

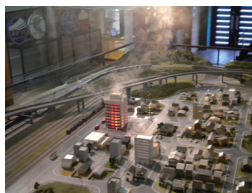
## 社員ののぞき穴 その2

### 京都・嵐山

岡です。9月の上旬に、京都の嵐山に家族で行ってきました。息子は日本最大級のジオラマ館「ジオラマ JAPAN」に大興奮し、義母は夕食の湯豆腐を堪能し、妻は船上からの鵜飼見物に大満足、私はトロッコ列車に揺られながら地ビールに舌鼓を打ち、1歳になる娘はだいたい寝てました。当初は息子の誕生日のお祝いという話だったのですが、各々に好きな企画を詰め込んでいったため、忙しくもあり、とても楽しい1日でした。



トロッコ列車



ジオラマ JAPAN



鵜飼見物



## お便り募集コーナー

皆様の声をお待ちしております。ご意見・ご感想・ご質問、こんな内容にして欲しい、あれは良かった。これはダメ（お手柔らかに）。なんでも結構です。お聞かせください。  
ご意見は FAX にて承ります。病院でお会いする弊社スタッフにお伝えいただいても結構です。

FAX 0774-62-9667

（このページを FAX してください）



ご意見・ご感想

お名前 or イニシャル

## 編集後記

「自称編集長」の岡です。  
臨床実習生を迎え、慌ただしくも活気が出てきた気がする、今日この頃です。実習生にいいところ見せようとして、空回りしないように気をつけようと思ひます。



### 銚日誌について

銚日誌は弊社製品をご購入いただいた皆様に、ご購入後一年半の間、無料でお送りしているものです。

一年半を越えて継続をお求めの方には引き続き無料にてお送りいたしておりますが継続の申込をお願いしております。

恐れ入りますが電話 0774-62-9566（月曜から金曜の朝9時から17時まで）にご連絡いただけますようお願い申し上げます。

なお、銚日誌のバックナンバーは株式会社 P.O. ラボ facebook ページにてダウンロードしていただけます。

かすがい

銚 日 誌

2013 / 秋号  
vol. 9



株式会社 P.O. ラボ

〒610-0342  
京都府京田辺市松井山川 1-7  
電話 0774-62-9566  
FAX 0774-62-9667  
e-mail : info@po-labo.com  
http://www.po-labo.com

送料  
金納  
後便  
郵

ごあいさつ

### ごあいさつ

暦では秋になってしばらく経つというのに未だ真夏日が続く今日この頃皆様いかがお過ごしでしょうか。

私どもが発売致しましたスポーティフラテもお陰様で、一部通販では 7000 足を超えるご注文を頂戴し、たくさんの喜びの声を頂くことができました。

今後もさらなる精進を重ねて参りますのでよろしくお願い致します。

お知らせ  
特集：足底腱膜炎  
日常生活を支える「自助具」  
社員ののぞき穴 1, 2  
お便り募集コーナー  
編集後記



## 【 お知らせ 】

歓迎 !!

臨床実習生：牧野瑞貴くん

10月から、PO ラボに臨床実習生がやってきました。臨床実習とは、義肢装具士になるために学校に通う、義肢装具士の卵たちが、実際の現場で勉強する期間のことで、今回、PO ラボに臨床実習生としてきてくれたのが、牧野くんです。病院に同行することもありますので、見かけましたら、声をかけてあげてください。



9月30日より臨床実習生としてお世話になっております、神戸医療福祉専門学校三田校 義肢装具士科 2 年の牧野瑞貴です。緊張していると思いますので、気軽に話しかけていただけると嬉しいです。よろしくお願いします。

### 牧野の生態

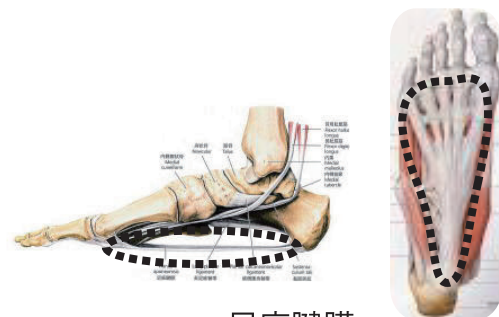
身長 178cm 体重 76kg  
特技 イタリア料理  
（アルバイト歴あり）  
好きな芸能人 田中ミホ





## 【特集：足底腱膜炎】

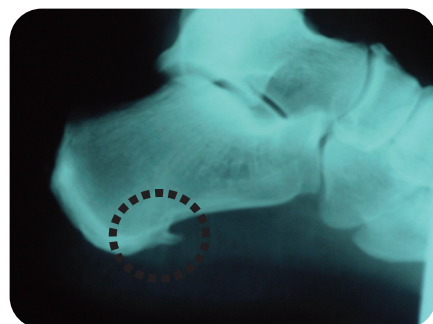
### 踵の骨に棘ができる！？



足底腱膜



上が足底腱膜  
下が踵骨棘です



踵骨棘

踵の骨には、足底腱膜という足の構造を支えるのに重要な筋膜が足の指の付け根から、踵に向かって張っています。歩いたり立ったりすると、足底腱膜は足の形状を支えるため「ピン!!」と張ります。そして足が地面から離れると緩む、という動きを繰り返しています。腱が張るということは、踵の骨にくっついてる部分は引っ張られます。この力が過度に加わると、足底腱膜が少しちぎれたり、踵にくっついている部分が炎症を起こして痛くなります。

足底腱膜を伸縮性のあるゴムと考えると、月日が経つごとに伸縮性は弱まります。40～50歳くらいの中年期多いのは、働き盛りの足の負担に、劣化した腱膜が耐えきれず、炎症が起きるためのようです。強いストレスが継続的に加われば、もっと若くても痛くなります。

レントゲンを撮ると、左図のように、引っ張られた踵の骨が棘状に変形することもあり、その状態を「踵骨棘」といいます。

症状としては、朝起きて立つときに踵に「ズキーン!!」と痛みがはしります。歩き出すとすぐに治まってくるといのが典型的です。しかし症状が悪くなってくると、踵をついて歩くのがつらくなってきます。そして、足の踵の内側あたりを抑えると、激痛が走ります。

### 足底板による保存療法

「よし！手術！」というのは極めて稀で、ほとんどが保存療法で治癒します。大切なのは、痛い部分に負担をかけないようにすることです。そのために足底板（靴の中敷き）が処方されます。

オーダーメイドの足底板により足の裏にピッタリフィットさせることで、足底腱膜の過度な張りを抑え、患部を安静に保ちます。そして足の裏の痛いところにピンポイントで穴を開け、患部に触れないようにします。



痛いところにピッタリ合わせて  
穴をあけます。



## 日常生活を支える「自助具」

### 自助具とは？

**障害者の失われた機能を補って、他人の手を借りず、自立行動ができるように考案された道具。**

今回で紹介する自助具をご利用いただいている方は、若年性リウマチにより幼い頃から手、足を始め体中の関節に変形や、それに伴う運動制限がある方です。現在は大学生で一人暮らしをされているのですが、本を読みたくてもページがめくりにくく、困っているということで、書見台を製作させていただきました。細かな指の動きがなくても1ページずつページをめくり挟むことができ、本の大きさに合わせて調整できます。これで益々勉強がはかどってもらえればうれしいですね。



下の図は大好きなゲーム機の改造です。手の変形のためにコントローラーのボタンが押しにくいので、足で押せるように配線を変えました。



### 社員ののぞき穴

#### 私の1冊

こんにちは。大谷です。読書の秋と呼ばれる季節になりましたが、みなさんの1冊はどのような本でしょうか？

私は小さいときから本を読む習慣がなく、小学校の読書感想文はいつも目次から想像したものでした。そして、高校も大学の受験でも国語科目はなく、嫌が応にも文章に触れる絶好の機会を失った私は、大卒後の専門学校試験にて、初めて国語受験の壁にぶつかります。主人公の気持ちが50文字で説明できない…。あり合わせで並べた50文字は“不適當”の評価で得点になりません。

そんなもがき苦しむなか、参考書で出会ったのが志賀直哉の「城の崎にて」。初めて読んでみたいと思う作品でした。一匹の“矢張り鼠”が目前の運命に気づかずもがき続ける姿を見て、作者は人間と何ら変わらないのだとしみじみと思ふ。格別、印象的な物語ではありませんが、短い文章でここまで情景が浮かぶ言葉の力に魅せられた作品でした。

あれから時間が経って、少しずつ本を読む機会が少なくなっていました。まずは本屋さんに行くことから！またあの感動に出会いたいものです。

