

爪切り屋メディカルフットケアJF協会 協会通信

NO.9

2011年5月発行

編集・発行/爪切り屋メディカルフットケアJF協会 広報委員会
〒179-0085 東京都練馬区早宮3-12-5 TEL03-3992-1824 Fax03-3992-3309

爪切り屋メディカルフットケアJF協会 会長
宮川 晴妃



「2011年03月06日 早宮教室にて」

2011年3月11日14時46分、東日本はマグニチュード9.0という歴史的に大きな地震に襲われました。それに続いて三陸海岸から茨城県沿岸を襲った大津波の天災、福島第一原子力発電所の原発事故という人災が起きました。また、関東地方では埋め立て地の液状化現象もありました。被災された皆様に心からのお見舞いを申し上げます。このことは、自然の力への畏怖を私たちに知らしめ、何時どこで何があるか分からないこと、明日は今日と同じではないことを思わずにはられません。

あの日から2か月以上の月日がたちました。「爪切り屋」メディカルフットケアJF協会には、双葉町から被災された方を受け入れている加須市の方より、メールの連絡をいただき、ご協力させていただくこととなりました。

「爪切り」のボランティアにもお邪魔する予定があります。ボランティアの受け入れも職員不足でなかなか予定が決まりませんが、協会員の皆様にもお力添えをお願い申し上げます。

いまだに落ち着かない日本列島ですが、私たちフットケアワーカーは‘お客様の心に寄り添い、足と心を癒すこと’をこれからも変わらずに続けてまいりましょう。

＝平成23年度定時総会のお知らせ＝

延期されておりました定時総会は下記の通り開催いたします。

日時：平成23年6月26日(日) 10:00～12:00

場所：中野サンプラザ 研修室6

また、総会後午後1時より研修会「スタンダード版活用のポイント」(仮題) 講師：宮川晴妃会長

理事会報告

第21回・第22回・第23回・24回

➤ 12月04日(土)10時から12時まで、早宮教室において、第21回理事会が開催されました。

- 1 日時 平成22年12月4日(土) 10:00～夕方
- 2 場所:早宮教室
- 4 決定事項
1) 第16回研修会詳細。

- 2) 委員会活動についてそれぞれリーダーを決め、活動内容、決定事項、活動等を継続的に記録し、活動の成果について考えていく。
- 3) 教育委員会と研修委員会を合わせて「教育企画委員会」とする。
- 4) 承認証の再発行料¥5,000+送料実費とする。
- 5) HP 更新料22年度¥20,000 23年度¥30,000とする。

5 検討事項

協会として資料を共有することについては時間をかけて検討していく。

➤ 1月29日(土) 10時から12時までウィリング横浜和室において第22回理事会が開催されました。

- 1 日時 平成23年01月29日(土) 10:00~12:00
- 2 場所 ウィリング横浜 和室
- 3 決定事項
 - 1) 理事会と研修会を兼ねた場合の交通費は半額とする
 - 2) 暫定23年度活動計画の決定~震災により変更
 - 3) スタンダード版を使用し、フットケア研修会を行った発表者の会員報告を聞き、翌日に感想とともに考察し、グループに分かれ話し合い全員で集まり発表する。

➤ 3月6日(日) 10時から18時まで第23回理事会が開催されました。

- 1 日時 平成23年3月6日(土) 10:00~夕方
- 2 場所: 早宮教室
- 3 決定事項
 - 1) 各理事に2年任期継続の意思確認。
 - 2) 各委員会のリーダー、サブリーダー、記録係を決定。
 - ①教育企画委員会: リーダー: 大須賀・米島 サブリーダー: 折笠 記録: 木村・宮垣
 - ②総務委員会: リーダー: 本林 サブリーダー: 安 記録: 高橋
 - ③広報委員会: リーダー: 関根 記録: 高橋
 - 3) 総務委員会の活動日を増やし、協会の業務を二人以上で確認しながら行う。
 - 4) 総会準備(詳細は第24回理事会で変更となる)
 - 5) インターネット会員限定ページ作成木村氏へ依頼

4 検討事項

- 1) 年会費以外の収入源を考える
協会主催の講演について検討する
賛助会員を募る

➤ 5月15日(日) 10時から18時まで第24回理事会が開催されました。

- 1、日時 平成23年5月15日(日) 10:00~夕方
- 2、場所 早宮教室
- 3、決定事項
 - 1) 総会について(延期となったため修正)
 - ・日時、会場、講習の内容(1ページ囲みを参照)
 - ・平成23年度活動計画日程変更調整
4月に中止になった加藤先生の講演を9月10日に行う。
会員限定講習、研修会の計画を教育企画委員会で企画し直す
 - ・賛助会員の件について会費、特典(案)
 - 2) イベントについて
協会主催講演会の開催を決定!!!
日時: 7月30日(土) 10:00~16:00
講師: 宮川晴妃会長
対象者: 看護職者と介護職者
内容: 講義とデモンストレーション
 - 3) インターネット会員ページが完成しました。
会員ページへの入り方は総会においてお知らせします。

協会から会員の皆様へ
協会通信バックナンバー

no. 1	2007年12月22日 発行	
no. 2	2008年 7月15日 発行	
no. 3	2009年 2月28日 発行	
no. 4	2009年 6月 8日 発行	
no. 5	2009年10月14日 発行	
no. 6	2010年 3月15日 発行	
no. 7	2010年 6月 発行	
no. 8	2010年12月 発行	
no. 9		

限定講習会 申し込み
定期研修会 申し込み
研究会 参加募集

理事会より
理事会議事報告

会員から協会へ
研修会で取上げてほしい提案
読者の推薦

「会員ページより」

参加者 5名 内容の抜粋

理論の抜粋：人間の身体は地球の重力とのバランスを効率的に保つことを最優先しています。そして、その重力とのバランスを最も多くコントロールしているのが人間の土台となる「足裏の機能」です。バランスを整える原理には①積み木1段目の原理→安定機能の低下（骨格や姿勢の悪化）②地震の縦揺れ・横揺れの原理→免震機能の低下（過剰な衝撃とねじれによる破壊）③竹馬の原理→運動機能の低下（身体が硬くなる・運動機能の衰え）があります。

技術の抜粋：笠原式テーピングの原理

(1) 痛みがない場合の足裏バランステーピング法

- 1) 踵テープ 2) 親指テープ 3) 小指テープ 4) 足裏横テープ 5) 基本テープ①
- 6) 基本テープ②

(2) 痛みがある場合の足裏バランステーピング法

- 1) 包帯を巻く 2) 踵テープ 3) 親指テープ 4) 小指テープ 5) 包帯カット
- 7) 足裏横テープ 8) 包帯ズレ防止テープ 9) 基本テープ②

理論編・技術編ともに大変具体的で分かりやすい講習会と好評でした。

第16回研修会と会員報告・・・2011年1月29日30日

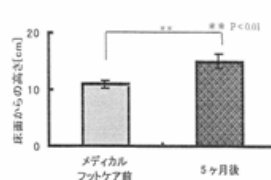
2011年1月29日30日にウィリング横浜の研修会場において、第16回研修会と会員報告がおこなわれました。参加者は36名でした。

1日目

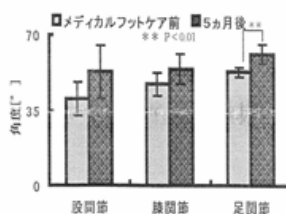
○特別講演 「爪切りと身体機能の変化」 講師 宮川晴妃 会長

研究事業として、東京電気大学大学院工学研究科メディア学専攻、東京医療保健大学 医療保健学部 医療情報学科、爪切り屋メディカルフットケア JF 協会 会長宮川晴妃 の共同研究の成果を報告です。高齢者の歩行能力の向上はQOLの向上が期待でき転倒による骨折の予防につながると考える。皮膚科専門医の調査結果では外来患者 9281人のうち、6割以上が足部や足爪に変形、真菌感染症があることや爪のケアが必要な人ほど歩行時転倒する可能性が高いことが報告されています。

メディカルフットケアを5ヶ月行った実験結果



・歩行時の膝関節外顆の底面からの高さ遊脚期で最も膝関節外顆が高い点を示すケア前と5ヶ月後を比較すると1.37倍であった。



・歩行時の足、膝、股関節の可動域2歩行周期中における各関節の可動域(角度)の最大値から最小値を引いた結果すなわち股関節が軸に対して最大伸展変化、膝関節が最大屈曲から最大伸展変化、足関節が最大屈曲から最大伸展変化を示した足関節ではケア前と5ヶ月後を比較すると1.4倍であった。

そこで、足部や足爪の異常があると下肢筋力と姿勢制御機能が低下することを明らかにしました。肥厚爪、硬厚爪、巻爪などのからの痛みはメディカルフットケアを行うことで解消されました。そのために歩行時の立脚期から遊脚期への蹴り出しの影響を明らかにするために、メディカルフットケアを5ヶ月実施し、自由歩行による各関節の可動域と大腿部挙上の変化を調べた結果を数値で明確にしました。

○会員報告：スタンダード版を基本とした講演の会員報告4名

(1)講習内容について

「スタンダード版を使用しての研修を実施してー講習目標3を中心にしてー」 大河原和子氏
「スタンダード版を活用して」フットケアサロンすすき 鈴木良江氏
「スタンダード版を実践してみても」つめきり Kanoko 武蔵かの子氏
それぞれ対象者の背景や人数は異なっていました。報告の内容を要約します。

＝プラス評価＝

- ・スタンダード版が示されていることによって自分自身の講演内容のチェックができた
- ・コンパクトで使いやすかった
- ・講義項目1の宮川式のフットケアについては、内容と留意点を説明しやすく受講生も分かりやすかった
- ・講義項目6の爪を切る前に大切なこと・爪が飛び散ることに寄る環境への配慮など受講生にとって身近な内容は受講生の反応が良かった

＝課題＝

- ・講義項目7の爪の切り方の前に角質除去、次に9番の用器具類の説明体験が入ると流れがスムーズではないか
- ・正しい爪の切り方などの視覚教材が欲しい
- ・講習目標は対象者によって講師が変更を加える必要がある

また、鈴木良江氏が作成した、秋田民謡どんぱん節・ひなまつり・どんぐりころころ・鉄道唱歌のいずれの節でも歌える替え歌「イキイキ満足節」は参加者に好評で、全員の手元にコピーが渡されました。

(2)講習会をビジネスとして展開するには ほっとさぼーと 折笠 無我 氏

○講習を企画する手順

1. 講習日程を決める：今から始めて最短でしかも、集客できそうな日程
2. 講習場所を決める：選定基準：受講者が集まりやすい場所、
：受講者が説明をしなくても来れる場所
：遠方の方が、電車でも来れる場所
：綺麗な場所
3. 値段を決める：1時間の単価を算出して受講料を決める
4. 集客方法：できるだけコストをかけずに集客出来る方法を考える
各施設DM郵送、地方の情報誌 など

○今後の課題

- ・講師1人で何人に指導出来るか（適正人数の把握）
- ・講師役運営も合わせて1人で準備から指導まで出来るマニュアルづくり
- ・講師2人態勢だと何人まで指導可能か？
- ・効率よく指導する導線マニュアル
- ・写真などの映像で見せる事が大切

23年度は「人の心に貯金を」「思い立ったら、即実行」を行動目標に活動していきます。
長期目標は「関わる方が元気で幸福な生活を送るお手伝いがしたいです」という折笠氏の熱意が伝わる報告でした。

2日目

『前日の報告についてグループに分かれ討議をし、発表する』という初めての試みをしました。

参加者25名で2グループに分かれて自由討議したところ、講義目標は講義をする際のポイントとなるなどの評価がありました。また、要望も多く寄せられました。会員で共有できる視覚教材としての写真やイラスト（足の構造、爪の構造、爪の切り方、立位と歩行時の支えとなるような爪の形、など）、DVDなどが欲しい。また、間違っただけの事例や失敗事例を取り上げて欲しいとの要望もありました。このような要望を実現するには会員の皆様のご協力なくしてはできません。「爪切り屋」メディカルフットケアJF協会会員として、自分たちの会を自分たちの手で豊かに創造していきましょう。



編集後記

今後とも会員の皆様のご意見を頂きながら、会員が情報を共有できるような広報誌にしたいと思います。

広報担当 関根・高橋