

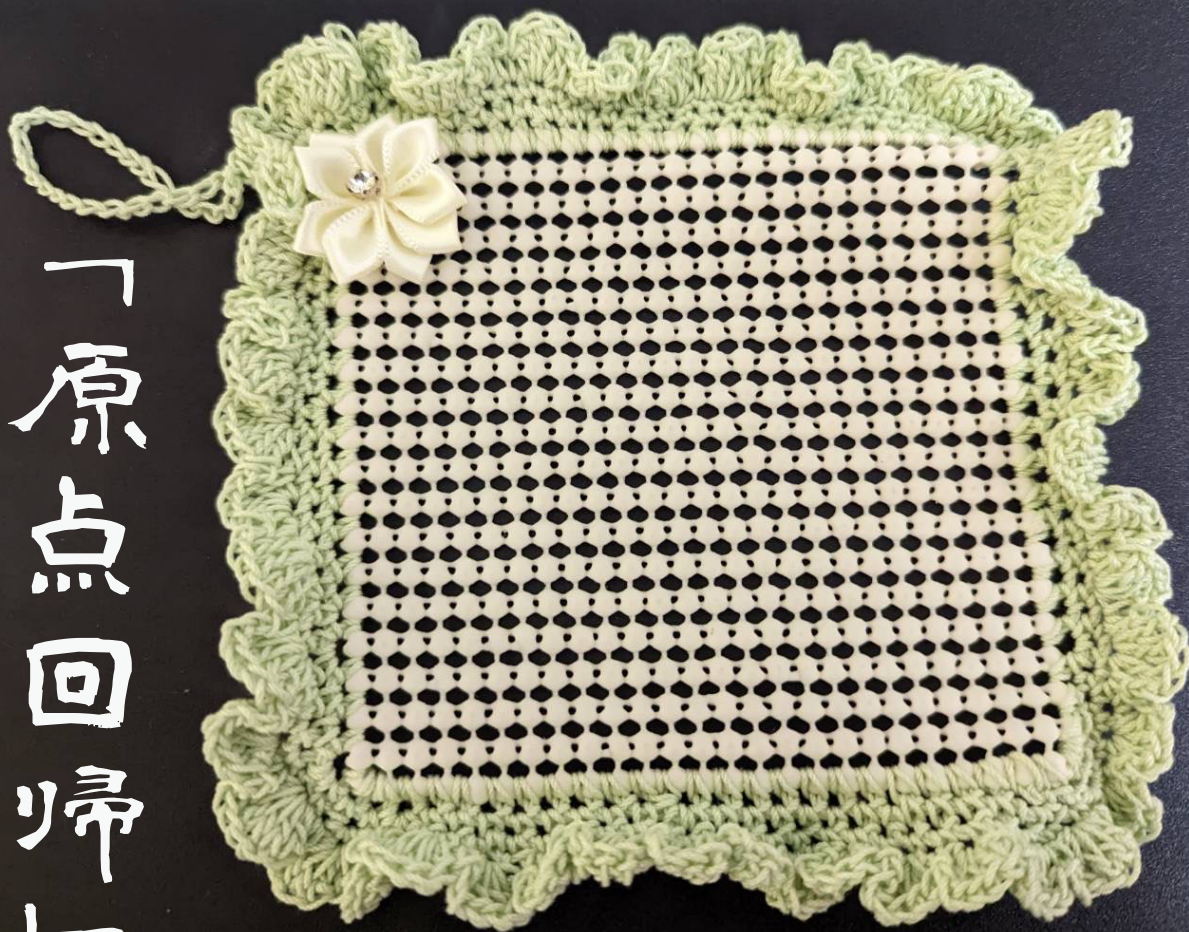


彩り

冬号

2022年度

「原点
回帰」



- 特集「第56回日本作業療法学会 受賞者インタビュー -前編-」
- 私の声「再スタート」
- 教えて SAOT!! 「部局・委員会について教えて!! 第7弾」
- OT ギャラリー 等

No.10

第56回 日本作業療法学会

★ 受賞者 インタビュー —前編—

昨年9月、第56回日本作業療法学会が京都で開催されました。「持続可能な社会を創る作業療法」をテーマに全国の作業療法士が集いました。埼玉県の作業療法士も数多く参加し、演題を発表しました。今回はその中で口述発表・ポスター発表で受賞された埼玉県の作業療法士取材しました。

演題名：

『男性高齢者の社会活動への参加を促す
集団プログラムの開発：混合研究法』

抄録は『第56回日本作業療法学会』▶
ホームページにて閲覧可能です。
こちらのQRコードからアクセス！



■ 演題発表について

—この度は受賞おめでとうございます。野村さんは目白大学の卒業生だと伺いました。

(野村氏)ありがとうございます。そうですね、目白大学の1期生です。大学卒業後、臨床を経験してから教員として目白大学に戻ってきました。学生の頃は岩槻区に対して特別な印象はありませんでしたが、臨床を経て戻ってくると違って見えました。さいたま市という大きな市に属しているけど、その中で一番高齢化率が高く、面積も広い。そもそも埼玉県は75歳以上の人口の増加率が全国で最も高い。これは研究フィールドとしてはとても良いのではと思いました。

—発表された研究はどのような経緯で始まったのですか？

目白大学の教員になったとき、大学がある岩槻区に何か恩返しができたらいいなと考えていました。そんなとき、岩槻区の地域包括支援センターとの会議の中で、「茶話会やサロンへの男性参加者が少ない。」という話があがりました。実際に茶話会に参加してみると、確かに男性の参加者が少なかったんです。大変興味深く思いました。たまたま私の研究テーマが『社会的孤立』だったので、「この地域課題について何かやりたい」と思ったのがきっかけですね。

—それで今回の研究は『男性高齢者の社会活動への参加』に着目されたものだったんですね。

そうですね。今回の研究にあたり、岩槻区の高齢者にニーズ調査を行い男女で比較しました。その結果、女性は社会で孤立しないように工夫した生活を送っているのに対し、男性にはそのような傾向は見られませんでした。女性は普段から身



スペシャルセッション 最優秀演題賞 受賞

野村 健太 さん

目白大学 保健医療学部作業療法学科 専任講師

なりを整えたりと自分を律して生活されますが、男性は一度生活リズムが乱れるとずっと乱れたままになってしまう。それならば、ある程度の期間を使って生活習慣を見直し軌道修正を図るほうがいいのではないかと考えました。

—今回の研究で大変だったことはなんですか？

やっぱり効果指標が難しかったですね。「社会参加」という概念を測定する効果指標はなかなか見つかりませんでした。正直、研究の途中から数字に出なくてもいいかなって少し思っていました。自惚れかもしれませんが、今回開発したプログラムを実施することが1つの居場所づくりになり、大きく言えば社会貢献になっていると思っています。今回、プログラムの途中で辞退する参加者はいませんでした。それはこのプログラムを少しでも欲してくれていたということだと思います。実践と研究の狭間で苦しんだ研究でしたが、過去にあまりない内容で他の地域でもこういうことはやっていないと思うので、実践としては“アリ”だったのかなと思います。

—今後やりたいこと、目指していることはありますか？

理想は科研費をとってランダム化比較試験を行い、この集団プログラムをマニュアル化して私以外の人で全国で実践してほしいですね。壁がたくさんあるのでそんな簡単にはいかないとは分かっていますが(笑)。このプログラムは毎年行なっているんですが、来年度はそれと並行して『集まりたくない人・集まりたくても集まらない人向け』の別プログラムも実施できないか考えています。

—高齢者の「理想的な生活」はどのようなものだとお考えですか？

好きなこと…作業療法士という『価値ある作業』が出来れば良いと思います。無理に人と交流しなくても、家で手芸をやるとかゲームをやるとか、その作業に“価値”を持っているのであればいいのではないのでしょうか。結果として、それが誰かと交流する機会になるんじゃないかなと思います。運動・栄養・睡眠が健康の秘訣ということは皆さんが知っていることですが『何か好きな活動をすることが健康になる』ことを知っている人はまだそんなにいないんじゃないかなと思います。作業療法士として、「作業が人を健康にする」という作業療法の原点をこれからどんどん地域の人に伝えていくことがとても大事なことはないかなと思います。

■ 研究について

——『研究』に取り組み始めたのはなぜですか？

研究を始めたのは、『研究』をしている作業療法士（OT）が少なかったからです。昔の話になりますが私は元々“少数派”が好きなんです。OTを目指したのも理学療法士（PT）より少ないから。研究テーマも『社会的孤立』を研究しているOTがほとんどいなかったからでした。私は割とマイナーなものが好きだし、そこにチャンスがあるとずっと思っています。「今見えていない景色が見たい、自分が分かっていることを分かってほしい」という欲求が昔からあって、『研究』はその一つですね。あと、『研究』をやろうと思った重要なフクターは修士の時の指導教員です。その指導教員が研究をやっている、なんか楽しそうだったんですよ。楽しそうだったから真似してみよう、楽しそうな指導教員が見ている景色が見たいと思って、大学院への進学を決めました。もう少し、あともう少しやれば何か違う景色が見えるかなと楽しみにして、今も研究を続けています。

——『社会的孤立』をテーマにされたきっかけは何ですか？

私は目白大学卒業後、臨床を経験してから教員になりました。最初は都内の病院に勤めていて、その後に訪問看護ステーションで働いていました。そこで出会ったある利用者さんとの出来事がきっかけです。今でもよく覚えています。その方は片麻痺の男性で、車椅子を使ってなんとか生活が自立していましたが、身よりがなく社会的孤立状態でした。ある日、いつも通り11時頃に何うと玄関から様子がおかしかったんです。…廊下に尿便が落ちていて。そうしたら奥の部屋から「お～い」と男性の声がして。行ってみると車椅子と一緒に転倒していて起き上がれない状態でした。「いつから？」と尋ねると「昨日の午後から」と。…12時間以上も倒れたままだったんです。男性は「ケアマネには連絡したくなかった。お前がくるのを待っていた。」と話しました。この体験から、意外とこのような状況の人…誰もと交流がない、身よりや頼れる人がいない人がたくさんいるのではないかと調べて始めました。

——野村さんは過去にも様々な研究をされていますが、研究をする上で大事にしていることはなんですか？

たくさんありますね。敢えて言うなら『自惚れない』ってことでしょうか。「これは効果的なものなのか」「本当に意味があるのか」など、ずっと批判的に考えながら研究しています。「偉そうになってないか」とも考えていますね。これは私の指導教員がいつも言っていました。「効果や成果を出すことよりも、人柄が研究者には本当に重要だよ。」といつも話していました。なので「研究させていただいている」と常に念頭に置いています。

——研究を始めた人、始めようと思っている人、研究を控えている学生らに向けてメッセージをお願いします。

そうですね。まずは、計画的にやってください。研究は苦しい、もう本当に苦しい。研究している間、ずっと苦しいと思います。でも、研究の面白いところは「自分の成長」が目に見えるところなんです。論文は、一本書ききるまでの凄く直すんですよ。私も指導教員に数え切れないほど「これじゃダメ」と言われて書き直しました。本当に時間と労力をかけてくださったと思います。それで最終的に書き上げた論文と最初に書いた論文を比べると、もう雲泥の差なんです。

OTって自分が成長したかどうか分かりづらいところがあると思いますが、文章で自分の成長具合が分かるんです。私は『研究』が自分の成長を見る機会だと感じています。

■ 大学教員について

——どうして大学教員の道に進んだのですか？

都内の病院で働いている4年間ずっと、目白大学の先生と数ヶ月に1回のペースで勉強会をやっていました。ある日、先生が大学での仕事前に歯医者に行ったんですよ。歯医者に行くと、大学で授業して、夜は我々と勉強会をする…それが衝撃的でした。「仕事前に歯医者行けるんだ！」って。それで「大学教員って何なの」って思ったのが最初です。そして私が修士の大学院に通っている時に大学教員に誘われて今に至ります。大学教員の仕事は一般的な9時～17時の仕事と違い、夜や土日に仕事することもあって時間の使い方が比較的自由です。いろんな働き方があるんだなと感じましたし、教員の仕事は私に合っていました。

——いきなり学生に教える立場になってどう思いましたか？

私なんかがおこがましいなって思いました。でも、臨床って患者さんに生活の仕方を教えているじゃないですか。だから対象者がちょっと変わっただけだと。学生に対して作業療法をやっている感覚です。また、大学生は学生であって生徒ではないので、私が教えたことを鵜呑みにせず自分で学んでほしいと思います。私の教えることは一冊の本みたいな感じで参考程度に捉えてほしいです。

——野村さんはOTとしての大学教員の役割について、どうお考えですか？

OTを目指す学生に授業・指導するというのは勿論ですが、自分の経験を伝えて育成することが教員としての役割の一つだと思います。そして、学生に教える前に自分が学び続ける必要があると思います。学生の視野を広げることを意識して、そのために自分も視野を広げる。自分の視野を学生に見せたい、真似してもらえたら嬉しいと思っています。また、最近は無欲な学生が多いような気がするので、もう少し野望を持ってほしいとも思っています。私はただのOTになるのは嫌だと思いながら大学生活を過ごしていました。何の役に立つかわからないけど、きっと何かの役に立つだろうと信じて勉強したり、先生のお遣いをしたり、それなりに頑張っていたと思います。「ビッグになりたい」とか、そういうのもいいので、何か野望を持って取り組めばいつかチャンスが巡ってくると思うんです。自分の将来をイメージしながら今を生きてもらえると、もうちょっと面白くなるんじゃないかと思います。



■ 野村 健太

2009年目白大学保健医療学部作業療学科卒業。2015年同大学大学院リハビリテーション学研究科修了。2020年東京都立大学大学院人間健康科学研究科満期退学、2021年博士号取得。大学卒業後、臨床経験を経て目白大学保健医療学部作業療学科助教となる。現在、目白大学保健医療学部作業療学科専任講師、同大学大学院リハビリテーション学研究科専任講師。

私の声

—作業療法体験談—

「再スタート」

さいたま市 Fさん

66歳男性。2017年、61歳で多系統萎縮症を発症。症状悪化のため64歳で勤めを辞め自宅で療養に専念していたが、発症から5年を経た2022年3月、誤嚥性肺炎にかかり、治療・手術・リハビリのために3か月の入院を余儀なくされる。現在自宅で療養生活に戻る——これが私のプロフィールだ。

多系統萎縮症とは、自律神経の障害により全身の筋肉が次第に硬直化して、最後は眼しか動かなくなるという何とも気が滅入る病気である。顔面のかすかな歪み、舌の纏れ、手足の違和感などから脳梗塞を疑い、症状を自覚し始めてから約1年後の2018年秋、訪れた都内の大学病院の医師は、診察と検査を終えるとそう病名を告げた。小脳に問題があるという以外、原因は不明で治療法が確立されていないものの、リハビリは有効だとも付け加えた。インターネットで調べると平均余命9年とあった。これは大変なことになったと思った。

私は決して冷静な人間ではない。それどころか、パジャマの上にスーツを着て朝、出勤してしまったこともあるあわて者である。それがどういうわけか、このときは自分でも意外なほど落ち着いていた。驚きはしたが我が身のこととは信じられなかったのだ。体はまだピンピンしていた。異変を感じるとはいえかすかだし、日課としていた早朝の10km以上のランニングも続けていた。体力には自信があった。だから、ぼんやりと他人事のように、退職の段取りをあれこれと考えていた。

それから4年後の2022年3月、私は誤嚥性肺炎のために県内の病院に入院した。多系統萎縮症患者の死因のトップは誤嚥によるもので、私も医師から注意するよう指導されていた。それまでの4年間に、症状は次第に悪化していった。当初は、リハビリといってもランニングを続けることが中心であったが、やがて平衡感覚に少しずつ狂いが生じて、走るところか歩くことにも支障が出始めた。独力でのリハビリを諦め地元の病院の訪問リハビリ・サービスに、療法士の派遣を週1回お願いし、自宅で手ほどきを受けていた。さらに2021年の春には、主治医の勧めによりリハビリを本格的に学ぶため、リハビリ特化型医療施設に1か月ほど入院した。

ランニングで鍛えていたときにはさすがに及ばないものの、まだその名残りらしきものは太ももやふくらはぎの筋肉に、幾分か痕跡を認めることができた。ところが、この3月の入院では、1か月も経たないうちに全身の筋肉が消え去り、手足は文字どおり骨と皮ばかり。肺炎の治療に続いて再発防止の食道・気管支分離手術もしたから、点滴だけで過ごさなければならなかったうえに、高熱と麻酔の作用で意識が朦朧とすることが多く、寝たきりの状態が続いたためである。手足は思うように動かず寝返りができない。首も固まって頭を巡らせることができない。その結果、視野は狭く病室の天井が大半で、せつかく窓側のベッドが与えられたというのに、見えるのは窓の最上部から覗く空だけだった。目が覚めているときは天井ばかり見つめてあれこれ考える、するといつしかまどろむ——その繰り返しだった。そんな状態だから夢と現実の区別が時として判然とせず混乱した。

唯一の気晴らしは、時折姿を現す療法士たちだった。初めは理学療法士が一人来て、手の動きをチェックした。そんなことが2、3回あった後、4月のある日の昼下がり、はじめて作業療法士がやって来た。

今でもよく覚えているのは、その作業療法士がベッドに腰かけさせてくれたときの衝撃だ。その病院には同じ形の大きな病棟が二つあったが、病院の概観図など目にしたことはなかった。入院後も、救急車で担ぎ込まれて以来、朦朧としていたうえに、移動時もベッドかストレッチャーで寝たままの状態であったから、自分の病室すらどうなっているのかよくわからなかった。それが頭を枕から上げ視点を高くすると、忽然として、目の前の窓いっぱいにもう一つの巨大な病棟が姿を現したのである。部屋数は多く看護師の姿が見える部屋も少なくないが、人の姿は米粒みたいに小さく何をしているかまではわからない。背後には柔らかな4月の青空がその病棟を包むように広がっている。

青空を見て妻の差し入れてくれたイラスト(写真参照)から二つの記憶がよみがえった。一つは、東日本大震災の風評被害に悩む福島県の果樹生産農家応援活動のこと。プロジェクト「復活っ!」を立ち上げ現地を訪問した際に仰ぎ見た阿武隈川の頭上に広がる夏空。

もう一つは、同じく東日本大震災をきっかけに東北支援を打ち出したさいたま市ビール祭りに毎年必ず家族6名で参加したこと。五月晴れの日、新都心のケヤキ広場で飲む岩手県のクラフトビールの味は格別だ。

ふとその時、私は毎日の天井との対話のために自我が大きくなりすぎて、自分でも持て余していたことに気付いた。窓外に見える巨大な病棟を眺めながら追憶にふけっていると、肥大化した自我が急速にしぼみ霧が晴れていくようで、爽快であった。すると、どこからともなく、リハビリの仕切り直しという言葉が頭に浮かんできた。

「さて、どこから手を付けたものだか」
——私は覚醒した。



入院中のF様に宛てた奥様からのイラスト

子ども支援委員会

①なにをする部・委員会ですか?

埼玉県の子どもに関わる施設で働く OT のためのネットワークづくりや研修会の企画などを行っている委員会です。

②メンバーはどれくらいいますか?

委員は現在 11 名です。養成校や行政機関で働いている方のほかに、大学病院、精神病院、小児病院、療育センター等で、身体の不自由なお子さんや発達に問題を抱えるお子さんに関わる OT がいます。

③アピールポイントは?

当委員会の研修では、実際の発達に問題のあるお子さんの映像を視聴しながらグループディスカッション形式の研修を行なっています。研修内容は、発達を専門としていない方対象のものから、発達を専門としている方を対象として実際にお子さんにセラピーをさせていただき臨床実践力の向上を目指すものまで取り揃えております。子どもを対象に働いたことがなくても、発達障害を持つお子さんに興味があるという方が参加しやすい内容になっておりますので、ぜひ一度ご参加ください。

④最後になにか一言!!

発達領域の作業療法に少しでも興味のある方は、まずは「子ども支援委員会の情報共有専用 BAND (<https://band.us/@kodomoshien>)」にご参加ください。また、現在当委員会では一緒に委員会を盛り上げてくれる方を募集しております。ご協力いただける方がいらっしゃいましたら、ぜひご連絡ください。委員会一同、心よりお待ちしております。

子ども支援委員会の
情報共有専用 BAND は
こちらから!



生活行為向上マネジメント推進委員会

①なにをする部・委員会ですか?

日本作業療法士協会が推進する生活行為向上マネジメント (Management tool for daily life performance : MTDLP) を普及、推進することを目的に活動しています。主な活動内容としては、研修会や事例検討会の実施、各委員会とのコラボ研修、臨床実習指導者講習会の講義を行っています。

②メンバーはどれくらいいますか?

メンバーは 12 名です。病院や訪問リハビリ等、様々な施設の作業療法士が所属しています。

③アピールポイントは?

現在、埼玉県の MTDLP 普及率は、基礎研修修了者が 930 名、実践者研修修了者が 192 名、MTDLP 指導者が 8 名となっており、半数以上の県士会員が MTDLP 基礎研修を修了しています。MTDLP は作業療法の一丁目一番地とも言われており、領域に関わらず全ての作業療法士にとって必要なマネジメントツールです。精神領域や発達領域の方も積極的に取り組んで頂けるよう、地域包括ケア推進委員会・ここくら委員会・子ども支援委員会とのコラボ研修も行っています。

④最後になにか一言!!

MTDLP は、臨床現場から実習に至るまで様々な場面で必要なツールになっています。まだ研修を受講されていない方は、是非受けて頂くことをお勧めします。書き方や使い方に疑問がある方は、お気軽に推進委員へご連絡ください!お待ちしております。





学生サポーター、取材現場に参加！

今年度より、養成校の学生が広報部で活動しています！
今回、特集企画の取材と一緒に参加してくれました。
実際に現場に立ち会った感想を聞いてみたいと思います♪

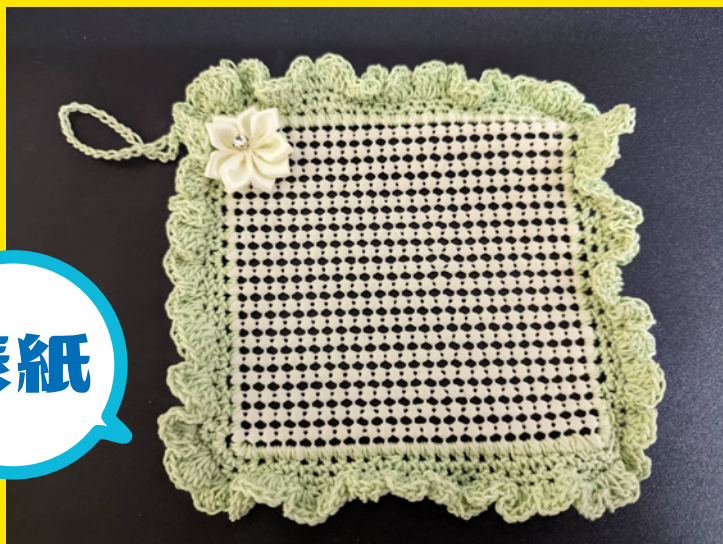
広報部の学生サポーターとして、初めて取材に参加させていただきました。
いつも大学でお世話になっている先生ですが、普段聞くことが出来ないようなお話をたくさん
お聞きすることが出来て、とても有意義な時間でした。 学生サポーター・田村

今回、学生サポーターとして野村先生の取材に参加させていただきました。
取材では、教員としての役割や研究をする上で大切にしていることなど、授業では聞くことの
出来ないお話を聞くことができ、勉強になりました。
広報部の活動では、様々な領域の作業療法士の方々と関わらせていただきました。今後は自分
が進む領域で作業療法士として貢献できるように、専門としたい分野を決めて臨床でも学び続
けていきたいです。 学生サポーター・石井

OT ギャラリー

—みんなの作品展—

表紙



『レース編みのコースター』

【作り手からのコメント】
1日1個を目標として編んで
います。

とても繊細で美しいレース編み！
中央部分が滑り止めになっているのも
ステキな心遣いですね♪

経験

埼玉の作業療法

作品

募

集

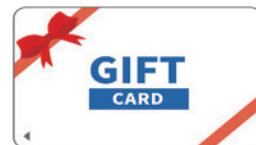
中



広報誌 『彩り』 では

埼玉県内の作業療法士の活動、作業療法の経験や作品を募集して埼玉の作業療法の魅力を広報誌として発信しています。

採用された方にはQUOカードをプレゼント!



みなさんの投稿お待ちしております!

★ 各コーナーの募集要項 ★

●ねえ、きて! (作業療法実録)

作業療法士がみなさんに送る、「わたしはこんな作業療法をやってるよ!」というお話を募集しています。

●私の声 (作業療法体験談)

今でも昔でも、あなたの作業療法の思い出を聞かせてください。きっと、それは誰かの励みや喜びになるでしょう。

●OT ギャラリー (作品投稿コーナー)

作業療法の中で制作した作品、趣味で作った作品…あなたの『自慢の一品』を大募集! 表紙に選ばれるかも! ?

≪投稿フォームで応募! ≫

QR または URL から投稿フォームにアクセス! 必要事項を入力しご応募ください。

【 <https://business.form-mailer.jp/fms/b631815e129531> 】

※投稿フォームで応募後、広報部よりメールにてお返事させていただきます。

≪お問い合わせ≫

投稿をはじめ、広報誌に関して何かございましたら

埼玉県作業療法士会広報部専用メール【 saitama.ot.kouhou@gmail.com 】まで!



たくさんのご応募お待ちしております!