

肺年齢チェック！レポート（メディカルサポート部）

令和元年8月4日（日）に行われたROCK FILL JAM制作委員会主催ROCK FILL JAM「肺年齢チェック！」について活動報告させていただきます。

今回は可児市文化創造センターalaにて、岐阜呼吸循環代謝リハビリテーション研究会が中心となって ROCK FILL JAM 制作委員会主催 ROCK FILL JAM のエキシビジョンとして参加させていただきました。

今回は「肺年齢チェック！」ということで、呼吸機能検査を実施し、肺年齢を経験してもらい、結果説明時に結果の詳細だけでなく COPD や理学療法士についての啓発活動を実施してきました。全てのイベント会場は屋内であり、快適に過ごす事が出来ました。また、岐阜県理学療法士会の旗や肺年齢について簡単に説明をしたイベントパネルを設置した事でイベント内でも参加者によく周知することができました。その結果、今回初めての試みだったにも関わらず 62 名と多くの方に参加していただきました。



FES 会場でのイベントということもあり、30代から40代の方々の参加が中心になりましたが、20代から70代まで様々な年齢層の方々に肺年齢を経験していただきました。男性喫煙者に対しては、自身の結果をもとに禁煙の重要性について具体的にパンフレットをもとに説明しました。また、肺活量の低下傾向にある方々には、問診すると運動が不足していることが多く、胸郭ストレッチや深呼吸、運動習慣の重要性についてアドバイスを行いました。さらに、60代や70代の高齢者は喘息などの呼吸器疾患を持つ方や、長期喫煙暴露者は閉塞性換気障害と判定される方が数名おり、より具体的な健康指導や運動指導についてアドバイスを行い、パンフレットを配布するなどして有意義な内容になるように努めました。



一日を通してのイベントでしたが時間の経過が短く感じるほど充実したイベントとなり、普段接する機会が少ない地域住民の方々と交流できたことは我々、理学療法士にとっても非常に有意義な経験となりました。

今回の貴重な機会を頂きました ROCK FILL JAM 制作委員会の実行委員の皆様から心から感謝申し上げますとともに、今後も理学療法士による社会貢献を通して、理学療法士の啓発や疾患の予防・早期発見、さらには健康増進に寄与できるよう努めてまいります。

メディカルサポート部
中部学院大学 西中川 剛

