

# Emi Times

[エミタイムズ]

10

2022/9

心身ともに  
一生あなたのサポートを

施術後は落ち着いた気持ちで  
ゆつたりと生活が出来るよ

体力・運動機能の  
低下が大問題!!

◀5P



Emicia.Group エミシアグループ





# 患者様について

約2年前からご訪問をしている、要介護4の80歳代女性にインタビューを行いました。こちらの患者様は、7年前にアテローム血栓性脳梗塞を引き起こし、後遺症として、左上肢下肢麻痺が残ってしまいました。  
高齢者福祉施設「真寿苑」にご入居されており、施設への訪問を行っています。

# 施術内容

内容としては、全身のマッサージ・機能訓練（徒手自動・他動運動等）を行っています。  
身体全体の筋肉の緊張・拘縮が顕著にみられることから施術時間は30分で、筋力低下の防止を第一目標に施術を行っています。





拘縮とは、病気などで身体や関節を動かす機会が減少した時に関節が固くなり、関節の動きを制限された状態のことを言います。

高齢で病気をされた方の多くは、寝たきりの時間が長くなることで身体活動量が大幅に減少することをきっかけに拘縮が発生し、筋力低下となり身体機能の維持が困難になります。こちらの患者様は、拘縮がありますが、現状車いすへの移乗や自走ができています。

今出来ていることを維持するために、

## 特に腕や手指の筋力低下を防ぐ筋力トレーニングも行っております。



施術中の会話で、最近の話だけでなく昔話をするなどで認知機能の低下を防ぐといった簡単なコミュニケーション療法も取り入れております。(回想法)  
回想法は、自分の過去について誰かに話をすることで、精神の安定をさせて認知機能の低下予防にも期待が持てると考えられています。



さらにマッサージで人のぬくもりも感じられるため、リラッククス効果が倍増することで、施術後は落ち着いた気持ちでゆったりと生活が出来るよとお話をしてくれました。

今後もエミシアでは、施術で身体機能の維持のサポートを行うだけでなく、患者様一人一人に真摯に向き合い、心の安定や元氣も与えられるような存在になれるように努めてまいります。



【施術者より】  
左半身の麻痺と、全身の拘縮に対して、マッサージや機能訓練を行っております。特に左足には浮腫みや季節問わずの冷えがあるため血行改善で重点的にマッサージをしております。

ご本人はお話しをすることが好きなので、施術中は常にコミュニケーションを取り、頭の回転の動きをよくするようにしています。  
普段でも何もしないで、ぼーっとしている時間を減らすように声かけ等を行い、心身ともにサポートが出来るよう努めております。今後も、定期的な訪問で、出来ることをずっと出来るような身体作りのお手伝いをさせて頂きたいと思っております。

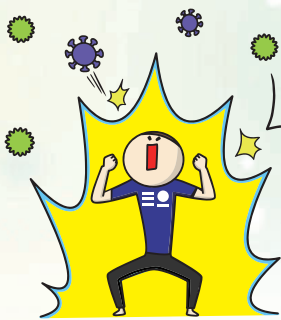


# 大変!! コロナ禍の高齢者の

# 体力・運動機能の低下が大問題

新型コロナウイルスの蔓延が始まり、約3年が経過しました。

まだまだ、安心することの出来ない状況下で、コロナ禍の高齢者の方の体力や運動機能の低下が最近特に問題視されています。



## コロナ蔓延前から今日までの体力・運動機能の変化

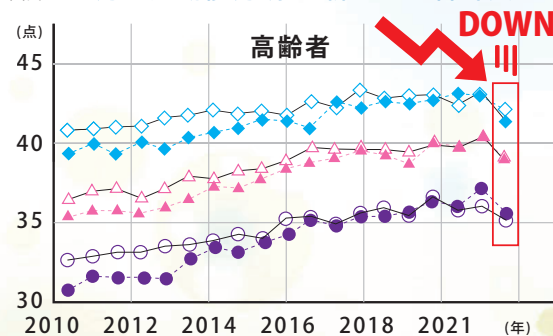
毎年スポーツ庁によって実施されている「体力・運動調査」で高齢者の運動機能の変化を見ていきます。

### 実施項目(65歳~79歳対象)

|   |          |
|---|----------|
| ① | 握力       |
| ② | 上体おこし    |
| ③ | 長座体前屈    |
| ④ | 開眼片足立ち   |
| ⑤ | 10m障害物歩行 |
| ⑥ | 6分間歩行    |

図表1) 65歳~79歳対象実施項目  
参照: スポーツ庁「体力・運動能力調査結果」

### 図表2 体力・運動能力調査 新テスト合計点



(注)2020年度は新型コロナウイルスの流行歌幾台に伴い除外(出典)スポーツ庁「体力・運動能力調査結果」2019年までは令和元年度報告書、2021年は令和3年度速報

- ◇ 65~69歳 男性
- ◆ 65~69歳 女性
- △ 70~74歳 男性
- ▲ 70~74歳 女性
- 75~79歳 男性
- 75~79歳 女性

対象は65歳~79歳で、調査内容としては、握力や上体おこしなど複数項目です。(図表1)



結果は各項目の記録のほか、各項目を10点満点で評価をした得点の合計を総合評価の指標として使用しています。図表2から結果を見てみると、コロナ蔓延前の2019年までの点数は、おおむね上昇傾向にありましたが、2021年に大きく減少していることが分かります。

高齢者については、新型コロナウイルスに感染した場合に、若年者と比べ重症化や死亡リスクがことから、感染に対する不安を強く感じる事が多く、それに伴い移動や外出・運動の機会の減少が原因であると考えられます。

年齢を重ねるだけで活動は自然と減少していく高齢者の方が、コロナにより例年以上に活動量は低下し、身体機能が低下している可能性も考えられます。

これにより、通常以上に高齢者の方への活動や運動の機会を作る必要性が高まっていくとされています。



With コロナ  
だからこそ

ぜひご利用して頂きたい!!

こんなお悩みありませんか??

コロナ禍で外出の機会が減少…  
↓  
運動機能の低下

外部の方とのコミュニケーションの場が減少…  
↓  
認知機能、判断力の低下

エミシアにお任せ下さい!!

定期的な訪問(週2~3回)で日々の体調の変化に合わせた施術を行います。

会話をしながらの施術などコミュニケーションをしっかりと取ることで、日々の生活に刺激を与えます。

#### 患者様のご家族(おさん)

週3回の訪問に来てくださっています。主人が施術自体をとても楽しみにしていて、身体機能の維持がしっかりと出来ているなど感じます。

また、訪問の間は私の時間が取れるのですごく助かっています! 老老介護になっているので、色々心配をしています。先生に相談をして親身になって考えてくれるので嬉しいです。



#### ケアマネジャー様の声(おさん)

長年エミシア訪問鍼灸マッサージのサービスをしていた方が、コロナの影響で一度中断することになりました。その時期に一気に身体機能の低下や痛みが出てしまうようになりました。

エミシアさんはしっかりと感染予防をされているので、再度訪問を頼んだところ、少しずつ身体機能の回復が見られて安心しました。

定期的なサービスの利用が大切だと実感致しました。





施術動画  
ご覧いただけます



# Emicia.Group

エミシアグループ



**エミシア**  
灸接骨院

エミシア灸接骨院  
TEL:0532-35-9408



**エミシア**  
訪問灸マッサージ

エミシア訪問灸マッサージ  
TEL:0532-35-9418



脳梗塞リハビリ回復センター  
Stroke Rehabilitation Recovery Center

脳梗塞リハビリ回復センター  
TEL:0532-35-9438



老人ホーム紹介センター  
**エミシアHOME**  
高齢者の住まい選びをサポート

エミシア HOME  
TEL:050-5357-1049

〒441-8065 愛知県豊橋市中浜町 219 番地 42・43  
FAX:0532-35-9428 <https://emicia.co.jp>