かわしま
介護トピックス
第32号
2021年４月20日
発行／社会医療法人 玄真堂 在宅事業部 大分県中津市宮夫14-1 ☎0979-24-2423

肩がこる話？

川嶌整形外科病院
診療部長
佐々木　聡 明

『肩こり』でお困りの方も多いのではないでしょうか。現代日本で肩のこりを訴えられる人の割合は平成25年の調査で男性は6.0%で腰痛に次ぐ第２位であり、女性は12.5%で第１位であります(ちなみに第２位が腰痛)。

現在では一般的な言葉として皆さんが使っている『肩こり』ですが、いつ頃から誰が使い出したのかをご存知でしょうか。かなり前に話題にもなったのですが、実は前の千円札の絵柄であった夏目漱石だと言われています。夏目漱石の晩年(1910年)の作品である『門』の中で女主人公であるお米の『肩こり』を「頚と肩の継ぎ目の少し背中へ寄った局部が石のように凝っていた」と描写されていることが、肩がこると記載された最初のものであり、夏目漱石が肩がこるという言葉を作ったのではないかと言うものでした。しかし、実は夏目漱石以前にも肩がこるという記載は存在し、現五千円札の絵柄の樋口一葉が亡くなる半年前(1896年)に発表した『われから』の中に「ある時は婦女どもにこる肩をたたかせて、心うかれる様な恋のはなしなどさせて聞くに……」とあり、また、『肩こり』に関する医学的文献として最も古い瀬川昌耆の『痃癖（けんぺき）－特殊肩痛』(1896年)という報告の中にも「痃癖の癖のある夫人が医師に対し、裁縫業に従事すれば、肩たちまち凝る、張る、痛むと訴える」と書かれてあります。以上より、少なくとも19世紀には肩がこるという表現は一般的に使われていたといえますが、『肩こり』という表現は使われておらず、『肩はり』や『痃癖』が使われていたようであります。では、江戸時代では『肩こり』という言葉が使われていたかどうかというと、これは使われていなかったようです。また、整形外科の文献上、『肩こり』という表現が初めて出てくるのは、1937年、内田辰雄の『上膊肩甲関節周囲炎について』の中であり、20世紀の初頭には『肩はり』が『肩こり』に代わっていったものと考えられます。まとめると、江戸時代には『痃癖』、明治時代には『肩はり・痃癖』、大正・昭和にかけては『肩こり・痃癖』、現在は『肩こり』と推移してきたと思われます。

お話が長くなってしまい、肩がこってしまうような内容となりましたが、リラックスをして肩・肘張らず読んで頂ければ幸いです。

スタッフ★クローズアップ

Q. コロナ禍の終息後、やりたいことは？

介護保険サービスセンター
介護支援専門員 **井上 光子**

埼玉に単身赴任中の長男は、コロナ禍で家族に会えていません。
長男が帰省でき、わが子と笑いあえる日の来ることが、今の私の切なる願いです。

通所リハビリテーション
准看護師 **眞田 ひとみ**

川嶌整形外科病院のコーラス部リバーハーモニーで活動しています。コロナ禍で全く練習や活動ができず、本当に辛い時期です。
終息時には素敵なメンバー達と歌と飲み会でストレス発散！早くそろって歌いた～い!!

地域医療福祉連携室
社会福祉士 **井上 由貴**

「旅行!!!」
今行きたいのは三重県。
伊勢神宮でパワーをいただき、おはらい町のおかげ横丁でおいしいものを沢山食べ歩きしたいです✿

デイサービスひだまり
介護福祉士 **湯浅 百合**

コロナ禍で帰省できず、昨年のお盆と今年の正月は、愛しい我が娘に会えていません（泣）
終息したら、まず娘に会いたい！
会って一緒にたこ焼きを食べたいです❤

私たちの感染対策
～ うつさない・うつらない ～

かわしま訪問看護リハビリステーション 看護師 太田 有美

現在、新型コロナウイルスの感染が続く中、各地でワクチンの接種が開始されています。医療従事者は4月以降の接種を予定していますが、地域によっては接種予定時期が大幅に遅れるところもあります。

まだまだ各自で感染対策を行わないといけない状況であり、新型コロナウイルスに対する恐怖や不安な日々が続いています。

コロナ禍においても医療や介護を必要としている利用者が安心してサービスを受けられるよう、私たちは新型コロナウイルスに適した感染対策（健康管理、接触・飛沫予防、手洗い・アルコール消毒、室内換気、三密回避）を徹底しています。また、利用者にもご協力を頂いています。

どのような感染対策をしているの？

事業所内の対策

人の手が触れるところは、次亜塩素酸で頻回に清掃を行っています。

密集を避け、部屋を分散して研修・朝礼をしています。

テーブル中央にアクリル板を設置し向かい合った時の飛沫を防ぎます。

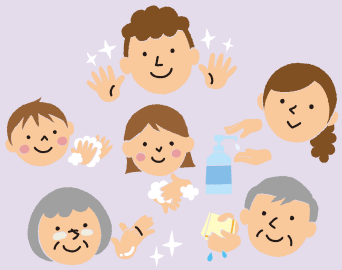
スタッフの対策

職員は毎日体温と体調を確認し記録をしています。体調が悪ければ出勤停止等の対応をとっています。

利用者のお宅に入る前から飛沫感染対策と手指消毒を実施しています。

感染対策物品

訪問時は、常に携帯しています。



利用者への対応

サービス前に検温と体調の確認をしています。サービス中も随時、体調を確認しています。

換気のためサービス中も2方向の窓を開け、空気の入れ替えをしています。

最近では、コロナ変異株の感染も確認されて従来のウイルスの1.5倍の感染力を持つと言われています。そのため、家族内においても常日頃からマスクの着用・換気・手指消毒など十分な対策を行い、家庭内感染の予防をお願いします。

私たちも感染源にならないよう、「うつさない・うつらない」を合言葉に、これからもサービスを提供していきます。

編集後記♪　コロナ終息に向けて、もうひと踏ん張り頑張りましょう。