訪問リハでつなぐ絵手紙リレー

氏名：山田　早織
所属：医療法人社団　らぽーる新潟　ゆきよしクリニック
KeyWords：訪問作業療法　交流活動　アクティビティ

本文：【はじめに】訪問リハビリテーションの目的は，在宅という現実の生活の場で日常生活活動の自立と社会参加の向上を図ることにあるとされている．身体機能だけでなく心理面や環境面に対する介入が重要であり，生活機能低下へアプローチする視点が重要となる．作業療法は病院や施設では作業療法室で行われることが多く，作業療法士や他患者間の交流があるが，訪問は自宅で行うため交流が少ない．しかし，今回絵手紙を通して訪問リハ利用者間でつながりが生まれ，個々の心理状態や生活に変化がみられた．

【症例 1】A さん 66 歳女性．脳出血後遺症．右片麻痺は軽度だが，感覚障害があり微細な運動調整が困難で，筋緊張亢進による上腕の痛みがあった．日常生活動作では主に左手を使用していたが「右手の動きを良くしたい」と希望していた．右上肢，手指の過緊張を抑制し右上肢の使用を促す目的で，プログラムに絵手紙を選択した．

【A さんの経過】絵手紙の導入に了承を得て，下絵に色鉛筆で色塗りをすることから開始し，慣れた段階で水彩絵の具に変更した．絵筆を手指で握りこみ，筆圧が強く筆先がつぶれていないかを視覚で確認するよう促した．最終的には下絵描きを含めた全工程を自分で行うようになった．右肩の痛みが軽減し，力が抜けるようになったと自覚があり，家事で右手を使うことが増えた．

【症例 2】B さん 77 歳女性．右視床出血．左片麻痺は軽度だがパーキンソン病症状（筋固縮，寡動，姿勢反射障害）があり，認知面では空間認知障害，病識欠如，意欲低下がみられた．日中の活動量低下に対して主介護者の娘から時折非難を受けて落ち込んでいたことから，余暇活動の提供，意欲と自信の回復を目的に絵手紙の導入を考えた．

【A さんから B さんへのリレー】A さんの了承を得て絵手紙を i-phone で撮影し，B さんに写真を提示して，右手に麻痺のある方が絵手紙を描いたことを説明すると関心を示し，色塗りに挑戦した．空間認知障害による色塗りの失敗が懸念されたが，下絵からのはみ出しがなかったため，作業の進行は B さんと娘に委ねた．

【B さんの経過】開始時より徐々に作製する絵手紙の枚数が増えた．他者に贈ることを提案すると，デイサービスの職員に渡したら喜ばれたと笑顔がみられた．その後も「笹団子と飼い犬の絵を描いてほしい」と自ら希望するようになった．他者に喜ばれる経験を通して表情が良くなった．

【症例 3】C さん 90 歳男性．廃用症候群で全身の筋力低下，体力低下があった．水彩画が趣味だが，現在は行っていない．A さん，B さんの了承を得て絵手紙の写真を見せ，絵手紙作りにお誘いしたところ，「自分ではやる気にならないが，二人の作品を楽しませてもらいます」と話し，その後も「新しい作品はできましたか」と関心を示していた．

【C さんからの応援】C さんが A さん，B さんの絵手紙を見て称賛し，次回作を楽しみにしていることを伝えると笑顔がみられ，両者の絵手紙の作製に対する意欲の向上がみられた．

【まとめ】集団の中で役割を持ち，他者に認められる成功体験は重要であり，自己有用感の充足につながる．今回，A さんは「B さんの絵手紙の先輩」として，B さんは絵手紙を贈ることで自信を高めることができた．さらに C さんの称賛や励ましにより意欲，自己有用感の向上が得られ，心理状態の改善や生活の変化に結びついたと考える．訪問リハは他患者との交流は少ないが，今回の事例を通して i-phone 等のツールを活用することで他者と交流することが部分的に可能であることが分かった．訪問リハは住み慣れた家で行うため，対象者の生活史が見える．そのため個別性が高くオーダーメイドの対応ができることから，作業療法の醍醐味や重要性を実感することが多い．今後も家族と自宅で生き生きと暮らすことができる方が増えるよう個人の想いに沿った作業療法を行い，生活に彩りを添えていきたい．