H21-12-27

日常生活通しリハビリ

作業療法士　在宅でも活躍

リハビリの専門職として、高齢者の日常生活を支えている作業療法士。利用者一人ひとりに合った作業活動を工夫し、生活に必要な動作が広がるように支援するのが役目だ。ただ、専門性が十分に理解されていないという悩みも多い。「作業とは何か」を問い続ける姿を追った。

（野口博文、写真も）

支えたい　介護の現場から

茨城県龍ヶ崎市の老人保健施設「涼風苑」。入居の女性(83)が立ったまま、テーブルの上に置かれた紙コップの上に正方形の厚紙を置き、さらに紙コップ、厚紙と重ね、〝五重の塔〟を完成させていた。作業療法士の佐藤直基さん(26)が拍手すると、女性はにっこり。この作業に取り組む間、立ち続けて背筋を伸ばすことで、姿勢保持や転倒防止につながる効果を狙っている。

佐藤さんは、「パズル遊びが好きな女性が興味を持ちそうな方法を選んだ。達成感を得てほしい」と語る。

施設の壁には、習字や手芸、塗り絵など、利用者が作業療法で取り組んだ作品が数多く飾られている。同じく作業療法士の浅野有子さん(50)は、「無意識のうちに作業を通じて、自分らしさや意欲を取り戻せるような仕掛けをするのが、作業療法の本質」と話す。ただ、「作品作りばかりが作業療法ではない」とも強調する。

浅野さんが指導していたのは、あおむけから四つんばいになって立ち上がる動作を繰り返していた女性(84)だ。マンションで、一人で暮らす長男(54)との同居が目標。そのためには、一人で布団から起き上がれなければならない。

また、普段は車いすの男性(90)は、壁の柱に張られた習字の最も上にある文字に手を伸ばしていた。「歩けるようになりたい」との熱意が伝わってきた。

＊

作業療法士は、施設内ばかりでなく、在宅でも活躍している。

新潟市の乙山真弓さん(61)の自宅で、訪問リハビリに訪れた作業療法士の大越満さん(38)が、コルクボードを取り出した。そこに張られた3色の付せん8枚には、「左肩が上がるようになりたい」(赤色)、「床から立てるようになりたい」(黄色)、「料理をしたい」(青色)などと書かれている。どれも乙山さんが望んでいることだ。

「赤は体、黄は日常、青は趣味を指します。ボードを目立つところに飾り、付せんに書かれたことができたと思ったらはがしてください」と大越さん。

乙山さんは仕事中に脳こうそくになり、10月末に退院したばかり。左半身にマヒがあり、1週間に1回、同市の診療所「ゆきよしクリニック」に所属する大越さんの訪問を受けている。

この日、乙山さんが、回覧板を袋に入れ、隣の家まで持って行ったことを報告すると、大越さんは、「持ち方を見せて下さい」と一言。回覧板とほぼ同じ重さのノート類を入れた袋を手に再現したところ、「負担がかかるので、左肩が下がりすぎないように注意して」と助言した。「実際の生活の場で、実際に使っているモノを用いて訓練できるのが訪問リハビリの魅力です」と大越さんは語る。

＊

リハビリの重要性は増すばかりだが、現場では、介護関係者の間でさえ仕事が十分に理解されていないという思いが強い。

大越さんは、ケアマネジャーから、「住宅改修が終わったので、後はよろしくお願いします」と言われたことがある。どの高さにどんな種類の手すりを付けたら使いやすいかを判断できるのが作業療法士だが、事前の相談がなかったために、利用者が歩かない場所に手すりが取り付けられているのを何度も見てきた。

大越さんは、「作業療法士が何をするのか、あいまいに思われている点もある。その人らしい暮らしを支える役割をもっと訴えていきたい」と話している。

「地域に5割配置」目指す

日本作業療法士協会によると、有資格者は、12月1日現在で4万7759人。養成校の増加に伴い急増しており、2012年には約6万人になると見られている。

08年度時点の勤務先は、病院が最多の約59%。次いで多い老人保健施設は約11%にとどまる。同協会常務理事の土井勝幸さんは、老健の人員配置基準（入所者100人あたり）が「理学療法士、作業療法士または言語聴覚士1人」に過ぎない点をその理由の一つに挙げる。「介護現場に作業療法士が足りず、十分なリハビリができていない」と強調する。

同協会では、リハビリが必要な高齢者らが病院から地域生活にスムーズに移れるようにするため、介護・福祉分野で活躍できる作業療法士を身近な地域で増やそうとしている。12年までの5か年戦略「作業療法5・5（ゴー・ゴー）計画」をスローガンに掲げ、入院を中心とした医療分野に5割、地域生活の場に5割の配置を目指している。

また、老健は1～2人の職場が多く、知識や技術の向上も課題だ。涼風苑の浅野さんは有志と01年に「介護老人保健施設のOTを創造する会」を設立。若手の相談に乗ったり、研修会を重ねたりして、仕事の魅力ややりがいを伝えている。

マヒした左手で荷物を持つ乙山さん（左）の姿勢をアドバイスする大越さん（新潟市で）

作業療法士（OT）　リハビリテーション専門職の国家資格。養成施設などで3年以上、必要な知識や技能を修得した人などが受験できる。主に基本的動作の回復を目指す理学療法士（PT）に対し、日常生活に必要な動作の回復を支援する。

習字の一番上に書かれた「豊」の文字に右手を伸ばす男性。浅野さんは「豊かさまでもう手が届きそうですね」と励ます（茨城県龍ヶ崎市の涼風苑で）

「くらし健康」は日曜日に掲載します。

くらし■健康

＊岩田誠著「臨床医が語る　認　　のほか、アルツハイマー病、ピッ