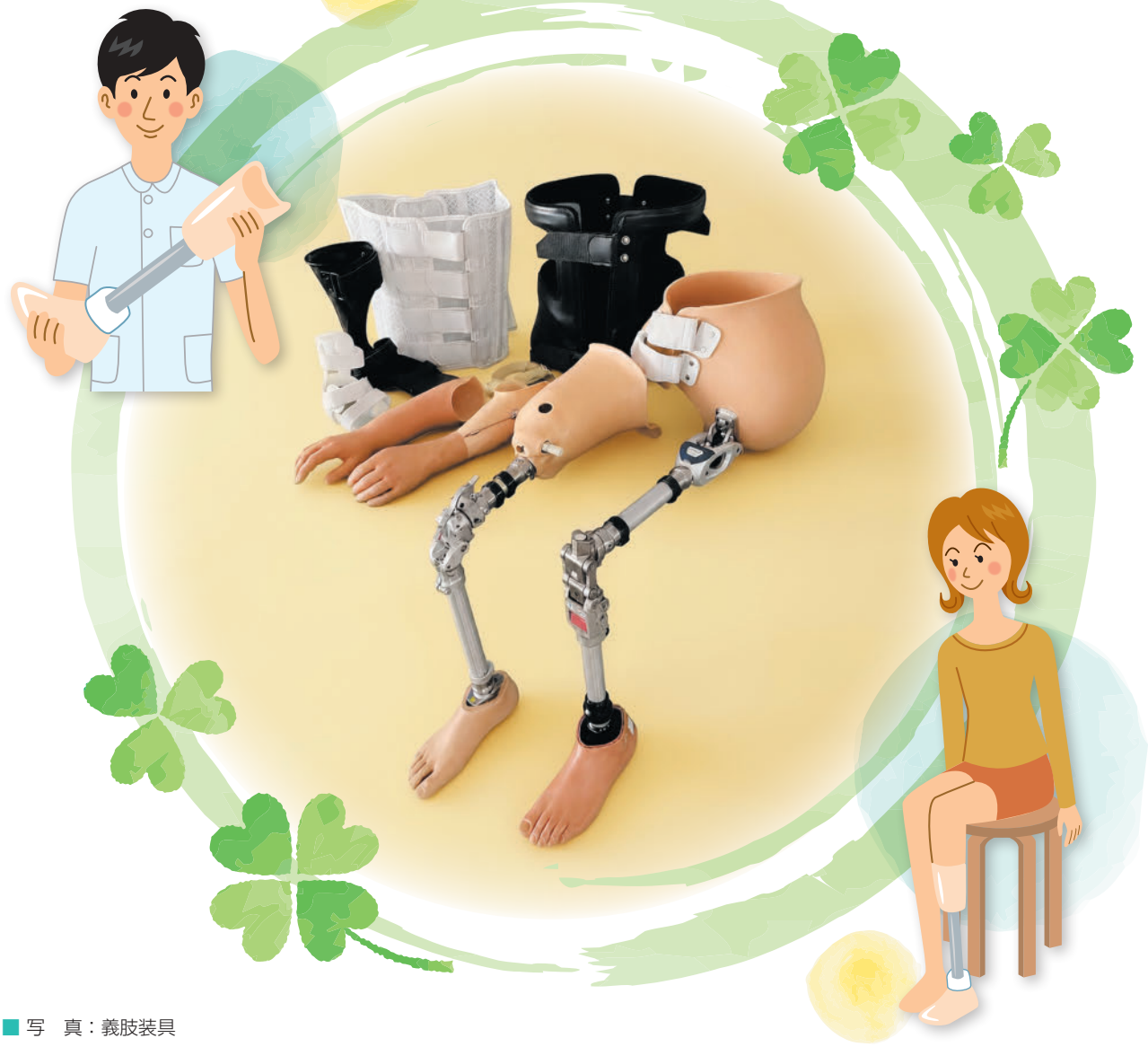
No.22

Nagano Prefectural General Rehabilitation Center

しあわせ信州

ながの県リハだより

長野県立総合リハビリテーションセンター



■写　真：義肢装具

CONTENTS　2026.10　第22号

【特 集】「義肢装具外来」を開設しています …… 2・3

医師紹介 …… 3

【報 告】医療安全川柳を募集し、表彰を行いました …… 4

「パニクる」災害時に効くアクションカード …… 5

ご寄贈いただき、ありがとうございました …… 5

【お知らせ】自動車運転再開のための評価について …… 6

【今日の献立】センターの食事から …… 7

【お知らせ】YouTube 動画を配信しています！ …… 7

外来診療案内 …… 8

※「障害」の表記について　この広報紙は、長野県の「『障害』表記のガイドライン」に沿って表記しています。

「障害」という用語が人の状態を表す場合は、原則として「障がい」と表記し、例外として医学用語等の専門用語や他の機関・団体の名称（固有名詞）等は、「障害」（例：高次脳機能障害）と表記。

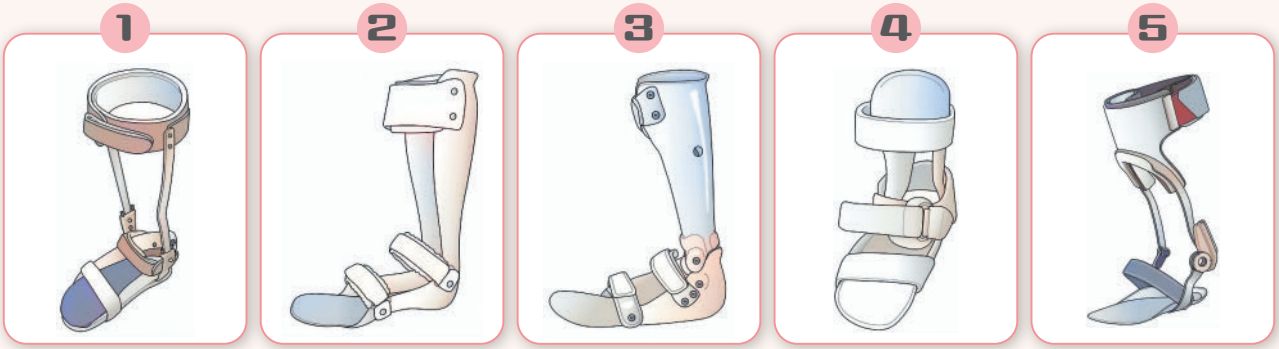
特集

義肢や装具の不具合に対応する

「義肢装具外来」を開設しています

義肢、中でも義足とは、下肢切断となった際にその代わりとして装着するもので、切断部位によって大腿義足[*1]、下腿義足[*2]などがあります。義足製作にはソケットの形状、関節・足部の選択、全体のアラインメントなど多くのチェックポイントがあり、また様々なタイプのパーツが市販されております。↗

下肢装具とは、足の麻痺や変形のため荷重がうまくできない場合、変形を矯正し歩きやすくするものです。膝下から足にかけて固定する短下肢装具には様々なタイプがあり、一般的には❶金属支柱付き短下肢装具、プラスチック型短下肢装具（❷関節なし❸あり）、❹簡易型オルトップ等に分けられます。他に、❺油圧式足継手による装具などもあります。↙



出典：日本支援工学理学療法学会「下肢装具イラスト」

痙性[*3]や足の変形が強い場合は、矯正力や耐久性のある金属支柱付き短下肢装具❶、痙性が弱い場合はプラスチック型❷❸、腓骨神経麻痺などの弛緩性麻痺には簡易型❹が適応となります。どのタイプが適しているか、また関節の角度や硬さも調整が必要で、個々の麻痺や拘縮[*4]の程度、歩行状態を観察し総合的に判断します。当センターではお試し用の装具を各種揃えており、ご本人の装着感や希望もふまえて適応を決めています。

せっかく義肢装具を作ったのに、痛みや不具合のため、使っていないという方をまれに見かけます。いろいろ相談してもしっくり改善せず、古い装具をそのまま使っている方もいらっしゃいます。義肢装具を製作した頃の担当医が転勤等で不在となり、継続した対応が難しい場合もあるようです。↗

義肢装具による痛みなど不具合の原因としては、義肢装具の問題と身体的な要因が挙げられます。

1義肢装具の問題としては

- 義肢装具が、うまくフィットしていない。痛みの出やすい箇所への除圧が不十分。
- 義肢装具の種類選択など適応の違い。
- 部品の劣化や 破損、故障

2身体的要因として考えられるのは

- 足の変形が強すぎて義肢装具での対応に限界がある
- 断端の形状が悪く、骨の突出や有痛性の皮膚癒痕[*5]がある
- 痙性の悪化など病態の進行や加齢変化

などが挙げられます。

適切な対応策の決定には専門的な知識と経験が必要となるため、当センターの「義肢装具外来」では、リハビリテーション科専門医、義肢装具士、理学療法士の三者が協力し、痛みや不具合への改善策を立てております。当センターでは、足の変形が進み装具では対応困難となった方に対して、変形を矯正する手術も行っています。

外来は予約制です。担当医からの紹介状をお持ちいただき、受診の際は今まで使用していた義肢装具を必ずご持参ください。

費用は一般の外来受診と同様です。基本的には元から対応している義肢装具の業者と連携し、修理や更新を進めます。

仕事や家庭の状況、介助者の有無など、ご本人の生活スタイルに合わせた装具を提案しております。

不具合のある方はお気軽にご相談ください。

（修理等には別途費用がかかります。補助制度についてもご相談ください。
身体障害者更生相談所の「補装具判定」とは異なりますので、ご注意ください。）

用語解説

＊1 **大腿義足**（だいたいぎそく）：膝より上で切断した方のための義足
＊2 **下腿義足**（かたいぎそく）：膝より下で切断した方のための義足
＊3 **痙性**（けいせい）：筋肉が過度に緊張し、手足が突っ張るような状態
＊4 **拘縮**（こうしゅく）：関節や筋肉が硬くなり、動かしにくくなった状態
＊5 **瘢痕**（はんこん）：けがや手術のあとにできる硬くなった傷あと

義肢装具外来 担当医師

総合リハビリテーションセンター所長
整形外科・リハビリテーション科専門医
清野（きよの） 良文（よしふみ）



診療日 毎週木曜日　午後2:00 ～ 3:00
（予約の詳細は最終頁をご覧ください。）

医師紹介



令和8年4月から当センターの リハビリテーション科医として働く 丸田（まるた） 大貴（だいき） 医師をご紹介します。

私は長野県出身で、初期臨床研修修了後、一貫してリハビリテーション医療に携わってまいりました。急性期病院や回復期病院での診療経験を通じ、脳卒中の患者さんを中心にリハビリテーションに取り組んできました。

リハビリテーション医療は、患者さん一人ひとりの生活や目標に寄り添い、その人らしい生活の実現を支える医療であると考えています。多職種と密接に連携し、それぞれの専門性を生かしながら、患者さんやご家族が安心して生活を送れるよう支援していきたいと思います。

まだ至らない点も多くありますが、地域の医療・福祉機関の皆様との連携を大切にし、より良いリハビリテーション医療の提供に努めてまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。

報告 Report

医療安全推進週間での取り組み
～医療安全川柳を募集し、表彰を行いました～

医療安全文化の醸成を目的として、昨年末、職員を対象に「医療安全川柳」を募集しました。

多くの職員から応募があり、医療安全に対する思いや日頃の実践、現場での気づきや工夫、仲間への思いやりなど、安全につながる大切なメッセージが寄せられました。

応募作品は院内に掲示し、職員が互いの作品に触れる機会を設けることで、意識の向上と啓発につなげました。

これからも職員一人ひとりが医療安全への意識を高め、安心してご利用いただける医療・福祉サービスの提供に努めてまいります。

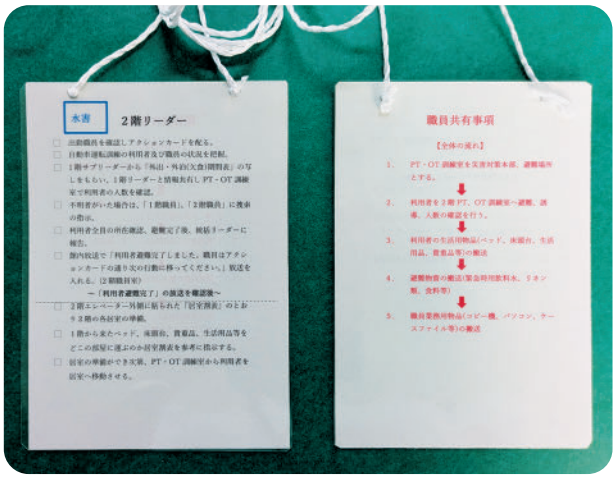


報告 Report

「パニクる」災害時に効くアクションカード

学校で､「慌てること」を「狼狽」と習いましたが､「パニクる」という言葉も使われ、冷静な判断ができずにパニック状態になり、おかしな行動をとってしまう様子が目に浮かびます。

災害に直面した時､人はまさに“パニクり”ます。自分一人が冷静であったとしても、錯綜する情報、変化する環境、“パニクる”周囲の人たち（その日、その時､その場にいる人がいつも同じとは限らない）などに影響されてしまうものです。



そのため、当センター障害者支援施設では、医療現場で考案された『アクションカード』を活用して避難訓練を重ねています。これは「非常時のやることリスト」です。非常時、やることをその場にいる職員一人ずつに割り当て、確認しながら行動できるように補助するものです。

訓練でパニクることはまずありませんが、実際の場面で「あそこにカードがあった。まずはやることを確認しよう。」と速やかな避難行動の一助になればと考えています。しかし、このカードは万全ではありません。また“マニュアル”のように固定化するものでもなく、訓練のたびに弱点を見つけ、修正を加え､災害について「考える」機会を通して防災･減災の意識向上を図ることにしています。



報告 Report

ご寄贈いただき、ありがとうございました

【教習用自動車】

当センターで自動車運転訓練を修了し、ご自宅で生活されていたご利用者様のご家族から、愛用されていた車イス収納装置付きのトヨタアクアをご寄贈いただきました。

その方は生前､「障がいを負っても車を運転できて本当によかった」とお話しされていたとのことで、その思いを大切に引き継ぎ、障がいのある方々の移動手段の確保や外出支援ができるよう、一人ひとりのニーズや思いに寄り添いながら訓練に取り組んでまいりたいと思います。



【タブレット操作に使う特殊スイッチ等の機器】

以前、当センターに入院し特殊スイッチ等を用いてタブレットを操作できるようになった方から、現在は手指機能が改善して、これらの機器が不要となったことによりご寄贈いただきました。

今後、機器を必要とする患者様に試用させていただきたいと思います。

お知らせ

自動車運転再開のための評価について

自動車運転免許証をお持ちの方で、脳卒中などにより高次脳機能障害や麻痺などの後遺症が残った場合、自動車運転の再開にあたっては、医師による評価と判断が必要になります。

判断の指標となる各種評価は外来でも実施可能ですが、多くの評価項目があるため、1日ですべてを行うことは難しく、複数回の通院が必要となります。

遠方にお住まいの方や通うことが困難な場合などは状況をお伺いしますので、地域連携課へお気軽にご相談ください。



評価内容

01 リハビリテーション評価

運転に必要な以下の能力について評価します。

●複数の情報を処理する速度・能力
●注意機能　●認知機能　●遂行機能　●身体機能　など



02 実車評価

当センターの自動車運転訓練場で実施します。

●信号の認知　●車線変更のタイミング　●対向車への対応　など

AT普通自動車　AT普通軽自動車　を選択いただけます。



03 ドライビングシミュレーター（DS）評価

運転場面における
危険認知→判断→操作の一連の過程を評価します。



04 総合評価

すべての評価終了後、医師から結果説明を行い、
運転再開について総合的に判断します。



＊評価結果によっては、運転再開ができない場合もあります。
＊自動車運転の実車評価は、「長野県障がい者運転支援連絡会」が作成した評価項目に基づき評価します。
　また、訓練スケジュールの都合により、ご希望の日時に添えない場合がございますので、予めご理解願います。

今日の献立 センターの食事から

今日のおかずはもう決まりましたか？

今回は旬のきのこを使った短時間で作れる副菜です。色々な種類のきのこの旨味とごま油の風味で、一般的なお浸しに比べておいしく塩分を控えることができる一品です。



きのこのナムル

材料（2人分）

しめじ	30g
えのき茸	40g
エリンギ	30g
ほうれん草	40g
しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ3/4



作り方

①しめじは石づきをとり、ほぐす。えのき茸は石づきをとり、食べやすい長さ（3cm位）に切ってほぐす。エリンギは縦半分に切り、斜めにスライスする。

②耐熱容器に①を入れ、ふんわりラップをして電子レンジ600Wで1分～1分半加熱する。

③ほうれん草は熱湯で2分程ゆでて水にさらし、アクが抜けたら水気をしっかり絞って3cm長さに切る。

④②の水気が残っていたら取り除き、③、しょうゆ、ごま油を加えて和える。器に盛り付けていただく。

献立の組み合わせ例

★ごはん
★焼魚
★炒り煮
★きのこのナムル
★季節の果物



（1人分栄養量）

エネルギー	35kcal
たんぱく質	1.9g
脂質	1.8g
食塩相当量	0.4g

<ブログのお知らせ>

当センターのホームページにあるブログでは、栄養課で行っている**「おいしい減塩の工夫」**を掲載しています。是非一度ご覧いただき、一緒に塩分を減らしてみませんか?

お知らせ

YouTube動画を配信しています！



◆自動車運転訓練について
◆自宅でできる人工股関節術後の体操
◆自宅でできる人工膝関節術後の体操
◆C6 頚髄損傷者の直角アプローチ、移乗動作、車椅子の積み下ろし

} ホームページにパンフレットも掲載しています

など

長野県立総合リハビリテーションセンター YouTube　検索

または





是非ご覧ください

外来診療案内

令和８年10月現在

担当医師	月 午前	月 午後	火 午前	火 午後	水 午前	水 午後	木 午前	木 午後	金 午前	金 午後
整形外科										
清野 良文			○					義肢装具外来	○	
立岩　裕	○						○			
脳神経内科										
星野 優美			○				○			
田丸 冬彦 非常勤	○				○					
リハビリテーション科										
加藤 雄大					○				○	
丸田 大貴	○				○					
泌尿器科										
井川 靖彦 非常勤										○ 月２回

※諸事情により、担当医師が変更・休診となる場合がございますので、ご了承ください。

診療時間

整形外科・脳神経内科・リハビリテーション科 …… 午前 9：00～12：00
義肢装具外来 …… 午後 2：00～3：00
泌尿器科 …… 午後 2：00～3：00

◎外来診療は、予約制としています。予めお電話で予約をお願いします。
　なお、脳神経内科の受診については、事前にご相談ください。
◎紹介状が無くても受診できます。
◎長野市の骨粗しょう症検診は月・火・木・金曜日の整形外科担当医で実施します。
　事前にご予約ください。
◎清野医師の外来日に褥瘡（じょくそう）外来を実施します。事前にご相談ください。
◎清野医師の木曜日は義肢装具外来を実施します。事前にご相談ください。

電話による予約受付時間	月曜日～金曜日：午後 1 時～午後 4 時
連　絡　先	０２６-２９６-３９５３〈代表〉
備　　考	土・日・祝日は、予約受付を行っていません。

発　行：長野県立総合リハビリテーションセンター
編　集：広報委員会
住　所：長野市大字下駒沢618－1
ＴＥＬ：026－296－3953　　ＦＡＸ：026－296－3943
ＵＲＬ：https://www.nagano-reha.pref.nagano.lg.jp


ツワブキ