

彩り

春号

2021^{年度}



- 特集「作業療法と運転再開支援」
- ねえ、きいて！「心の声が聞きたい」
- 私の声「在宅生活での気持ち」
- 教えて SAOT!! 「部局・委員会について教えて!! 第3弾」
- OT ギャラリー 等

No.03

作業療法と 運転再開支援

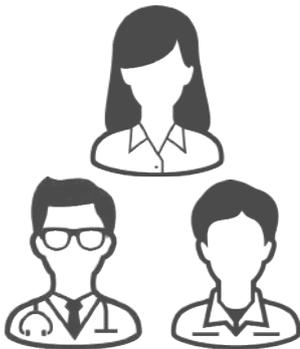
認知症、てんかん、脳卒中や交通事故の後遺症によって運転が難しくなってしまうことがあります。そんな方々を支援する職種のひとつに作業療法士がいます。今回は埼玉県作業療法士会の運転再開支援委員会にインタビューを行いました！

01. 運転再開支援委員会では どんなことをしているの？

運転再開支援委員会は、2018年度に埼玉県作業療法士会に設置された一番新しい委員会です。日本作業療法士協会の「運転と作業療法特設委員会」の士会窓口の役割として、運転再開支援に関する協会アンケートの取りまとめや、運転と作業療法特設委員会主催のブロック会議に参加し、アンケートや、情報交換会を通じて得た埼玉県の運転再開支援の現状を確認、報告してきました。



02. 運転再開に向けて、 どんな職種の人たちと取り組んでいるの？



病院で行われる運転再開支援は医師の指示のもと実施され、主に作業療法士による評価、臨床心理士の評価、言語聴覚士の評価が行われます。実車評価を行っている病院では教習指導員との関わり、免許センター適正相談室との連携に取り組まれている病院ではその職員の方との関わりも業務で経験することになります。まさに、**医師、コメディカル、民間業者、行政と幅広い職種の方が障害をもつ方の運転再開に関わっています。**

03. 運転再開に向けた取り組みの中で、 感じたことは？

運転再開支援は、それぞれの病院でその支援の方向性や考え方は概ね統一されているものの、支援内容や使用するツール、神経心理学的検査の項目、採用するカットオフ値、多職種の関わり方は、それぞれの病院の考え方にゆだねられた非常に『**多様性のある取り組み**』であると感じています。その多様性を尊重しつつ **“埼玉県ならではの課題”**を解決していくために、どのような手段や方法があるか、運転再開支援委員会を通じて実現していきたいと感じます。



04. いま伝えたいこと、 今後の展望をおしえて！

令和3年度で日本作業療法士協会の「運転と作業療法特設委員会」が解散となるため、運転と作業療法特設委員会の士会窓口としての役割は概ね終了となります。この期間に得た埼玉県における運転再開支援の現状から、当委員会は免許センターとの連携が最重要課題として位置づけ、これを実現するための事業計画を推進する方向に活動していくこととなります。

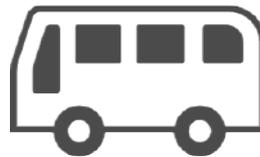
事業計画に反映する課題として、免許センター適正相談に行かれる運転再開支援の対象者となっていた方が、自身の心身の状態を正確に免許センターにお伝えすることが出来ているか、各病院で行われている多様性のある取り組みとしての運転再開支援を通じて、支援対象者に向けて障害が運転に及ぼす影響を分かりやすく助言、指導できているかを主たる課題として検討していきたいと考えています。

そのためには、運転に必要とされる能力としての『認知』『予測』『判断』『操作』そして『処理速度』の要素を通じて、障害が運転へ及ぼす影響を作業療法士がそれぞれの支援対象者に向けて分かりやすい言葉と文章でお伝えすることが出来るようになることが重要と考えています。

埼玉県作業療法士会運転再開支援委員会では、令和3年度事業計画として、以下の研修会開催をオンライン研修で検討しています。

1. 新卒者及び支援開始間もない作業療法士を対象とした研修会
2. 「認知・予測・判断・操作・処理速度」をテーマとした研修会
3. 事例検討会の試行

ぜひご活用していただきたく思います。



< ご紹介 >

- ▶埼玉県作業療法士会 ホームページ

<https://www.ot-saitama.or.jp/>

- ▶日本作業療法士協会【運転と作業療法委員会】

<https://www.jaot.or.jp/seikatukankyoku/driving-committee/>

- ▶日本作業療法士協会【運転と作業療法委員会のご紹介】

<https://www.jaot.or.jp/about/topics/detail/268/>



「心の声が聞きたい」

～私が最近考えていること～

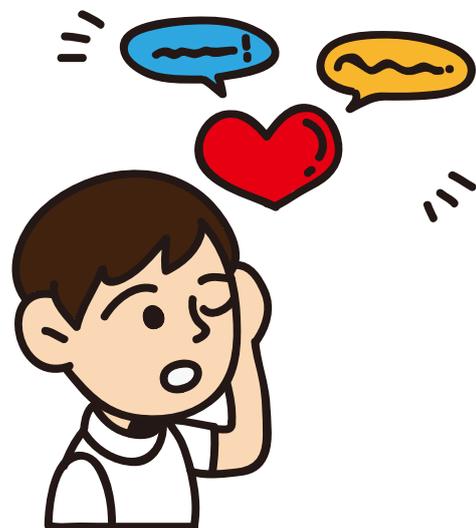
- 報告者 -

医療法人尚寿会 あさひ病院 認知症疾患医療センター
作業療法士 石井 晶さん

私はふだん、入院している認知症高齢者を対象にリハビリを行っています。認知症の症状は人それぞれ異なりますし、当然、患者様の性格や思考も異なるので作業療法は一筋縄ではいきません。そこに作業療法のやりがいや楽しさがあると感じています。

最近、よく考えるようになったことがあります。それは『この方は最期をどう過ごしたいのか』。当院の患者様は当院で最期を迎えられる方が多いため、できる限りその想いを知りたい……のですが、この質問の難易度はとても高いです。相手を不快にさせるかもしれないし、認知症のために自分の想いを上手く表せない方もいます。ですので、私はひたすら相手の行動や表情を観察し、想像しています。今をより良く過ごす為には何が必要か、まだ未熟な想像ですが、少しずつ考えられるようになったと思います。

その方の最後の人生に出会えたことを光栄に思い、「心の声」に耳を傾けながら、これからも作業療法士として精進していきたいです。



わたしが
石井 OT です！

▶ **趣味：**

ゲーム、漫画、絵を描くこと（水彩画）

▶ **やりたいこと：**

国内旅行、プラモデルを完成させること

▶ **悩みごと：**

花粉症が辛い。

▶ **最期をどう過ごしたいか：**

ぎりぎりまで家族と一緒にいたい。

できれば苦しまずに最期を迎えたい。

▶ **最後にひとこと：**

これからも自分らしくあり、いつか自分自身を誇れるように頑張ります！



私の声

— 作業療法体験談 —

「在宅生活での気持ち」

新座市 Kさん

私は（自称）病気のデパートです。後縦靭帯骨化症、糖尿病、癌、甲状腺機能低下、身体中痛いところだらけで、手足も自由が利かず、一人で寝返りもうてません。娘に手伝ってもらいながら家で生活しています。身体は思うように動かないけれど、口は人一倍元気です。なので、作業療法の訪問リハビリの時間にケアマネさんと3人でYouTubeを始めました。私の経験を聞いてくれる誰かに楽しく伝えて、お互いに元気で楽しく過ごせたらいいなあと思います。

私の目標は『一人で歩いてトイレに行くこと』です。頑張れる日もあるけれども、頑張れない日もあります。そんな日々の心と身体の状態に合わせて、内容を変化させ、しなやかにリハビリをしています。人と話す元気になります。

これからも私らしく生活していきます。是非コメントください！

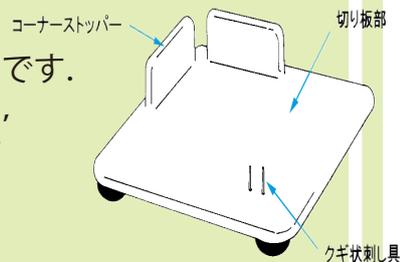


— 作業療法クイズ —

Q1. 片手でジャガイモの皮をむくときはどうすればいい？

答え：食材を固定できるまな板を導入してみましょう

ジャガイモは転がりやすいので、片手で皮をむくのはとてもやりにくいです。固定するピンがついているまな板にジャガイモを刺せば転がることなく、皮をむくことができます。固定をするためのまな板は福祉用具専門店で入手できます。担当の作業療法士に相談するのもよいでしょう。



Q2. 作業療法ってやることは初めから決まっている？

答え：そういうわけではありません

作業療法士はその人に合った最適なプランで治療にあたります。その際に大事な手がかりになるは、ご本人やご家族の想いです。作業療法をされる際、「やってみたいこと」、「できるようにになりたいこと」を共有し、目標を決めて一緒に歩いていきましょう。

参考サイト：切り分け器具（まな板）
テクノエイド協会より
(techno-aids.or.jp)

地域包括ケア推進部

①なにをする部・委員会ですか?

主たる事業は、協会と連携し地域ケア会議と介護予防事業に参画する作業療法士の人材育成を行っています。また、埼玉県リハビリテーション専門職協会やPT士会、ST士会、その他専門職と連携し研修や情報収集、地域包括ケアに資する実践への協力などを行っています。

②メンバーはどれくらいいますか?

部長1名、副部長2名、部員13名で構成されています。部員の所属や訪問や通所、病院、養成校まで幅広いです。

③アピールポイントは?

部員を大募集中です。特に県北部と西部! 地域包括ケアという支え合いの仕組みを知ると臨床力が上がること間違いなしです。

④最後になにか一言!!

県内の地域包括ケアと作業療法に関する情報を県土会のホームページに設置しています。ご活用ください。



地域リハ推進部

①なにをする部・委員会ですか?

埼玉県理学療法士会、言語聴覚士会と共同で彩の国リハビリテーションフェスタというイベントを行っています。内容は一般県民に向け体験を通したリハビリテーションの理解促進を行っています。

②メンバーはどれくらいいますか?

理事・部長は平田です。部員は6名で活動しています。

③アピールポイントは?

3士会共同事業のため、他施設のPT・STさんと活動できるところが面白いです。また県民の方々に片麻痺体験、アクティビティ制作、子どもの発達支援などをリハビリ体験として提供し、リハビリテーションそのものの理解を促進すると同時に障害のある方々の生活についても理解していただけるように活動しています。

④最後になにか一言!!

対象が一般県民であることが最大の特徴です。リハビリテーションを、そして作業療法を理解してもらうことは私たちにとっても有益なことだと思います。興味があるかたは是非一緒に活動しましょう!

— 作業療法クイズ —

Q1. 人の骨は何個ある?

答え: 205 ~ 206 個

赤ちゃんの骨は約300個で、大人になるにつれていくつかの骨がくっついてこの数になる! 骨の数に差があるのは、このくっつき方に個人差があるためです。

Q2. 人の体を動かすための筋肉は何個ある?

答え: 約400個

筋肉には、体を動かす「骨格筋」、内臓をつくる「平滑筋」、心臓をつくる「心筋」があります。

このうち、骨格筋だけで400個、平滑筋・心筋はさらに多く約600個もあるのです!



OT ギャラリー

—みんなの作品展—

表紙



タイトル 『クラフトバンドの ティッシュケース』

丁寧にひと編みひと編み
創られているのが伝わりますね！
後ろのハート型のコースターも素敵です♪

●コラム● 作業療法士になるには？

作業療法士になるにはどうしたらいいですか？という質問をされることがあります。

簡単に言うと、高校を卒業して作業療法士の養成課程のある大学や専門学校に入学し、国家試験に合格すればなれます。

では、ここからは作業療法士になりたい人のためにもう少し細かくお話しします。

全国には2020年度時点で作業療法士の養成施設は209校218課程あり、毎年約5000人が作業療法士として巣立っていきます。

埼玉県においては、大学が5校、専門学校は1校あります。いずれも卒業と同時に国家試験受験資格が与えられます。したがって、卒業したからといって作業療法士にすぐになることはできません。（国家試験の合格率は平均80%程度です。）

養成課程は3年制もしくは4年制です。以前は3年制が多かったのですが、学習内容の高度化に合わせて4年課程が多くなっています。

質問されることの多い内容では、大学と専門学校は何が違うの？ということですが……

大学は学術的、理論的な面から学び、幅広い教養を身につける場です。専門学校は、その職業に必要な知識と技術の修得を中心に学ぶ場です。大きな違いとしたらこの辺りかと。あとは就職後のお給料が大学卒と専門学校卒で違うことがあったり、大学院への進学に大卒の資格が必要だったりということですね。専門学校でも高度専門士という大卒と同等の資格が与えられる学校もあります。大学でも専門学校でも取れる資格は同じなので、学校の雰囲気・学費・立地など「ここで学びたい！」という気持ちになれるところを選んでもらえればよいと思います。

何より大切なのはどの学校に入るか、ではなく、作業療法士になって何をしたいか、という意志をもって学ぶことです。

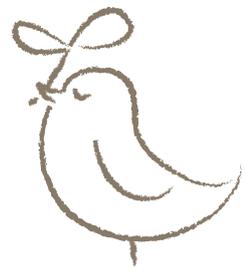
最後になりますが、興味がある方は「作業療法士」の検索ワードでいろいろな情報を見てみると良いでしょう。

初めての方には一般社団法人日本作業療法士協会 (<https://www.jaot.or.jp/>) をお勧めします。では、また。



Breaktime

編集後記



生方

桜の花をみるとワクワクします。今年桜の名所をネットで楽しみつつ、家の近所の桜をコーヒーを飲みながら眺めることにしています。来年はみんなで花見がしたいです。それまで皆さん、元気に過ごしましょう。

先日、認知作業療法について学び、心と身体の専門職である作業療法士は改めて素敵だなあと思いました。広報誌を通じて、当事者の方々、県内の作業療法士の自己効力感が高まり、笑顔が溢れる事を日々想像しています。不器用なりにパソコン作業をコツコツ 続けていきます。



近森



石井

最近、近所をぶらぶらと散歩するようになりました。「こんなところにパン屋が」とか「新しい家が建っている」とか発見が多く楽しいです。引っ越して1年ほど経ちますがまだまだ知らないことばかりです。

先日、友人に誘われてカブトムシの幼虫を捕りに行きました。元々虫嫌いな私なので、見ているだけでいるつもりでした……が楽しそうな友人を見ていたら徐々に興味が湧いてきて、最後には一緒になって探していました。苦手だなと思っていたことも「やらず嫌い」なだけだったかもしれません。



大川

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、きいて！（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、広報誌に関してなにかございましたら、

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



▼次回、2021年夏号は7月発行です。おたのしみに！