.5 ポイント、認定 / 専門理学療法士 更新 1.5 点）

西多摩南多摩ブロック部

あきる野市「介護の日」イベント あきる野支部リハビリ相談会 開催報告

日時：2024年11月9日（土）午前10時～午後4時

会場：秋川ふれあいセンター

主催：あきる野市、あきる野市社会福祉協議会、あきる野市介護事業者連絡会

参加者：一般都民 47名

内容：

あきる野市の「介護の日」イベントにおいて、リハビリテーションの相談・助言のブースを出展しました。イベントでは、訪れた20代～90代の都民を対象に口コモティブシンドロームテストを行い、結果の報告や体操の助言、その他リハビリテーションの相談・助言を行いました。

参加者からは、運動に関する関心が高まったとの意見もありました。

また、作業体験として、匂い袋作成を行いました。こちらには子連れの参加もあり、様々な年代の参加がありました。

区中央部区南部島しょブロック部

大田区支部 第40回大田区区民スポーツまつりにおけるセミナー①大田区立萩中小学校

日時：2024年10月14日（月・祝）

大田区では例年スポーツの日に区内各所で区民向けのスポーツイベントを開催しており、今年度は以下の2か所で理学療法士への依頼があり活動致しました。

①大田区立萩中小学校

講師：1名 サポートスタッフ：4名

内容：健康体操の指導、健康相談、血圧測定等の役割を頂きまして、参加しました。健康体操指導の講師は池上総合病院の理学療法士が行い、その他4名（東京リハビリ整形外科クリニックおおた、池上総合病院、JCHO 東京蒲田医療センター）でサポート致しました。

本会場へのご参加人数は93名、健康体操は12名、健康相談は6名、血圧測定は50名でした。その他、準備片付け等サポートを致しました。大田区のお元気な高齢者や健康意識の高い方、持病のある方のご心配ごとにも接する機会を得ました。会場が小学校ということもあり、子どもを連れたご家族も来場されました。

また、大田区の健康を支える多くのスタッフの方たちや、普段交流する機会が少ない他院の理学療法士とのつながり、絆を深めることができる素晴らしい機会となりました。



報告者：中里真紀子（JCHO 東京蒲田医療センター）

区中央部区南部島しょブロック部

大田区支部 第 40 回大田区区民スポーツまつりにおけるセミナー②大田区立大森第八中学校

講師：1名 サポートスタッフ：3名

内容：私たちは大森第八中学校体育館での体力測定のサポートスタッフとして牧田リハビリテーション病院から 2 名、蒲田リハビリテーション病院から 2 名で参加しました。

私たちは主に血圧測定、体力測定前の準備運動、腰痛体操を担当させていただきました。天候にも恵まれ、125 名の区民来場者がありました。

来場者は小学生～高齢者と幅広い年齢層の方々が参加され、血圧に対する悩みや腰痛に対する悩みに対して、相談を受ける場面もあり区民の方達と交流を持つことができました。

イベントスタッフの大田区スポーツ推進委員協議会・大田区青少年委員会の方々とも交流が持つことができました。

子供～高齢者まで多くの方が笑顔で体力測定をしている風景がとてもよかったです。



報告者：園部恭平（牧田リハビリテーション病院）

区中央部区南部島しょブロック部

台東区支部研修会 開催報告

日時：2024年10月21日(月)

会場：永寿総合病院

講師：栗田 慎也先生

テーマ：「脳卒中片麻痺患者への装具療法」～下肢装具選定と運動療法について～

1 脳卒中患者の歩行の予後予測

2 脳卒中患者における下肢装具の選定方法

3 下肢装具を使用した歩行練習の実際

内容：

1のテーマでは、急性期における歩行の予後予測について、実際の症例や自施設での基本的な流れと重要なポイントの説明をしていただきました。急性期の段階においてもエビデンスに基づいた練習内容が予後に影響を与えるという研究も教えていただいたお陰で、エビデンスに対する重要性も再確認できました。

2のテーマでは治療用装具の考え方について、装具の種類・基礎的な用語の解説・装具の選択方法などを教えていただきました。実技では実際に動きを確認しながら装具の特徴と調整のポイントも教えていただいたお陰で、長下肢装具に対する知見がより広がりました。

3のテーマでは、実際に装具を使用した治療・歩行練習と行うときのポイントも実技を交えながら教えていただき、明日から早速取り組めるような内容でした。

研修終了後も多くの方が残り直接先生へ質問し、各々意見交換も活発に行われていたため、とても有意義な時間になったと感じました。



報告者：石井菜穂（台東区立台東病院）

区中央部区南部島しょブロック部 台東区支部 台東区介護予防事業実態調査報告

日時：2024年10月13日（日） 11:00～16:00

場所：おかちまちパンダ広場

内容：

ふくしつながりフェスタ2024に参加しました。こちらのイベントは台東区社会福祉協議会主催で、主に区内で活動する医療団体[健康相談や体力測定]、福祉団体[手芸、手話、太極拳、聴覚障害者支援団体]や一般企業などが事業内容の紹介や物販、体験会などを行っていました。普段交流できない団体とも交流が深められ、台東区全体としての地域の輪が広がる可能性のある会でした。

今回は台東区支部としてブースは出店できませんでしたが、来年度に向けて各団体へご挨拶に伺いました。来年度は台東区支部として参加できるよう尽力していきます。



報告者：渡邊竜平（台東区立台東病院）

区中央部区南部島しょブロック部 千代田区支部 市民公開講座報告 開催報告

日時：2024年10月4日

場所：九段坂病院 講堂

内容：講師に日本大学病院リハビリテーション室の脇田先生と成蹊大学の山内先生をお招きして、市民公開講座を開催しました。今回のテーマは、人工関節術後の理学療法についてです。人工関節の機種、術後の合併症や疼痛管理、評価および介入方法など、幅広い内容でお話ししていただきました。区内医療機関に従事するセラピストを中心に多くの方に参加していただき、講演後は質疑応答で活発な意見交換もあり大変有意義な講演会となりました。



西多摩南多摩ブロック部 多摩市支部 2024 年度多摩市医療系防災訓練の参加報告

日時：2024 年 10 月 27 日（日）

場所：東京都多摩市

参加スタッフ：2 名

内容：

昨年に引き続き多摩市医療系防災訓練が開催され、事前会議から準備を進めて防災訓練に参加しました。本会以外にも、多摩市役所、多摩市医師会、多摩市歯科医師会、多摩市薬剤師会、東京都柔道整復師会南多摩支部など多くの団体が参加しました。有事を想定し、それぞれの専門職の役割をシミュレーションできる有意義な訓練となりました。拠点病院である日本医科大学多摩永山病院や東京医療学院大学、国士館大学などの地域の医療系大学が参加し、それぞれに所属する医療職が災害時の緊急医療救護所でどのような役割を担えるのか、確認をしながら訓練を行いました。災害が起こるその時に、理学療法士も緊急医療救護所の設置や運営に携わっていくために、来年以降も関係機関と協力しながら、防災訓練に参加していきたいと思います。

報告者：影近卓大（合同会社ライフイズ）



区西北部ブロック部

板橋区支部 いたばしウォーキング大会における体力測定・運動器の相談会 開催報告

日時：2024年11月3日（日）

場所：東京都板橋区 徳丸が原公園～成増アクトホール

対象者：いたばしウォーキング大会参加者（板橋区民）

参加者：板橋区民 957名

サポートスタッフ：10名

内容：

板橋区民 957名がいたばしウォーキング大会に参加され、全長約13kmのコースを700名以上の方がゴール地点まで完歩されました。我々東京都理学療法士協会のブース活動は、チェックポイントであるセブンタウン小豆沢で行い、約120名の方に寄って頂きました。口コモ度テストとして広く知られている「立ち上がりテスト」「2ステップテスト」の測定を行い、結果をもとに年齢別平均値と比較、口コモの有無や程度をその場でフィードバックいたしました。また、参加者が帰宅されてからも、測定結果や口コモについての概要、理学療法士協会の活動等が振り返られるよう工夫をいたしました。その他、日常生活上困っていることや身体についての相談を受けながら助言をし、日本理学療法士協会のハンドブックを配布する等、参加者が抱えている課題に対して具体的に取り組めることを明確にできるよう、関わっていました。参加者からは、「面白かった。自分の脚の力が弱いことに気づけた。来年度もやってくれたら今度は片脚で20cmから立てるよう頑張る。」「日頃から教えて頂いたトレーニングをやってみようと思いました。」といった声をいただき、健康意識や運動習慣の重要性をお伝えする目的で行った活動が、実際に区民の方にお伝えすることができたと実感致しました。引き続き、区西北部ブロック部板橋区支部では、都民や会員のためになる活動を、地域の方々のニーズを考えながら、意義のある企画や活動を開拓していきたいと思います。



報告者：遠藤 洋平（医療法人社団 健育会 竹川病院）

区西北部ブロック部 板橋区支部 糖尿病予防デーにおける講義と体力測定 開催報告

日時：2024年9月28日（土）

場所：板橋区立グリーンホール

参加者：約60名 体力測定者：33名

サポートスタッフ：6名

内容：昨年は区西北部4区で主催した糖尿病予防デーですが、今年は板橋区単独主催で開催されました。

糖尿病予防に興味のある市民の方々が参加され、理学療法士ブースでは、体力測定（握力・5回椅子立ち上がりテスト・転倒リスクチェック）を実施し、フィードバックを行いました。また、日本理学療法士協会が作成した理学療法ハンドブック「糖尿病」を用いて健康啓発を行いました。体力測定参加者は熱心に参加され、糖尿病予防や管理のために理学療法士が担う役割が大きいことを再度実感しました。



報告者：大沼剛（板橋リハビリ訪問看護ステーション）

区西北部ブロック部

豊島区支部 ウィメンズヘルス：地域における産後女性向けの相談会 開催報告

日時と講師 / アシスタント

2024年5月17日

講師：片見奈々子（都立大塚病院）

アシスタント：小島百音（都立大塚病院）

2024年9月20日

講師：片見奈々子（都立大塚病院）

アシスタント：田中萌（長汐病院）

場所：区民ひろば千早

対象：乳幼児（0歳～1歳）とその保護者 各回15組

概要：

フレイル講座の他、パパと一緒に遊ぼう講座（幼児とその父親向けの講座）で日頃よりご協力を頂いている区民ひろばに、新たに産後女性向けの講座をご提案させて頂きましたところ、賛同を承り2024年度よりウィメンズヘルス講座を行う運びとなりました。

出産を経験した女性は、妊娠時から出産～産褥期・産後において多様な身体の変化があり、多様な症状が生じるといわれています。しかしながら、その相談先は極めて少ない状況です。その中で、理学療法士が地域に出向き、産後女性のお悩みについて気軽に相談できる場として展開していきたいと考えています。

内容：

産前、産後の女性の身体の変化についての講話

産前、産後のマイナートラブルについての講話

マイナートラブル改善のために手軽にできる対応（ストレッチや運動）の紹介

個別相談

報告：

アンケート結果からは産前産後の姿勢の崩れや疼痛のお悩み、その他マイナートラブルを抱えている女性が多いことがわかりました。そのような参加者の方に産前産後の女性に身体の変化やそれに対する対処方法や取り入れやすい運動のご紹介を行ないました。

参加者からは「育児の合間にできそうな運動を教えて頂き取り入れられそうです。」「気軽に悩みを相談できて良かったです。」とのお言葉を頂いております。ウィメンズヘルス領域での地域の取り組みとして、医学的所見をふまえ、産後の女性に対して理学療法士特に女性理学療法士が寄り添える場となれるよう今後も活動を継続していきたいと考えています。

報告者：片見奈々子（都立大塚病院）



区西北部ブロック部 豊島区支部 区民ひろばにおける運動器の健康増進支援講座 「パパといっしょにからだを動かして遊ぼう」開催報告

日時：2024年4,5,6,7,9,10月の土曜日／月一回 10:30～12:00

会場：豊島区 区民ひろば千早（NPO 法人はばたけ千早）

対象：2～5歳のお子さんとお父さん（48組～100人）

講師：鈴木享之（スポーツ局次長／長汐病院）

アシスタント：片見奈々子（子どもの健康・安全部／都立大塚病院）

内容：

昨年に引き続き、NPO 法人はばたけ千早様より「パパと一緒にからだを動かして遊ぼう」講座の依頼が参りました。今年度は8月の夏休み時期以外の毎月一回開催となり、継続的な参加者の増加と共に新規の参加者も増加傾向にあります。当初からのコンセプトである「パパさん達が参加できる子どもと遊べる講座を行いたい」という依頼に即し、昨年からのブラッシュアップとして、PowerPoint 等は使用せず、資料はお土産用のA4一枚とし、水分補給の休憩時間をメインに子どもの身体の成長や見るべきポイント等の説明を加えながらひたすら子どもとパパと身体を動かして遊ぶ講座としました。最近では、講座終了後に「左足ばかり使うけどどうしたら両方使うようになりますか」「斜視で卓球とかできなくなるかもと言われたけどどうしたら良いですか」等の色々と気軽に相談に来て頂ける様になりました。

以前と変わらず基本としては、遊びを通して、お父さん方には「褒める」「笑顔を作る」「撫でる・くすぐるなどのスキンシップ」の大切さを知って頂き、お子さんには「たつ・おきる・まわる・くむ・ぶらさがる等」神経発達が著しい年代に大切な基本的な動きを取り入れた「遊び」を体験して頂く。その中で、自分の子どもの姿勢の変化や動きの変化に気付ける様に、姿勢や動きの見るポイントを知って頂くといった内容になっています。最初は慣れないパパさん達も、途中から積極的に動きのアレンジを行うようになり、子ども達の笑い声が響く楽しい場となっています。

理学療法士として必要とされるのは病院や施設内だけではないのです。「パパと一緒にからだを動かして遊ぼう」講座にご興味のある方、是非見学しに来てみませんか。豊島区支部一同お待ちしております！！



※お問い合わせ先：toshimashibu.pttokyo ☆ gmail.com（☆を@に変更下さい）

報告者：鈴木享之（長汐病院）

区西北部ブロック部

介護予防大作戦 in としま 2024 ~つながろう！ひろげよう！社会参加の輪∞ 開催報告

日時：2024年10月17日(木) 12:00～15:00

場所：としまセンタースクエア

対象：ブース来場者 120名

参加スタッフ：藤田彩音(目白整形外科内科)、犬塚遼太(ゆみのハートクリニック)、村本幸祐(ゆみのハートクリニック)、竹脇知花(東京都立大塚病院)、片見奈々子(東京都立大塚病院)、関詩織(長汐病院)、戸谷慧(長汐病院)、岩山睦(スポーツ局人材育成部部長/浮間中央病院)、

国分空以(スポーツ局子どもの健康・安全部、人材育成部/浮間中央病院)

内容

介護予防大作戦は、豊島区の高齢者福祉課が主体となり、毎年10月に開催しているフレイル予防・介護予防について情報を発信するイベントです。今年も高齢者自主グループの発表や体験会のほか、骨密度測定や認知症測定など介護予防に関する体験会が行われました。その中で豊島区支部では、足趾把持筋力を測定し、足趾筋力に関する因子をまとめたリーフレットも併せてお渡しました。また測定結果に応じて、機器の業者が提示している3群にグループ分けをし、そのグループごとに必要な運動を載せたエクササイズ用紙もお渡しました。その用紙を元に、理学療法士が個別にフィードバックを行い、最後にアンケートにもご協力頂きました。計111名の方にご参加頂き、そのうち75名が3群中、一番悪い群となる結果でした。しかし「初めての足指測定で自分の力不足を知ることができました。今後パンフレットを見ながら頑張ります」、「今までどう鍛えたら良いかわからなかったのですが、今回教えてもらって良かったです」など90%以上の方が「指導された運動を一人でできる」と回答されており、足趾筋力の重要性に気付いて頂くきっかけ作りの場となりました。今回は支部員以外に、スポーツ局の方にもご参加頂き、普段ご一緒できない方とも交流することができ、非常に貴重な時間となりました。来年度以降も支部員以外の方々にもご参加いただき、さらにプラスアップしていければと思います。今後も理学療法士として、都民の皆様の健康・介護予防への期待に応えられるよう、地域に寄り添いながら支部活動を続けていきたいと思います。



報告者：藤田彩音(目白整形外科内科)

区西北部ブロック部 北区支部 理学療法士による介護予防体操教室 開催報告

日時：2024年9月26日（木）

会場：東京都障害者総合スポーツセンター体育館

講師：岩山 瞳

補助：羽根川真実（明理会中央総合病院）、

学生サポート：佐藤千夏（東京衛生学園専門学校）、

松本菜月（東京衛生学園専門学校）

参加者：17名

内容：

東京都障害者総合スポーツセンターの介護予防教室として障害者の方々を対象に体操教室実施して参りました。今回は座って行えるセラバンドを用いた運動を実施しました。徐々に参加者数も増加し、毎回、真剣に運動を行ってくださいり、”楽しかった”などの有難いお言葉も頂いております。今回は、東京衛生学園専門学校の実習生も本教室に参加して下さいり、理学療法士の地域での活動にも興味を示して頂けました。



報告者：岩山 瞳（浮間中央病院）

区西北部ブロック部 練馬区支部 学校保健事業 実施報告書

日時：2024年10月15日（火）

場所：練馬区立橋戸小学校

対象者：3年生43名（2クラス）

講師：青木直之氏（大泉生協病院）

山柴めぐみ氏（辻内科循環器科歯科クリニック）

アシスタント：理学療法士2名

内容：

昨年度も当校で行いました3年生対象の姿勢指導を今年度も実施しました。

2時間分の時間を頂き、1時間目は1組、2時間目は2組で行いました。講演内容としましては、前半は講義として「理学療法士について」「姿勢とは何か」「悪い姿勢を続けるとどうなるのか」「良い姿勢を維持するためにはどうしたらよいか」等についてスライドを用いながら説明を行いました。後半は実技として頭部の重さ体験や姿勢チェック、バランスチェック、筋力トレーニングの紹介等を行いました。児童はみな熱心に取り組んでおり、自分なりに姿勢の大切さを感じているようでした。

授業には区内の他小学校の養護教諭の先生方も数多く見学に来て下さり、授業終了後には意見交換会も実施しました。どの学校でも近年の児童は姿勢が悪くなったと感じる先生が多いようで、学校全体の問題としてさまざまな議論が行われているとのことでした。

我々の支部としては2度目の姿勢指導の授業であり、前回よりもわかりやすさや親しみやすさを考えて授業を構成できたかと思います。今後も地域の子どもたちの健やかな成長を支援できるよう、微力ながら活動していきたいと思います。



報告者：古庄秀明（練馬光が丘病院）

区西北部ブロック部 練馬区支部 「第47回練馬まつり」 参加報告書

日程：2024年10月20日（日）

場所：練馬駅北口周辺およびマロニ工通り周辺

参加者：理学療法士 14名

主催者：練馬まつり推進協議会（練馬まつり運営スタッフ委員会、練馬区）

【概要報告】

理学療法を通じて都民の医療・福祉・保健の増進を目的に、「練馬まつり」に特設ブースを設置して参加させて頂きました。

内容としましては、握力の測定や柔軟性（立位体前屈）の検査、体組成の測定、健康相談を実施しました。体組成については、In Body を用いて測定を行い、記録用紙を印刷したのち結果をフィードバックして、生活指導や健康相談を行いました。

当日は、150人以上の方にご来場いただき、長蛇の列ができるほど大盛況でした。来場者の方からは、「去年も来ました」「また例年きたいです」「勉強になりました」等の感想を頂きました。また、In Body を使った健康相談は3年目ということもあり、毎年年に1回の健康チェック目的で来場されている方もいらっしゃいました。そのことからも地域の方の健康増進に少しでも寄与できていると改めて実感しました。練馬区支部では、今後も都民の方に向けて公益性のある事業を多く行っていきたいと考えております。引き続き、ご協力の程宜しくお願い致します。



報告者：松山剛（慈誠会 練馬高野台病院）

第51回国際福祉機器展視察報告部

第51回国際福祉機器展は、東京ビッグサイトで開催され、福祉業界の最前線を体感できるイベントとして、多くの専門家や一般来場者で賑わいました。今回はコロナ禍前のように、東京都理学療法士協会の出展ブースにおいても、ミニ講座を座学で受ける来場者の姿が戻ってきました。

理学療法関連機器開発委員会では、数名での活動ではありますが、毎年継続して国際福祉機器展を視察しています。今年度の最新機器や改めて関心を引いた機器を紹介します。

1. 「車椅子簡易固定システム」 このシステムは、車に内蔵されたフックが車椅子のアンダーバーをつかみ、簡単な操作で介助者が素早く車椅子の固定ができるよう設計されています。従来のフック付きベルトと比べ、固定作業が迅速で、介助者や車椅子ユーザーの心理的負担が軽減されると思われます。今後、バスなどの公共交通機関でも規格化されることが期待され、車椅子ユーザーの活動範囲が広がることでしょう。

2. AIを活用したシステムです。中でも「話すだけで記録が可能となるシステム」はマイクに向かって話した内容がAIによって自動で文章化され、そのまま記録用紙に反映されるものは来場した体験者も満足しているようでした。また、利用者の体調をモニタリングし、リアルタイムで見守るシステムや他施設との対象者や家族を中心とした連携のサポートなど、これらのシステムにより、効率的かつ精度の高い介護サービスが提供され、職員の負担軽減や利用者の安全・快適さが大いに向上することが期待されます。

3. 超音波センサーを用いた排泄予測支援機器にも注目しました。下腹部に装着する小型デバイスで、畜尿を検知するとユーザーに通知し、適切な対応を促します。またタブレットで尿のたまり具合を確認でき、高齢者や尿失禁を患う方々にとって日常生活の質を向上させ、また介護者の負担を軽減する重要なツールであると思いました。

4. 自立を助ける介助ポール 室内設置型の手すり 興味深いものはベッドに据え置き型の介助ポールで、形状は一筆書きで3次元に湾曲したものです。この形状により起居、起立、立位保持、移乗の各動作時に効率よく上肢が使用できるようになり少ない力で動作が行えるとのことで、これにより利用者のADL向上と介護者の負担軽減にも役立つと考えられます。

5. 医療的ケア児との外出を「当たり前」にしたいという声から開発が進められているケアバギーと車載する車のカスタマイズ化にも注目していきたいと思います。ケアバギーを後ろ向きに車載し、助手席部分に子どもの頭部が位置するため、運転席の保護者が常に子供の様子を確認でき、外出の負担軽減になることが期待されます。

最後に、今年度は年始に発生した能登の震災が記憶に新しいためか、災害時の対応についての展示も数は多くはありませんでしたが、印象に残りました。災害の多い我が国において、要介護者などの避難や生活への影響を医療従事者は平時であるときにこそ考えておく必要があると考えます。AI化でも解決できない災害時の対応をどう進めていくべきか、課題が残されていると思いました。

*国際福祉機器展は原則撮影禁止のため、機器の写真掲載はしておりません。

国際福祉機器展における展示機器の詳細は保健福祉広報協会ホームページ

H.C.R.Webサイト <https://hcr.or.jp/> をご覧ください。

*公益社団法人の特性上、企業名、製品名の掲載は控えております。

第51回国際福祉機器展 参加報告

2024.10.2~4 東京ビッグサイトにおいて第51回国際福祉機器展が開催されました。本協会も社会事業として出展し、3日間で来場者数は昨年度を上回り約12万人の方が訪れました。出展ブースでは毎年好評いただいている福祉機器の活用術と腰痛予防のミニ講座を行い、一般の来場者に加え学生さんも多く立ち寄りいただきました。エスカレーターマナーアップ推進委員会によるエスカレーターの乗り方講座も開催し、多くの皆様に共



感と賛同を頂くことができました。ミニ講座や相談コーナーを通して、来場者の皆様に日頃から身近にいる理学療法士を活用できることを伝えられたかと思います。また本事業を通じて理学療法士が福祉や介護の場面で活躍できることを伝えられたと思います。



文責：渉外部 荒木達也

子ども食堂 体力測定会 開催報告

昨年に引き続き健康増進部では子供食堂利用者を対象とした事業を開催致しました。今回は昨年度実施できなかった体力測定会を加える事で、より理学療法士としての専門性を活かしたプログラムとなりました。

また当日の参加者は親子 18 組 36 名に当該施設を利用する高齢者も多数御参加頂いたことで活気ある多世代交流の場ともなりました。今回、体力測定（握力、長座体前屈、CS-30、棒反応テスト、閉眼片脚立位テスト）では標準値よりやや低目となる項目が多数あり、EBM には至らないものの貧困家庭における運動器機会の喪失とそれに伴う体力低下という仮説を裏付ける結果となりました。

現在、社会問題の一つとして挙げられる貧困において我々理学療法士にも課題解決に向け貢献できる可能性があることを実感できたのと同時に職能として積極的に関わる必要性を改めて認識できました。

報告者 健康増進部 小澤伸治



【活動報告】EDORIKU パラ陸上教室

- ・日時：2024年9月23日
- ・場所：江戸川区陸上競技場
- ・参加者：16名
- ・派遣者数：5名

内容：

EDORIKU パラ陸上教室では、江戸川区と東京マラソン財団協賛で開催されており、今年度最後のサポートになりました。障がいのある方が陸上競技を通じて生活の中で運動を続けていくきっかけの教室となっております。

当日は、車いすマラソンパラリンピアン花岡信和さんの座学から始まり、パリパラリンピックに行った現地の出来事や大会の様子など貴重なお話を聞き、参加者の親子も興味津々でした。

その後はフィールドへ向かい、体力測定やレーサー車椅子を走行するプログラムを行いました。

体力測定は、メディシンボール投げ、シャトルランを行い、測定が円滑に進むようボランティアスタッフと協力しながら進めることができました。参加者は、隣の人にも負けないよう競い合いながら懸命に取り組んでいる姿が印象的でした。

その後レーサー車椅子に乗車する際の介助やシーティングの調整を中心にサポートを行いました。実際の走行中は走者の後方から伴走し接触事故を防いだり、レーサー車椅子を操作する際にタイヤと上腕が



擦れないように包帯でサポートするなど、怪我無く安全に終えることができました。

今回もご協力くださった先生方に感謝致します。有難うございました。

報告者：向家 知宏（浮間中央病院）

【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：2024年9月14日、10月12日、10月19日、11月9日
- ・会場：江戸川区葛西区民館、東部区民館、小岩アーバンプラザ、鹿本学園、中平井コミュニティ会館
- ・参加者総数：延べ29名
- ・派遣者総数：延べ17名

地域に運動できる場所のない障害者が、日常的にスポーツができる環境づくりの取り組みとして、5月から開始されました本教室事業のほかに、今回は特別支援学校鹿本学園へ肢体不自由の生徒さんや知的障害の生徒さんを対象に、ボッチャをはじめとした運動を行う教室のサポート活動も行いましたので、併せてご報告いたします。

理学療法士として、教室の講師の先生の運動に合わせて、障害がある方でも安全に行うことができるよう、また自分で身体を動かしているという認識と充実感を持って頂くことで、障害があっても楽しくスポーツができる可能性やモチベーションを引き出せるように、一人ひとり状態に合わせて無理なく運動が行えるようサポートいたしました。参加者の方々の年齢や障害が多岐にわたり、難しい運動もありましたが、関係スタッフみんなで工夫を凝らしながら活動できたことで、楽しい雰囲気で参加して頂くことができ、感謝のお言葉も頂けました。今後も運動の楽しさを実感して頂けるよう地域の方と連携をとりながらサポート活動に取り組んでいきたいと思いました。今回ご協力くだ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支援・推進部 鈴木真治（森山ケアセンター）

【活動報告】EDORIKU パラ短距離記録会 兼 EDORIKU パラ短距離記録会

- ・日 時：2024年11月2日(土)
- ・場 所：スピアーズえどりくフィールド
- ・参加者：5名
- ・参加理学療法士：3名

内容

昨年度に引き続き、「EDORIKU パラ短距離記録会 兼 EDORIKU 短距離記録会」がスピアーズえどりくフィールドにて開催され、記録会のサポートを行いました。今年度からは、パラアスリートだけでなく、健常者の方々にも怪我やストレッチなどのサポートを提供しました。

本年度は雨天での開催となり、参加人数は多くなかったですが、対応した選手や運営スタッフの皆様から感謝の言葉をいただきました。

今後も、健常者だけでなくパラアスリートの皆様に敬意を持ちながら、適切なスポーツ理学療法とアスリートサポートの提供に努めてまいります。

報告者：スポーツ局 スポーツ支援・推進部 平良寛朗(池上総合病院)



【活動報告】杉並区ユニバーサルタイム

- ・日程：2024年9月8日、9月25日、10月2日、10月23日、11月6日（計5回）
- ・会場：荻窪体育館、上井草スポーツセンター
- ・参加者数：延べ94名
- ・派遣者数：延べ21名

スポーツ支援・推進部では、引き続き杉並区ユニバーサルタイムをサポートさせていただいております。地域で暮らす障害を持った方の運動のきっかけ作りになるよう、理学療法士として楽しく安全に運動が行えるようサポートを継続しております。

参加者様はリピーターも多く、参加し始めた頃よりも様々な運動が出来るようになったと変化を感じることも多くあるようで、私たちもその変化を参加者様と共有しながら、次の目標を設定します。

今後も、参加者様の運動習慣定着やQOLの向上の手助けが出来るよう、理学療法士として尽力していくければ幸いです。今後も引き続きご協力のほど、よろしくお願ひいたします。



【活動報告】フェンシング大会会場サポート

- ・日 時：9月7日・8日・28日・29日、
10月2日・3日・4日・5日・14日・15日・16日・19日・20日・26日、
11月2日・3日・4日・16日（延べ18日間）
- ・場 所：駒沢オリンピック公園屋内競技場、世田谷区大蔵第二運動場体育館、北区赤羽体育館、北区滝野川体育館
- ・参 加 者：延べ1939名
- ・派遣者数：延べ44名

スポーツ支援・推進部では、スポーツ現場活動を希望する理学療法士を募りフェンシング競技大会のサポートを継続しております。この度は、東京都フェンシング協会様、関東学生フェンシング連盟様から各大会のサポートのご依頼をいただきました。

先日スポーツ局主催の技能テストを修了し、スポーツ現場での活動を参加希望の方々も、新たにメンバーに加わり活動を行いました。

サポート内容は、大会参加選手の試合での応急処置やテーピング等の急性期対応、選手の身体の相談やトレーニング方法指導等を行っております。

残暑の残る中での大会開催が続きましたが、熱中症対策の啓発や大会関係者・選手の皆様の対策により熱中症の発生が少なくなっているように思います。また、大会数が多いなか怪我を抱えながら試合に望む選手や大会に対し強い思いを持ちながら出場する選手を目の当たりにして、サポートの重要性を再認識することができました。今後も選手が安全に、そして、大会が無事に終えられるよう引き続きサポートに努めていきたいと思います。



報告者：スポーツ局スポーツ支援・推進部 伊藤弘崇（新渡戸記念中野総合病院）

【活動報告】青山学院大学フェンシング部サポート

日時：2024年9月14日、9月21日、10月19日、10月26日、11月9日

会場：青山学院大学体育館

参加者：延べ98名

理学療法士：延べ17名

2024年10月2日から10月16日の2週間に渡り関東学生フェンシング選手権大会（以下関カレ）が開催されました。今年度は個人で5名、団体ではサーブルで全日本学生フェンシング選手権大会（以下インカレ）への出場を決めました！

サポート当初から関カレベスト32、インカレへの出場を目標に掲げ2020年からサポートに入らせ頂き、トレーニングやフィジカルテストを行なってきました。年々、インカレへの出場者が増えてきており、これまで我々が行なってきたことが間違いではなかったことを青学のフェンサーが証明してくれ大変嬉しく思います。

またインカレへの出場が叶わなかった4年生の選手達は引退となりました。残念ながら敗退してしまった選手もインターハイ優勝者に勝利したりと大きな成長を見せてくれる選手もあり、感謝の言葉を頂くこともありました。

そして新しい世代へバトンを渡し新チームでの始動も始まりました。また来年のインカレへの出場を目指し課題・目標を明確化し選手と共に成長して行けるよう尽力していきたいと思います。



報告者：スポーツ局スポーツ支援・推進部 西條攻 ((株) ブルーリボン)

【活動報告】第3回パラ陸上教室 in 国立競技場

- ・日時：2024年10月20日（日）
- ・会場：国立競技場
- ・参加者：レーサー15名、フレームランニング5名
- ・派遣者数：6名

東京マラソン財団から依頼を頂き、第3回目を迎えた東京レガシーハーフマラソン2024が午前中に行われた同日の午後、

パラ陸上教室のサポートを行いましたので、ご報告いたします。今回の教室は、レーサー教室、フレームランニング教室、チャレンジ陸上教室の3つの教室が開催されており、私たちはレーサー教室、フレームランニング教室のサポートを行いました。レーサー教室では教室開始前にレーサー車椅子の調整、教室中はレーサー車椅子の移乗介助やシーティング調整、走行サポートなどを行いました。フレームランニング教室では、参加者の体格に合わせてチェストサポートやサドルの調整、走行時の足の蹴りだしのサポートを行いました。

普段足を踏み入れることの出来ない、国立競技場のフィールドからの景色は圧巻であり、とても貴重な体験となりました。参加者の方々、ご家族からは「楽しかった」「また参加したい」との声が多く聞かれ、今後の教室の参加促進にも繋がる良い機会となりました。今後も参加者の皆様には体を動かすことの楽しさを伝えたいと思います。今回の教室にご協力くださった皆様、参加してくださった皆様に感謝いたします。ありがとうございました。



※写真：© 東京マラソン財団

報告者：小野瑞穂（森山記念病院）

【活動報告】青山学院大学フェンシング部サポート

日時：2024年9月14日、9月21日、10月19日、10月26日、11月9日

会場：青山学院大学体育館

参加者：延べ98名

理学療法士：延べ17名

2024年10月2日から10月16日の2週間に渡り関東学生フェンシング選手権大会（以下関カレ）が開催されました。今年度は個人で5名、団体ではサーブルで全日本学生フェンシング選手権大会（以下インカレ）への出場を決めました！

サポート当初から関カレベスト32、インカレへの出場を目標に掲げ2020年からサポートに入らせ頂き、トレーニングやフィジカルテストを行なってきました。年々、インカレへの出場者が増えてきており、これまで我々が行なってきたことが間違いではなかったことを青学のフェンサーが証明してくれ大変嬉しく思います。

またインカレへの出場が叶わなかった4年生の選手達は引退となりました。残念ながら敗退してしまった選手もインターハイ優勝者に勝利したりと大きな成長を見せてくれる選手もあり、感謝の言葉を頂くこともありました。

そして新しい世代へバトンを渡し新チームでの始動も始まりました。また来年のインカレへの出場を目指し課題・目標を明確化し選手と共に成長して行けるよう尽力していきたいと思います。



報告者：スポーツ局スポーツ支援・推進部 西條攻 ((株) ブルーリボン)

【活動報告】スポーツ現場で安全・適切な対応をするための技能テスト 開催報告

日時:2024年09月10日(火) 19:00 ~ 21:00

場所:東京体育館第2会議室、第4会議室

検定員:板倉尚子先生、鈴木享之先生、生井真樹先生、渡邊祐介先生

アシスタント:鈴木真治先生、森本孝則先生、向家知宏先生、伊藤弘崇先生

参加者:6名(合格者6名)

内容:

スポーツ局人材育成部では、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・適切な対応をするための技能テスト”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でサポートするうえで、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ています。

私は理学療法士として何かスポーツ分野で貢献できることはないかと探していた時にスポーツ局を知り、技能テストを受けることを決めました。テスト項目は固定法、搬送法、テーピング、シナリオテストの4つがありスポーツ局の講師の先生方に評価して頂きました。テスト後はフィードバックまで手厚く行っていただき、スポーツ現場に出るにあたって足りない部分を知ることができました。テストということもあり学生時代を思い出すような緊張感がありましたが、合格したことでスポーツ現場に出る自信に繋がりました。今後は選手が安心・安全に競技に打ち込めるよう、知識、技術を研鑽しながら、スポーツ現場に貢献していきたいと考えています。

今回技能テストを準備、運営して頂いたスポーツ局の皆様、技能テストの練習に関わって頂いた皆様に心より感謝申し上げます。



写真:技能テスト実施の様子

【活動報告】スポーツ現場での急性期対応を想定したトレーニングー第2弾

- ・日 時：2024年08月30日（金）19:00～20:30
- ・場 所：東京体育館第1会議室
- ・参加者：21名
- ・講 師：渡邊祐介先生（スポーツ局 子どもの健康・安全部 部長、JSPO-AT）

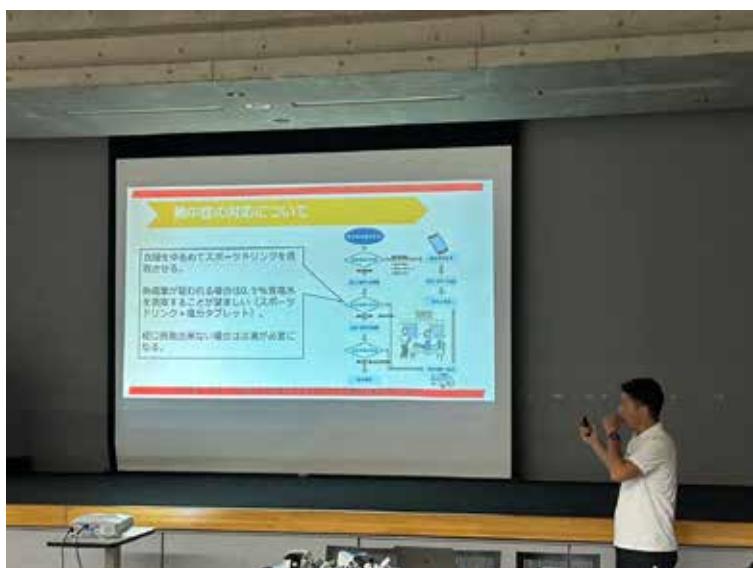
東京都理学療法士協会スポーツ局スポーツ支援・推進部では、東京都フェンシング協会様からの依頼で、年間60大会の大会救護サポートを行っております。フェンシング大会では、打撲、肉離れ、靭帯損傷等のスポーツ外傷・障害の対応だけでなく、熱中症、脳振盪の対応も行います。熱中症、脳振盪は重症化する場合もあり初期対応が重要です。

そこで今回は、フェンシング大会での救護サポートを行うにあたり必要な熱中症、脳振盪の救護対応を想定したシナリオトレーニングの研修会を行いました。

最初は子どもの健康・安全部 部長 渡邊祐介先生に、熱中症・脳振盪の評価、対応方法を講義頂きました。講義の後はグループに分かれ、フェンシング大会での熱中症と脳振盪の場面を想定した対応方法を繰り返し練習しました。

繰り返し練習することで、現場活動においても迷うことなく判断ができる、対応が可能になると感じました。選手を守るために、我々も日々研鑽していく必要性を感じました。

最後になりますが、講師を努めて頂いた渡邊先生、企画・運営を行って頂いた人材育成部の方々に感謝致します。



報告者：生井真樹（スポーツ支援・推進部 世田谷人工関節・脊椎クリニック）

【活動報告】共同研究事業

子どもの健康・安全部では、他団体や企業と共同研究事業も行っております。

○ Rainbow Walking 事業との共同活動（計測会及び運動指導）

日時：2024年9月24日（火）9:35～12:30

会場：東京都立立川国際中等教育学校附属小学校 体育館

対象：191名（1年生～3年生）

スタッフ：講師：渡邊祐介氏 アシスタント：齋藤弘樹

門馬博氏・和田桃子氏・国分空以氏

内容：一般社団法人 Rainbow Walking が Rainbow

Walking 事業を行っており、この事業は 1. 学校関係者（子供・教師・PTA・教育委員会など）2. 歩行の専門家（地域の理学

療法士）3. 支援者（地域の企業・個人）の3者を結ぶことにより、生涯渡って自身の脚で歩くことが出来るよう、子供たちが「歩行」を科学的に学ぶ場を提供するとされています。（一般社団法人 Rainbow Walking HP より）

昨年度より、東京都立立川国際中等教育学校附属小学校が東京都の取組校となり、歩行の専門家として東京都理学療法士協会の子どもの健康・安全部も関わることとなりました。今年度は、同日に無線式モーションセンサーを用いた歩行計測と理学療法士による体操指導及び解説が行われました。体操は児童も取り組みやすい内容となっており、2年生や3年生は、「去年のことを思い出せた！」「体操が上手に出来るように続けてていきたい！」などの声がありました。

1年生も計測時はやや緊張した表情でしたが、体操時は伸び伸びと取り組んでくれていました。本事業は経過をみていくことが今後も計画されています。引き続き東京都理学療法士協会として共同して関わっていきたいと思います。



報告者：齋藤弘樹（大橋病院）

【活動報告】 これで防げる！学校体育・スポーツ事故 ～シンポジウム「熱中症から子どもを守る」～

開催日時：2024年10月27日（日）14時～16時30分

開催方式：web + 対面開催

主 催：日本スポーツ法支援・研究センター・NPO 法人 Safe Kids

Japan

参加者数：69名

今回、日本スポーツ法支援・研究センターと NPO 法人 Safe Kids Japan 主催の「これで防げる！学校体育・スポーツ事故」シンポジウム「熱中症から子どもを守る」にて報告の機会を頂きました。このシンポジウムは、今年5月に開催したプレシンポジウムに引き続き、熱中症事故を取り上げ、今年の夏の状況や最新の科学的エビデンスを踏まえ、予防のための具体的な提言をおこなう内容になりました。

＜プログラム＞

- 【講演】学校体育・スポーツにおける暑熱対策とリスクマネジメント
：細川由梨（早稲田大学スポーツ科学学院スポーツ科学部准教授）
- 【報告】学校現場における熱中症対応の課題～自治体議会の議論から
：矢口まゆ（町田市議会議員）
- 【報告】パラ陸上教室での熱中症事例についての報告
：鈴木真治（理学療法士）
- 【報告】スポーツ現場での熱中症発生時のシナリオトレーニング研修会の紹介
：渡邊祐介（理学療法士）
- 【報告】小学校・中学校アンケート分析結果及び熱中症事故の裁判例の報告
：竹内和正（弁護士・埼玉総合法律事務所）
6. ディスカッション
細川由梨、川原貴（日本スポーツ協会スポーツ医）、
石川泰成（埼玉大学教育学部教授）
長瀬エリカ
(埼玉県アスレティックトレーナー連絡協議会会長)

シンポジウムでは、熱中症対策の方法や熱中症が発生した際に現場で、どう対応していくかの方法が多く提示されました。現場ですぐに取り組めるものも多くあり、スポーツ現場の安全を守るためにの知識を知る有意義な時間となりました。この度は貴重な機会を頂き有難う御座いました。



報告者：渡邊祐介（東京脊椎クリニック）

【活動報告】保育園における親子・職員向け～からだの動かし方講座～ 開催報告

日 時：令和6年7月13日（土）

場 所：東久留米市立ひばり保育園

対 象：幼児（0歳～4歳）とその保護者、職員
約50名

講 師：鈴木享之（スポーツ局次長／長汐病院）

アシスタント：片見奈々子（子どもの健康・安全
部部員／都立大塚病院）

概要：

東京都保育士会を通し、都内の保育園からご依頼
頂き保護者と保育園職員の合同研修会を開催しま

した。実際に園児も参加して頂き、遊びの中で子どもの動きを高めるべく、様々な動きを体験して頂きました。

講座内容：

- ・理学療法士協会の取り組みについての説明
- ・発達に関する講話
- ・ストレッチの仕方
- ・タオル遊び
- ・ストップ、ジャンプの遊び



親子（園児は0～4歳）と保育園職員等、約50名が参加されました。発達においてスキンシップを取りながら体を動かすことの重要性から、子どもの姿勢や足の見方を保護者や職員にお伝えしました。参加者からは「足の使い方やバランスなど大変参考になった」「いつもと違った目線での遊びの中からからだの



使い方を知ることができた」とのお言葉がありました。何より子ども達の弾けんばかりの笑顔と笑い声が印象的であり、動くことの楽しさを幼いうちから伝えていくという、理学療法士としての大切さと更なる可能性を改めて実感しました。

報告者：都立大塚病院 片見奈々子

【活動報告】世田谷区立駒沢小学校 学校保健委員会

日 時：令和6年9月26日（木）

会場：世田谷区立駒沢小学校

対象：教員・保護者 25名

講師：渡邊祐介先生（スポーツ局子どもの健康・安全部部長）

アシスタント：鈴木享之先生（スポーツ局次長）

サポートスタッフ：片見奈々子先生、向家知宏



この度、世田谷区立駒沢小学校において、学校保健委員会が開催されました。教員や保護者を対象に「姿勢改善やスポーツ障害の予防に関する講義と実技指導」が行われ、校医である眼科医も参加し、視力検診の結果や早期受診の重要性についての講義も実施されました。前半の講義では、理学療法士の渡邊祐介先生が登壇し、最近の児童生徒の総運動時間が減少している現状や、正しい姿勢を保つことができない児童が増加している課題について説明されました。また、オノマトペを活用した楽しい指導方法を交えながら、姿勢改善の方法を伝え、成長期の子どもたちがスポーツ障害を発症しやすい原因についても解説しました。後半の実技指導では、鈴木享之先生がグループ形式で指導を行い、参加者が互いに姿勢のアライメントをチェックしました。また、スポーツ障害や外傷が発生しやすい部位について確認し、自身の柔軟性や姿勢改善の効果を体験する機会となりました。実際に体を動かす中で、多くの参加者が効果を実感していました。

この活動を通じて、運動器疾患の予防に関する教育や啓発が、子どもたちの健康増進に大いに役立つことを再認識しました。さらに、参加者の中には過去にスポーツ障害を経験した方もおり、「自分の経験を活かし、子どもたちに健康の重要性を伝えたい」と熱意を語る場面も見られました。

今後もこのような活動に積極的に参加し、子どもたちの健康や健やかな発育を支援する取り組みを続けていきたいと考えます。



報告者：向家知宏（スポーツ局 人材育成部／浮間中央病院）

【活動報告】中学3年生を対象とした学校安全教育（豊島区立駒込中学校）

日 時：2024年9月19日（土）14:30～15:20
会 場：豊島区立駒込中学校
対 象：小学3年生 2クラス（合計47名）
講 師：鈴木享之（スポーツ局次長／長汐病院）
アシスタント：岩山 瞳（人材育成部部長／浮間中央病院）

内 容：

豊島区立駒込中学校よりスポーツ局／子どもの健康・安全部に、文部科学省土曜学習応援団にTPTAスポーツ局にて登録しております安全教育に関し、中学3年生を対象とした依頼があり活動して来ましたので報告します。

当日は中学3年生47名を対象に、地震発災直後に気を付けなくてはいけない環境や行動に関して防災プログラムの「防災サイコロ」を使用して授業を行いました。

避難場所や避難経路を考える上で、どの様な場所や場面にて群衆事故が生じる可能性があるのか、移動時の転倒やケガの予防として、夜間や停電などに対するライトの選定方法、通学路の危険な場所と危険な物とは、EDC (Every Day Carry) 等、普段からの持ち物や周囲環境へも注意が必要である事を気づかせる授業としました。また同校では、中学三年生より「公助」について学ぶ過程があり、「公助」ありきの防災ではなく「まずは自助」にて被害をできる限り軽減させる事の大切さに対する内容も含めお伝えしてきました。

この様に災害に関する安全教育においても、理学療法士としての目線で、移動時の姿勢教育や怪我をしない生活環境設定（家屋調整等）と言った安全教育（障害予防教育）を行う事は、あらゆる世代に笑顔を届けられる活動ができる理学療法士ならではだと実感しました。



報告者：鈴木 享之（長汐病院）

【活動報告】豊島区立朋有小学校 学校保健委員会

日時：2024年9月11日（水）

場所：豊島区立朋有小学校体育館

参加者：教員、保護者 35名

講師：渡邊祐介（子どもの健康・安全部部長 / 東京脊椎クリニック）

アシスタント：鈴木享之（スポーツ局次長 / 長汐病院）

岩山睦（スポーツ局人材育成部部長 / 浮間中央総合病院）

久木田詩穂実（子どもの健康・安全部部員 / 総合東京病院）

平良寛朗（スポーツ支援・推進部 / 池上総合病院）

【内容】

豊島区立朋有小学校の学校保健委員会において、子どもたちが学校での衝突事故を防ぐため、身体的要素に基づいた対策として、講師依頼を受けた（依頼講師：渡邊祐介先生）がコーディネーショントレーニングを活用した講義を実施しました。

講義では、まず学校で起こっている怪我の傾向についての説明を行い、特に事故を防ぐために重要な「コーディネーション能力」や「切り返す力とストップ能力」、さらに「視機能と空間把握」の役割について解説しました。その後、実際のコーディネーショントレーニングを用いた遊びの実技として、距離感や動きの予測力を鍛える「輪くぐり競争」や「長縄跳び」、素早く位置関係を把握する「木とリス」といった遊びを先生方にも体験していただきました。これらの遊びを通じ、身体を動かし楽しみながら注意力や判断力を養うことが事故防止に大変有効であることを感じていただきました。

参加された先生方や保護者様も非常に熱心に取り組まれ、コーディネーショントレーニングを用いた遊びの有用性を実感されている様子でした。

今後も理学療法士として、このような活動を通じて学校での怪我や事故予防に貢献し、子ども達が安心して学校生活を送れる環境作りを支援していきたいと考えております。



【活動報告】 小学 5,6 年生を対象とした学校安全教育（目黒区立宮前小学校）

日 時：2024 年 9 月 26 日（木） 9:20 ~ 12:30

会 場：目黒区立宮前小学校

対 象：小学 5,6 年生 4 クラス（合計 104 人）

講 師：佐伯 潤（スポーツ局外部委員／国士館大学）

鈴木享之（スポーツ局次長／長汐病院）

内 容：

目黒区立宮前小学校よりスポーツ局／子どもの健康・安全部に、小学 5,6 年生 104 人を対象とした学校安全教育授業の依頼を頂き活動してきましたので報告します。以前に佐伯先生考案による「防災サイコロ」プログラムを受けている学年に対し、今回は「防災サイコロ 2」の教材を使用し授業を行いました。

「自助・共助・公助」の流れに「被害」を加えた災害時における 4 つの流れを学び、「自分の命を大切にすること」「予防の大切さを知ること」を中心として授業を行いました。予防に関しては、災害時用の準備として普段の生活ができるお手伝いや身の回りの整理整頓の大切さも含め伝えてきました。

予防学の発展が著しい現代において、理学療法士として、心身や環境を整えることだけでなく、突発的に生じる災害にも反応できる様な日々の備え（環境設定）も含め、多面的な角度からそれぞれの対象者の Life style を整える活動ができたとと思います。「怪我をさせない・命を守る」為の安全教育（障害予防教育）を行う事、東京都理学療法士協会会員として積極的に取り組み、研鑽を積んでいきます。ご興味ある方は、是非お声かけ下さい！



報告者：鈴木 享之（長汐病院）

【活動報告】渋谷区立加計塚小学校 学校保健委員会

日時：2024年9月21日（土）

場所：渋谷区立加計塚小学校 教員・保護者 計20名

講師：森本 孝則（安全教育株式会社）

補助講師：鈴木 享之（長汐病院）

齋藤 弘樹（大橋病院）

この度、渋谷区立加計塚小学校の学校保健委員会にて「怪我を予防するために」という内容にて、講演を行う機会を頂きました。土曜日の保護者参観日ということもあり、教職員だけでなく、多くの保護者の皆様にご参加頂きました。心より感謝申し上げます。

講演では、怪我の原因や種類、小学生の身体的特徴、運動器検診の活用、そして怪我予防のための運動についてお話しさせて頂きました。特に、児童期の身体的特徴として筋肉が硬くなりやすい点に着目し、ストレッチの実技を通して、教職員・保護者の皆様にもご自身の身体を動いて頂きました。

講演後には、教職員・保護者の皆様から「体がしっかりと伸びました」や「子どもと一緒にストレッチをやってみます」といったお言葉を頂きました。子どもたちの健康を守るために、学校だけでなく、ご家庭での協力が不可欠です。今回の講演会が、保護者の皆様の健康に対する意識を高め、ご家庭での健康習慣づくりに繋がるきっかけとなれば幸いです。

今後の展望としては、子どもたちの健康増進のために、継続的に支援が行える関係性を構築することが課題です。子どもたちの健やかな成長を支えていけるよう、今後も尽力して参ります。



報告者：森本孝則（安全教育株式会社）

【活動報告】渋谷区立小学校教育研究会学校保健部会「ケガの予防」

日 時：2024年10月23日(水) 14時～16時

会 場：渋谷区立中幡小学校

参加者：養護教員13名

校長先生 1名

講 師：森本 孝則

補 助：鈴木享之、小栗円香、和田桃子、富樫幹史、国分空以

この度、渋谷区立小学校教育研究会学校保健部会において、「正しい姿勢を獲得して怪我を予防しよう」というテーマで講演と実技を行う機会を頂きました。参加対象は、渋谷区内で勤務する養護教諭の先生方でした。当日の内容は、以下の4つのテーマに基づいて実施しました。

- ① 子どもの身体的特徴と課題
- ② 姿勢とケガの関係性
- ③ ストレッチの重要性
- ④ コーディネーショントレーニング

実技では、実際に体を動かして頂くことで、「自分自身がケガをしやすい体の特徴を持っているかもしれない」と気付かれる先生もいらっしゃいました。そのため、児童を指導する際に観察すべきポイントを具体的にお伝えしました。

私は今回、多くの先生方を対象にストレッチ指導を行うという貴重な機会を頂きました。普段、病院のリハビリテーションでは1対1で患者様に向き合うため、慣れない状況に緊張しましたが、多くの方にストレッチの重要性を理解して頂けたことは非常に嬉しく思います。これをきっかけに、子どもたちの健康づくりに貢献できる指導スキルをさらに磨きたいと感じました。

また、校長先生や養護教諭の先生方と意見交換を行い、児童の実情に即した支援を委員会を通じて進めるための協力体制を構築しました。今後も学校との連携を密にし、子どもの健康や身体づくりを継続的にサポートしていくことを考えています。先生方も講演や実技に熱心に耳を傾け、積極的に参加してくださり、大変実りある機会となりました。



報告者：スポーツ局 子どもの健康・安全部 国分空以（浮間中央病院）

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, 植田康彦・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? 232号は全40ページとなりました。11月も下旬を迎え、朝晩の寒さを感じるようになりました。この9月から11月にかけて様々な学会が開催されております。会員の皆様におかれましても、様々な学びを得られていることと思います。また第44回東京都理学療法学術大会の準備も着々と進行しているようです。大会ホームページからの追加情報を楽しみにしたいと思います。(M.I)

X (Twitter)

facebook

Instagram



https://twitter.com/TPTA_PR2023



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



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

11,180名(令和6年11月15日現在)
(事務局) 〒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