

日曜インタビュー

山形の訪問看護ステーション
ひまわり管理者かく た こう じ
角田 紘司 さん(38)

足元から健康づくり

加齢とともに視力が衰えたり、体が硬くなったり、握力が弱くなったりするため、自分で足の爪を切るのが難しくなる。そのままにしておくとしり過ぎで爪が厚くなったり、まったり、巻き爪が発生したりしてしまうこともある。こういった悩みや処置にも応じる「訪問看護ステーションひまわり」が4月、山形市七日町1丁目にオープンした。管理者で、フットヘルパー協会（北九州市）の認定講師でもある角田紘司さん(38)に話を聞いた。

「開設の経緯を教えてください。」

「県内の総合病院で看護師として働いた後、看護学校教員、地域包括支援センター長を務めました。地域住民と接する中で感じたのは、人が健康でいるためには足の健康が最も大切だということです。より地域に密着し、高齢者や障害のある人の健康維持のお手伝いをしたいと思い、フッ

「爪の手入れや運動法アドバイス、転倒防ぐ」



トケアを行う訪問看護サービスを始めました」

「フットケアとは。」

「足つぼ、リラクゼーションなど美容的なケアではなく、巻き爪や厚くなった爪の処置などをする事です。巻き爪や『たこ』『うおのめ』といった足のトラブルをそのままにしておくと、足をひきずったり、バランスよく歩けなくなったりします。さらにつまずいたときに踏ん張りが増え、転倒、骨折して入院するところもあります。」

「県内の総合病院には「糖尿病フットケア外来」がある

「糖尿病は血流障害などの合併症が重症化すると下肢の切断を余儀なくされることがあり、日頃のフットケアが重要とされます。伸びた爪が自身を傷つけてしまうと、早いときには数週間指が壊死することもあるからです」

「介護保険が使えない人も対応してもらえますか。」

「自費でも対応できます。」

また、ステーションひまわりにはフットケアサロンが隣接しており、そこでは一般の方のケアも行っています」

「今後の抱負を教えてください。」

「厚くなった爪や巻き爪を整える処置をした後、皆さんがきらきらした表情を見せてくれるのが、とてもうれしいです。地域住民や医療福祉関係者の人たちに、もっと足への興味を持ってもらうため、訪問看護に加え、講座やセミナーなどにも積極的に関わっていきます。たかが爪切り、されど爪切り。『いつまでも自分の足でどこまでも』を motto に、皆さんの足元から健康維持のお手伝いをしたいです」