

KOC通信

Vol.5

2025年 春号

学童期運動器障害への アプローチ

～予防、治療、啓発、検診について～

受付・診察室・処置室・物理療法室・リハビリテーション室が1フロアに集約されているため、患者様の移動がスムーズです。天井が高く、開放感のある空間設計になっています。



医療法人社団 小室整形外科医院

小室整形外科医院

リハビリ リウマチクリニック

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科(膠原病外来)・皮膚科

〒616-8313 京都市右京区嵯峨野開町21 TEL : 075-871-0519

SNS



ホームページ



学童期運動器障害へのアプローチ

～予防、治療、啓発、検診について～

2025年2月27日の「京都府学校医研修会」での小室元院長の講演内容から要約しています。

学校運動器検診について

2016年より、学校健診に運動器検診が加わりました。背景には、部活動や習い事でのオーバーユースによる学童期運動器障害の問題があり、側彎症などの早期発見も目的としています。

しかし、検診の本来の目的は児童と保護者に伝わりづらく、学校体育や部活動での児童・保護者・指導者のケガの予防やオーバーユースに対する理解も十分ではありません。京都市立小学校では部活動の練習制限がありますが、小学生は運動系の習い事を2～3つ掛け持ちしていたりもします。

学童期運動器障害の治療の課題

学童期の運動器障害の治療手段は、手術や投薬よりも、リハビリや生活指導および環境調整が中心です。最も必要なのは、①正確な診断と初期治療で、安静期間の指示を確実にすること、②保護者と指導者の理解を得ること、③子どものメンタルへの理解と共感だと考えています。安静期間を確実なものにするためには、児童・保護者の「運動したい・させたい」要求との折り合

学童期運動器障害の予防・啓発動画

1つ目は、京都市出身で2019年・2023年ラグビー世界大会日本代表の坂手淳史選手に、ケガを乗り越えた経験と子ども達へのエールを語っていただきました。

<ラグビー坂手選手インタビュー>



YouTube



<運動器検診でわかること>

- **バンザイができない**
野球肩など、肩関節の障害の可能性
- **肘が伸びない**
野球肘やテニス肘など、肘関節の障害の可能性
- **前屈後屈の変形・痛み**
股関節障害、オスグッド、半月板障害、扁平足、シーバー病の可能性
- **しゃがめない、かかとがつかない**
股関節障害、オスグッド、半月板障害、扁平足、シーバー病の可能性

いをつけなければなりません。

そのためには、発症前の予防と運動器障害の啓発が重要です。京都整形外科医会では、児童や保護者・指導者に興味関心を持って学んでいただけるよう、2種類の動画を制作しました。

いずれも1本あたり約3分の動画で、気軽に視聴いただけます。ぜひご覧ください。

2つ目は、「新選組血風録1965-66」で有名な俳優の栗塚旭さん主演のコミカルな時代劇『肘肩腰三！』です。肘肩腰三は新選組の土方歳三の弟という設定です。

<肘肩腰三！>



YouTube



DX推進の取り組み



当院では、患者様のスムーズな受診や医療情報の的確な把握、業務の効率化を図るために、DX(デジタルトランスフォーメーション)を推進しています。どこからでも受診予約が可能で、待ち時間が短縮できるWEB予約やWEB問診、診察券を持ち歩く必要のないスマート診察券、キャッシュレス会計を導入しています。マイナ保険証の

カードリーダーも備え、患者様への積極的な周知・呼びかけで、当院のマイナ保険証の利用率は2024年12月時点で約40%になりました。(全国の利用率は25.42%)。

診察面では、クラウド電子カルテを導入しており、訪問での利用もしています。診察室では、医師の確認のもと、運営サポート事務の職員が記録を手伝います。患者様がご自宅やオフィスなどから医師の診察を受けられる「オンライン診療」にも取り組んでおり、直接診療に来られない高齢者のために、4月から体制を強化することになりました。受診から処方・会計まで、より簡単に利用できる仕組みに変わります。

医療情報漏えいを防止するため、職員研修およびITセキュリティでは最も厳格な対策を取っています。

解説者：小室 尚(事務長)

理学療法士
解説

リハビリナイトセミナー

昨年12月から2回に渡り、平日20時から当院主催のリハビリナイトセミナーを開催しました。院長の小室医師からは、リハビリと地域医療との関わり方をお話しました。高橋理学療法士からは、スポーツリハビリをテーマに、選手のニーズに合わせた最適な治療プログラムの構築の大切さをお伝えしました。柴村理学療法士からは、訪問リ



ハビリをテーマに、ストレングスアプローチを用いた訪問リハビリへの応用などについてお伝えしました。

参加者は、主に京都市内の医療関係者や理学療法学科を専攻されている学生です。事前にいただいた質問にお答えしたほか、当日いただいた質問に対して、医師と理学療法士がディスカッションする場もあり、有意義な時間を過ごせました。

今後のセミナーの展望としては、アンケート結果を参考に、より深掘りした内容をお届けしたいと考えています。また、今秋には、リハビリテーションをテーマにした当院主催の『洛西地域医療フォーラム』の開催を企画しています。

当院のSNSでも随時情報を発信していきますので、ぜひご覧ください。

解説者：高橋(理学療法士)

連携施設
紹介

河端病院

～理事長の河端先生、院長の渡邊先生、松田事務長にお話を伺いました～



河端病院

京都市右京区太秦上ノ段町16
TEL : 075-861-1131(代)



河端病院の専門分野は整形外科で、外傷に対する手術や変形性疾患に対する膝や股関節の人工関節置換術を行っています。患者様のADL(日常生活動作)を低下させないために、早期復帰を目指します。そのためには、手術創の痛みを減らしてスムーズにリハビリに移行することが重要です。当院では、エコー下で神経ブロック注射を行い、除痛しています。

右京医師会の先生方をはじめ、近隣の病院・診療所からはCT・MRI検査や手術・入院が必要な患者様を当院にご紹介いただいています。退院後、在宅医療が必要な患者様は小室整形外科様をはじめ、診療所の先生方をお願いしています。地域に貢献できる病院として、早期治療・回復に努めたいと考えます。

(河端理事長、渡邊院長 談)

地域取材

右京医師会

～科を超えた医師同士の繋がりで、地域医療の課題に向き合う～



一般社団法人 右京医師会

京都市右京区梅津神田町57
TEL : 075-872-9850



医師は専門科内の交流は多いですが、科を超えた横の繋がりは医師会ならではの。開業医だけでなく病院も加入しており、病診連携にも役立っています。

右京医師会の独自の取り組みは、訪問看護ステーションと居宅介護支援事業所の併設です。介護保険制度創設時に、小室整形外科様の前院長、故小室光先生が「医療と介護は切り離せなくなる」と予見され、地域の先生方と協力して、スムーズに在宅医療・介護を提供する体制づくりをされました。在宅医不足という課題がありますが、右京医師会は往診できる医師を増やすための研修会も行っています。

現在、災害医療対策委員長の小室元先生を中心に、災害時に地域医療を持続させるための規定づくりにも取り掛かっています。

SNS



ホームページ



医療法人社団 小室整形外科医院

小室整形外科医院

リハビリ リウマチクリニック

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科(膠原病外来)・皮膚科

〒616-8313 京都市右京区嵯峨野開町21 TEL : 075-871-0519