

とうわ
藤和けんこう通信



2015年6月号 VOL.56

腰痛ケア・予防講座

発行元：藤和マッサージ（訪問マッサージ・はりきゅう）
相模原院042-855-0420 町田院042-851-7528 海老名院046-204-5482

介護職員さん向け『腰痛ケア・予防講座』を開催



自分自身の骨盤の捻り左右差をチェック

誰でも簡単にできるローラーマッサージを実践

5月27日水曜 普段お世話になっている芙蓉の園さんにて、職員さん向け『腰痛ケア・予防講座』を開催しました。介護現場で発生しやすい腰痛に対して、骨盤調整ケアやローラーマッサージなど実践を取り入れながら、予防・ケア方法をお話させていただきました。

主な講演内容

- ・腰痛ケア予防の3本柱、腰痛発生率50%ダウン！
- ・実践 ローラーマッサージ！
- ・現場で応用、腰痛をおこしにくい体の使い方
- ・腰痛に対して有効なこと
- ・もしも痛くなってしまったら…



新入職員紹介

細田篤矢(ほそだとくや)
鍼灸マッサージ師
相模原院 配属
出身 長野県



新入職員紹介

渡邊真之(わたなべまさゆき)
鍼灸マッサージ師
海老名院 配属
出身 神奈川県

い つ も 思 い や り あ る 対 応 を 心 が け ま す



池田裕美 馬場悦子 野々村謙 佐藤文子 石井武司 宮城はるお 大野佑介 長谷川佳汰 代永涼子 岡本尚弥 尾崎弘康 石川晃 保川りさ
須藤 新 長谷川加代 佐藤浩剛 板垣 鋭司 榎本多佳子 小木野貴史 近藤マチ子 岩本友保 石井 旭 若本大輔 矢部恵 袴 瀧平 添田真理子

介護職員さんアンケート

腰痛のリスクが高い業務は？

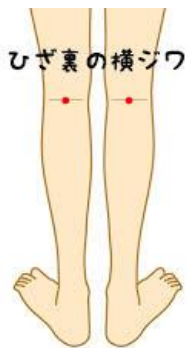
(21名・複数回答) (腰が痛くなる業務は？)

入浴介助	14票
トイレ介助	12票
移乗介助	9票
体位変換	4票
送迎	1票
その他(オムツ交換)	3票

《3本柱のケアで

腰痛発生率50%ダウン！》

- ① 骨盤 前後調整ケア(調整運動)
- ② 骨盤 左右調整ケア(ストレッチ体操)
- ③ 股関節ストレッチ
上記の3本柱をメインに講演しました！



ひざ裏の横ツボ

もしも痛くなってしまったら・・・
委中(いちゅう)を押す！
腰痛に効果があるツボ
膝の真後ろのど真ん中の所です
ここを指で刺激する腰痛に有効です



介護現場で要注意！
降ろす際、腰の筋肉は
伸ばされながら力を発生させる

この時一番腰に負担がかかる
一番注意が必要！

院内研修会 『肩PNFパターン運動』

5月29日、海老名院岡本尚弥さんが、院内講習会として『肩関節PNFパターン運動』についての講演、石井武司さんが『転倒』に関する講演をしてくださいました！
『PNFパターン運動』については、肩関節の動かす方向と角度を、時計に見立ててわかりやすく説明してくれました。肩関節に障害がある方に施術の場面で取り入れてみる事ができそうです。

また刺激に関して、触感覚だけでなく視覚感覚・聴覚感覚なども組み合わせることで、普段の施術にも早速応用できることが学べました。



神奈川衛生学園 就職ガイダンス

5月14日木曜、神奈川衛生学園で来春卒業生を対象にした就職ガイダンスに参加しました。今年から、初めて新校舎の横須賀校の大変立派な大ホールで行われました。真剣に話を聞いてくる学生さんがたくさんいて、とても嬉しいことでした。



大ホールに約30社が参加



馬場悦子さん 産休に入りました！！

海老名院で立ち上げ当初から活躍してくれていた馬場悦子さんが産休に入りました。ぜひ元気な赤ちゃんを産んでほしいです☆



糖尿病患者24%、眼科を受診せず…網膜症への備えなし

(2015年5月14日読売新聞)

糖尿病と診断されたにもかかわらず、併発しやすい網膜の症状に備えて眼科を受診していない人が4分の1近くいることが、バイエル薬品などのインターネット調査で分かった。糖尿病患者の約2割には、視界がゆがんだり欠けたりする網膜症が出るとされる。網膜症は自覚症状がないまま進む特徴があり、重症化すると失明の恐れもある。早期の治療で進行を止められ、日本糖尿病学会の診療指針では、糖尿病の診断時やその後年1回の眼科の受診をすすめている。同社と参天製薬は、糖尿病と診断され治療を受けている1000人に眼科受診の状況を聞いた。すると、24%が「受診していない」、37%が「診断の1年以上後に受診した」と回答。受診していない人に理由を質問したところ、「医師に眼科受診をすすめられなかったため」が半数近くいた。

成年後見、首長申請1割増…身寄りない高齢者多く

(2015年5月24日読売新聞)

認知症高齢者らのために財産管理などを行う成年後見制度で昨年、市区町村長が家庭裁判所に成年後見を申し立てたケースが前年より10・8%増加し、5592件に上ったことが、最高裁が22日公表した集計でわかった。身寄りのない高齢者が増えたことが主な要因。一方、親族による不正が深刻化したことなどから弁護士など第三者が後見人に選ばれるケースも増えており、全体の65%と10年前の3倍以上となった。最高裁によると、2014年末現在の成年後見の利用者は計18万4670人で、前年より4・6%増えた。このうち、市区町村長による申し立ては、頼れる親族が身近にいない場合や、家庭内で虐待が疑われるケースで行われることが多い。制度が始まった00年度は23件だったが、14年は5592件と前年より546件増加した。申立人別では、14年中に申し立てがあった3万4174件のうち、「子」(32・1%)に次いで市区町村長によるものが多かった。家裁管内別では東京(894件)、大阪(524件)など高齢者が孤立しやすい都市部に集中している。一方、14年に後見人に選ばれた人は、弁護士や司法書士ら第三者が65%。04年度は20%、09年は36・5%と、この10年間で急激な増加を続けている。後見人による不正も後を絶たず、昨年は前年より169件多い831件で、被害総額は56億7000万円と過去最悪を更新。親族による不正がほとんどで、家裁がより信頼のおける専門職を後見人として選ぶケースが増えていると見られる。

ALSにビタミンB12効果、患者の一部が1年半以上延命

(2015年5月20日 読売新聞)

全身の筋肉が急速に衰えて呼吸などが難しくなる難病ALS(筋萎縮性側索そくさく硬化症)の患者に、ビタミンB12の一種「メコバラミン」を投与したところ、患者の一部で1年半以上の延命効果があったとする臨床試験の結果を、徳島大などのグループがまとめた。メコバラミンは、手足のしびれに対する薬として、既に医療現場で広く使われている。従来の治療薬では、延命効果は3か月程度とされていた。臨床試験は、メコバラミンを開発したエーザイが主導し、全国の51医療機関が参加した。2007年から約7年半にわたり、ALS患者約370人を対象に、メコバラミンの投与量に差をつけて効果を調べた。発症から1年以内に治療を開始した場合、死亡するか人工呼吸器が必要になるまでの期間は、投与を受けなかった場合の570日と比べ、600日以上長い1197日だった。一方、発症後1年を過ぎてから治療を始めた患者では、延命効果はなかった。効果に差が出た理由は、はっきりしないという。ALSは原因不明で、根治療法は見つかっていない。臨床試験を行った梶龍児・徳島大教授(神経内科)は「従来にない延命効果が示された」と説明。日本神経学会代表理事の高橋良輔・京都大教授も「副作用は少なく、国は早く適用拡大を認めてほしい」と話している。試験結果は新潟市で開かれる同学会で、21日発表される。

発行元

無料体験マッサージ、いつでもお気軽にどうぞ
【医療保険適応 訪問マッサージ・はりきゅう】



とうわ

藤和マッサージ
Towa Massage

相模原院 ☎042-855-0420
町田院 ☎042-851-7528
海老名院 ☎046-204-5482

相模原市南区南台4-13-23-1階
町田市森野4-17-23-2階-B
海老名市中央3-3-13-202