群馬県理学療法士協会ニュース

THE GUNMA PHYSICAL THERAPY ASSOCIATION NEWS
発行日　2025.12.1
発行者　渡辺 真樹
発行所　一般社団法人
群馬県理学療法士協会事務局
群馬県前橋市大渡町 1-10-7
群馬県公社総合ビル 6F
源流題字　浅香　満
編集責任者　榊原　清

源流

No.164

Contents

■理学療法アラカルト
「腸内細菌叢への注目～医療・リハビリ分野への展開」　馬場健太　・・・　02
■書籍紹介
「ピープル・スキル　人と“うまくやる”3 つの技術」　今野敬貴　・・・　03
■職場紹介
歩き続けるカラダづくりの場　ソトエ　飯塚拓也　・・・　04
■後輩理学療法へ　月夜野病院　西山洸　・・・　05
■第 32 回群馬県理学療法士学会が開催されました（第 1 報）　・・・　06
■会員動向　■ニュース収受　■編集後記　・・・　07

理学療法アラカルト

『腸内細菌叢への注目～医療・リハビリ分野への展開』

公立藤岡総合病院
リハビリテーション室
馬場　健太

近年、腸内細菌叢（総称して腸内マイクロバイオータ）が注目されています。過去 20 年間の研究により、腸内マイクロバイオータは消化、免疫調節、代謝、さらには神経機能において重要な役割を果たすことが明らかになっています。この腸内細菌叢の乱れ（ディスバイオシス）は、さまざまな疾患との関連が報告されていますが、その正確なメカニズムや因果関係については、依然として活発な研究が続けられています。

腸内細菌叢の乱れは、代謝障害（肥満・糖尿病）、心血管疾患、炎症性腸疾患、神経変性疾患、さらに一部のがんとも関連していることが報告されています。[1)]

近年では、腸内細菌を検査し、自身の体質に合ったグラノーラなどの食品を選択して健康維持を図るといった、個別化された栄養管理の取り組みも一部企業で始まっています。

がん治療の分野では、経口投与された腸内細菌が腸とは離れたがん組織にも免疫効果を発揮する仕組みが明らかとなってきました。免疫チェックポイント阻害薬が効きにくい患者においても、YB328 株の投与により腸内細菌叢の構成が変化し、免疫チェックポイント阻害薬への反応性を高める可能性が示唆されています。[2)] 今後は、抗がん剤治療と並行して腸内細菌叢を整える治療が進む可能性があります。

また、2023 年 1 月には、先進医療として潰瘍性大腸炎を対象に「抗菌薬併用腸内細菌叢移植療法」が承認され、腸内細菌叢を治療の対象としたアプローチがすでに臨床で開始されています。

リハビリテーション分野においても、腸内細菌叢への関心が高まっています。最新の報告では、腸内細菌叢の多様性の高さが脳卒中後患者の筋肉量、筋力、筋肉の質の向上と関連していることが示されています。[3)]

これらの知見は、脳卒中リハビリテーションにおける筋肉の健康維持や機能回復において、腸内細菌叢が重要な役割を果たす可能性を示唆しています。

現時点では、理学療法士が腸内細菌叢と直接関わる機会は少ないものの、医療全体やリハビリテーション領域でも腸内環境への注目が高まっており、今後「腸内細菌」や「腸活」に関する研究がさらに進展していくと考えられます。

参考文献

1）de Vos WM, et al. *Gut microbiome and health: mechanistic insights.* Gut. 2022;71:1020-1032.
2）Lin NY-T, et al. *Microbiota-driven antitumour immunity mediated by dendritic cell migration.* Nature. 2025;644:1058-1068.
3）Yoshimura Y, et al. *Gut microbiome diversity is associated with muscle mass, strength and quality in post-stroke patients.* Clin Nutr ESPEN. 2025;67:25-33.

******書籍紹介******

「ピープル・スキル 人と“うまくやる”３つの技術」

上牧温泉病院　今野　敬貴

著：ロバート・ ボルトン（Robert Bolton）
訳：米谷 敬一
宝島社（2010/4/22）
価格：2,090 円(税込)

私たち理学療法士にとってコミュニケーション技術は治療効果をも左右するほどの重要技術だと信じております。そう言う私もこれまで多くの失敗を繰り返してきました。その度に考え、学び、少しは成長していると思います。

私は一時、活字中毒になり週に２冊の小説を読んでいました。管理職となり年間 100 冊の小説がビジネス書や啓発本にとって変わりました。何百冊と読んできたビジネス書に占めるコミュニケーション系の本の割合は 3-4 割近くにおよぶと思います。そんな中からとびっきりのお勧め本は 535 ページで厚さ 35mm と持ち運び困難で、高校男子の弁当箱くらいの大きさです。その中身は唐揚げ、卵焼き、緑色野菜、エビフライ・・失礼、その本の中身は「相手」「自分」「お互いに」という関係性からコミュニケーションの混乱を紐解いてくれます。

対人関係が難しく上手くいかない理由として十二の要素を示しています。「批判」「悪口」「診断」「称賛」「命令」「脅迫」「説教」「質問・尋問」「忠告」「ごまかし」「論理的説得」「元気づけ」。なるほどと思うものが多い中、「称賛」や「元気づけ」は対人関係を良好にするアイテムな気がします。そこを勘違いすると関係性を壊す事になると強調して説明しています。ここでピーンと感じた方はすでにコミュニケーション人の領域ですね。良かれと思った励ましや褒めは逆効果であることが少なくないことを説明しています。

このような事が無いように相手の話を聞く（リスニング）、自分が言いたいことを間違いなく届ける（アサーション）、お互いに対立しても解決する（コンフリクトマネジメント）という３つの技術について詳細に述べられています。その充実感はこの部分だけで ３ 冊の本に相当するほどです。私が特に注目したのはリスニング(この本では傾聴と訳されております)の部分です。これがきっかけでカール・ロジャーズ博士を知り、傾聴療法士の講習を受けました。

カール・ロジャーズによると、コミュニケーションの改善を促す重要な性質とは「誠実さ」「無私の愛」「共感」であると。これはスキルを超えた“大切のもの”として私の心に響きました。

この他にも、

［言葉は人によって違う意味を持つ］

［聞き手は相手の話を「フィルター」を通して歪められた形で聞く場合が多い］

など、私にとってコミュニケーションを学ぶ大きな影響を与えてくれた著書であります。コミュニケーションを考える上では外せない良書です。すでに絶版ですが、ネットで探せば手に入ります。是非お勧めします。

職場紹介

～歩き続けるカラダづくりの場　ソトエ～

飯塚　拓也

私が勤務する“歩き続けるカラダづくりの場　ソトエ”は、2023 年に太田市に開所した、歩行に特化したリハビリ特化型半日デイサービスです。当事業所は、ご利用者様が最後の時まで、ご家族のもとで安心して生活ができるために、PT、Ns、介護職を含め多くのスタッフで日々リハビリと運動の提供を行っております。

“ソトエ”では、1 対 1 での関わりを大事にしていて、全利用者様に対して個別リハビリはもちろんのこと、介護士や看護師とのコミュニケーションや悩み相談なども行っております。時には冗談を言いあったり、時にはカラオケを一緒に歌ったりなど、共に楽しむことも重要視しております。ですが、最も我々が大事にしていることは、ご利用者様が歩き続けることができるカラダを作ることです。そのために姿勢改善をメインに取り組み、歩行の客観的な数値化、主観的な変化の気付き、運動習慣の構築から、ご利用者様の意欲を高めて継続できる運動を目指しております。

我々が店舗を構える群馬県太田市では、（株）SUBARU を中心に自動車産業が盛んな街ではありますが、子育てにも力を入れていて、子どもに対する手当ても多く、仕事に育児に住みやすい街となっております。しかし、他の地方都市と同様で、車での移動がメインとなり、公共交通機関が減少している傾向にあります。その結果、免許証を返納した方々はなかなか家から出られない、出るきっかけがない方が多くいらっしゃいます。我々の目標にはソトエ出てきてもらうことが大事であると考えておりますので、ご利用者様のみならず、地域の方にも向けて、コンサートや、グランドゴルフの運動指導を行っております。今後も、フリーマーケットを開催して、地域の方にもソトエ出る機会を提供しながら、多くの方が、歩き続ける生活を送れるように事業を展開したいと考えております。

後輩理学療法士へ

月夜野病院　西山　洸

～経験から学んだ、理学療法士としての歩み～

はじめまして、みなかみ町にある医療法人パテラ会月夜野病院で勤務している西山洸と申します。今年で勤務して 7 年目になります。私は県外からこの地に就職しました。慣れない土地で理学療法士としてやっていけるのか不安でいっぱいだった事を今でもよく覚えています。理学療法士として働く中で、大変だったことや辛かったこと、嬉しかったこと．．．様々な経験をしました。その中で、私が理学療法士として特に大切にしていることが２つあります。エピソードを交えながらご紹介します。

１つ目は「コミュニケーション」です。多くの人は、知らない相手に対して身の上話をしたいとは思わないものです。だからこそ、まずは自分自身を知ってもらうように趣味などを交えて自己開示をしながら相手の目をみて話すように意識しています。また相手の話に耳を傾けることを通して、患者様が今何に困っているのかを丁寧に聞き取ることも大切だと感じています。

２つ目は「患者様と真摯に向き合い、日々学ぶこと」です。私は学生時代、勉強があまり好きではありませんでした。しかし理学療法士として働き始めてから日々の勉強の必要性とそれが結果につながることを実感しました。新人の頃、担当させていただいた患者様で幸いにも病前同様の生活まで回復することができた方がいました。その方からいただいた手紙にこう書かれていました。「普通に歩き、普通に過ごす、普通というものの素晴らしさを身に染みて感じています」。当時の私はわからないことだらけでしたが、先輩方に相談しながら自分でも文献や教科書を読んで要点をノートにまとめるようにしました。その積み重ねが患者様の回復につながったと感じています。またこの手紙を通して、自分自身「普通」の尊さを改めて感じ、理学療法士として仕事のやりがいを知ることができました。

働き始めは自分の不甲斐なさに気持ちが折れそうになることもあると思います。でも、たまにはしっかり息抜きをしながら、日々の勉強を継続して患者様と真摯に向き合い、寄り添いながら理学療法士として成長していってください。親しまれ、頼りにされる理学療法士を目指して、私も一緒に頑張っていきます。これからも皆さんのご活躍を心より応援しています。

第 32 回群馬県理学療法士学会が開催されました

（第 1 報）

令和 7 年 10 月 26 日（日）、第 32 回群馬県理学療法士学会が、伊香保温泉ホテル天坊にて開催されました。

今回は「温故知新」をテーマに、坂本敦学会長、山﨑紳也大会準備委員長のもと、県学会では初のホテルでの開催となり、いつもの学会とはまた違う新鮮な雰囲気でした。たくさんの著名な先生方の講演や県内先生方の発表があり、参加した多くの会員が聞き入っていました。

また、高校生招待企画も開催され、学会の見学や高校生と県内理学療法士との座談会があり、理学療法士について知るよい機会になったと思います。

次号源流では、県学会の詳しい様子を写真で振り返るとともに、坂本敦学会長と山﨑紳也大会準備委員長からの「学会を終えて」、高校生招待企画に参加した高校生からの投稿、そして学会長賞等の表彰者の発表を掲載予定です。楽しみにお待ちください。

会員動向

令和７年 11 月 26 日現在
会員数 2,101 名　休会 405 名　施設数 423 施設

ニュース収受

2025/8/6	群難連　新刊 94 号	群馬県難病団体連絡協議会
2025/8/6	からっ風通信　第 161 号	群馬県作業療法士会
2025/8/13	群馬県言語聴覚士会ニュース 79 号	群馬県言語聴覚士会
2025/8/13	理学療法いばらぎ第 29 巻	茨城県理学療法士会
2025/8/29	群馬県医師会報　No. 925	群馬県医師会
2025/8/29	兵庫県理学療法士会だより No. 207	兵庫県理学療法士会
2025/8/29	滋賀県理学療法士会ニュース　No. 227	滋賀県理学療法士会
2025/9/1	JPTA NEWS No. 356	日本理学療法士協会
2025/9/9	鹿児島県理学療法士協会ニュース No. 105	鹿児島県理学療法士協会
2025/9/9	鹿児島県理学療法士協会ニュース No. 106	鹿児島県理学療法士協会
2025/9/16	山梨県理学療法士会　会報誌 No. 166	山梨県理学療法士会
2025/9/18	会報　群臨技　489 号	群馬県臨床検査技師会
2025/9/29	群臨技 第 64 巻　1 号	群馬県臨床検査技師会
2025/9/30	群馬県医師会報 No. 926	群馬県医師会
2025/10/21	秋田県理学療法士会ニュース第 218 号	秋田県理学療法士会
2025/10/21	IPTA　インフォメーション No. 189	茨城県理学療法士会
2025/10/24	HPTA NEWS One step No. 283	広島県理学療法士協会
2025/10/28	広報誌「かくどけい」第 149 号	熊本県理学療法士協会
2025/10/28	群馬県医師会報　No. 927	群馬県医師会
2025/10/29	群馬大学 WHO 協力センター10 周年記念誌	群馬大学 WHO 協力センター
2025/10/29	JPTA NEWS No. 357	日本理学療法士協会
2025/11/5	からっ風通信　第 162 号	群馬県作業療法士会
2025/11/5	ぬくもり群馬 2025 秋号	群馬県医療ソーシャルワーカー協会
2025/11/5	ケアマネ群馬 No. 139	群馬県介護支援専門員協会
2025/11/13	会報　群臨技　490 号	群馬県臨床検査技師会
2025/11/13	群臨技 第 64 巻　2 号	群馬県臨床検査技師会

＊＊＊編集後記＊＊＊

源流発行にあたり、原稿執筆にご協力いただいた先生方、また取材にあたりご協力いただきました先生方、改めてお礼申し上げます。
今年もあと少しとなり、１年があっという間だなと感じます。
皆様におかれましも忙しい日々が続くと思いますがご自愛ください。

蜂巣　健人