



DEN

No.29

2022.3.31

発行

作業療法を伝える
NEWS&COMMUNICATION

公益社団法人 大分県作業療法協会 広報誌



心豊かに作業療法

CONTENTS - テーマ:地域に広がる作業療法

- 1 教えて！作業療法「地域リハビリテーション活動支援事業とは？」
- 3 インタビュー「地域で働く作業療法士に聞いてみた」
～地域リハビリテーション活動支援事業とは～
●佐藤 孝臣 さん ●入口 晴香 さん
- 5 まんが作業療法物語 ～コロナ禍における高齢者フレイル予防編～
- 10 広がる作業療法
- 11 トピックス
- 12 以心 DEN 心
- 13 活動報告

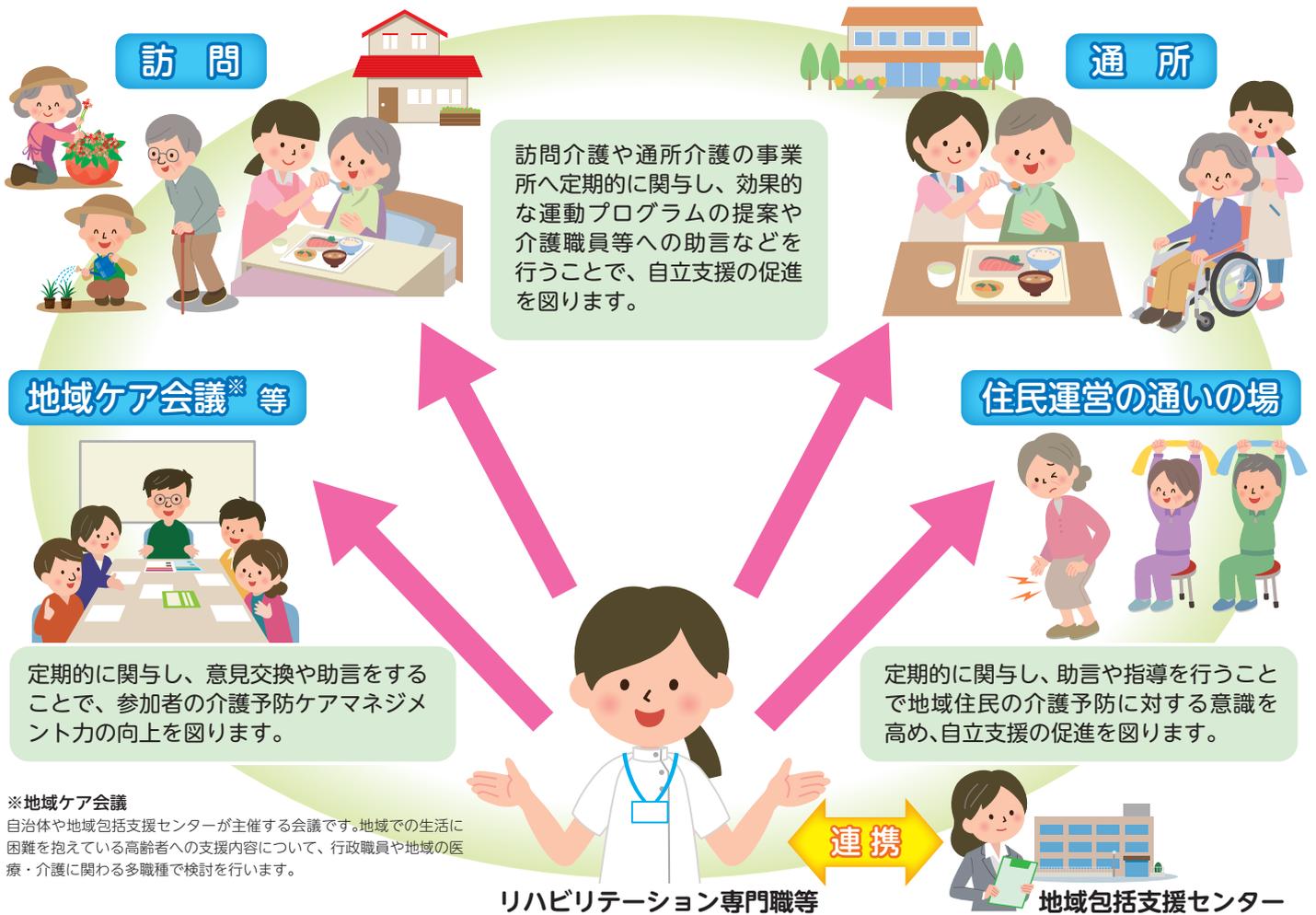


教えて！ 作業療法

地域リハビリテーション活動 支援事業とは？

各市町村では介護が必要な状態にならないように、または状態が悪化しないように、高齢者が住み慣れた地域で健康的な生活をより長く送るため、様々な事業が行われています。地域リハビリテーション活動支援事業とは、それらの事業をより効果的なものにするために、リハビリテーション専門職の関与を促進する事業です。

地域における介護予防の取組を機能強化するために、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場等へのリハビリテーション専門職等の関与を促進します。



リハビリテーション専門職等は、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場等の介護予防の取組を地域包括支援センターと連携しながら総合的に支援します。

大分県作業療法協会も、各市町村で地域リハビリテーション活動支援事業に参画しているよ。だけど、このコロナ禍において、介護予防事業の実態には大きく変化が起こっていて、それに伴いリハビリテーション専門職の介入の仕方も変わってきてるんだ。次のページでその一部分を紹介するね。





地域リハビリテーション活動支援事業のひとつである「住民運営の通いの場」へのリハビリ専門職の派遣事業へ参加した、別府リハビリテーションセンターの作業療法士・後藤綾さんに話を聞いてみたよ。コロナ禍で人が集まることができない中、オンラインを使った取り組みをしているみたいだよ。



大分県には住民主体で運営する「通いの場」が2889カ所(2021年時点)あり、参加率も全国1位です。しかし、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、参加者だけでなく運営するサロンも自粛を余儀なくされました。そこで、従来の通いの場に集まる「集合型」ではなく、自宅に居ながら参加できる「オンライン通いの場推進事業」が大分県で立ち上がりました。

オンライン通いの場では、①アンケート・フレイルチェックシートによる聞き取り ②「フレイル」についての健康講話 ③認知症予防体操 ④めじろん元気アップ体操を行いました。

まず、利用者の方々がタブレットの扱いに慣れていたことに驚きました。参加者同士の会話も盛り上がり、直接顔を合わさなくてもジェスチャーを交えながら楽しく濃密に、取り組むことができたのです。ただ話している私は、その場の雰囲気や空気感をつかむことが難しく、一方的になっていないか、話す速度は速すぎないかなど、ドキドキしながら講話を行いました。また、実技を行う上では、画面越しの利用者の方々に対し、リスク面への配慮を十分に行うことができているのか不安に感じました。それらも含め、住民のみなさんに観察の方法や指導の詳細をお伝えしていく必要性を感じています。最後に、利用者の方からは「知らないことも多かった。色々聞いて良かった。」と嬉しいお言葉をいただきました。この事業をきっかけにオンラインでの事業が身近となり、いつでも住民のみなさんと繋がれるような環境・地域づくりを目指していきたいと思います。

(文責：社会福祉法人 農協共済 別府リハビリテーションセンター 作業療法士 後藤 綾氏)



「地域で働く作業療法士に聞いてみた」 ～地域リハビリテーション活動支援事業とは～



佐藤 孝臣 さん (写真左)

(一社) 日本作業療法士協会 理事
 (公社) 大分県作業療法協会 副会長
 大分県：市町村伴走型支援スーパーバイザー
 介護予防市町村支援委員会 委員
 大阪府：介護予防普及強化事業スーパーバイザー
 新潟県：介護予防成生活支援強化支援事業アドバイザー
 その他各市町村の地域支援事業への支援
 厚生労働省：介護予防普及展開事業 事業所ワーキング座長 等
 オムロン株式会社「ICTを用いた自立支援型マネジメント支援」アドバイザー

入口 晴香 さん (写真右)

(公社) 大分県作業療法協会
 大分県：大分県生活支援向上マニュアル検討委員
 地域の介護予防活動支援マニュアル検討委員
 自立支援型ケアプラン相談会助言者
 オンライン通いの場支援者

Q：地域リハビリテーション活動支援事業で、お二人が取り組まれている内容を教えてください。

佐藤さん

私は、地域リハビリテーション活動支援事業^{*1}に関わるよりも、総合事業^{*2}全体の支援をしています。例えば、総合事業をしたい市町村やリハビリ職員がいるがどう介入したらよいかかわからないという依頼が県を通じて入ってきます。依頼に対して、リハビリ職員の育成や総合事業の仕組みづくりを進めたいという市町村に対し、1～2年間定期的に支援に入るなど、活動は多岐にわたります。

入口さん

私は自治体をコーディネートする事業に、作業療法士として参加することが多いです。具体的には、大分県などの自治体に取り組んでいるフレイル予防のマニュアル作成や、ヘルパーなどに向けた自立支援マニュアルの作成や啓発活動です。



インタビューを受ける佐藤氏

Q：コロナ禍で、フレイルの方は増えていますか？

佐藤さん

確実にフレイルの方は増えており、筋力の低下はもちろん、抑鬱っぽくなっている方が多い印象です。

入口さん

私も増えていると思います。デイサービスのご利用者の方でも、コロナ感染拡大の第1波の時に利用を控えていた方が、その期間にフレイルになり、筋力や体力が落ちたことで、足腰が弱くなったことを実感しており、その後の第2波以降はデイサービスを休まないというケースが増えました。



生活のアセスメントをしている様子

今回、地域リハビリテーション活動支援事業を通して、地域づくりやフレイル予防、自立した生活ができるように支援活動をしている作業療法士の佐藤孝臣さんと入口晴香さんにお話をうかがいました。



デイサービス 楽 二目川センター

Q：フレイルが増えたことで、事業に参加されるみなさんの生活に変化はありますか？

入口さん

フレイルは一度なったら戻りにくいことを感じています。外出が思うようにできない環境で、活動量をあげるために、家の中や周囲でどれだけ動くかを考えることが、いかに大事かを強く感じています。

佐藤さん

そうなんです。フレイルチェックシートに引っかかっても、通いの場などに来てくれる人は1割です。残りの9割の方は、「大丈夫」と言われますが、バランス能力も低下しています。大丈夫のように見えても活動量が低いので、気づかないうちに身体が弱っている方が多いです。



移動を確認している様子

Q：作業療法士の強みは何だと思えますか？

入口さん

やっぱり作業療法士が伝えるべきところは、生活の中でできることを増やすことが最終的には元気や健康につながっていくことだと思います。

佐藤さん

そうですね。作業療法士は生活をみる視点を持っているからこそ、直接身体に触れずに元気にすることができる場所が強みだと思います。

Q：最後に、地域リハビリテーション活動支援事業における、作業療法士の役割は何だと思えますか？



インタビューを受ける入口氏

入口さん

他職種と連携しながら、生活をコーディネートする役割があると思います。

佐藤さん

たぶんほとんどの作業療法士は、いわゆる1対1の作業療法をしていると思いますよね。ただ、1対1でも1対多でもやっていることは一緒だと思います。地域の状況を把握して、地域の自立を阻む課題を抽出し、それに対してプログラムを作成、提案、実行してもらいモニタリングをします。地域を作業療法するっていうのは、個別の作業療法と仕組みはまったく一緒です。なので、恐れることなくみんな参加してほしいと思います。

※1 地域リハビリテーション活動支援事業：「教えて作業療法」参照

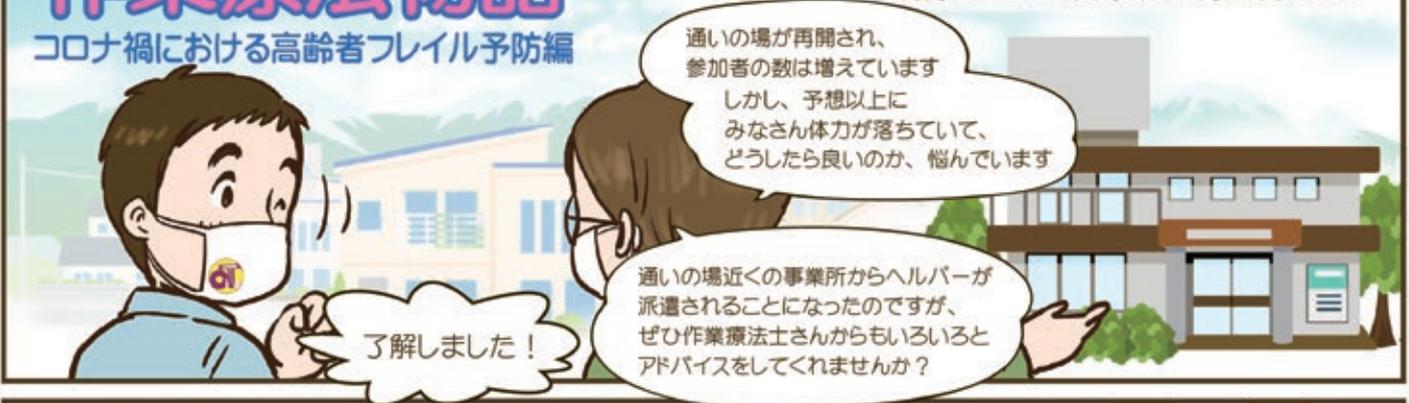
※2 総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）：市町村が中心となって、地域の特徴・特色に応じて、介護サービス事業やNPO、ボランティア、市民などの様々な立場の方が参加し、多様なサービスを提供するもの。

まんが 作業療法物語

コロナ禍における高齢者フレイル予防編

地域のボランティアの方々に立ち上げた『通いの場』でしたが、新型コロナウイルス感染拡大により一時中断となりました

その後、感染拡大が落ち着いてきたため、再開したものの新たな課題が見えてきました



通いの場が再開され、参加者の数は増えています
しかし、予想以上にみなさん体力が落ちていて、どうしたら良いのか、悩んでいます

通いの場近くの事業所からヘルパーが派遣されることになったのですが、ぜひ作業療法士さんからもいろいろとアドバイスをしてくれませんか？

了解しました！



通いの場には70歳以上の方が10名ほど参加されています
コロナの影響でみなさん活動量が減り、体力も認知機能も低下している方が多いです



今後、万歩計を活用していきたいと思っています

なるほど！
まずは、みなさんの体力を測定しましょう

そして、みなさんが何をしたいのか、『その人にとって大切な作業』を目標に組み込んでいきましょう
体力が上がるだけでは、生活習慣は変わりません



みなさんが『3か月後にどうなりたいか』に着目していきましょう

体力測定

～1か月後～



通いの場を利用されるみなさんに万歩計をつけてもらい、活動量が増えるように声かけをしています
しかし、なかなか万歩計の歩数が伸びず、活動量が増えている気がなくて困っています…

実際の万歩計の歩数が伸びずに悩んでいるのですね
では、次回、みなさんに生活の中でできる運動についてお話してみましょう！

活動量を増やすためのヒントになるよういろいろ考えていきましょう

「利用者の活動量が増えない」という困りに対し、環太は日常生活の中で活動量を増やすための工夫を、具体例を交えてお話をすることにしました



この前の体力テストはみなさんいかがでしたか？

思ったよりも体が動かなくて、びっくりした

私も結果を見せていただきました
コロナ禍で普段どおり生活していると思っていても、以前と比べると活動する時間が確実に減っているということですね





ある日、ヘルパーから療太へ相談がありました

Bさんという男性の方がいるのですが、毎日畑仕事を日課にされています
ただ、その割には万歩計の数が少なくて気になっているのです
どうしてなのでしょう



何か理由がありそうですね
もう少し深く話を
伺ってみましょう！

はい
よろしく
お願いします

療太は、なぜ運動量が少ないのか細かく話を聞くことにしました



Bさん、こんにちは！
ヘルパーさんから今の楽しみとして
畑仕事をされているとお聞きしました
とてもいいことですね
畑仕事は大変なのではないですか？

毎日楽しく
やっているよ！

今はネギの収穫を
主にやっているよ
今は収穫時期だから
特に忙しいんだよね

そうなんですね
どのような
お仕事ですか？

ネギの仕分け
作業だよ

それは今が一番忙しいですね
どこで、どんな姿勢で
作業されるんですか？



仕事は息子夫婦が獲ってきたネギを、
玄関先で床に座ってやっているよ



畑には、
行っていないんですね
畑まで行ってらっしゃるのかと
思っていました

本当は行きたいけど
坂道や土の上を歩くから大変でね
畑に行く道の段差もきつくて
もう久しく行ってないよ



息子たちも、
私が畑でこけることを心配して
仕分けだけでいいって言うんだ

そういう理由で
行かれていなかったのですね
いろいろお話して
いただきありがとうございました
気をつけて作業をしてくださいね

家で座って作業をしていたから、
歩く機会が少なかったんだな

Aさん自身は畑に行きたいと思っているから
ケアマネジャーの方に相談してみよう

Bさんの具体的な作業内容や思いを確認した療太は、ヘルパーと地域包括支援センターの担当者（ケアマネジャー）と、アプローチ方法を一緒に考えることにしました



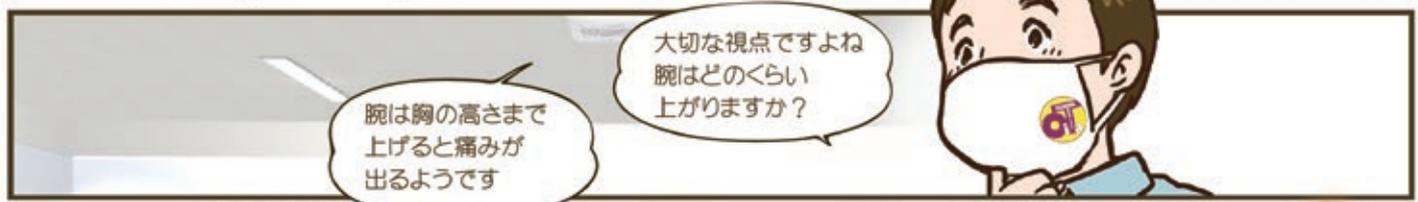


療太さん、メンバーの中のCさんという88歳の方も活動量が減っておりまして…

どうやら右肩の痛みがひどく、家事全般ができなくなっているようです。数か月前までは洗濯だけはCさんの役割だったようなのですが…

うーん、療太さん。この方は年齢も高いし、痛みが治まるまで待つと廃用が進みますよね。

でも、活動量上げるには必要な動作ですね。環境を変えたらできるようになりますか？洗濯物干しだけでも継続させてあげたいです。



腕は胸の高さまで上げると痛みが出るようです。

大切な視点ですよ。腕はどのくらい上がりますか？



例えば物干し竿の高さを低くするのはどうでしょうか？こういったフックを見たことがありますか？

ホームセンター等で購入できます。これを使って、痛みのない範囲で洗濯物を干すのはどうでしょう？

良い案ですね。ぜひやってみましょう！

Cさんも洗濯物干しを、一人でできるようになり、来月卒業です。



来月は新しい参加者が4人増える予定です。次はどんな方がいらっしゃるのかしらドキドキしますが、楽しみです。

みなさんが元気になって卒業されると嬉しいです。私たち支援者もパワーをもらいます。

私たち作業療法士は、高齢者ひとりひとりの『生きがい』や『やりがい』を実現するために、マネジメントし、支援する専門家です。



地域の中で作業療法士の活躍の場が増えており、人・物・社会の地域資源を活用し、住民の方々と一体となり地域社会を作り上げています。今後も、作業療法士の参画が期待されています。

おわり

広がる作業療法



松尾 佳一郎 さん

多くの作業療法士が病院やリハビリ施設で仕事を行っていますが、中には意外な場所で仕事をしている作業療法士もいます。今回はシリーズ第1弾として、日田市西部地域包括支援センターで勤務している松尾佳一郎さんにお話を聞いてみました。



日田市西部地域包括支援センター

Q1. 地域包括支援センターで働くことになった経緯を教えてください。

養成校を卒業後、山口県内の施設に就職しました。その際に、県土会活動で認知症や地域支援事業の委員会に所属し、地域の中での作業療法士の働きを学び、地域での仕事に興味を持ちました。日田市に帰省し、病院併設のデイケアで働いていましたが転職を考えているときに、認知症地域支援推進員の募集を見つけました。推進員という役割に不安もありましたが、認知症の人が安心して暮らせる地域づくりができればと思い働いています。

Q2. 作業療法士としてどのような役割を担っているのですか？

地域包括支援センターに所属していますが、認知症地域支援推進員と認知症初期集中支援チームの業務を行なっています。認知症地域支援推進員において、作業療法士の専門性を発揮するということは、私も悩んでいますが、これまでの経験や知識を活かしながら、相談業務やサポーター養成講座等の啓発活動や、認知症になっても通う場所がある地域づくりを行ないたいと思っています。

Q3. これまで働いてきた職場での仕事との違いを教えてください。

施設では、リハビリをするために来ている人が多かったですが、初期チームの訪問では、自分では生活上の困難さを理解されている人は少なく、支援は必要ないと介入を拒否される方も多くいます。相談業務では、認知症や介護保険サービス、地域資源等も把握をしておかなければならず、これまで以上に知識が必要だと感じています。



仕事風景

Q4. 今後の課題と目標を教えてください。

転職し初めの1年間は、認知症初期集中支援チームのチーム員として主に動いていましたが、令和3年1月から認知症地域支援推進員業務を主として働いています。認知症についての地域課題を把握し、認知症になっても慣れた地域で生活が送れるような地域づくりを行なって行きたいと思っています。そのためにも、フットワークを軽くし、地域住民、専門職、行政との連携を図りながら取り組みたいと思います。

リハビリの知識を活かして、認知症の方も安心して暮らせる地域づくりに貢献しているんだね。
次回はどんな作業療法士に出会えるかな？楽しみに！



作業療法士は、障がいを持つ方々や加齢に伴う心身機能が低下した方に対して、可能な限りご自身でできるように支援します。今回は、脳卒中で片方の手足に麻痺が残った方の更衣の方法や工夫を一部紹介します。

基本的な方法

ズボンの方法

着替えがしやすい姿勢で行いましょう。



立ってふらつく場合は座って行いましょう。

前開きシャツの方法

着るときは麻痺側から袖を通します。



被りシャツの方法

被りシャツか前開きシャツどちらがやりやすいか確認しましょう。



Q1 ボタンの掛け違いを直したいです。

A ボタンの色を変えると見えやすくなり、掛け違いが減ります。



Q2 どうしてもボタンが留められません。

A ボタンエイド^{*1}の使用やボタンをマジックテープに変更しましょう。



*1 ボタンエイド

Q&A

Q3 肩に痛みがあり、袖に手を通せません。

A 大きめのシャツやストレッチ素材のシャツを利用しましょう。



Q4 靴の踵をどうしても踏んでしまいます。

A 靴の踵部分にリングをつけましょう。または靴ペラの要領で履きやすい商品がありますよ。



作業療法士は、服の素材や着る順番を工夫すること、便利な自助具の提案をすることで自立を支援しています。



「37年前」

大西 康志 (訪問看護ステーションいとぐち)



“初めまして”(ほとんどの方が…だと思います)。1985年に作業療法士になりました。今回このような機会をいただき、振り返ることで何か伝えられたら良いと思い承諾しました。

約40年前の教科書を並べてみると、解剖学3巻(プラス続巻)、生理学…と医学部で使う教科書がかなり幅を占め、リハビリ専門書の少ないこと。最近の教科書はどうでしょうか？また、“何かを調べる”となると、図書室でジャーナル(専門雑誌)を紐解き、今はスマホで検索する。豊富な知識に溢れ、直ぐに何でも知ることができるようになりました。

私も職場を転々とし、今落ち着いている？かなと思いますが、今更ながら知識の大切さは痛感させられます。ただ、知識は使う人・立場などにより変化しうる要素もあり、また、使い方・配慮により薬にも毒にもなるやっかいな物だと感じています。

“作業療法士として”というより、“一人の人として”、物事への関心・興味の持ち方は「百人百様」だと思います。しかし、“作業療法士”として大切なことは、幅広い関心・好奇心と臨機応変に対応・調べる力量だと思います。

一つの例を挙げると、最近話題のマイクロバブルシャワー(各メーカーにより商品名は色々あります)をテレビで見たとき、何を感じるか(考えるか)？

このシャワーの効果を考えると、入浴時、浴槽には入れないシャワー浴の方に勧められないか、足浴や手浴などに使ったらどうか、アトピー性皮膚炎のある方にはどうか、などなど尽きないかと思います。このような知識欲・発想力こそが作業療法士に求められる資質のひとつではないかと思います。

最後に、技術的な知識は大切です。その上に前述のような要素が求められ、応えることで、対象となる人の信頼を得るのではないのでしょうか？

新卒者研修会

開催日：令和3年6月6日(日)

場 所：オンライン

内 容：大分県作業療法協会・大分県作業療法士連盟の紹介、
大分県作業療法協会・大分県作業療法士連盟の部局
等紹介、日本作業療法士協会生涯教育制度について

参加者：39名

生活行為向上マネジメント実践者研修Ⅰ

開催日：令和3年6月24日(木)

場 所：オンライン

内 容：事例発表

発表者：自見 美菜(村上記念病院)

ファシリテーター：佐藤 友美(湯布院病院)

参加者：6名

認知症アップデート研修Ⅰ

開催日：令和3年6月27日(日)

場 所：オンライン

内 容：作業療法士として押さえておきたい
評価と介入のポイント

講 師：菊池 由加理(大分記念病院)

池戸 睦美(介護老人保健施設 南山園)

七郎丸 恵(コスモス病院)

参加者：23名

コロナ禍の作業療法研修会

開催日：令和3年7月9日(金)

場 所：オンライン

テーマ：事例で学ぶウィズコロナ時代の作業療法

内 容：①新型コロナウイルス発症患者の経験と

その後の対応

講師：竹村 仁(臼杵市医師会立コスモス病院)

②新型コロナウイルス後の作業療法展開

～倫理的配慮、ゾーニングに応じた

プログラムを考える～

講師：篠原 美穂(杵築市立山香病院)

③通所系施設からの報告

講師：首藤 生実(介護老人保健施設 南山園)

④養成校からの報告と実習受け入れ病院の

対策について

講師：日隈 武治

(副会長/大分リハビリテーション専門学校)

参加者：17名

地域ケア会議助言者情報交換会・交流会①

開催日：令和3年7月30日(金)、8月27日(金)

場 所：オンライン

内 容：地域ケア会議助言者間の情報交換や交流

参加者：21名

制度に関する情報交換会①

開催日：令和3年8月5日(木)

場 所：オンライン

テーマ：LIFEを知ろう！

内 容：①LIFEって何？

科学的介護情報システム(LIFE)説明会
[6/26日本OT協会主催]の伝達講習

②LIFEを活用しよう！

(意見交換)科学的介護情報システムで
変わる作業療法

講 師：木村 友彦(介護老人保健施設やまなみ苑)

参加者：20名

現職者選択研修**生活行為向上マネジメント基礎研修Ⅰ**

開催日：令和3年8月21日(土)

場 所：オンライン

内 容：MTDLP概論講義、演習、グループワーク

講 師：佐藤 友美(湯布院病院)

山本 貴美(湯布院病院)

吉田 梓沙(別府リハビリテーションセンター)

参加者：19名

地域ケア会議助言者情報交換会・交流会②

開催日：令和3年9月10日(金)、10月22日(金)

場 所：オンライン

内 容：地域ケア会議助言者間の情報交換や交流

参加者：31名

身障・老年期分野研修会①

開催日：令和3年9月23日(木)

場 所：オンライン

テーマ：がん患者の作業療法

内 容：①がんのリハビリテーションにおける作業療法の展望

～がん対策推進基本計画にみるその役割と課題～

講師：小林 毅(日本医療科学大学)

②周術期がん患者に対する作業療法の役割

～乳がんに対する作業療法を中心に～

講師：田尻 寿子(県立静岡がんセンター)

③転移性がん患者に対する作業療法の役割

～化学療法中・骨転移・脳転移に対する

作業療法士の着眼点～

講師：櫻井 卓郎(国立がん研究センター中央病院)

④終末期がん患者に対する緩和ケアと在宅復帰支援

～アドバンスド・ケア・プランニング(ACP)

の視点を踏まえて～

講師：島崎 寛将(大阪府済生会 富田林病院)

参加者：53名

現職者共通研修

(1)現職者共通研修Ⅰ

開催日：令和3年7月13日(火)

場 所：オンライン

内 容：作業療法生涯教育概論

講 師：山崎 翔太(明野中央病院)

参加者：28名

(2)現職者共通研修Ⅱ

開催日：令和3年8月17日(火)

場 所：オンライン

内 容：作業療法における協業と後輩育成

講 師：春岡 宏明(明野中央病院)

参加者：24名

(3)現職者共通研修Ⅲ

開催日：令和3年9月7日(火)

場 所：オンライン

内 容：職業倫理

講 師：日隈 武治

(副会長/大分リハビリテーション専門学校)

参加者：23名

支部連絡交流会

内 容：Zoom初心者向け説明、担当理事・支部長挨拶、
協会・連盟活動について、交流

共 催：大分県作業療法士連盟

(1)南部支部

日 時：令和3年8月12日(木)

場 所：オンライン

参加者：16名

(2)北部支部

日 時：令和3年8月19日(木)

場 所：オンライン

参加者：16名

(3)東部支部

日 時：令和3年8月20日(金)

場 所：オンライン

参加者：17名

(4)豊肥支部

日 時：令和3年8月27日(金)

場 所：オンライン

参加者：21名

(5)西部支部

日 時：令和3年8月28日(土)

場 所：オンライン

参加者：25名

(6)大分4支部合同

日 時：令和3年9月8日(水)

場 所：オンライン

参加者：63名



大分県作業療法協会が

「今日からはじめる 認知症予防!」の

リーフレットを作成しました。



大分県作業療法協会のホームページから
PDF版をダウンロードできます。
リーフレットは大分県作業療法協会事務局で
お渡しできます。



ココを
チェック!
6



公益社団法人
大分県作業療法協会

大分県 作業療法



リハビリテーションのことや、作業療法
のことで分からなかったり、お困りの
ことがありましたら、右記までご連絡くだ
さい。

公益社団法人 大分県作業療法協会
〒870-0038 大分県大分市西春日町3-2 大分県作業療法協会ビル
TEL:097-547-8662 FAX:097-547-8663
http://www.oita-ot.com

●本誌に掲載している写真については、すべてご本人・施設の了承を得ています。