

活動報告

コラム連載始めました!

ライフサポート部
 ライフサポート部
 会員ライフサポート部
 活動報告 第66報
 職場環境を考える

ライフサポート部では、働き続けるための職場環境やスキルについて、研修会や交流会、シンポジウム、アンケート調査などを通して考えてきました。研修会では講師に恵まれ、充実した内容を提供することができたと感じています。しかし、年に1回の研修会では参加者は限られ、伝えられないジレンマを抱えています。そこで、少しずつでも皆様に研修会のエッセンスを伝えたいと思い、「コラム化」を企画しました。急な依頼にも関わらず快諾して下さいました2人の先生のおかげで、早速実現することができました。先生方は今年度の研修会の講師も引き受けて下さいましたので、直接話を聞けるチャンスもあります。忙しくて研修どころではなかった人、今まで関心を持っていない人たちにも、興味を持つきっかけにして頂ければ幸いです。

■ **働き続けるためにコミュニケーションを見直そう!** 講師：中村有先生^{※1}
 第1回「コミュニケーションは技術です。今からでも習得できます。」

“コミュニケーション”という単語から、どのような方法・手段・場面を思い浮かべますか? 多くは、自分が誰かと向き合い、何かを伝えあっている状況ではないでしょうか。しかし、同じことを周囲の人々に聞けば、自分が思いつかない、もしくは使わない方法・手段・場面があることに気づきます。コミュニケーションには多種多様なものがありますが、その多くは生まれつき備わったものではない、育った地域・文化・教育などの中で培われた「実地訓練」の成果です。それゆえ、慣れ親しんだ得意な場面では何も心配なく円滑に進みますが、慣れない苦手な場面になればいつも似たような失敗にたどり

着きます。それらは自分の中に染みつき、自動的に繰り出される「経験的なコミュニケーション」であり、後天的な技術といえます。したがって、練習し直すことで自分が必要とする技術を習得することも可能といえます。

これから4回、このようなコラムで「コミュニケーションのコツ、困った時の対応方法、考え方」などを紹介していきます。自分と周囲のコミュニケーションについて、より良くしていく豆知識コラムになれば幸いです。また、最終的には職場でのコミュニケーションを円滑にし、働き続けられるような職場環境を作るための情報になれば本望です。

■ **PTだからこそ知っておきたい! 妊娠によるからだの変化** 講師：山崎愛美先生^{※2}
 第1回「見えないところの大きな変化」

妊娠すると、だんだんとお腹が大きくなり、目に見えて体が変化していきます。

しかし、体の内側でも生理学的にダイナミックな変化をとげています。例えば、血液循環量は通常時の1.5倍になり、心拍出量が増え、心拍数も20%増加します。このことから、相対的に赤血球量が不足することで、息切れ、動悸、倦怠感などの貧血の症状が出ることもあります。

また、平滑筋を弛緩させる作用のあるプロゲステロン

分泌が増加することで、腸管の動きが緩慢になり、胃食道逆流症を起こしたり、静脈瘤ができやすくなったりします。このような変化は、お腹が目立つ前から起こりますが、妊娠は病気ではない、という風潮に、本人も不調を訴えにくく、周りも気づきにくいのが現状です。

妊娠期は、いわゆる『順調な経過』という状態でも、様々な体の変化が起きていることを、本人も周囲も、理解しておくことが大切です。

※1 講師紹介 中村有 (なかむら ゆう) 先生
 所属
 東邦大学医療センター大橋病院 職員健康相談室
 東邦大学医療センター大森病院 職員カウンセリングルーム
 十文字学園女子大学 人間生活学部 非常勤講師
 臨床福祉専門学校 言語聴覚療法学科 非常勤講師

国家資格
 公認心理師 (厚生労働省・文部科学省 共管)
 民間資格
 臨床心理士 (日本臨床心理士資格認定協会)
 専門健康心理士 (日本健康心理学会)
 認定心理士 (日本心理学会)

社会保険部だより

(公社) 神奈川県理学療法士会職能局社会保険部 さいわい鶴見病院 手塚 純一

2018年4月より医療保険部と介護保険部が統合され、社会保険部となりました。

社会保険部はこれまで医療保険部と介護保険部で行っていた研修会の企画・運営に加え、今年度から県士会ニュース等を通じて医療保険・介護保険に関する情報や、県内で先進的な取り組みをしている事業所を皆さまにご紹介していきます。

県士会員の皆さまの臨床に役立つ社会保険部の活動を行っていきたく思います。ご意見やご要望などもお寄せください。今後ともよろしくお願いたします。

【社会保険トピックス】
— 要介護被保険者の維持期リハについて —

2019年4月より、要介護・要支援被保険者に対する維持期・生活期の疾患別リハ料 (運動器リハ料・脳血管疾患等リハ料・廃用症候群リハ料の月13単位) の算定ができなくなりました。ご注意ください。

なお、①要介護・要支援被保険者以外②算定期限除外対象患者 (高次脳機能障害等) ③入院中④呼吸器リハ料・心大血管リハ料の維持期・生活期についてはこれまでと変更ありません。

【社会保険トピックス】
— 新入職員の単位算定について —

理学療法士免許の申請後に届く登録済証明書用はがきに記載されている登録年月日から、理学療法士と名乗り診療報酬・介護報酬の算定が可能となります。

【募集】
— 県内で医療保険・介護保険に関する先進的取り組みをしている事業所募集 —

以下のような医療保険・介護保険に関する先進的な取り組みをしていて、取材させていただける事業所や地域を募集しております。自薦・他薦は問いません。そのような事業所や地域をご存じでしたら社会保険部までお知らせください。

- ・1つのリハ室で医療・介護のリハを行っている事業所
- ・要介護被保険者の維持期リハ移行がスムーズな地域
- ・ICUの早期離床・リハ加算で成果を上げている事業所
- ・新しい計画書 (様式21-6) を活用して医療と介護の連携が図れている事業所・地域
- ・その他

情報提供先: 以下までメールにて
 shakaihoken@pt-kanagawa.or.jp

【募集】
— 社会保険部新入部員募集 —

社会保険部では、一緒に医療保険・介護保険に関する研修会運営や情報提供を行ってくださる部員を募集しています。ご興味ある方はぜひご応募ください。

募集人数: 1名
 活動場所: 県士会事務所 (横浜)
 活動頻度: 年6回前後
 応募方法: 以下までメールにて
 shakaihoken@pt-kanagawa.or.jp

※2 講師紹介 山崎愛美 (やまさき かなみ) 先生
 産後リハビリテーション研究会 代表
 Women'sBodyLabo 代表
 よしかた産婦人科・オーリーレディースクリニック 非常勤勤務
 ※山崎先生の「妊娠によるからだの変化」の研修会は、6/23 (日) に横浜北部ブロックで開催します。
 (同封のチラシ参照)

国家資格
 理学療法士
 (フランスでの研修経験もあり、産前産後のリハビリを専門に活躍中)