

■ 亀田スポーツ医科学センター

1. 2021年度の目標及び方針

今年度は秋に開設予定のCCRCと京橋クリニックにおけるメディカルフィットネスへのスタッフ派遣など飛躍の年となる。少人数で複数施設への派遣を可能にしていくためには、主となるスポーツ医科学センターの提供内容の整備が不可欠となる。2021年度最大の目標は提供コース整備によってスタッフ間の指導内容均一化を図り、限られた人数でより効率的に質の高い運動指導を提供できるようにすることである。また、同時に感染症の拡大状況に左右されずパンデミック下でも安定した収益を得るためにグループセッションなど提供コンテンツのオンライン化も進めていきたいと考えている。更に、2018年から準備を進めているアスリートドック（院内連携事業の項参照）についても今年度より本格的に始動していく。

2. 2020年度の評価

2020年度4月・5月は、COVID-19の感染拡大や緊急事態宣言により利用者が前年比の44%と大幅に減少したことに伴い、収益も目標値の48%と大幅に下回った。これは、2020年4月の時点でCOVID-19の感染拡大に伴い、使用中のコースチケットの期限を一律2021年3月31日までに延長する措置をとったことも影響している。しかし、6月以降は感染症対策の徹底による安心感から利用者数も回復し、最終的には2019年度の79%という形まで回復した。

BSC的視点でみると、財務の視点において総収益は¥15,247,186（昨年度比73%）と上半期の感染症拡大による利用減少が大きく影響した。しかし、パンデミック下においても6月以降利用者数は徐々に回復し、結果的に2019年度の81%となった。これは徹底した感染症対策により利用者が安心して利用できる環境を提供できた結果だと考えている。この対策は2021年度も継続していく。顧客の視点においては、スポーツ医科学センター独自で実施している満足度調査において総合評価100点満点中89点（昨年度88.3点）と、利用者の満足度は高水準を維持できた。スタッフの対応が丁寧、運動プログラムの充実などの賞賛意見に加え、感染症対策の徹底が高く評価されたが、一方で、今年度も利用者増加における施設混雑やフロア面積が狭さなど、ハード面の検討課題が浮き彫りとなった。これは、有酸素マシンの使用制限やグループセッションの定員数の引き下げなど感染症対策によって

混雑時間帯が生じていることにも起因する。今後も感染症対策を講じつつも施設を発展させるための対策が必要である。内部プロセスの視点としては、年度始めに目標として院内他部署との連携強化を掲げた。リハビリ事業管理部内での多職種との連携は全新規数に対する幹旋数の割合を外来リハビリに共有することでリハビリとの連携を図ったが、リハビリからの幹旋率は33%と目標であった45%には至らなかった。共有した数字が幹旋数につながるよう更なる工夫が必要になると考える。また、昨年度からの課題であった院内各科に対する施設プロモーションは、COVID-19の影響もあり実施を見送った。成長と学習の視点では、例年と同様、スキルチェックを実施することで各スタッフの知識と技術の確認を行い標準化に努めた。特に2020年度はスタッフの半分が新人という環境であったため、教育・学習の機会としてOJTだけでなく、定期的に必須知識と技術に関する勉強会を行うことで、新人教育としての必要知識・技術・質の定着化に努めた。

3. 主な業務内容

1) 健康増進サポート

- ① 転倒予防・生活習慣病予防/改善のための運動プログラムを作成し、健康運動指導を提供。

- ② グループセッションを1日2~4回実施。全身のストレッチ、体幹筋、インナーマッスルの強化を通じた姿勢改善を目的とした体操などをグループで実施。

2) 外来アスリートサポート

- ① アスリートに対して早期競技復帰に向けたアスレティックリハビリテーションの提供。
- ② 各スポーツの特異性を考慮した身体の使い方を指導。

3) 入院患者サポート

- ① 患部外運動：主にスポーツ医学科の入院中患者に対し、担当医師の許可のもと患部外トレーニング提供。入院中の活動量の維持を目的としている。
- ② 実業団・全日本選手患部外トレーニング：当院で入院加療するハイレベルのアスリートに対して、担当医師許可のもと患部外のトレーニングを提供。入院中にも患部外の筋力・持久力の維持・向上を視野にいれたトレーニングを実施することで、選手のスムーズな現場復帰に繋げることを目的としている。
- ③ 糖尿病運動療法：糖尿病教室を通して、糖尿病内分泌内科の教育入院中患者に対し糖尿病運動療法を指導。同時に、担当医師の許可のもと病状改善のための運動指導や運動習慣の確立を目的として、当センターにて実際に糖尿病運動療法を提供。
- ④ 入院中気分転換：主に上記以外の科に入院中患者に対し、担当医師の許可のもと入院中気分転換を目的としたストレッチや軽度エクササイズを提供。

4) 筋力測定

- ① スポーツ医学科の患者に対し、術前・術後の筋力評価としてプロトコルに準じた測定を実施。

5) 院内連携事業

- ① ロコモ健診（運動器健診）：健康管理センターと連携し、40歳代以上の受診者を対象に運動機能検査を実施。運動器（骨・関節・筋肉）の機能低下により要介護や転倒リスクの高い状態であるロコモティブシンドロームを早期に発見し、健康寿命延伸のための動機付けを目的としている。
- ② アスリートドック：スポーツ医学科、健康管理センターと連携し、スポーツを趣味に持つシニアやスポーツを始めるにあたって不安を持つ一般の方に対して、簡易的な内科チェックに加え、スポーツ医学科医師の診察とスポーツ医科学センタートレーナーによる運動器の機能評価を実施。受診者が自身の現状と対策を知ることによりスポーツを楽しめるようにすることを目的とする。

③ 院内糖尿病研究会

院内の糖尿病療養の質向上を目的としたシームレスな情報共有を目的とし、糖尿病療養にかかわる、医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、健康運動指導士などの職種が定期的な勉強会や研修を主催。当センターは、健康運動指導士が運動療法を担当し、看護部主催の糖尿病ケア研修の運動療法の講義や糖尿病教室の運動療法などを実施している。

④ おまめさん編集委員

看護部、臨床検査室、スポーツ医科学センターからなる編集委員を中心として、院内の糖尿病患者様に有益な情報となる新聞を年に3回発行。

6) 骨盤底メディカルフィットネス外来

- ① 軽度の尿漏れ、頻尿、下垂感、下腹部の違和感、産後の尿漏れなどの症状緩和を目的に、従来の骨盤底筋体操に加え、姿勢や呼吸のトレーニングを加えた全身の運動療法を実施。

7) リンパケア外来

- ① がん手術後や慢性的な浮腫と上手に付き合うためのセルフケアを指導。また、リンパドレナージや圧迫療法、運動療法等を通して日常生活を安心して過ごせるようにするために患者サポートを実施。

8) 院外運動指導・講師派遣

- ① 鋸南町夏季運動教室において運動指導を実施。
- ② 講師派遣に関しては、COVID-19の影響で開催見送りとなったものがあった。

9) 実習生指導

- ① 健康運動指導士を目指す学生の現場実習先として、学生指導を実施。

10) その他参加事業

2020年度はCOVID-19の感染蔓延の影響により、院内での糖尿病患者支援のためのイベント各種、院外での中学校メディカルチェック、企業検診、歩行年齢測定会などの啓蒙イベントなど多くの事業が中止となった。

4. 学術関係

1) 論文

- ①タイトル: Simple-measured leg muscle strength and the prevalence of diabetes among Japanese males: a cross-sectional analysis of data from the Kameda health study
執筆者名: 宮本 瑠美、大澤 有美子
ジャーナル名: J Phys Ther Sci. 2020 Jan; 32(1):1-6.

2) 発表

- ① 発表者名: 宮本瑠美
演題名: ロコモティブシンドロームと排泄機能障害
発表学会名: 第14回日本骨盤臓器脱手術学術集会リハセミナー
開催月日: 2021年3月26日~27日(オンライン)
- ② 発表者名: 大澤 有美子
講演名: 若年アスリートにおける前十字靭帯再建術後の管理
研修会名: 千葉県アスレティックトレーナー協議会オンライン研修会
開催月日: 2020年10月4日(オンライン)
- ③ 発表者名: 大澤 有美子
講演名: 足関節捻挫と不安定症に対する理論と実践をつなげる
研修会名: 千葉県アスレティックトレーナー協議会オンライン研修会
開催月日: 2020年10月18日(オンライン)

3) 執筆活動

- ① 執筆者名: 大澤 有美子
担当章: ACL 損傷(骨端線閉鎖前) アスレティックリハビリテーション p.175~p.182
書籍名: 膝のリハビリテーション 日本医事新報社
- ② 執筆者名: 大澤 有美子

担当章：分裂膝蓋骨 アスレティックリハビリテーション p. 301～p. 307

書籍名：膝のリハビリテーション 日本医事新報社

③ 執筆者名：宮本 瑠美

担当章：離断性骨軟骨炎 アスレティックリハビリテーション p. 334～p. 340

書籍名：膝のリハビリテーション 日本医事新報社

④ 執筆者名：宮本 瑠美

担当章：腸脛靭帯炎 アスレティックリハビリテーション p. 362～p. 370

書籍名：膝のリハビリテーション 日本医事新報社

文責：大澤有美子