



公益社団法人 秋田県理学療法士会

Akita Physical Therapy Association NEWS



Vol. 204
Spring

ParTner

広がれ 秋田県理学療法士会員、そして地域との輪

新生涯学習制度の流れを再確認

今年は秋田開催の学会を盛り上げよう！

ParTner編集班員のオススメ！『境界のエンドフィール』

理学療法士なら知っておきたい タンパク質の真実

研修会・セミナー案内

会長のおゆみ／思い邪無し

発行：公益社団法人 秋田県理学療法士会

会長：菅原 慶勇 責任編集：加賀屋勇氣

事務局：〒010-0921 秋田市大町1丁目2-40

TEL・FAX 018-867-1804 E-mail akitapt-home@ptakita.org

ホームページ <https://www.ptakita.org>

印刷：(株)秋田情報プリント

TOP TOPIC: 新生涯学習制度の流れを確認

新制度 **登録理学療法士** を知ろう

今の自分の

現在地

はどこ？

登録理学療法士とは？

新生涯学習制度では、卒後5年間に行われる前期・後期研修を経て、多様な障害像に対応できる能力を有する「ジェネラリスト」の育成を目指しています。この研修を修了した者を「登録理学療法士」とし、さらに5年ごとに更新していく生涯学習システムを構築することで、理学療法士の質の担保を保障することが目的です。

新生涯学習制度の進み方



○登録理学療法士 一分診断○



登録理学療法士の要件を満たしているか分かる
「**診断ツール**」はこちらのQRコードから！

診断には これまでに取得した単位数が必要な場合があります。下記から確認してください。

生涯学習履歴（取得単位数）の確認方法

日本理学療法士協会
マイページにログイン

メニュー

生涯学習管理

履修状況確認

登録理学療法士

5年ごとの更新が必要！

専門理学療法士

認定理学療法士 も同様に

5年ごとの資格更新が必要です！

注意

旧生涯学習制度の新人教育プログラムを修了していても登録理学療法士の要件を満たすとは限りません。確実に自分の立ち位置を確認しましょう！

後期研修 E領域別研修（事例）について

少し複雑なのが、後期研修にある領域別研修（事例）です。このパートでは、神経系・運動器系・内部障害系の3つのカテゴリーそれぞれで、2つずつ計6回の症例発表をする、またはトータルで18症例の報告を聴講する（計9時間）ことが必要です。自施設内で症例発表会を実施することも可能ですが、困難な場合もあると思います。そこで県士会研修部では症例発表会の場を設ける予定です。予定が整い次第ご連絡しますのでお待ちください。

こちらもチェック！

秋田県理学療法士会のHP内にある 会員限定ページでは「新生涯学習制度」の特設ページが設けられています。こちらで、今回の新制度に関する各資料や秋田県士会オリジナルの説明動画も見ることができます。合わせてご確認ください！

お問い合わせ

生涯学習班 伊藤 雄平

ak.shougai@gmail.com

今年は 秋田開催の学会 を盛り上げよう!



2022年は 6月の秋田学会に加え、9月は東北学会が秋田で開催されます。
ふたつの理学療法学会を大いに県士会員総出で盛り上げていきましょう!

第40回 東北理学療法学会

栄養管理とこれからの理学療法 ~ You are what you eat. ~

Web開催!
参加費無料!

会期 2022年 9月10日(土) ▶ 11日(日)

大会長 佐竹 将宏 (秋田大学)

特別講演 「リハビリテーション栄養と栄養理学療法 (仮)」
若林 秀隆 氏 (東京女子医科大学病院リハビリテーション科 教授・診療部長)

「これからの栄養・嚥下理学療法 (仮)」
吉田 剛 氏 (高崎健康福祉大学 理学療法学科 教授)



次号の ParTner で東北学会の詳細について紹介予定です! ご期待ください!

第26回 秋田県理学療法士学会

脳と心臓を巡る理学療法 ~ 重症化予防と再発予防 ~

会期 2022年 6月18日(土) 8:50 ~ 15:30

Web開催!
参加費無料!

大会長 堀川 学 (秋田県立循環器・脳脊髄センター)

特別講演 「脳卒中・循環器病対策として理学療法士にもとめられるもの」
高橋 哲也 氏 (順天堂大学)

シンポジウム 「脳卒中理学療法の各病期における重症化予防と再発予防」
急性期: 皆方 伸 氏 (秋田大学医学部附属病院)
回復期: 越後谷 和貴 氏 (秋田県立リハビリテーション・精神医療センター)
生活期: 鈴木 克昌 氏 (うぐいす城東)

教育講演 「Short Presentation Stage -臨床で役立つ! 特(得)ダネセミナー-」
研修部 理学療法研究班

理学療法士なら知っておきたい

タンパク質の真実 -MUSCLE TALK SHOW-



加藤 拓哉 (循環器・脳脊髄センター)

ベンチプレスなら県士会ー！と豪語する肉体派理学療法士。自宅には専用ジムも！
トレーニング学、栄養学の論文を読むのが日課。プロテインのためにお小遣いを前借中。

まさかの今年度も登場 加藤拓哉 です。タンパク質の理想と現実を追い求めるべく、スポーツ現場で活躍されているトレーナーに栄養について伺います！



Talk with 菅井 康平 / アスレチックトレーナー
(秋田県立リハビリテーション・精神医療センター)

加藤 僕の念願叶って、ついにこの企画です！個人的にタンパク質やトレーニングに関する勉強はたくさんしてきたのですが、実際に現場で、どんな取り組みが行われているのか伺ってみたいかったです。いやー胸躍る！

菅井 ありがとうございます。有意義な時間にしていきましょう。宜しくお願いします！

加藤 さっそくですが、最初に筋肉をつけることの重要性を確認したいと思います。年齢や競技によって考え方は変わってきますか？

菅井 まず、若年者と高齢者に分けた場合、若年者は筋肉をつけることで成長・発育を促すことが大事ですよね。スポーツにとっては、ケガの予防のためにも大切です。ただトレーニングをやって筋力をつけても、技術が伸びるわけではないので、スキルの練習も当然大切ですよね。一方で高齢者は、サルコペニア予防が言わずもがな重要です。特に下肢筋が衰えやすいことが知られています。

加藤 下肢筋の低下はやはり、年齢を重ねると、歩く量が減ることが原因ですか？

菅井 そうですね。その意味で、予防のためには、日常生活でいかに歩く機会を増やすか、エスカレータを使わず、階段を使うなどの対策が重要ですね。

Muscle Talk Show: トークテーマ

- ① 筋肉をつけることの重要性は？
- ② タンパク質摂取の必要性とは？
- ③ タンパク質摂取の方法・タイミングは？
- ④ ATから見たサプリメントの位置づけとは？
- ⑤ 理想と現実のギャップは？

加藤 アスリートの場合、競技によって筋肉をつけることの意味合いはどう変わってくるのでしょうか？

菅井 競技、あるいはポジションによって考え方は変わってきますが、格闘技や身体接触の多いスポーツでは、体重を増やすことが重要で、筋肉を増やす=ウェイトアップの面があります。一方で、マラソンや審美系のスポーツは体重増加がパフォーマンス低下につながりますので、太重たくなる速筋線維の増加は最小限にするなど考え方が変わってきます。また筋力をつけても、体重が増えすぎるとパフォーマンスは伸びない可能性があります。これは、理論的にはいわゆるニュートンの第2法則です。加速度は力の大きさに比例し、質量に反比例するので、筋トレをして力を上げて、体重が増えすぎると、加速度がうまく伸びません。短距離選手などはかなり大きな筋肉をしているイメージがあると思いますが、大きければ大きいほど良いわけではないので、競技特性を考えてベストな筋力と体重を模索する必要があります。

ニュートンの運動の第2法則

$$\vec{F} = m\vec{a} \quad \vec{a} = \vec{F}/m$$

力 質量 加速度

過度な増量は加速度の低下を招く

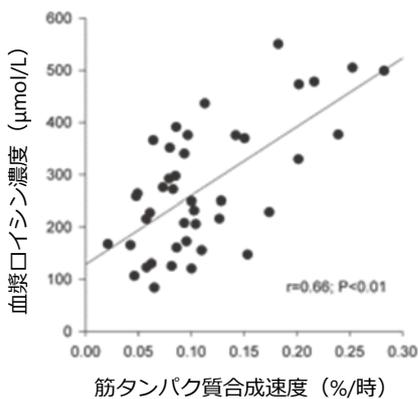
加藤 まさか物理の公式がここで出てくるとは思いませんでした(笑) では、タンパク質摂取の必要性についても伺ってみたいのですが、タンパク質と言えば筋肉！というイメージを持つ方が多いと思うんですよ。でも実際には、

タンパク質って筋トレをしない人にとっても積極的に摂取することが大事じゃないかと僕は思うんですが、そのあたり菅井さんのご意見はどうでしょうか？

菅井 そうですね。タンパク質は体内で合成できませんから、必ず摂取しなければいけません。タンパク質というとすぐ筋肉をイメージしますが、他の臓器や髪の毛、神経伝達物質や酵素もタンパク質ですし、糖新生という形でエネルギー源にもなります。筋トレをしなくてもタンパク質は大事だよってことは大前提です。

加藤 筋肉をつけようにも、タンパク質は菅井さんが仰るように生命維持に関わる色々な物質の構成要素ですから、そのベースが十分に整っていないと、筋合成はなかなか進まないということにもなりますね。

菅井 トレーニングの効果を出すには基板となる栄養状態を整えることがとても大事です。そこを考えずプロテインばかり摂取しても望むような効果は出ないでしょうね…



Pennings B, et al. Am J Clin Nutr. 2011.より改変して掲載

菅井 次にタンパク質の種類ですが、BCAAを使うのがひとつのトレンドだと思います。その中でも、ロイシンは、このグラフのように筋タンパク合成速度と関係することが知られていて、筋肉を育てる上では特に重要と言えます。

加藤 最近は、ロイシン単独で摂取するものや、さらに細かい代謝産物であるHMBなどが販売されています。トレーナーとしては推奨しますか？

菅井 誰にでも積極的に推奨する、ということはないですね。BCAAもそうですが、あくまで必須アミノ酸の一部じゃないですか。推奨するのは、あくまでバランスよくタンパク質を摂取することです。その上でさらに筋合成を進める必要がある場合に初めて、HMBのようなサプリメントも検討できます。ただあとで話すつもりですが、アスリートではドーピングの問題もあるので、摂取は慎重になる必要があります。

加藤 BCAAの研究では、バリン・ロイシン・イソロイシンの比が1:2:1というものが多くありますが、なかには2:3:2のものや、最近の商品には1:8:1というのもあって、ロイシンをたくさん摂ろう！という傾向があるのですが、ロイシンだけ摂っても筋肉がつくわけではないので、注意が必要だと思います。

菅井 ロイシンに限らず、タンパク質は筋合成に回せる上限があるようなんです。なので多量に摂取しても、すべてが筋肉になるわけではなく、排出されるだけだと思います。しかもコストはかかる(笑)

加藤 そうですね(笑) しかも腎臓など身体への負担も大きいですから摂取しすぎも考えものです。

加藤 次に摂取のタイミングについて話を聞かせてください。筋トレをする人にとっては、トレーニング後できるだけ素早くタンパク質を摂取するというのが常識になっていますが、菅井さんの考えはどうでしょうか？

菅井 僕の見ている高校生には、練習後にしっかり食べるように伝えていますが、そこまで厳密ではないです。学校で軽く糖質とタンパク質を摂ってもらって、帰ってからしっかり食べる。だいたい練習3時間後までには食卓についてもらうという考え方をしています。たしかにプロテインなどのサプリメントは効率的ですが、コスト面で親の負担が大きいですし、まず食事から必要な栄養素を取ることの重要性を学んでもらうことが大切だと思います。

加藤 特に高校の部活動では、栄養も教育の一環なわけですね。素晴らしい考え方だと思います。タンパク摂取のタイミングについてはトレーニング前に取っておけば、そこまでトレーニング後に急がなくてもいいんじゃないかという考え方もありますが、どうでしょうか？

菅井 これは意見が割れているところがあって、実はトレーニング前に摂取したほうが良いという研究も見られます。そう考えると、理想的にはトレーニング前後に摂取するのがいいかもしれません。ただ大事なのは、トレーニング後48時間は筋タンパク質の合成が亢進しているということです。直後だけでなく、平均的にタンパク質の摂取を心がけないと、結局、筋の分解が合成に勝ってしまいます。試合のあとなど気を抜かず、しっかり栄養を取ることが大事だよということは高校生たちにも伝えていきます。

加藤 そうですね！一食当たり20~30gのタンパクは分解を防ぐためにも必要ですから、日々の心がけが大切だと思います。…えっ、ちょっと紙面がもうありませんよ！このまま次号も話を続けましょう！！

次号につづく！

R4年度 秋田県理学療法士会 研修会

1st.

▷ がんの理学療法 Up To Date

日時：令和4年5月14日(土) 15:00-17:00

講師：森下 慎一郎 氏 (福島県立医科大学)

Web開催
参加費無料
今年も引き続き！

2nd.

▷ 足関節におけるスポーツ理学療法(仮)

日時：令和4年7月2日(土) 15:00-17:00

講師：小林 匠 氏 (北海道千歳リハビリテーション大学)

3rd.

▷ 超急性期における理学療法

日時：令和4年10月1日(土) 15:00-17:00

講師：岩田 健太郎 氏 (神戸市医療センター中央市民病院)

4th.

▷ 脳卒中後運動障害に対する物理療法(仮)

日時：令和4年12月3日(土) 15:00-17:00

講師：生野 公貴 氏 (西大和リハビリテーション病院)



お問い合わせ先

秋田大学医学部附属病院リハビリテーション部

高橋 裕介 までご連絡ください

✉ chuokensyu.akita@gmail.com



メール会員登録のお願い



秋田県理学療法士会では、会員の皆様にメールで、いち早く、最新の情報を提供できるよう努めております。まだ登録されていない会員の方、あるいはご施設は、是非メール会員にご登録ください。登録は当会HP (URL: <https://www.ptakita.org>) から簡単にできます！

TOPページの「会員の方へ > Members」→『会員登録・アドレスの変更』をクリック→登録フォームに、「お名前」「メールアドレス」、「所属」を記入のうえ、ご送信ください(個人会員の方は「個人」と記入)。

会員の方へ > Members

- ☑ 士会行事カレンダー
- ☑ 重要なお知らせ
- ☑ 学会・研修会情報
- ☑ 各種手続き※外部リンク
- ☑ 発行物
- ☑ 認定・専門理学療法士(生涯学習制度)
- ☑ 地域包括ケアシステム(推進リー)
- ☑ 会員限定ページ
- ☑ 会員登録・アドレスの変更

クリック!





専門領域研究班 セミナー案内

新人のみなさんにも

推奨

各領域の研究班では 毎年、初学者でも参加しやすい内容で研修会を企画しております。参加費は無料です！ まずは開催予定期日をお知らせします（多少前後する可能性はございます）。詳細は追って御報告します。是非ご参加頂きますようお願い致します。

運動器



- ① 令和4年7月27日（水）
- ② 令和4年11月29日（火）

神経



- ① 令和4年8月3日（水）
- ② 令和5年2月24日（金）

呼吸



- ① 令和4年10月15日（土）

循環器



- ① 令和4年6月1日（水）
- ② 令和5年1月18日（水）

老年期

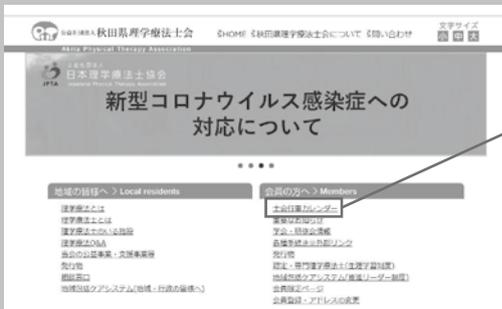


- ① 令和4年6月21日（火）
- ② 令和4年12月13日（火）

スポパラ



- ① 令和4年6月10日（金）
- ② 令和4年11月11日（金）



会員の方へ Members

士会行事カレンダー

重要なお知らせ
学会・研修会情報
各種手続き※外部リンク
発行物

県士会のHPにある「士会行事カレンダー」でも日程を確認できます。各種研修会、学会等の日程が記載されていますので、こちらもぜひご活用ください！



選挙管理委員会からのお知らせ



今年度は、秋田県理学療法士会役員選挙の年です。

役員選挙の告示は県士会ホームページにある「[会員限定ページ](#)」にて令和4年4月4日から掲載されておりますので、閲覧のほどよろしくお願い致します。



会長のあゆみ

10～12月会長活動記録

Cartoon by MomentCam

- | | | | |
|------|-----------------------------------|---------|-----------------------------------|
| 1.6 | 日本理学療法士協会会長主催勉強会 (Web) | 3.3 | 令和3年度第2回秋田県スポーツ医学委員会 (Web) |
| 1.14 | ACOMAT活動 (秋田市) | 3.5 | 新生涯学習制度管理者説明会 (Web) |
| 1.15 | 自立支援型ケア会議セミナー (Web) | 3.9 | 小川克巳全国講演会応援説明会 (Web) |
| 1.16 | 秋田県トレーナー派遣委員会 (Web) | 3.12 | 日本理学療法士協会第2回士会支援事業運営部会 (Web) |
| 1.18 | サルコペニア・フレイルと肺の病気COPDの関係講演会 (Web) | 3.12-13 | 秋田呼吸リハビリテーション懇話会ベーシックコース研修会 (Web) |
| 1.22 | 秋田県理学療法連盟研修会ならびに総会 (Web) | 3.16 | 秋田県リハビリテーション専門職協議会 (Web) |
| 1.24 | 潟上市障害者総合支援法審査会 (潟上市) | 3.18 | 令和3年度第3回秋田県医療審議会医療人材部会 (秋田市) |
| 1.24 | 協会士会支援事業運営部会山形県士会と懇談 (Web) | 3.23 | 第二回秋田市多職種連携推進部会 (秋田市) |
| 1.29 | ACOMAT活動 (秋田市) | 3.24 | 秋田大学医学部教授と面会 (秋田市) |
| 2.2 | 第二回シルバーリハビリ体操全国オンラインフェスティバル (Web) | 3.25 | 医療ニーズアプリ披露説明会 (Web) |
| 2.4 | リハビリテーション・介護分野におけるDX研修会 (Web) | 3.29 | 潟上市障害者総合支援法審査会 (潟上市) |
| 2.5 | 領域別指定管理者研修会講師 (Web) | 3.29 | 潟上市社会福祉協議会評議員会 (潟上市) |
| 2.16 | 士会理事会ならびに三役会議 (Web) | | |
| 2.22 | 医療介護連携腰痛予防研修会ファシリテーター (Web) | | |
| 2.25 | 医療介護連携腰痛予防研修会ファシリテーター (Web) | | |
| 2.26 | 日本理学療法連盟令和4年通常総会 (Web) | | |
| 2.28 | 令和3年度秋田県災害救急医療情報システム説明会 (秋田市) | | |

よこしま 思い邪無し — 会長の想いをつづる —



何事も新たな試みを実行に移すときには、様々な意見にさらされる。建設的な意見であればこちらもやる気になり力も湧くのだが、現状のまま変化を好まない場合も意外に多く、不満や個人的な批判に発展してしまうこともある。正直なところ私自身も戒めなければならない。この4月から新生涯学習制度がスタートした。個人事業主である大工の友人曰く「家一軒建てるときは、基礎工事、足場、建方、屋根、外壁、クロス、外構を考え段取りを組む」。スペシャリストがジェネラリスト的な柔軟な思考をもって、全体が計画通り進むよう調整している。新制度は、ジェネラリストと銘打つ登録理学療法士が土台となり、スペシャリストとしての認定理学療法士と専門理学療法士の棟が立つ仕組みである。ジェネラリストは広い視野を持っているイメージ、スペシャリストは特定の分野に特化した高度なスキルを持ち合わせているイメージである。様々な分野を一通り理解したうえで専門性を磨くことが出来ればこの上ない。バランスが取れている感じがする。私が高校の時分、この職業に就きたいと目指した理学療法士が、患者さんに求められる存在として醸成するための大きな一歩かもしれない。

菅原慶勇

思い邪無し：
「論語」より。人々の詩を詠む心について述べた一節。
嘘偽りのない純粹さの意。

ニュース編集班より

ParTner読者の皆様、いつも有難うございます。ニュース編集班の加賀屋です。204号の表紙はいわずもがな、大瀧村の桜・菜の花ロードです。11kmにわたって4000本の桜が咲き誇り、菜の花とのコントラストを作る景色は圧巻ですね！今号は「境界のエンドフィール」を取り上げましたが、まさかPTになって集英社に企画書を持ち込む日が来るとは夢にも思いませんでした（笑）

ニュース編集班では掲載記事のご相談もお待ちしております。次回ニュースの原稿締め切りは6月20日（月）です。宜しくお願い致します。

連絡・送付先：akita.ptnews@gmail.com

問い合わせ先：秋田県立循環器・脳脊髄センター 機能訓練部 加賀屋勇氣

Tel：018-833-0115 Fax：018-833-2104 E-mail：kagaya-yuki@akita-hos.or.jp

学校法人 コア学園 厚生労働大臣指定・秋田県知事認可校

秋田リハビリテーション学院

平成27年4月開校
秋田県初！
理学療法士養成専門学校

理学療法学科

4年課程

40名定員



〒010-0065 秋田市茨島一丁目4-80
TEL 018-865-0188 FAX 018-864-6137 URL <http://www.core-akita.ac.jp/arc/>

●応援します！医療と福祉を確かな技術で

有限会社 共栄メディカル

●総合医療機器 ●理化学器械 ●福祉用具レンタル ●介護用品 ●厨房設備機械 ●業務用洗濯機械

〒014-0102 秋田県大仙市四ッ屋字水木田33
〒010-0964 秋田市八橋鯉沼1-35 サニーハイツ102

TEL 0187-66-2123 (代)
FAX 0187-66-2139
☎ 0120-971-294

信頼の医療機器

株式会社 秋田医科器械店

代表取締役 池ヶ谷 敏之

本社 〒010-1423 秋田市仁井田字中谷地30-2
Tel.018-839-3551(代) Fax.018-839-3546

横手営業所 〒013-0064 横手市赤坂字大道向2-4
Tel.0182-32-8311(代) Fax.0182-32-8313

能代営業所 〒016-0014 能代市落合字上釜谷地189番
Tel.0185-52-0024(代) Fax.0185-54-7319

有限会社 秋田ブレース

義肢 装具 コルセット 車椅子各種杖

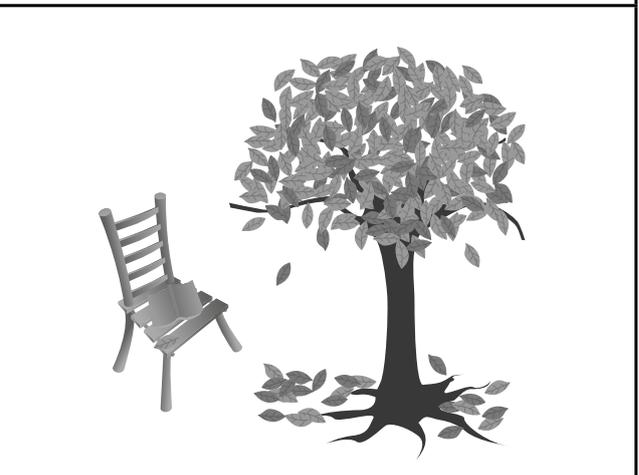
〒019-2621
秋田県秋田市河辺諸井字野田96-5
TEL / FAX 018-882-2116

患者さんの
Quality of Lifeの向上が
テイジンの理念です。



TEIJIN

帝人ファーマ株式会社 帝人在宅医療株式会社
〒100-8585 東京都千代田区霞が関3丁目2番1号
PAD(OX)NAC(TB)1201



(社)日本義肢協会
登録・東北119号

厚生労働省指定工場

義肢・装具・コルセット・車椅子・各種杖

株式会社 佐々木義肢製作所

代表取締役 佐々木 和憲

本社 〒980-0801 仙台市青葉区木町通二丁目3-3(木町通小学校前)
TEL (022) 274-1181(代) FAX (022) 274-1183
支店 〒010-0973 秋田市八橋本町二丁目7-1
TEL (018) 862-7204(代) FAX (018) 862-9347
〒036-8227 弘前市大字桔梗野二丁目16-12
TEL (0172) 33-1150(代) FAX (0172) 33-1153

一般社団法人日本義肢協会加盟・東北101号



株式会社 千秋義肢製作所

代表取締役 佐々木雅伸

義手・義足・装具・車椅子・リハビリ用品

秋田市新屋豊町1-22

TEL 018-823-3380 FAX 018-862-5126

<http://www.sensyu-gishi.co.jp>