

「爪切り屋」メディカルフットケアJF協会 協会通信

NO.47

心つなぐ足へのメッセージ

2024年 9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



技術って何、辞書を引いてみました。①手先の技②史記物事を巧みに行う技③科学を実際に応用する手段④自然の事物を改変・加工し、人間生活に役立てる技と出ています。改めてフットケアの技術を考えてみました。本当にこの言葉の通りです。

技術は人のやっている事を見て覚えろ、と言われてきました。フットケアワーカーが押さえていなければならない技術(手技)と云うと、まずは硬厚爪・巻き爪・変形爪・薄い爪等を削る・切る・整える(ファイル)・トリートメントと言ったことが挙げられます。手技と一緒に学ばなければならないのが、問診・アセスメント・姿勢です。正しい姿勢は自分のためと、お客様もリラックスができお互いに良い結果が生まれると思います。それと

もう一つはお客様と家族の方へのコミュニケーションです。「有難う」「軽くなったわ」「こんなにきれいになってうれしい」の言葉を励みにして、みんなで頑張りましょう。

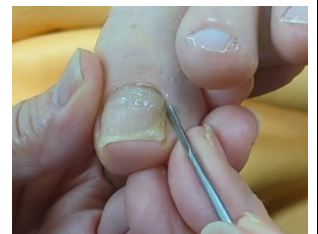
暑い日が続いております。皆さんもお仕事大変でしょうがお身体に気をつけてお過ごしください。
(宮川晴妃)

今日のレッスンはソンデについて

どんなに足を洗っていても角質(垢)はたまるものです。角質除去は、爪と皮膚を分ける作業です。爪切り前に必ず行う事。角質除去は感染症の予防に役立ちます。痛みを感じさせないためには足趾の第一関節を裏側から指先にむけて手の親指で押し上げ、皮膚をたるませるようにします。

【ソンデの使い方】

ソンデは回して使います。親指と人差し指で持ち、それに中指がストッパーの役割をしています。爪の回りの角質を取り除くときは、爪溝に30度の角度をつけ回転させ、2mmほど進み爪甲縦条に合わせて引きます(ねる)。横にソンデの幅分をずらし、回転した位置(爪溝)に30度の角度をつけ、戻ります。それを繰り返し行っていきます。



【爪下皮と爪甲の間の角質除去】

ソンデを爪表面に縦にあてて見て下さい。その角度が大切です。ソンデの角を爪内側に入れ回転させながらなめ上に抜き取ります。

指の持ち方・爪の支え方は第一関節を下から親指と中指で支え、人差し指が爪先を支え持ちます。間違えたりすると不安になるかもしれません。お客様の指の向きと、自分のおへそが向き合っていますか、それも大事なことです。



第 48 回 研修会報告

「フットケアワーカーが気をつけるべき皮膚科領域における爪疾患」

済生会川口総合病院皮膚科主任部長 足育研究会代表 高山かおる先生

5月26日北とびあ会議室にて、高山かおる先生のご講義による研修会が行われました。昨年はZoom研修でしたが、今年是对面式で行うことができました。

*まずは白癬について

白癬は男性60代・女性70代がピークで、日本人17人に1人は足白癬・13人に1人は、爪白癬を有しています。類似した疾患は多数あり、見た目の判断では、皮膚科医でも誤診の可能性があります(正解率は6割強)、顕鏡や白癬菌抗原キットで確定診断が重要とされます。

*爪切り難民

年を重ねるにつれて、爪が硬くなり、視力低下もあり、自力で足の爪切りが困難となります。更に、爪切りをしてくれる場所がわからない、家族や通院先でも爪を切れず、結果放置してしまうこととなります。このような生活者を「爪切り難民」といい、推定1415万人！

そこで、ご紹介下さったのが、『ASHIst』
全国の調剤薬局とフットケアの技術を持つ施術者をつなぐマッチングサービス。
全国にいる“爪切り難民”を減らすことを理念に発足されました。



『ASHIst』サイトはこちらからどうぞ↑

基本的なところで…

- *爪がまっすぐに生える条件：①爪と爪床—末端骨—支える靭帯の存在が爪をまっすぐ前に伸ばす。
②爪床と爪甲がぴったりとくっついている。
③末節骨と爪床の関係が、健全であること。

- *肥厚爪の成り立ちパターン3種：①3層全体が厚くなる：厚硬爪甲。
②爪甲が重なって厚くなる：爪甲鉤彎症。
③爪甲の下に角質ができて厚くなる：足趾先端部分からの圧迫。

足のトラブルは蓄積していきます。荒波に揉まれる前に早い段階に介入する事が大事であり、絶え間ないケアが必要です。そして、悪化さない事と、原因を理解し足の環境づくりとケアが大切なのです。

尚、協会通信No.44 に、昨年、同表題で開催された研修内容を掲載していますので、もう一度併せてお読み下さい。

(文責 鷹取)

理事会報告 第98回 (5/26)

- 1) 総会議決結果確認：総会書面議決議結果有効。報告書文書、送付内容の確認。
質問に対する回答内容の検討。
- 2) 各委員会報告・教員企画委員会：第48回研修会の振り返り。次回zoom研修について。
・広報委員：通信No.46号について最終確認。次号についての割り振りと日程。
- 3) 事務局からの報告、入会、退会、年会費入金状況。
- 4) その他・年会費未納の会員さんへ入金お願い、退会届・再入会の案内送付
・賛助会員、講読会員についての検討
・理事参加費について：交通費の見直し



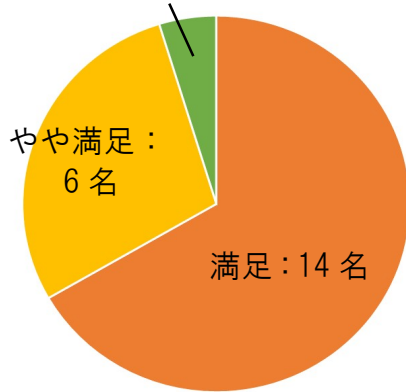
第 48 回 研修会 アンケート結果報告

アンケート結果

研修参加 25 名、アンケート回収 21 名、回収率 84%

Q1.研修はどのくらい満足されましたか？

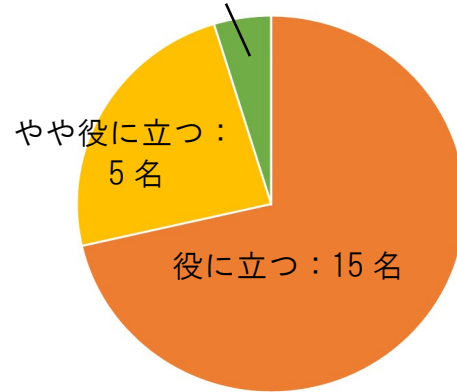
どちらでもない:1名



やや不満:0名
不満:0名

Q2.今後の役立つ内容がありましたか？

どちらでもない:1名



あまり役に立たない:0名
役に立たない:0名

役に立った具体的な内容をお書きください

- ・ 末節骨と爪床の関係と靭帯と爪の変形について
 - ・ 介護靴(あゆみシューズ)がよいということ
 - ・ どうしてこの爪になったのか、病歴だけでなく生活歴が大切ということ
 - ・ 肥厚爪の成り立ちがわかりやすくてよかった
 - ・ 爪が肥厚する原因について説明していただき参考になった
 - ・ よく見る爪が肥厚している状態のメカニズムがまだまだ難しいが少しわかった
 - ・ 透析をしている方にフットケアをしているが、医療と連携することが大事といわれ再認識した
 - ・ 白癬と決めつけてはいけないことが分かった
 - ・ テーピング、爪の生える条件
 - ・ 昨年ズーム研修のおさらいになりました
- など

参加された 95%の方が、「研修に満足」「やや満足」「役に立つ内容だった」「やや役に立つ内容だった」と回答されました。私たちが知りたい内容の濃い研修だったことがうかがえます。

特に「相手(爪トラブル)をよく知れば、自身の立場でやるべきことが見えてくる」と言われたことは、1,415万人いると推定される爪切り難民に対してフットケアワーカーとして何が出来るか、もっと知識を得たい!技術を磨きたい!と、やる気をいただけた研修でした。

長年の研究や経験を伝えてくださった高山かおる先生に感謝申し上げます。

また、アンケートでは、今後受けたい研修内容についてもお聞きしました。たくさんご意見をいただきありがとうございました。皆様のご意見をもとに、11月の研修会は、コンプライアンス研修と宮川先生の講義を行う予定です。自宅に居ながら宮川先生の授業をうけるチャンスです。

Zoom参加ができるよう準備をしていただき、ぜひご参加ください。

(教育担当 山村真紀)

新規会員さんご紹介



千葉県 齋藤裕子さん

皆さま初めまして。訪問看護師の齋藤裕子です。日頃は業務の中でフットケアを実践させていただいています。限られた時間の中で足を観察する時間を作ることの大切さを実感。人生どこまでもご自身の足でトイレへ通って欲しい。そんな思いを込めて足に触れ、セルフケアについてもお伝えするようにしています。宮川先生はじめ先輩方の経験から、まだまだ今後も学ばせていただきたいと思っておりますので、何卒よろしくお願い致します。

保険のお知らせ

フットケア中にももしも事故が起きた場合、「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会会員のための保険に加入しております。

保険会社名：損害保険ジャパン株式会社

被保険者：「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会会員

（契約書：宮川晴妃会長）

事故は無いに越したことはありませんが、何かの際にはご連絡を下さい。

連絡先：「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会事務局

tsumekiriya.com@gmail.com

次回研修会のお知らせ

11月10日（日）Zoomによる研修会

開業、施術を行う上での危機意識－保険会社の立場から

宮川晴妃先生の Zoom 1日教室

講師：藤澤知明先生

講師：宮川晴妃先生

※詳細についてはチラシを参照してください

皆様のご意見、ご感想、活動報告などをお寄せ下さい

「こんな爪に出会いました」「こんなもの便利です」など、皆様のお声をお寄せ下さい。

協会通信を通して皆様と情報共有できましたら幸いです。

過去の協会通信も是非お読み返し下さい。

「爪切り屋.com」より協会通信閲覧できます。

「爪切り屋」メディカルフットケア JF 協会 広報委員会

（編集後記）

今年の夏も暑かったですね。皆様体調崩されることなく、乗り切られたでしょうか。

協会通信 47号では、新規会員の方のご紹介をさせていただきました。新しく仲間が増えるということは、爪切り難民を救うフットケアワーカーが増えるということで心強く思います。

小川光子