

エムエムシーマガジン エスティ vol.8

MMC

Speech
Language-Hearing
Therapists

MAGAZINE

ST

▼「食べる」リハビリって？

普段当たり前に行っている「食べる」にSTはどう関わるのかを紹介します！

▼学生Voice

▼教えて！STさん

▼ST適性チェック

▼すぴっち先生のおまけのはなし



まずは!

言語聴覚士(ST)とは?



話すこと



聞くこと



考えること



食べること

これらのリハビリテーションを行う専門職です。

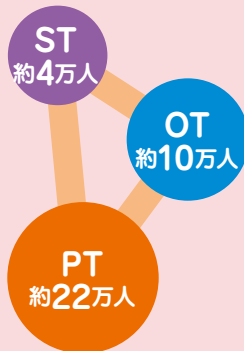
STは、コミュニケーションをとることや食事を食べることなど生活に欠かせない大切な機能に対してリハビリテーションを行う医療専門職です。お子さんから高齢者まで幅広い年代が対象となり、需要が年々高まっている注目の職業です!

<STの就職先>

- 【医療】 一般病院、リハビリテーション病院、診療所 など
- 【福祉】 介護老人保健施設、デイサービスセンター、障がい児通所支援事業所、訪問リハビリテーション など
- 【教育】 特別支援学校、言語聴覚士養成校 など

<リハビリテーション専門職>

資格取得者数



リハビリに関わる専門職はSTの他に理学療法士(PT)や作業療法士(OT)があり、それぞれ役割を持ってリハビリを行うことで患者様の機能回復をサポートしています。STは国家資格になってから25年ほど経った現在も、PTやOTに比べると人手不足が深刻となっています。

<STを目指すなら>



MMC
MAGAZINE

ST

特集「食べる」リハビリって？

「食べる」ことの効果

- 栄養がとれ、元気になる！
- 「美味しい!」「幸せ!」と満足感を感じる
- 一緒に食べる人とのつながりを感じる
- 子どもにとっては発育の基礎となる

「食べる」ことが
趣味!って人も
多いんじゃないかな？



「食べる」を助ける仲間

歯科医師

口腔内の状態や
歯の噛み合わせ
などを見て
くれます。

管理栄養士

患者様に合わせた
栄養のある食事
を考え、作って
くれます。

理学療法士

患者様が
食べやすい
姿勢を考えて
くれます。

作業療法士

患者様が使いやすい
食器や自助具を
選んで
くれます。

「食べる」リハビリの流れ

①問診

現在の食事での悩みごとや今までの
病歴などを確認します。

②検査

患者様に合わせた検査を
実施し、その方の「食べる・
飲み込む力」を確認します。



③リハビリ

●間接練習

舌や口、のどなど食
べる時に必要な器
官のマッサージやト
レーニングなどを行
います。口の中を清
潔にする口腔ケアも
大切なリハビリです。

●直接練習

実際に食べ物を食べても
らうリハビリ。負担の少
ないゼリーから始め、段
階的に食事形態(食べ物
の固さや大きさ)を変え
ながら食べる・飲み込む
練習をします。



患者様の中には、「食べ物がうまく飲み込め
ない」「食べるとむせてしまってつらい」など
「食べる」ことに悩みを持っている方もいま
す。今まで当たり前に行っていた「食べる」こと
ができなくなるのは辛いことですよね…。



そこでSTの出番!

STがリハビリをすると…

- 美味しいごはんを口から食べられる!
- 食べることによって栄養不足解消!
- 筋肉も強くなり誤嚥性肺炎も防げる!
- 元気になるから活動的になる!

美味しく「食べる」を
サポートするのが**ST**です!



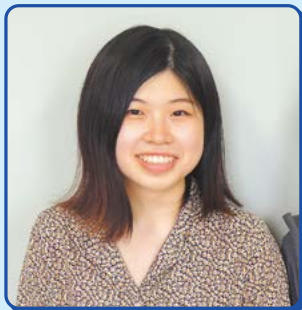
MMCマガジンVol.1
では実際のエピソード
が見られちゃいます!

MMC
MAGAZINE

ST

学生Voice 第2回

今回お話を聞いたのは…



水戸メディカルカレッジ
言語聴覚療学科 3年生
ちょうやま か すみ
長山 花純さん

● STを目指そうと思った理由は？

元々「人とのコミュニケーション」について興味があって、心理学を学ぼうかなと考えていたときに、STは「コミュニケーションの問題にかかわる仕事」ということを知ってこれだ!と思いました。

● 今思う「STの魅力」って？

授業の中で実際にリハビリを受けて話せるようになった患者さんの動画を見ていて、すごく嬉しそうな表情をしていて、「自分の言葉が伝えられる」って素敵なことなんだなあと思いましたし、それをお手伝いできるSTにより魅力を感じました。

学生のリアルな声を紹介した
Instagramのリール動画!

在校生の声
MITO MEDICAL COLLEGE

にも出て
くれています!

● 実際に勉強を してみてくださいか？

やっぱり専門的な用語が多いので、覚えるのが大変ですね。頭に入りやすいように自分で語呂合わせを作って覚えたりしています。興味があった心理学は先生がバラエティー番組のあるシーンを見せてくれて、その言動や行動と心理学をつなげて教えてくれるので聞いていてとても面白いです!

長山さん取材協力
ありがとうございました!



勉強に疲れたときは、音楽を聴いたり、小学生の頃から一緒に住んでいる愛猫のマロンちゃんと遊んで気分転換をするそうです。若々しくて元気いっぱいのマロンちゃんに癒されているそうです♪



すぴっち先生がインタビュー 教えて!STさん



高堀ST 後編



水戸メディカルカレッジ
言語聴覚療法学科 教員

こう ぼり まさ こ
ST 高堀 雅子さん

すぴっち…す 高堀ST…高

す : 今回は、実際にSTとして働いていた時のお話を聞きたい
と思います!

高 : よろしくをお願いします!

す : 学校を卒業した後は、どこに就職したんですか?

高 : はじめは先生の紹介もあって「老健※」に就職しました。
失語症や高次脳機能障害に対してのリハビリが多かつ
たので、利用者様とは机をはさんでお話をしたり、専用
のドリルをやってもらったりが多かったですね。いろい
ろな症例を見させていただいてとても勉強になりました!

す : 難しかったリハビリはありますか?

高 : リハビリといいますが…進行性の疾患を持った利用者
様がいたんですけど、リハビリの時に泣いちゃうんです。
頭ではしっかり分かっているけど体がいうこと聞かない
し、そのつらさを伝えても家族にうまく伝わらないし…
という悲しみですね。入職したてで、なんて声をかけれ
ばいいのか分からなかったですね。先輩STからは「話
を聞くだけでいいんだよ」と教えていただいて、話を聞
くことに専念しました。

す : STはお話を聞く時間が長い分、その声かけの仕方と
かは難しいですね。

高 : そうですね。でも自分に話したことによって利用者様に
「気持ちが晴れたよ」とか言っていただけると「やって
良かったな」と思いますね。STの勉強でも心理学が多
いのはこういうことなんだと実感しました。

す : そのあとは「特養※」でも臨床経験を積んだそうですね!

高 : はい。この施設では摂食・嚥下のリハビリがメインでし
た。簡単に言えば「食べて飲み込む」練習ですね。ここ
での注意点は絶対に窒息させないこと!どんな姿勢で、ど
んな食形態で、どんな食べ方をすれば安全に美味しく
お食事がとれるのかなり気を遣っていました。

す : PTさんやOTさん、看護師さんとも協力しながら進めて
いく必要があるよね。

高 : 1つ思い出したエピソードがあるので話してもいいですか?

す : もちろん!教えてください!

高 : 特養って利用者様の生活の場なので、季節ごとにいろ
んなイベントを企画してるんです。そのなかでお寿司を
食べに行く行事があって、普段は食が細い方や飲み込
みが上手くできなくて食事がなかなか進まない方もお
寿司はすごく食べるんですよ!リハビリとはまた違う雰
囲気で利用者様のことが見られるのでこちらも楽し
かったですね。生活に即した環境の中で楽しみとか生
きがいを見つけていくのもリハビリとしては大
切なんだなあと学びました。

す : 特養も老健も福祉施設ですけど、働いてみてどうでし
たか?

高 : 高齢者の方が多かったからか生活の知恵とか逆に教え
ていただくことが多くて楽しかったですよ。最初は不安
でしたけど、福祉施設で経験できて良かったです!

※老健…「介護老人保健施設」の略。リハビリを経て在宅復帰を目指
す福祉施設。

※特養…「特別養護老人ホーム」の略。介護を受けながら家のように
安心して暮らせる福祉施設。

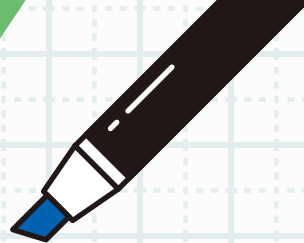
貴重なお話たくさんありがとうございました!

次回もお楽しみに!



あなたはSTに向いているかな？

ST適性チェック



- ☐ 人と話したり、人の話を聞くことが好き
- ☐ 人間観察が好き
- ☐ コミュニケーション力を上げたい！
- ☐ 人からよく相談を受けることがある
- ☐ 子どもやお年寄りが好き
- ☐ 将来は人の役に立てる仕事がしたい
- ☐ 医療系の仕事に憧れている
- ☐ 国家資格を取得したい！
- ☐ 「心理学」について学んでみたい
- ☐ 人の体の仕組みについて興味がある
- ☐ わからないことはすぐに調べるタイプだ
- ☐ 目標に向かってコツコツ努力ができるタイプだ

✓ がつくほど
STの素質あり！
STの仕事について
調べてみよう！



すぴっち先生の // おまけのはなし



今回のテーマは

“県外出身学生” について

すぴっち先生

ST(言語聴覚士)は、他のリハビリテーション専門職と比べて養成校が少ないため、自宅から通える範囲に学校がないという場合もあります。そんな中で、視野を広げて県外から入学を決めた学生さんにインタビューをしました！

●養成校数(大卒者対象校含む)

PT(理学療法士)	約270校
OT(作業療法士)	約200校
ST(言語聴覚士)	約70校

“自分の夢のために” 一歩踏み出してみよう！

進学先を考えるうえで「自宅からの通いやすさ」は大切！でもそれよりもっと大切なのは「この学校なら自分の夢を叶えられる！」という気持ち。県内県外に関わらず「自分が学びたいことが学べる学校か」を見極めることが後悔しない進路選びになるんだよ！

●学生の出身地について(MMCの場合)

- 関東**
 - ・茨城県・栃木県・群馬県
 - ・千葉県・神奈川県
- 東北**
 - ・青森県・岩手県・宮城県
 - ・秋田県・福島県
- 中部**
 - ・長野県・静岡県
- 中国**
 - ・広島県



小児の分野で活躍できるSTさんを目指して！



ふなみず はつね
船水 初音さん
(水戸メディカルカレッジ
言語聴覚療法学科 2年生)
青森県出身

ずっとお世話になっていた小児科の先生から、STという職業があることを聞き、興味を持ちました。自分も小児分野で働きたいと思い、学校を探していたところ、MMCには「ことばの教室」があり、学生のうちから臨床の経験が積めるということで、進学を決めました。一人暮らしをしながら通うことに不安はありましたが、茨城に親戚がいるというのも心強く、実際に暮らしてみると意外と快適な生活が送れています！帰省が頻繁にできない分、家族や友人に電話をしてお互いの近況報告をしています。

お友達同士で地元のPR合戦をしています！笑



やまだ ちとせ
山田 千歳さん
(水戸メディカルカレッジ
言語聴覚療法学科 2年生)
栃木県出身

身内で失語症になった人がいて、STさんとのリハビリで回復していく過程を目の当たりにして、STを目指そうと思いました。オープンキャンパスに参加し、学校の雰囲気や先生が親身に話を聞いてくれる様子を見て、ここなら頑張れそう！と進学を決めました。学校周辺の環境が地元 に似ているというのも一人暮らしをしながら通えると思った判断材料でした。実際に県外に出て生活してみると、同じく他県から来た学生同士の交流や新たな発見もたくさんあり、とても楽しく過ごしています！



Instagram

学生達の様子や
学校イベントなどの
記録を気軽に
チェックしてみよう!



LINE
Official Account

学校や各学科の
様子などを
VOOMに投稿!



ワタシノミライ～STをめざして～



5分でSTが分かる動画です!

医療専門学校 水戸メディカルカレッジ



〒310-0035 茨城県水戸市東原3-2-5
Tel.029-303-7033 Fax.029-303-7034
URL <https://www.mmc.ac.jp>
E-mail info@mmc.ac.jp

詳しくは
HPへ



過去のマガジンは
HPをチェック!



最短ルートの3年で STの国家資格を 目指せるMMC

【Special thanks】

高堀雅子
長山花純
船水初音
山田千歳

character design こさめひより
企画・編集 水戸メディカルカレッジ
Print 株式会社光和印刷