

「爪切り屋」メディカルフットケアJF協会 協会通信

NO.45

心つなぐ足へのメッセージ

2024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



お正月とは、歳神様をお迎えして祝う行事のことです。歳神様は年の初めにそれぞれの家を訪れ、豊作や家族の幸せを約束してくれると言われていました。新年を迎えましたが能登半を襲った大きな災害に心が痛みます。会員の皆様にはお変わりなくご活躍のことと存じお慶び申し上げます。「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会も設立25年となります。振り返って見ますと泣いたり、笑ったりと、いろいろありました。

会員の皆さんにどれほど支えて頂いたのか、思うと感謝、感謝です。改めてお礼申し上げます。今年はまだまだ頑張れると思っております。会員の皆さんと一緒に頑張っていきますので宜しくおねがいたします。

今年度フットケアワーカーの皆さんにこれから必要とするケアの心得として

人と関わりを持つときにはコミュニケーションを取ることが必要となります。お客様の気持ちに寄り添い関係を築きながら課題を解決へと導くことが大切です。お客様や家族の方と話し合ってから、ケアを行いましょう。アセスメントし爪の形と状態、皮膚の状態等を理解して頂くことが必要になってきます。ケアにかかる時間、良い状態になる日数、年数など相手の方の価値観や感情、心に触れながら足のケアを行っていきましょう。人の心を大切に思う気持ちが良い技術につながると信じています。早期発見早期治療に導くことも大切な仕事です。

2023年度最後の研修会是对面にて行うことが出来嬉しい時間を頂きました。2024年度は改めて良い研修会を行えるように、会員の皆様の声を聴きながら進めて参りたいと思っております。ご協力をお願い致します。

会長 宮川 晴妃

「フットケアの社会的価値を明確に

山下和彦教授のエビデンスに基づく講演会」 教育委員会：折笠無我

東都大学の山下和彦教授による「フットケアのエビデンス～社会に発信できるフットケアの効果～」講演会を主催し、多くの会員の参加を得ました。山下教授の深い知識と豊富な経験に基づいたエビデンスは新たな視点とその重要性を再認識する良い機会でした。これは、フットケアワーカーが自身の業務に科学的根拠を持つことで、フットケアの社会的価値を明確にし、その効果を広く社会に伝えるための具体的な手段を提示しました。

この講演会を通して、フットケアが個々の健康だけでなく社会全体にも重要な役割を果たすことを理解できました。今後は、エビデンスを活用し、フットケアワーカーの活動をさらに強化することを期待しています。今後もこのような有益な機会を提供していきたいと考えております。

第 47 回 研修会報告 I

フットケアのエビデンス ～社会に発信できるフットケアの効果～ 東都大学幕張ヒューマンケア学部 臨床工学科 山下和彦先生



- ・皆さんのビジョン(世界観)を実現する活動を広めよう
- ・エビデンスに基づく活動をやりたい
- ・高齢者の要介護対策: 歩く身体を維持する
→運動的メカニズム、気持ちの問題(社会参加)
- ・子どもの発達支援: 爪の切り方を適切に教育
→将来を担う人材育成: 骨格は子どもの頃に作られる
- ・フットケアの人材育成と連携: 情報収集と支援

2023年11月26日、上記タイトルで山下和彦先生に講演していただきました。

先生のお話は、私たちがこれから JF 協会のメディカルフットケアの活動を広めていくために、エビデンスを作る(研究、発表をする)ことの必要性、そのためにはどうしたらよいのか、という内容でした。

まず、私たちの考えるフットケアの世界観とはどのようなものかを、講演会の参加者同士で話し合う時間をいただきました。

フットケアについて皆で話をするのは楽しい時間でした。様々な意見が出ました。フットケアワーカー同士で話し合い、そこから方向性を決める大切さを教えていただきました。

また、発表や論文を書くためのフットケアについての先行研究の調べ方(フットケア研究でよく見る名前: 例 Menz HB を知ろう)(英文では読めないと諦めずに…機械翻訳 DeepL の使い方の説明)などのお話もあり、とても勉強になりました。

これまでに先生がフットケアについてご研究された子どもから高齢者までへのフットケアの効果からは、フットケアと歩行の関係・転倒予防・要介護対策・子どもへの支援、などなど、私たちの仕事の重要性を再認識いたしました。

私たちのこれからの活動を広めていくために、フットケアの人材育成と連携、情報発信の必要性、を考える時間となりました。山下先生、ありがとうございました。

お知らせ

第 48 回研修会を 2024 年 5 月 26 日(日)午前、高山かおる先生をお迎えして対面で予定しております。詳細が決まり次第ご案内いたしますので、ぜひご参加をお願い致します。

志木市子どもの健康づくりプロジェクト YouTube のご紹介

山下先生のご講演の中でも情報発信の例としてご紹介がありました、志木市子どもの健康づくりプロジェクト制作の YouTube のアドレスをご紹介します。



足爪について

深爪のケア方法

足のチェック方法

<http://youtu.be/wV-dUeuzEmE> 「足爪について」

<http://youtu.be/r0caelWQ74Q> 「深爪のケア方法」

<http://youtu.be/3GznrNcAu-w> 「足のチェック方法」

※上記 QR コード読み取りからも YouTube を見ることができます。

また、ホームページ「爪切り屋.com」にも掲載いたします。

(文責 小泉)

第 47 回 研修会報告Ⅱ

お客様中心のマインドと技術

「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会 宮川 晴妃 会長



宮川先生の元気なお姿を拝見しながら、いつもの語りかけるような講演を拝聴することができました。今回のテーマは、『お客様中心のマインドと技術』です。

『マインド』とは、外からの刺激で発生する本能的な「感情」というよりも内面的な意思や知性が支える精神作用のことであり、心と言っても間違いではないが「感情」も含まれるため、より高次の意味合いを持つ「精神・意識」と理解すると良いでしょう。『メンタル』は、信念・価値観・志・考え方といった意味でも使われ、マインドの大元となる心の調子や精神の状態を重視します。人との関りを持つ時にはコミュニケーションを取り、お客様の気持ちに寄り添い関係を築きながら、課題を解決に導くことが大切になります。

お客様や家族の方と話し合ってケアを行っておりますか!?

アセスメントし、爪の状態、皮膚の状態等を理解して頂くことも必要になります。ケアにかかる時間など、1年以上2年3年とかかる方達もおります。相手の方の価値観や感情、心に触れながら足のケアを行っていくためには話し合いをし、理解をして頂かなければなりません。人の心を大切に思う気持ちが良い技術につながって行くと思います。

協会の技術は、足浴→拭き取り→消毒→爪と皮膚を分ける→爪切り→ヤスリがけ→トリートメント→最後の拭き取りと伝えてきました。タコ・ウオノメ・皮膚硬結・硬厚爪・鉤彎爪のような硬く削りにくい爪など本当に大変な仕事です。基本に基づき行うことが大事です。ビットも爪の状態に合わせいろいろと使い分ける事も必要です。動きも細かく、2mm～3mm ずつ箒で掃くように横向きに、仕上げは縦に同じ様に細かく削る。時間の短縮にもなります。

統計的にいえば高齢者は足のトラブルの改善と予防が特に必要で、足のトラブルの中でも、爪のトラブルやタコ、ウオノメ、皮膚硬結などの減少が必要であることがわかっています。足のトラブルの数が多いほど歩行機能が低下する事、そして足のトラブルは転倒のリスク要因になることも報告されていることから、足のトラブルを減らすことが歩行機能の改善や転倒予防につながります。

足のトラブルを減らす手法のひとつとして、フットケアが有効であると言われており、「フットケアワーカーは必要不可欠となることでしょう。」と力強く話されました。

座学後、宮川先生の実技が始まりました。会員の皆さまは身を乗り出して、宮川先生の実技指導を真剣にご覧になりました。映写機能を駆使し、細やかな先生のスキルがスクリーンに映し出され、後席の会員さまも、歓声です。心に響いた研修でした。
(文責:相川)



会員活動報告

岩手県一関市藤沢町フットケアチーム

爪切り屋佐藤:佐藤 祐子、爪切り屋伊藤:伊藤 恒子、爪切りパチパチWAKO:三浦 和子



左から佐藤・三浦

私達フットケアチームは、病院在籍中にフットケア外来を立ち上げ、メディカルフットケアの技術を生かし足にトラブルを抱えている方、糖尿病の方への予防的フットケアを始めました。

2022年の退職を機に病院の一室をお借りし、佐藤、伊藤、三浦のそれぞれが起業しました。病院でのフットケアを中心に、老健施設、特養、ディサービス、グループホーム、サ高住、障害者施設、町内外の在宅に出向き活動をしています。

又、フットケアの重要性を広く多くの方に知ってもらうため、住民のかたや医療介護者へ、人生を支えてきた足をもっと大切にしてほしいという思いを伝えています。

医師や看護師、施設職員、ケアマネからの相談紹介もあり、他職種との連携ができています。

お客様からは「足がきれいになって歩くのがもったいない。足が軽くなった。もっと早く相談すればよかった。」などの喜びの声にやり甲斐を感じています。



伊藤

藤沢町内では少しずつ口コミも広がり知名度も上がってきているように感じています。しかしながら、まだまだ町外に目を向ければ知られていないのが現状です。今後は、啓蒙の一環として町内外でのミニ勉強会などを積極的に行い広く知っていただけるように頑張っていきたいと思えます。

理事会報告 第95回(11/26)、第96回(1/28)

<第95回>①理事会役員就任承諾書、個人情報取り扱い誓約書類の内容検討。②理事任期を2年→3年に修正を今後検討。宮川会長より、地域分けての活動が理想とする展開が難しい現状を感じ廃止を検討の提案が出され今後の検討課題。③他各委員会報告。

<第96回>①理事会役員就任承諾書は令和6年度より開始で流れの確認。②理事任期は3年とし、再任は1年とする。地域分けての活動は今年度で廃止。③2月12日荒川区介護予防講座(東京・神奈川地区合同)について。④今年度の振り返りと次年度計画の作成。総会は書面表決とし今後の準備計画。⑤他各委員会報告。

【編集後記】

協会活動も少しずつコロナ前に戻りつつあります。対面でしか味わえない喜び、リモートによる便利さ、時代や会員の皆さまに寄り添ったJF協会でありたいと思えます。

皆さまの声をお待ちしております。

(広報:相川)

