



一般社団法人  
宮城県理学療法士会  
ニュース 2023 No.2  
(通巻172号)

目次

巻頭言 社会保障と理学療法 .....	1
～Column～ .....	2
塩釜支部からの活動報告 .....	3
令和6年度能登地震に伴う宮城JMAT活動の報告 ..	4
専門領域研究部神経班交流会 報告 .....	6
地域活動支援リレー Vol.1 .....	8
私が勤務する事業所内保育所での運動教室の取り組み ～理学療法士の"新たな仕事"の可能性について～ .....	10
理学療法士が教えるぜひ読んでおきたいこの1冊 ..	12
現代人の心と体の軸を整える理学療法 .....	13

## 巻頭言 社会保障と理学療法

宮城県理学療法士会  
会長 渡邊好孝

平成 11 年度末(1999 年度)から平成 22 年度末(2010 年度)までに、日本の市町村数は 3232 から 1727 になり、人口 1 万人未満の団体数は 1537 から 457 に減少しました。これは「平成の大合併」と言われるもので、平成 28 年(2016 年)に、宮城県の市町村数は 71 から 35 になり、減少率は 50.7% (全国平均 46.6%)。市が 10 から 14、町が 59 から 20、村は 2 から 1 になりました。人口 1 万人未満の団体数は 27 から 4 になりました。

新しい市町村名が用いられるようになって間もない平成 23 年(2011 年)3 月 11 日の東日本大震災時には、被災地域の災害をイメージし難く、旧地名に変換していたことを思い出します。

平成の大合併と時を同じくして、平成 9 年(1997 年)には「介護保険法」が制定され、平成 12 年(2000 年)4 月からは介護保険制度が導入され、高齢者や要介護者に対しての介護サービス提供が法的に保障されるようになりました。

介護保険の保険者は、介護保険制度の運営を行っている全国の市町村および特別区(東京 23 区)です。例えば 2018 年の社会保障給付費財源内訳は、社会保険料が 70.2 兆円です。その内訳を年金と医療に絞ると、約 96 兆円です。社会保険料だけでは支えきれないため、国庫、地方負担などの税金や運用収入で不足分は補填されています。つまり、過疎化に伴う生産年齢人口の減少によって、地方自治体の税収は減少するので、社会保障制度を機能させるためにも、市町村合併は必要であることが理解できます。

少子高齢社会によって社会保障費は年々増え続け、厚生労働省のホームページ「社会保障の給付と負担(マクロベース) 2023 年」によりますと、年金 44.8%、医療が 31%、介護 10.1%と記されています。つまり、

社会保障分類(社会保険、社会福祉、公的扶助、保健医療・公衆衛生)の社会保険が大部分を占めているということです。

国内総生産(A)と給付費総額(B)との比較では、B/A は 2000 年 14.6%、2023 年 23.5%ですので、社会保障給付費が増加し続ければ、国民生活が脅かされることになります。

高齢者の増加による年金削減と介護に関する抑制は困難な状況のため、医療における診療報酬を抑制することが財政再建のカギのように扱われますが、単に抑制するだけでは意味がありません。

理学療法士は、社会保障制度と社会保障給付費財源を理解し、国民の“健康危機管理の専門職”として、「疾病の予防と介護予防」および「健康増進と維持改善」に努めることが、自身の生活圏域の市町村での社会的課題解決に向けての理学療法士の目的と使命と役割であると考えます。

2024 年は 6 年に 1 度のタイミングで診療報酬、介護報酬、障害福祉サービス等報酬が同時に「トリプル改定」されます。理学療法士の多くは社会保険制度の医療・介護保険領域で働いておりますので、診療報酬や介護報酬の改定に一喜一憂しがちですが、“社会保障とは何か”、理学療法士は“社会的課題解決のために何をすべきか”考えて行動をしていきたいものです。

理学療法士及び作業療法士法施行令は、昭和 40 年(1965 年)に公布されました。間もなく 60 年が経過しますが、この法は何一つ変わっていません。当時の世相は反映しているようですが、そもそも理学療法士も作業療法士も日本には存在していないときに作られた法律です。

自分たちの力で理学療法士の『Decent Work!』に取り組みましょう。

## ～Column～

社会保障制度は憲法によって保障される

“国民が最低限の生活を送ることを守るためのセーフティーネット”です

日本国憲法を土台として社会保障制度は進化してきました。憲法の3大原則は「平和主義・国民主権・基本的人権の尊重」です。その中で基本的人権の中核となるものが、日本国憲法第25条と13条です。

第25条は“生存権の保障”といわれ、『すべての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する』。『国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない』。

第13条は“幸福追求権”といわれ、『すべての国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする』とされています。

厚生労働省ホームページ“なぜ今、改革が必要なの？”では、「国民皆保険・皆年金の達成から半世紀が過ぎ、少子高齢化が進展し、雇用環境の変化、貧困・格差の問題など、社会が大きく変化しています。こうした中、「安心の支え合い」である社会保障制度を守り、進化させ、受け継いでいくため、時代の要請に合ったものに変えることが必要です。」<sup>\*</sup>

社会保障の財源には、保険料の他、多額の「公費」が使われています。社会保障のための「公費」は、国の歳入の大きな部分を占めていて、国の歳入のうち、税収でまかなわれているのは5割程度で、4割強は国債で賄われています。これは将来世代への負担の先送りであり、このままでは子どもや孫たちの世代に過重な借金を背負わせることになってしまいます。社会保障制度の改革とともに、負担を先送りしないために財政健全化を同時達成する「社会保障と税の一体改革」が、今、必要なのです。と記してあります。

私は、私たち理学療法士の活躍の“場”を広げる活動を“Decent Work”にしていきます。

W.yoshitaka

\*なぜ今、改革が必要なの？ (mhlw.go.jp)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hokabunya/shakaihoshou/kaikaku\\_1.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hokabunya/shakaihoshou/kaikaku_1.html)  
2024年1月11日現在

## 塩釜支部からの活動報告

宮城県理学療法士会 ブロック局 塩釜支部長  
鈴木 耀

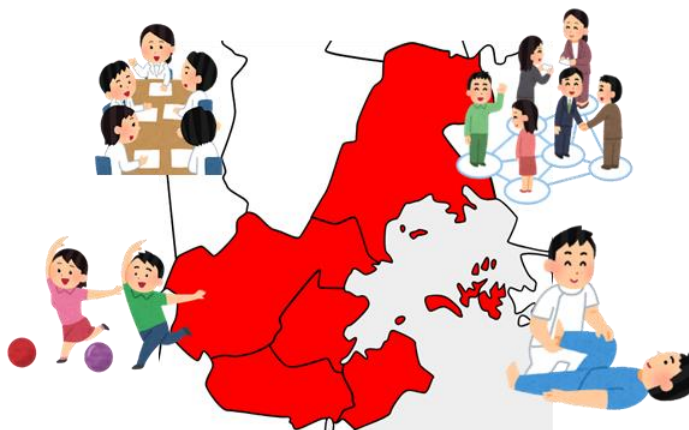
みなさん、はじめまして。塩釜支部長を務めています、仙塩総合病院の鈴木耀(すずきひかる)、26歳です。私が塩釜支部長に就任したのは今から約2年前の2022年2月、新型コロナウイルスに罹患しホテル療養中の時でした。ひよんなことから支部会へのお声がけをいただき、ちょっとした好奇心からでした。それまでは支部会どころか、県士会活動にも積極的に取り組むほうではありませんでしたので、自分自身驚いています。支部長に就任したからには、しっかりと皆さんに還元できるようにとスタートを切りました。塩釜支部は2市3町(塩釜市、多賀城市、利府町、松島町、七ヶ浜町)が活動拠点となります。

1年目には、県士会在会者のいる事業所に連絡をし、連絡網の作成、在会者数の確認、研修会の企画・運営を行いました。これまで臨床のみで活動していた私にとって、支部活動は未知の世界であり、苦しく思うように進まないことも多くありました。しかし、そんな中で協力してくださる方々も増え、支部活動1年目にして何とか研修会を開催することができました。研修会では講師に東北文化学園大学の星孝先生をお招きし、「今やっていることを見つめ直そう」というテーマで廃用症候群の基本について、オンラインで講演を行いました。3週に渡るこの講演は、平日19時から開催され、県内各地、新人からベテランの方々まで幅広く参加していただくことができました。

2年目は、月に1回部員との定例会議を行い、交流会・研修会を開催しました。交流会では部員からの貴重な意見と、課題(支部の認知度が低いこと、全ての方へと連絡が行き届いていないこと)が明らかになりました。2月にはシンポジウム形式での研修会の開催を予定しています。研修会は無事に開催され大盛況で終えていることでしょう。

1年目は研修会、2年目は研修会+交流会と、年を追うごとに幅が広がっています。来年はさらに活動の幅を広げつつ、内容も深みを持たせたいと思っています。

塩釜支部は県内でもまだ新設されたばかりの支部です。未完成の支部だからこそ、新たに築き上げることの楽しさ、臨床では味わえない経験がたくさんあると思います。部員は私を含め4名ですので、ぜひ一緒に研鑽を重ね、交流もできる支部を作っていきませんか。また、こういった企画をしてほしいなどのご意見もお待ちしております。では、また来年度の支部活動でお会いできる日をお待ちしています。



## 令和6年度能登地震に伴う宮城 JMAT 活動の報告

社会医療法人将道会 総合南東北病院 リハビリテーション科  
安孫子洋

私は、2024年2月10日～14日までの期間、日本 DMAT(災害派遣医療チーム)隊員ですが、宮城 JMAT(日本医師会災害医療チーム)として当院医師、看護師らと共に被害の、石川県輪島市門前町に派遣されました。

DMAT と JMAT の違いは DMAT が災害の急性期に緊急医療を提供し、JMAT は災害後の長期にわたって医療支援と健康管理に従事します。

今回 JMAT のミッションは、奥能登の避難者を元の居住地に戻せるよう、開業医が医療提供可能となるよう支援を行うというものでした。

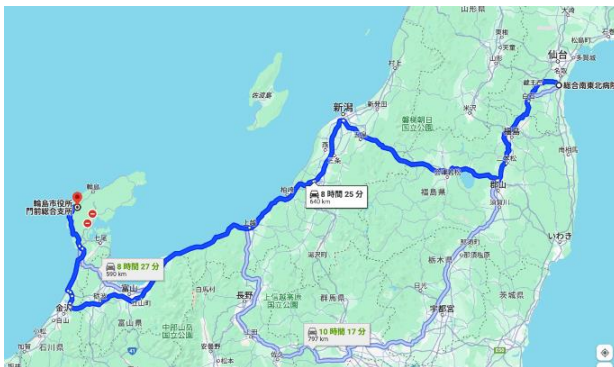
そのため、我々の活動内容は、住み慣れた地域から避難せず施設で生活する利用者の褥瘡処置に巡回するというもので、開業医が囑託医となっている施設のサポートをしながらその負担を減らし、間接的にかかりつけ医機能の回復を支援しました。

このチームの中で私の役割は業務調整員として各所との連絡調整、情報収集、活動状況の入力、活動記録の電子入力など、理学療法士の専門性を活かすことは少ないですが、理学療法を行う中で培ってきたマネジメント力を駆使してチームとして円滑に活動できるよう、全体の活動の下支えを行う重要な役割を担当してきました。

想定よりも医療的ニーズは少なく安定した状態になっていましたが、インフラはまだ整わず、今後は介護、福祉の視点での支援がより重要性を増してくるものと思いました。

今回の派遣で最も過酷だったのは車両での移動で、半島内は道路も応急修復はしていましたが、凹凸が激しく、道路わきの家屋は倒壊し、山間部はがけ崩れの跡が生々しく、沿岸部を走ると地震後の隆起で海岸線が大きく後退している光景が広がり、半島ならではの厳しさを感じてきました。

約 10 時間かけて活動地より帰還し安堵したとともに、このような災害時には、そこで生活する人々に寄り添い、求められることと継続してできることを提供する視点が大切であり、被災地の早い復旧復興を願うとともに、いつ起こるかわからない災害に備えておくことの重要性を改めて感じてきました。

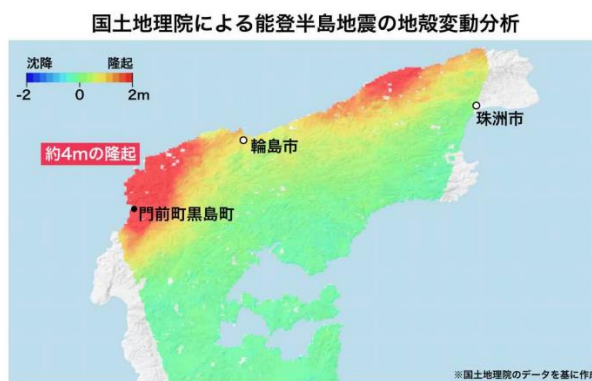


陸路 約 650 km





隆起で後退した海岸線



国土地理院による能登半島地震の地殻変動分析



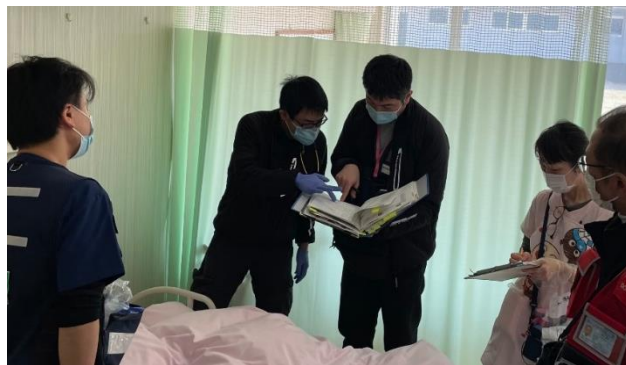
倒壊した家屋の横を慎重にすり抜け移動（車窓より）



施設での処置風景



病院到着時  
向かって最右 理学療法士



Logとして医師に前日の処置について報告中  
(中央 Dr PT)

## 専門領域研究部神経班交流会 報告

専門領域研究部神経班班長  
村上 賢一

専門領域研究部では、2023年度から新たに認定・専門理学療法士の交流および育成事業に着手しております。また、認定・専門理学療法士に捕られず、広く学術活動の促進についても、引き続き取り組んでいるところです。

さて、その事業として、神経班の交流会を2023年11月11日に開催いたしました。参加者は49名(定員50名、体調不良による欠席者あり)で、非常に多くの参加をしていただきました。コロナ禍後、県士会初の交流会として盛況に終わられたこと、とても喜ばしく、ご協力いただいたみなさまには感謝を申し上げます。

交流会では、①交流・仲間作り、②意見収集(学術活動等のニーズ調査)、③啓蒙活動(宮城県理学療法士会の行事および日本神経理学療法学会学術大会等の学術活動)を行いました。参加者は、学術的な交流のみならず、県士会活動や日頃の勤務の悩みなどについて話し、楽しい時間を過ごしました。中には、旧友や臨床実習時代の指導者との再会もあり、貴重な機会ともなったようです。

交流会後には、アンケート調査を実施しました(回答率:69.3%)。結果の概要を紹介します。参加者の経験年数は、1~3年目26.5%、1~10年目47.1%、20年以上20.6%と若年層が多く、そして幅広かったです。認定・専門理学療法士の取得者は約半数の47.1%でした。参加した感想は、すべての参加者が参加してよかった(10点中7点以上が100%)と回答、また大凡に自身の日々の活動を共有できた(10点中5点以上が100%)と回答されています。また、記述式の意見聴取で



も、本取り組みに肯定的な意見のみをいただき、日々の取り組みのモチベーション向上に寄与できたようでした。

総括は、兎にも角にも「楽しかった」の一言に尽きます。担当者としては、学術活動の研鑽・・・、生涯学習・・・、県士会活動の活性化・・・など考えるところですが、今回の久しぶりの交流会は、学術なんてものは二の次でした。やはり、仲間同士で盛り上がるということのは、掛け替えのない重要なものなのだと感じています。・・・とはいえ、引き続き学術活動の活性化を図ってまいります。

最後に、交流会の参加したきっかけ(複数回答可)の多くは、「職場の同僚に誘われて(47.1%)」「自身の友人に誘われて(23.5%)」「知人から誘われて(41.2%)」との回答でした。広報媒体では、「MPTA 公式 LINE(32.4%)」はきっかけになったようですが、MPTA の HP や FAX ニュースはあまりきっかけにはなっていないようでした。ここから見て取れるのは、人と人の繋がりの重要性です。各種の広報媒体での活動も重要ですが、昔と変わらず仲間同士の声のかけ合いが最も重要です。無理な参加の強制は時代に即しません、声かけをすることは是非に実施していただきたく、お願い致します。





## 地域活動支援リレー Vol.1

県内各地で行われている通いの場やフレイル予防等に関する活動について、宮城県理学療法士会の会員は様々な形でサポートしています。今回は仙台市、岩沼市、大郷町での取り組みを紹介します。

こういった活動に関しては、病院・施設で担当している事業の他、県士会から会員を派遣しているものもあります。活動にぜひ参加してみたい、見学してみたい！という方や、JPTA 介護予防推進リーダー、JPTA フレイル対策推進マネジャーを取得したけど活動の場が無い…という方は、是非ご連絡ください。

E-mail:mpta.kaigohoken@gmail.com(担当:介護保険部 渡辺・阿部)

### 仙台市

市民協働フレイルチェック事業での「フレイルトレーナー」活動  
松田病院 金子亮太郎(介護予防推進リーダー)



仙台市では市民が「フレイルサポーター」となり、同じ地域の住民に対しフレイルに関する幅広いチェックなどを行い、健康づくりを支える活動を行っています。現在、岩切、寺岡・高森、燕沢の3地区で事業が展開され、理学療法士会から派遣されたPT6名が「フレイルトレーナー」としてサポーターの養成、活動の支援を行っています。

「楽しくフレイルチェックを受けてもらおう」、「フレイルをわかりやすく理解してもらおう」とそれぞれの地区で工夫をしながら、サポーターが中心となって活動を展開しております。私たちトレーナーもサポーターや地域住民の方との触れ合いを楽しみながら、各種測定方法の援助や、運動方法の紹介等の支援を行っています。今後も、サポーターと二人三脚でフレイル啓発に努めていきたいと思っております。



## 岩沼市

高齢者の保険事業と介護予防の一体的実施における活動

総合南東北病院 奥村和美(第11回日本予防理学療法学会学術大会 in 宮城 事務局)



岩沼市からの協力要請を受けて、総合南東北病院では「高齢者の保険事業と介護予防の一体的実施」の事業に理学療法士を派遣しています。事業では市職員の保健師、管理栄養士、歯科衛生士と共にフレイルチェックや健康づくりの指導、データの提供等を行っています。また、その流れで市主催の「カラダみる Café」という健康測定・相談イベントでも市民に皆さんと関わっています。他の事業に比べ、一体的実施は多職種協働の色が濃く、役割分担と連携を意識して活動中です。

多職種協働に関わることで PT が得意とする運動機能面のみならず、健康面や栄養、口腔面など、それぞれの専門性に特化した幅広い支援が可能になり、自分自身も良い刺激になりました。一見するとお元気に過ごされているようでも何らかの問題を持っている方もいらっしゃる、PT として個別的・継続的な介入の工夫が必要と感じます。来年度も、岩沼市と連携しながらフォローアップも含めた継続的な支援を実施し、要介護状態を予防できるよう尽力していきたいと思えます。



## 大郷町

フレイル予防と集いの場作りとしての「いきいき百歳体操」の実施

仙台医健・スポーツ専門学校 丸屋健(フレイル対策推進マネジャー)



大郷町では町内各所でフレイル予防と集いの場作りの一環として、サロン等へいきいき百歳体操の導入を進めています。その中で、県士会「予防と健康づくり部」から3名の PT が派遣され、活動の立ち上げ支援、立ち上げ後の評価等を行っています。

サロン等が点在している地域ですが、介入を始めてから地域住民の中で少しずつ活動が話題となり、今では多くの集いの場が立ち上がっています。規模は様々ですが、いずれも地域住民が主体となり積極的に活動されています。定期的な PT による評価とフィードバックも参加者のモチベーションに繋がっている様です。ニーズも高いので今後も継続と更なる発展が期待される取り組みとなっています。

## 私が勤務する事業所内保育所での運動教室の取り組み ～理学療法士の‘新たな仕事’の可能性について～

医療法人松田会松田病院 佐藤綾香

少子高齢社会となり、日本政府は子育て世代に対する更なる支援制度の拡充を推進しています。子供達の未来に向けて、子育て世代の保護者と社会が一体となって子供の心と身体の健全な成長を支える責任ある行動が必要となりました。

現代社会は、科学技術の飛躍的な発展などにより、生活が便利になっている反面、歩くことをはじめとした身体を動かす機会が減少しています。子供にとっては高い体力や多くの運動量を必要としない家事手伝いなどの活動すら少なくなりました。

座りっぱなしや寝転んだままでテレビやパソコンのタブレットでのゲームに夢中になっている子供達が当たり前に見える現実もあり、そうした大人の意識が、子供が身体を動かす遊びの軽視につながっていると思います。とはいえ、仕事を終え帰宅してからの時間は、家事をこなしている間に過ぎてしまいます。“さあ！子供と遊びを通して身体能力を高めましょう”とはなりません。頭の中で分かっていることでもなかなか出来ないのも現実です。そこで、私たち理学療法士が勤務時間内で“仕事として子供達の身体能力の向上に繋がる関わりができないものか”を検討し実践してみました。

幼児にとって身体を動かして遊ぶ機会が減少することは、その後の児童期、青年期への運動やスポーツに親しむ資質や能力の育成の障害に止まらず、意欲や気力の減弱、対人関係などコミュニケーションをうまく構築できないと言われていています。子供の心の発達にも重大な影響を及ぼすことにもなりかねないと懸念されています。幼児期から身体活動を高める遊びを中心とした運動を生活全体の中に取り入れる意識を高めることが、保護者と社会に与えられた課題でもあると考えます。

理学療法士は、子供達の“あそび”を動作分析できる唯一の国家資格保有者であると自負しています。そこで、私が勤務する事業所内保育所にて、子供達の運動能力の向上を目的とした運動教室の開催を提案し、保育士さんと課題を共有して、月に1回の運動教室を協働開催することができました。その後、保育士さんや保護者へアンケート調査を行い、“日々忙しさの中で新しいことを取り入れる難しさ”、“遊びを運動として捉える視点の少なさ”、“単発的な介入ではなく日々の関わりを変化させる難しさ”、などの課題が見えてきました。

“遊びがいかに身体に幸せな運動なのか”を理学療法士と保育士さんとでディスカッションしたことで、日々の遊びに多様性を創り、遊びが身体と心を活性化することの意義を共有できました。そして、子育て世代の保護者と保育士さん支援のための、理学療法士の“新たな仕事の広がり可能性”を感じることができました。

幼児期の運動能力向上のためには、“多様な”“楽しく”“遊ぶ”ことが重要とされています。また、幼児期に身に着きたい動作としては、“36の基本動作”が推奨されています。普段行われている遊びがどの運動になるのかを理学療法士が分析し、保育士さんと協力して楽しい遊びに変換していくことで、身体活動を増やし、子供達の運動能力の向上に寄与できるのではないかと考えます。

現在、事業所内保育所の子供達の運動能力向上を目指した1年の取り組みに対してのアンケート結果や体力測定の結果をまとめています。宮城県理学療法士会の「仕事と家庭・私生活の両立を支える委員会」企画での発表や、「予防理学療法学会」での発表の準備をしています。

日々の激務の中でも、子供達の安全を守り笑顔で接してくれている保育士さんに、私は働く保護者として頭があがりません。保護者が働いている間は、“保育士さん任せにする”ことが当たり

前のようになっていますが、違和感もありました。社会の変化と共に子供達の身体の使い方も変化していますが、良い習慣とは言い難い現実を散見します。保護者や保育士さんだけでは習慣を変化させることは難しいとも思っています。今回の機会によって、ただでさえ忙しい保育士さんに新たな取り組みをお願いすることにもなりましたが、保育士さんと理学療法士が一緒することで、日々の遊びの見方や遊びの内容が変化したら嬉しいことですし、家庭での保護者と子供の過ごし方に少しでも好影響となれば幸いです。

子供の頃からの毎日の遊びの積み重ねが私たちの身体を作ります。身体を動かすことを忘れてしまった子供達が多くなったからと言って、急に特別な運動を取り入れることが、理学療法士が関わる子供達への健康づくりではありません。

大人達が少し子供の見る視点を変えることで、子供らしく身体を動かしている様子から発育が知れますし、発達段階に沿った身体を使う遊びを取り入れることで子供達が健康で元気に過ごせることができます。このような思いを伝えることができる理学療法士の活躍の場が広まれば素敵なことだと思います。

下記の URL は私たちの活動動画です。どうぞ、ご覧ください。

<https://youtube.com/shorts/FVoN-blCDdk?si=Fvx3exPWs8MvgNNr>





## 理学療法士が教えるぜひ読んでおきたいこの1冊

宮城県理学療法士会 理事  
鈴木 誠

為末大、今井むつみ著

『ことば、身体、学び 「できるようになる」とはどういうことか』

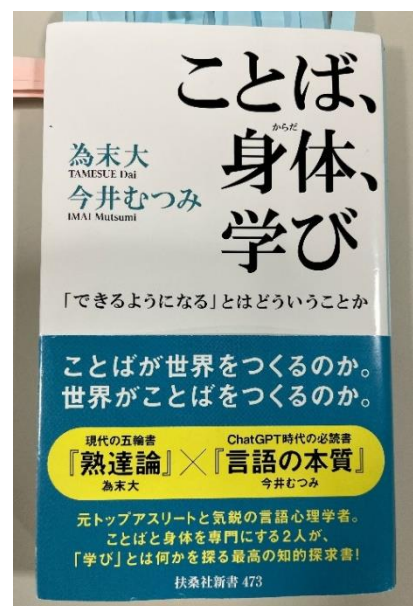
扶桑社新書

「どんなことばを使って伝えれば、相手に理解してもらえるのか？」

そんな、ことばと伝達方法に関する自身の問題意識から、偶然目にとまったのが本書である。「できるようになる」とはどういうことか、その副題にも惹かれ迷うことなく読み進めてみた。

本書の構成は、陸上界の第一線で活躍された為末大氏が、競技経験ならではの視点から生まれることばと身体に対する様々な「考」と「問」に対し、慶應義塾大学教授の今井むつみ氏が認知・言語発達心理学や言語心理学の立場から、学習という観点で対話の中から「解」を深めていく展開である。

本書の印象的な部分として、「コーチングのうまい人は、学習者のレベルによってどのような言葉が的確かを直感的に判断し、巧みにことばを使う人が多い。」という一節がある。この部分に、私は理学療法士の介入場面を重ね合わせながら読み進めた。対象者への運動や動作指導の際、理学療法士はより具体的なことばを用いたり、敢えて抽象度の高いボヤっとしたことばを投げかけてみたりもする。つまり、理学療法士はことばの使用に高い感度を持ち、対象者にとどく最適なことばを巧みに選んで理学療法を実践しているのではないかと私は想像する。本書では、他にもことばにまつわるテーマが広く扱われ、様々な立場に応用できる情報が満載である。普段何気なく使用しているひとつひとつのことばの持つ、その多面性について大いに気づかせてくれる一冊である。



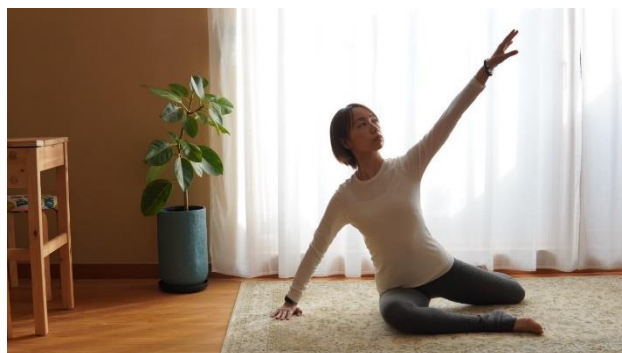
## 現代人の心と体の軸を整える理学療法

陰と陽の調和 TOTAL BODY CARE SALON SHIRO atelier  
代表:理学療法士 沼田 映美

理学療法士として10年の病院勤務、リハビリテーション専門学校教員の経験を経て、現在は自費診療を兼ねた女性専用のボディケアサロンを開業させて頂きました。対象となる30~50代の女性の症状・悩みは様々ですが、共通している現象は年齢問わず姿勢不良から起こるバランス能力の低下があります。要するに自分の体の「軸」を捉えにくい状態で日々の生活を送っており、常に何かについて頑張りすぎています。

「頑張りすぎる」を予防するためには、心と体の中心軸(Neutral)を自分自身で知っていくことが大切です。大きく中心から外れていても気がつかず、または思考で「そうしなければいけない」と思い続けた結果が、心や体に不調や病気として現れます。そしてそれは患者だけでなくセラピストも同様、特に女性セラピストがライフスタイルの変化に応じて社会で活躍するためには、「自分らしさ(軸)を大切にすること」だと感じます。以前、宮城県理学療法士会 E-nudge ではセラピスト自身の「心と体のセルフケア」としてピラティスをお伝えしました。

すでにもう頑張っている人にはまず「力を抜くこと」が大切です。そのために当サロンは「ゆるめる」「感じる」「つながるからだ」をテーマとした心と体のより良い循環を図るため Detox:アーユルヴェーダ Exercise:ピラティス Conditioning:背骨調律整体と、3つの視点からアプローチしています。また、豊かさ・幸福感を味わってリラックス頂くために、サロンの一階は「瓦山」という実兄が経営するベーカリー&カフェとなっており、施術やエクササイズの後には美味しいパンとスイーツでお茶を楽しめる空間にしました。私自身はいつも「自分はどうか？」を追求していくことを好むため、まだまだこれからもプライベートも仕事も、出会う全ての人と共に成長、進化し続けていくことがとても楽しみです。



## FAXニュース配信について

◇広報部では研修会などのご案内を GIMP ニュースとして会員各施設に FAX で配信しております。

現在 FAX が届いていない施設や登録番号が変更された施設の代表者の方はお手数ですが、下記までご連絡頂きますようご案内申し上げます。

また代表者(宛名)が変わられた施設もご連絡頂きますよう、よろしくお願い申し上げます。

## 県士会ニュースおよびホームページへの掲載依頼について

県士会ニュースと県士会ホームページへ掲載を依頼される場合は、広報部までご連絡ください。原稿は、WORDまたはテキスト形式を基本とします。PDFファイルへも対応は可能ですが、適切に印刷(掲示)されない場合があります。また掲載が適切ではないと判断された場合には、ご意向に添いかねることもありますのでご了承ください。

またご不明な点やご希望等ございましたら、下記までご連絡ください。

宮城県理学療法士会ニュースは県士会ホームページにてカラーで公開されています!!

是非ご覧ください。

宮城県理学療法士会 広報部

宛 先: 〒981-3341 富谷市成田1丁目3-1

仙台リハビリテーション病院 リハビリテーション部 佐々木友也

TEL : 022-351-8118 FAX : 022-351-8126

E-mail: news.edit@pt-miyagi.org

次号県士会ニュース締切: **2024年7月15日まで**

発行日: 2024年3月 日  
発行: 一般社団法人宮城県理学療法士会  
代表者: 渡邊 好孝  
編集: 佐々木友也  
印刷: 合同会社P・プロGRESS  
〒983-0021 仙台市宮城野区田子2-33-17

