

# 「爪切り屋」メディカルフットケア J F 協会 協会通信

NO.31

心つなぐ足へのメッセージ

2018年 6月 発行

編集・発行 「爪切り屋」メディカルフットケア J F 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

「爪切り屋」メディカルフットケア J F 協会

会長 宮川 晴妃



豊島園から続く石神井川を埋め尽くした桜も花筏となって流れていきました。今は初夏を迎える葉桜が美しく目を楽しませてくれています。

「爪切り屋」メディカルフットケア J F 協会も開設 20 年目迎えます。これも皆様の支えがあったからです。改めて心より感謝申し上げます。

去年今年へと初志を貫く気持ちを改めて思う日々です。

人生は、一瞬、一日、一年と挑戦の連続です。その一度しかない人生は、限りなく「生きるほどに美しく」ありたいものです。

人は楽しい時、憂き時を繰り返して生きていきます。そんな日々のひと時を、フットケアワーカーのこの手で癒す事が出来るのです。行きたいところに行ける喜びを、ケアを通して伝え、また自分で出来る日々のケアをも伝えて行く事が出来るのです。

会員の皆様と一緒に、「爪切り屋」メディカルフットケア J F 協会のワーカーの花を咲かせましょう。楽しさいっぱいの世の中になって欲しいことを願っております。

## 総会報告 平成 30 年度定期総会

2018 年 4 月 21 日

平成 30 年度定期総会を開催しました。会員総数 130 名 出席 23 名 委任状 48 名 合計 71 名で過半数以上となり総会成立しました。司会西脇副会長・議長安藤会員・議事録署名作左部会員書記浅見・武蔵会員で行われ、下記議案は承認されました。

### 平成 29 年度活動報告

#### 1、平成 29 年度収支決算報告

#### 2、平成 30 年度活動計画

##### 平成 30 年度収支予算

#### 3、理事改選

退任～西脇友子・木村育子・宮坂奈緒子

荒井みつ江・山田直美

新任～吉田朋子・武蔵加乃子・鈴木良江

鈴木まゆみ・石井裕美子

再任～矢野倉敬子・並木泰江・浅見ひろみ



(武蔵 吉田 矢野倉 先生 浅見 鈴木ま 鈴木良)  
敬称略

宮川先生と新理事 (石井・並木理事欠席)

よろしくお願いたします。

○特別講演「足の治療とケアの必要性」

まるやま皮膚科クリニック・東京医科歯科大学非常勤講師 **加藤卓朗先生**



私たちフットケアワーカーはトラブルのある足を見たときに、今必要なのは治療か、ケアかその両方かと考えます。毎年の加藤先生の講演はそんな私たちの大きな力になります。

今年は皮膚病と爪疾患の問題点として①悪性腫瘍など生死にかかわるもの②痒み痛みなど自覚症状のあるもの③感染源になるもの④生活上の不都合になるもの⑤美容上のマイナスと分け、それぞれについてわかりやすく説明してくださいました。

次に「肥厚爪や外反母趾など足や爪の異常により下肢機能は低下するが、フットケアを行うことでその機能は改善できる」という研究結果を例に、フットケアの必要性を示されました。

さらに「医療的ケア」と「治療」の境界につ

いて「医療的ケア」は角層と表皮の範囲への施術（爪を切る・削る・胼胝の処置・痂皮の除去等で出血は伴わないもの）、「治療」は真皮以下についても行うもの（爪甲除去・鶏眼処置・壊死組織の除去などで出血を伴う場合も）という先生のお考えを示されました。しかし正常と病気の区別は難しく、表皮と真皮の境界も明確でないことなどから、両者をクリアに分けることは困難と述べられました。

最後に宮川先生のメディカルフットケアについて「健康な人・患者に対して有用な専門的な技術」として高い評価と期待、可能性を話され講演を終えました。

「治療」と「ケア」は健康な足を維持するためにどちらも欠かせないものです。私たちは最善のフットケアができるよう、確かな知識と技術、心を磨き続けてゆきましょう。

○事例検討 ※爪と皮膚を分ける、角質を丁寧に除去するという基本は各事例共通です

事 例	事例説明	ケアのポイント、施術について
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・87歳 杖歩行</li> <li>・巻き爪の炎症治療後、2ヶ月でさらに巻いてしまった</li> <li>・肉を巻き込んでいる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全体を軽く削ってから←部分を削り爪を緩ませる（曲がりの強いところを削ると割れてしまう）趾間の皮膚の状態にも注意</li> <li>・側爪郭が硬ければフィッシャーなどで削る</li> <li>・趾をトリートメントでほぐす</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・83歳 独歩</li> <li>・最近よく転倒する</li> <li>・施設でバレエシューズを使用している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・先に爪を少し切り角質を取りやすくする</li> <li>・先端内側に出た部分は縦切りする</li> <li>・趾が締め付けられているので靴を見直す</li> <li>・趾伸ばしをする</li> </ul>
<p>施術前                      1か月後</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・80代後半 独歩</li> <li>・炎症を起こし抗生剤で治療した後ケア</li> <li>・1ヶ月後には爪の内側が肥厚していた</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボーラーフレーザーSで爪の内側を削る</li> <li>・このときダイヤモンドのビットを使用すると皮膚を傷つけずより安全</li> <li>・白癬がないか確認し必要なら治療する</li> </ul>



まさかの開業みんな驚きました。宮川先生との出会いは16年前、開設間もないデイサービスでフットケアの研修会を開催した時でした。初期認知症の80代の女性と



介護していた家族も参加されていました。巻爪が痛くて靴が履けずスリッパを履いていました。ところが施術後、痛みもなくなりあつという間に靴が履けるようになり、靴が履けるようになると行動範囲

が広がりました。コミュニケーションが良好となり、表情も豊かになりました。フットケアの継続は高齢の方にとっても生き方を変えられるものと実感しました。

認知症にならないために、食事、運動、コミュニケーションなどが言われています。フットケアはそれらを達成するためにも重要

な項目の一つです。認知症予防として、私にもできるのではないかと。その時から、フットケアを学びたいと考え、勤務しながらで大変でしたが全コースを修了し資格を取得しました。

定年を過ぎ退職を機に開業を決めた時、応援の第1号は夫でした。開業のノウハウも知らない私に色々協力してもらい、自宅の1部屋をサロンに改造できました。不思議な連鎖は娘にも。変形した孫の足爪の手入れをしていました。ある時、娘が「私もフットケアを学びたい」と言い、今、1級を目指して学んでいます。フットケアを通じて母娘で話が深まりそうです。何より怖くて足を触らせてくれなかった夫が爪を切る間、スースーと寝息を立てていることに幸せを感じます。

開業と言ってもまだまだ活動は始まったばかりですが、この幸せを一人でも多くの方に伝えたいと日々精進です。



アイデア紹介

フットケアサロンすずき

鈴木 良江

フットケアをするときは、安心・安楽・安定そして感染防止の視点で環境を整えます。訪問ケアでは術者は正座で行うことが多く、限られた空間で実践しなければならないため手軽に感染防止の手段として「ポリ袋」を用いました。経済的にも取り入れやすく、使用後の取り扱いもしやすいので、現在では必要物品の一つとなっています。

フットケア環境に左右されず、安価で感染防止対応できるものの一案として紹介します。



タオルで包んだ足枕をポリ袋で表面をかきく包むように固定する。お客様の足の状態により工夫して下さい。



ポリ袋20~300袋を縦にして片方の輪になっている部分を底の位置まで切る。



赤ちゃんおしりふきの紹介

足浴しない時、アルコール清拭できない時などに便利  
安価〜1P80枚入り  
55〜90円

おしり拭きの含有成分の中には、人によってアレルギーを起こすものもありますので、使用するときにはご注意ください。

「これは前途多難だな・・・」  
 ゾンデを持つ手をセロテープで固定してもらいながら思いました。つりそうになる手で必死にゾンデを回した日から 1 年が経とうとしています。

私は高齢者の急性期医療を担う病院に勤務しています。糖尿病の方のフットケアに携わることも多くありました。しかし、出会う爪は肥厚爪・巻爪・陥入爪・・・高齢者の爪の難題を前に撃沈することも数知れず。また、糖尿病患者の足病変のリスクを考えた時、



自分の技術の未熟さを痛感して教室の門を叩きました。団塊の世代が 75 歳以上となる 2025 年、日本は超高齢社会を迎えます。そしてこの高齢化により、慢性疾患や複数の疾患を抱える方を地域で支える「治し支える医療」が求められています。各施設や地域で、高齢者の ADL (日常生活動作) 保持に向けて、転倒予防の取り組みも多く見られるようになりました。しかし、フットケアについてはあまり知られていないかも知れません。かく言う私も、教室に通うまで、重

要性を認識していなかった一人です。そして毎回、教室で先生や先輩たちのフットケアの技術に驚いています。皆さんの間で繰り返し広げられるフットケアの話の半分も分かりません。そんな私に先輩方は「卒業してから分かるよ。」「卒業してからが始まりよ。」と笑って声をかけて下さいます。

今、職場である病院で求められているのは「糖尿病患者のフットケア」です。しかし、いつか仲間を増やして「高齢者のフットケア」を広げていけたら、そして地域の働く皆さんとも協力していけたら、と考えています。患者さんのフットケアに限定せず、「高齢者の歩くを守る」という取り組みができたらと、夢も大きく広がります。

今日もぎこちなくゾンデを回し、ニッパーを持つ手首の動きは何かがおかしい・・・。そんな私が、「高齢者の足や歩くを守りたい」とは、何とも大胆な目標ではありますが、これからも一つひとつ真摯に取り組み、技術・知識を習得していきたいと考えています。

そんな私が、「高齢者の足や歩くを守りたい」とは、何とも大胆な目標ではありますが、これからも一つひとつ真摯に取り組み、技術・知識を習得していきたいと考えています。



## 第 77 回日本公衆衛生学会出展

## ご寄付のお願い

今年度は 10 月 24 日～10 月 26 日に、福島県郡山市で開催されます。協会としては 7 回目の出展になります。これまでご尽力くださった山田直美元理事に代わり鈴木まゆみ理事が、公衆衛生学会担当になりました。

今年度も募金箱を作成し、皆様のご寄付を

募ります。9 月 8 日の 39 回研修会で募金箱を設置いたします。研修会に参加できない方には振込でのご寄付も受け付けております。

よろしくお願ひいたします。

### 編集後記

新年度を迎え新たなスタートが始まります。協会通信は 2007 年 12 月に N01 発行されて 10 年経ちました。これからも会員の皆様の忌憚のないご意見をいただきながら、情報の共有を届けたいと思います。ご協力お願ひいたします。

広報 浅見・並木・鈴木・(荒井～バックアップ)