

「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会 協会通信

NO.33

心つなぐ足へのメッセージ

2019年 2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 TEL 03-3992-1824 Fax 03-3992-3309

「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会

会長 宮川 晴妃



いよいよ年も明け皆様にはお忙しくご活躍のことと思います。

昨年、協会設立 20 周年のお食事会、そしてお祝いの花束をありがとうございました。ひとえに皆様のおかげと感謝しております。

さて、今回は 32 号に続き姿勢、社会的な立場について、私なりの考えをお話いたします。姿勢とは 1) 体の構え。2) 正しい「不動の姿勢」3) ことに当たる態度。私たちの姿勢とは見た目の整容、心構え等だと思います。社会的な立場はフットケアを行うにあたり義務付けられた公的資格はありません。フットケアサロンでおこなうような、健康や美容を目的としたフットケアは医行為ではないので医師法の対象には入らず、フットケアを規定するような法律は整備されていないのが現状です。したがってフットケアは法に基づかない「医業類似行為」「自由業」と位置付けられています。人の健康に害を及ぼす恐れのある業務行為でなければ禁止処罰の対象とはならない。しかし法規制を受けないとはいえ、人の健康に害を及ぼす、あるいはその可能性があるとなると認められれば、当然、公共の福祉に反するものとして法律の処罰を受けます。そのため、フットケアを行うときには「医療類似行為」の範囲をしっかりと理解して、その領域を超えないよう慎重に活動をしなくてはなりません。足の健康維持や美容のために、爪周囲の不要な角質を安全な範囲で取り除き、正しい爪切りを行うのがフットケアワーカーの領域です。

参考文献 (フレグランスジャーナル社 サロンワークに役立つ実践フットケア 桜井 祐子著)

協会設立 20 周年を記念して ～宮川先生を囲むお食事会～



12 月 1 日の研修会の後にお食事会が開かれました。研修会場近くの「かごの屋」に集まったのは山下先生、内閣府の鈴木浩史先生も含め総勢 32 名。今回は地域の会員同士の繋がりを大切にしようと、県や地域毎の席順がもうけられ、和気あいあいと和やかな時間が流れました。フットケアの言葉すら聞かれなかった 20 年前、宮川先生はその扉を開かれました。これまで、おそらく言葉に尽くせないほどのご苦勞と、技術の研鑽を重ねてこられた宮川先生に、心からの感謝と敬意を表したいと思います。

第40回研修会

計測技術を用いたメディカルフットケアのエビデンス ～宮川先生と活動した足研究～

医療法人社団 至高会 たかせクリニック 山下和彦先生



「先月大阪から東京へ戻って参りました！」の第一声に会場から驚きの声が上がりました。そして宮川先生との出会いが、20年前まだ大学生の頃、ヘアクリーンクラブの新

聞記事を見て連絡されたのが始まりという事も意外でした。生体医工学の立場で、川崎や浜松のフットケアの研究事業に参加、その後厚生労働省の介護予防事業の柱の一つ、転倒予防の研究に参加されました。そして論文を書き工学博士号を取得されました。電話一本のご縁で幅広い体験のできた20代、宮川先生には大変感謝していると話されました。山下先生が研究で集めたデータや、様々な資料を引用して転倒予防や、慢性疾患の改善とフットケアの関連などについて講演下さいました。

*志木市の事業

埼玉県志木市で健康支援に足のケアを提案し2011年、宮川先生の全面協力のもとスタート、3年間の事業を実施しました。約500名が受講し、足の教育が普及され、今でもポールウォーキング、ノルディックウォーキングなどの健康づくりが継続されています。その土台をつくられたのが宮川先生で、フットケアで巻き爪が改善した例の写真も紹介されました。爪や足が改善すると体や心が大きく変わるのが対象者の感想からもうかがえます。それをどう普及させるかがフットケアワーカーの課題と投げかけられました。

*超高齢化社会の課題とチャレンジ

健康寿命の延伸を目指すためにも歩行機能の向上、足部機能の向上が鍵。医療費、介護費の削減のためには生活習慣病の発症予防、重症化予防を図る事が必要で、身体機能の健康に合わせて、心の健康づくりを推進する。そして、将来を担う次世代の健康を支えるために妊婦や子供の心身の健康づくりを推進していく事も必要であると話されています。

志木や盛岡の研究事業の成果から、成功例ばかりではなく、データをとりながら標準化、

どうしたらどう変化するのか、会員相互が連携する。足に触れる事で診断治療は出来ませんが、早期発見のゲートキーパーの役割として、皮膚科、整形外科や、血管外科等、医療との連携も図ってほしいと要望されました。

外反母趾の原因は骨格(遺伝)・靴やスポーツ(外的要因)・怪我の3つの要素が上げられ、その中で、骨格形成の時期にきちんとした支援を行うことで改善できる可能性が高いため、小学校や、幼稚園で足の教育を始めておられます。そのことが将来の変形性膝関節症の発症を防ぐ事にもなると説明され、歩く時の骨の動きや、踵の回内の説明もありました。

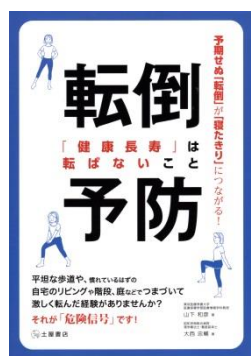
また、先生が開発製作された足部3次元再構成システムの画像の紹介や、歩行やバランス機能が簡単に解析出来る靴型歩行機能計測システムの紹介もありました。

多岐にわたる講演で、纏めきれませんが、高齢だから転倒のリスクが高いのではなく、足にトラブルがあるから転びやすいのであり、痛みやしびれがあるために歩けないのであって、最後まで自分で歩ける足が大切！人体を車にたとえ、足はタイヤでありサスペンションで、エンジンが筋肉である、良いタイヤにする必要が有りますと、話されました。

糖尿病の足病変の再発率の高さに在宅医療の足部のケアを研究されている現在のお立場も先生の足への思いを感じました。

フットケアを理解し、知識を深め、その方にあったケアをし、日常生活に活かせるケアを伝えていく事の大切さをあらためて思いました。(文責 並木)

「転倒予防」



- ・著者 山下和彦 大西忠輔
- ・出版社名 土屋書店
- ・定価 1600円+税
- ・購入方法 書店などで注文

第 77 回 日本公衆衛生学会総会出展報告

公衆衛生学会出展委員 鈴木 まゆ美

10月24日～26日第77回日本公衆衛生学会総会が、福島県ビックパレットにて開催され、宮川先生・橋本先生・西脇副会長・矢野倉さん・小泉さん・武蔵さん・中村さん・作左部さんにご協力いただき、出展いたしました。

当初、一般フットケア体験・デモンストレーション 19名予定でしたが、体験希望者が多く、急遽予定変更し3日間で34名の方にフットケア体験をしていただき、ブース来訪者を含め 51名の方がお見えでした。



来訪者アンケート抜粋要約

足トラブルを抱えている高齢者・糖尿病足病変ハイリスク患者が増加している為、ケアするためには、フットケア技術は必要である。

公衆衛生事業におけるフットケアの必要性について

*爪・足トラブルを予防することが、介護予防・健康寿命を伸ばすための施策として必要だと思った。
*正しい足のケアの情報が、日本には少ないため、公衆衛生学会にはフットケアは必要だ。

来場者の感想

*デモンストレーションが、分かり易かった。 * 足が楽になった。 * 痛みが軽くなった。 * 気持ちよくなった。 * フットケアを体験することで、足の重要性が認識できた。 * フットケアの大切さを、他の人にも伝えていきたい。 * 靴の履き方も、気を付けたい。



参加スタッフの感想

- ・公衆衛生学会に参加して、まったくフットケアを知らなかった人に、伝えることが出来て良かった。これからも多くの方に伝えていきたい。
- ・フットケアを受けた事がない方を優先して、協会事業の一環で体験してもらっている事を明確にした方がいい。
- ・公衆衛生に関わり公の場で活躍している方々でさえ、足トラブルを放置しており、セルフケアが出来ていない。あまりの足への意識・関心の低さに驚いた。
- ・今後は、メディカルフットケア JF 協会の活動が、糖尿病足病変予防・介護予防につながることをメインに発信するような出展にしてはどうか。
- ・公衆衛生学会出展を、広報委員会の一環事業として活動した方がいいのではないかと



公衆衛生学会出展収支報告

収入		支出			
協会予算	210000	ブース・オプション費	70,416	宿泊費	84,800
寄付金	168700	消耗品代	10,000	送料	13,587
		リーフレット代	43,774	昼食代	9500
		通信費	4,383	懇親会費	24105
		交通費	76,171	雑費	3176
		合計		339,912	
		繰越		38,788	
合計	378700	総合計		378700	

大勢の皆様から、総額 168,700 円のご寄附を頂きました。ありがとうございました。私は今回参加してみて、公衆衛生におけるフットケアの位置づけの低さにおどろきましたが、それと同時に今後の自分の課題・協会の課題も見えてきました。

2018 実態調査・第 39 回研修会アンケート集計結果について

各アンケート集計報告は別紙をご覧ください。
実態調査は会員総数 124 名中 46 件で 回収率 36% で、技術的なこと・経営的なことなど悩みがよせられていました。研修会参加数 40 名 参加率

30% でした。これらのアンケートの結果を元に地域活動やスキルアップなどの情報交換や学習の場を考えていきたいとおもいます。
皆様のご意見をお待ちしております。

フットケアワーカーへの苦情が届いております。

- ・爪を短く切ってくださいと言っても、これで大丈夫といわれた。切ってくれなかった。腹が立って電話した。
- ・言葉づかいが気になった。
- ・切ってから 2 日目に痛みがきた。(1 趾巻き爪)
- ・ケアを受けた時は痛みもなく気持ち良かった

- ・が次の日、引っかかって困りました。
- ・ケアをしながら、ああしたほうが良い、こうした方が良いといわれてあまり言われ疲れた。言うように教育しているのか。
- ・在宅でお願いしました。履物は揃えていない、道具を沢山持ってきて広げて、不愉快だった。

このような内容の電話が宮川先生へ届いています。

宮川先生のコメント

フットケアワーカーの態度や行動、言動でお客様の気分を逸してしまてはいけません。
お客様を思いやる気持ちを忘れないように、常にお客様を観察し痛みがないか、不快を感じていないか気配りをしながら施術をしましょう。 お客様との信頼関係を結ぶことも大切です。

アイデア紹介

気軽に使えるキャップ

グラインダーの粉塵が髪の毛に掛かるのが気になりませんか？
好きな布でキャップを作れば、おしゃれで気分も上がります。
ケア中の髪の毛の乱れも気になりませんよ！

材料 布(60cm×50 cm) 接着芯(60cm×3 cm)
ゴム紐(1 cm 幅 15cm くらい)

作り方

- ① 型紙に合わせ布を裁つ。(縫い代 2 cm、前 6~7cm、赤線は出来上がり線)
- ② 裁ち端の処理をする。
- ③ 前の出来上がり線に沿って、裏に接着芯を貼る。
- ④ 三つ折りにし前を縫う。
- ⑤ 周囲を縫う。
- ⑥ ゴムを通す。片側の前端にゴムを縫い付ける。
- ⑦ 周囲が 12 cm になるまでゴムを縫い付ける。



編集後記

平成も残すところ数ヶ月となりました。
設立 20 年を迎えた「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会を、次の時代にもさらに発展させることができるよう、会員の知恵と力を合わせてまいりましょう。協会通信は、これからは皆様のお役に立てるよう工夫を重ねてゆきたいと思ひます。