

# 爪切り屋メディカルフットケアJF協会 協会通信

NO.22

2015年8月 発行

## 心つなぐ足へのメッセージ

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 Tel 03-3992-1824 Fax 03-3992-3309

### 会長のページ

### 爪切り屋メディカルフットケアJF協会

会長 宮川 晴妃



気温の変化に戸惑い健康を害する人も多いと聞きますが、会員の皆様には、お変わりなくご活躍の事と思っております。世の中の目まぐるしい情報の波の中で生活している私達です。でも、情報ってなに、「仕事に役立つ情報とは、新鮮で正確で具体的でなくてはなりません。情報には必ず不明な点や不正確な部分があります。小耳にはさんだもの、また聞きのもの、そのままでは本当の情報ではないのです。足りない部分や、あやふやな点をしっかり補強して、より完全なものにすることです。周りの環境の変化、競相手の動向など、いずれも早く確かな情報に仕上げてみることで。」

Have a Nice Day 景山精二著に書かれてありました一節です。フットケアを行う上で大事なことだと思います。噂や、人の話に左右されない、自分で学んだ技術、心、科学を信じることだと思います。

### ワンポイントレッスン⑤ いろいろビットの紹介

今回はシリコンポイントの紹介です。

肘、膝の硬結、黒ずみ等を取り除くビットです。粗目(ブラウン)、細目(ピンク)使用方法

- 1) 回転数 17,000~20,000
- 2) 削る部分にクリームを塗ります。(滑りをよくする為)
- 3) 皮溝に逆らいながら優しく部位全体を削ります。(粗目)
- 4) 皮溝に沿って優しく部位全体を削ります。(粗目)
- 5) 3) 4)をピンク(細目)で行います。
- 6) 正常な皮膚と硬くなっている皮膚の間をフリーハンド(手首を柔らかく左右にうごかす)で削ります。削る時、皮膚が熱くならないように、ざら熱をとりながらおこないます。削り過ぎには注意してください。

来夏、綺麗な脚を望むなら今から始めても大丈夫ですが、2~3週間に1度のケアで十分です。一度に削りすぎるとかえって硬くなる場合があります。削ったあとは必ずケア(トリートメント)をすることが大切です。



1回目



2回目



3回目



## 平成27年度定時総会

副会長あいさつ



みなさま、私は、先の総会で副会長を拝命することになった西脇友子と申します。昨年4月から教育企画委員として活動してきました。昨年、全協会員を対象にしたアンケートの結果、協会としてのこれからの活動に多くの示唆をいただきました。この結果を活かし、宮川会長、理事の方々をはじめ会員の皆様と共に、協会が役割を果たし、発展していけるよう協働していきたいと思っています。

私は、今、富士河口湖町で看護学部設立準備の仕事をしています。新しい看護学部のカリキュラムの中にフットケアを組み込む予定です。

これからフットケアは益々必要になります。今後も、お力添えよろしくお願いいたします。

平成27年4月18日（土）に東京法規出版会議室において、平成27年度定期総会を開催しました。議案は下記のとおり承認されました。

- 1 副会長改選
- 2 平成26年度活動報告、平成26年度収支報告書
- 3 平成27年度収支予算、平成27年度活動計画
- 4 研修会会費について

## 第29回研修会特別講演

## 足と爪の病気と診断と治療

まるやま皮膚科クリニック 加藤 卓朗 先生

総会後の研修会では、会員の山田直美氏による公衆衛生学会報告、西脇友子氏によるアンケート集計結果報告がありました。特別講演として、加藤卓朗先生にご講演をいただきました。今回は、協会通信のために、ご講演の要旨について加藤先生に原稿をお願いしました。研修会に参加できなかった方、参加された方も研修のまとめとして必見です！

2015年4月18日に行われたメディカルフットケア JF 協会の研修会で「足と爪の病気の診断と治療」と題する講演を担当しました。その要旨を記載します。講演は約90分間で、足と爪の病気、足病変に関する糖尿病の問題点、診断クイズ、フットケアの実情と問題点の順にお話ししました。

### 足と爪の病気

足の皮膚病は感染症、非感染性の皮膚炎（接触皮膚炎・掌蹠膿疱症）、角化症（胼胝・鶏眼）、腫瘍（皮膚がん・悪性黒色腫）、その他（皮膚潰瘍・壊疽）に分けると理解しやすいです。

その中では感染症が最も重要で、細菌（毛包炎・膿疱疹・蜂窩織炎）、ウイルス（疣贅）、真菌（白癬）、医動物（疥癬）が原因です。頻度の多い足爪の病気は厚硬爪、陥入爪、巻き爪、ひょう疽、爪白癬です。病態を正確に把握し、ケアで対応可能か、治療が必要か判断しましょう。

### 糖尿病の問題点

糖尿病患者は自覚症状の異常、皮膚の乾燥・角化・亀裂、胼胝・鶏眼、潰瘍・壊疽、感染症、爪の異常、足趾の変形をきたしやすいので注意しましょう。

以上は、神経障害、血流障害、易感染性、視力障害などで生じます。対象者の状態の把握、リスクが高い場合の十分な説明と同意、トラブル発生時に対処してくれる医療機関との連携などが必要です。

糖尿病などのハイリスク患者のウォーキングに関しては、プラス面のみならずマイナス面もあることを理解させ、個人別に方針と目標歩数を設定しましょう。具体的には、コントロールや体調不良時は控える、空腹時は避ける、天候に注意、安全優先の靴を着用、開始前に足・靴下・靴をチェック、短い距離から始める、自分のペースで歩く、30分ごとに足をチェックし靴を履き直す、違和感や異常があったら中止などを提案しました。

## 診断クイズ

似ている症状の皮膚病のスライドを提示し、診断を考えてもらいました。

## フットケアの実情と問題点

フットケアに関する問題点として、ケアと治療が混同されている、施設・診療科・職種によって対象者や目的・内容が異なる、保険での診療報酬が少ないことをあげ、日常および医療的ケア、治療の対象とその病態について、表のように演者の考えを示しました。

分類	日常のケア	医療的ケア	治療
対象	健康な人	健康な人～ハイリスク患者	
病態	正常	正常～病気	病気
		角層～表皮	真皮より下も

最後に JF 協会のフットケアは、安全に痛くなく、爪を切る有用な専門的な技術で、フットケアや治療の場で高く評価されるのみならず、習得者は患者やスタッフの指導役も期待されると考えます。会員の皆様のますますのご活躍を祈念します。

加藤先生！  
おめでとうございます。



長年ご指導いただいている加藤卓朗先生が、済生会川口総合病院を退職されました。

研修会終了後、退職のお祝いと還暦を迎えられたお祝いに、会員を代表して木村さんより花束を贈呈しました。

加藤先生のこれからの益々のご活躍をご祈念申し上げます。これからもご指導よろしく願いいたします。

## 次回研修会のお知らせ

日時 平成27年12月5日(土)  
時間 10時30分～17時(受付10時～)  
内容

アンケート結果から、会員の皆さんが一番困っているグラインダーの使い方、肥厚爪の削り方について、宮川先生にご講義をお願いしています。

また、フットケア用品の情報提供として、浦和工業さんから新しいビットの紹介やメンテナンスの方法についての説明、物品の販売を予定しています。

研修会終了後、懇親会あります。  
詳細については、後日お知らせいたします。  
会員の皆様のご参加をお待ちしています。

## サロン訪問について

今回は、サロン訪問の記事はお休みです。

現在サロンを運営している方、これからやりたいと考えている方等、会員の皆様の情報共有として、取材させていただきたいと考えています。

会員の皆様からの情報提供よろしく願いします。

## 活動報告

会員 並木泰江

### 活動内容

- ◆在宅訪問と勤め先のデイサービスでのフットケア
- ◆橋本先生とご一緒に施設でのフットケア
- ◆市の福祉センターでフットケアセミナー（年2回）

### フットケアとの出会い

私とフットケアの出会いは住んでいる志木市で宮川先生の講演会を聞き実技を見せて頂き、デイサービスでかかわる肥厚した爪や巻いた爪を切る事が出来るという驚きからでした。そして今でもその気持ちを忘れてはいませんが、先生の言われるように仕事をすればするほどどうすることが最善なのかと迷うことの多い仕事だとも感じています。

### 山下先生との研究に参加して

昨年までの志木市の介護予防のフットケア講座では、山下先生の計測と宮川式のフットケアの協働でどんな変化が生まれたか、その集計の整理に参加し、宮川先生や大須賀さんの経験から言われる事柄が「爪の変化が歩き方や足指力に影響していること」を実感いたしました。

3年間にわたり、大須賀さん松本さん小泉さん、古くは高橋さんや鈴木さん作左部さん吉田さんらと、4人が並んで施術する事は大変勉強になりました。

その場で宮川先生や橋本先生にご注意いただけるのも有り難い事でした。

参加者に、足爪の働きを伝え、洗い方、保湿、スクエアオフの切り方ファイルの仕方などをお伝えすることも勉強であり、施術者としてお互いの情報交換の場もありました。



### 施設でのフットケア

施設での橋本先生とのお仕事では、実践的といえますか、手早く、切れるところは切る。ゾンデの操作で痛いと思わせてしまうと切ることが難しい方もおられ、それぞれの爪を見極め、手順にこだわらず仕上げていく必要も学びました。ビットの選び方や使い方、切り方の工夫。声掛けやお話で気をそらせる話術も大切になります。短時間でも仕上がり美しいのは、必要なことを必要に応じて苦痛と思わせないうちに終わらせてしまうことと感じます。

しかし、今書いてきたことは皆教室で言われ習ってきたことであり、それを自分で身につけて考えることに終わらないとしみじみ思います。

これからも心をつなぐフットケアを心掛けていきたいと思えます。

施術例：デイサービスに通所を始めた方です。右足の2趾が皮膚に食い込んだ状態で、1趾も厚みがありました

前



後



### 編集後記

活動報告ありがとうございます。

今後も会員の皆様からの情報提供よろしくお願ひします。