



Vol. 30 No. 4,
2014. MAR



秋田県作業療法士会

発行 一般社団法人 秋田県作業療法士会 ホームページ <http://akita-ot.jp>
会長 高橋 敏弘
編集 一般社団法人 秋田県作業療法士会広報部
〒018-5421 秋田県鹿角市十和田大湯字湯ノ岱 16-2
大湯リハビリ温泉病院 作業療法室・水原 寛
TEL 0186-37-3511 FAX 0186-37-3483
E-mail a-ot-kouhou@par.odn.ne.jp
事務局 〒010-0041 秋田県秋田市広面字屋敷田 25-2 セジュールエスト 105号
TEL/FAX 018-837-0552
E-mail has80970@snow.odn.ne.jp
印刷 川嶋印刷株式会社



巻頭言

最近、感じていること…

デイサービス リ・あくと 村井 順

「デイサービス リ・あくと」、現在の私の職場です。「いつかは起業を！」とってから十数年、平成25年の春に会社を設立することができました。消防や市役所との打ち合わせ・物件の工事・許認可申請・融資の交渉・求人の手続き～面接～採用・社会保険や労働保険の手続き・営業活動などを経て、8月15日にオープン！まずは第一歩です。作業療法士として会社経営を行い始めたばかりの“ひよっこ”ですが、事業所の営業開始より半年が経過した中で感じたことを2点ほどご紹介させて頂きたいと思えます。

1つ目は、「世の中、知らないことが沢山ある」という事実です。作業療法士になるために養成校で学んだこと、就職後に作業療法関連の研修会に参加したり、それ以外のセミナーや通信講座で学んできたつもりでしたが、会社の経営・事業所の管理・運営をする立場になると、まだまだ足りないという感想です。特に、「雇い入れる側」と「雇ってもら側」の違いは大きく、今ではすべての言動や決断に責任を持つことが当たり前で、食べ物が喉を通らなかつたり、早朝覚醒したりする時もありますが、ご利用様が元気になる姿に寄り添えると、本当に始めてよかったと感じます。

2つ目は、営業活動についてです。作業療法士として働く人生の中で、営業活動に従事する機会がある人は、とても貴重な機会を得られていると思います。営業に何う前には「自分達の売りにするところは何なのか」など、事業所の「強み・弱み」を明確にしておくことが必要ですから、自身を振り返ることになります。私達の営業先は事業所の特徴上、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所が多いですが、「あなた達は何ができるの？」という問いに誠意を持って応えられるようにし、決して奢らず素直な気持ちで様々な人と接し続けることで、地域で生活している皆さんの信頼が得られてくるものと感じています。

「何が言いたいのか?」「わかりにくい!」などという声が聴かれそうですが、この巻頭言に目を通して下さった皆様が、それぞれの立場で様々な妄想をして、作業療法士と作業療法の発展のためにご尽力頂ければと切に願います。

最後になりますが、より明確なビジョンに向かって、具体的なミッションをひとつひとつクリアしていけば、必ず道は開けると思いますが、結果としてご利用者様の人生に一筋の光が射す可能性があるのであれば・・・と思っています。

明日からまた頑張っていきましょう！

印象記 「平成 25 年度身障部門研修会への参加 ～知覚を考えて～」

秋田県厚生連 山本組合総合病院 小玉 和之

平成 25 年 11 月 10 日、秋田大学附属病院保健学科研究棟で開催された、一般社団法人秋田県作業療法士会身障部門研修会、“把握・操作における知覚の役割とその評価～「ペットボトルを持つ動作」と「ペットボトルのふたを回す動作」 動作に必要な知覚はなに？～」というテーマにとっても興味を引かれ当日会場に足を運びました。

講師には、埼玉県立大学に勤務されている中田眞由美先生がお招きされ、「知覚」の評価を中心に勉強することができました。実際の臨床現場で、中田先生が執筆された文献を参考にされている作業療法士の先生方も多いのではないのでしょうか。今回、研修会へ参加し、「自分自身の治療を見つめ直す良い機会」となりましたので、少しだけ私見を含めて報告させていただきたいと思います。

中田先生の身障部門研修会では、把握・操作における知覚の役割について講義をしていただきました。内容としては、「知覚 (perception) が障害された手とは？」という点に着眼し、臨床現場でよく用いられる、ディスククリミネーター・Semmes-Weinstein monofilaments・音叉などの評価方法や、評価結果の解釈、静的・動的触覚の応答特性と特徴など、明日、臨床場面ですぐに使用出来る知識を丁寧に教えていただいたように思います。

また、講義の中で表面触（物を介さない触覚）と遠隔触（物を介しての触覚）が、ペットボトルの蓋を回すという活動の中で、手のフォームの形成（表面触）、力の維持・コントロール・蓋の回転による振動の感受（遠隔触）がこの活動に必要な知覚だと述べられていました。そこで私は「知覚」が人間の作業・活動の中で重要なものだと再確認しました。

さて、私は今回、身障部門研修会に参加し、強く印象に残った一文がありました。それは、今の私の課題でもあるのですが、「知覚：刺激の強度、質、時間的経過などを弁別する働き」という中田先生のスライドの一文です。最近、患者様との関わりの中で「どの程度？」「何を？」「どの位？」と治療場面で自分自身に問いかける場面があるからです。もちろん、技術・経験・知識不足という面もあるのですが、患者様と治療・訓練・生活の中で関わらせていただいているわけですから、私の介入（手・道具等）も「知覚の一つになっているのでは？」と考えております。

最後になりますが、研修会を通して、始めは興味本位で参加したのですが、自分自身の患者様との関わりを見つめなおす機会となりました。今はまだまだ未熟ではありますが、少しずつ評価や知識を深め、それを技術として発展させ、患者様と向き合っていければと思います。

今回、このような研修会を開催して下さった、講師の中田眞由美先生、スタッフの方々に深く感謝し、自分自身の「新たな始まり」とさせていただきます。本当にありがとうございました。

印象記 「生活行為向上マネジメントの研修に参加して」

社会福祉法人 介護老人保健施設 斎藤いづみ

私は昨年、秋田大学にて開催された講師の村井千賀先生による「生活行為向上マネジメント」の研修に参加させていただきました。

今回の研修は、まだまだ勉強中の私にとって認知症に対する作業療法のポイントや作業の捉え方、作業療法士の役割について改めて学ぶことができた貴重な機会となりました。特に印象に残っているのは事例を基にしたグループ討論でした。グループ討論ではICF分類やアセスメント表などを用いて、症例の全体像の把握から人や環境を利用したプログラムの立案までを話し合いました。領域もそれぞれの先輩方の意見を聞くことができ、自分では気が付かなかった視点や考え方を学ぶことができました。また、書式化することで視覚的にも必要な要素や環境の活用などを整理することができ、治療方針も見通しやすくなると感じました。

利用者様の生活行為を向上させるためには、環境や方法の工夫によってできることを知り、積極的・活動的生活を営めるように支援していくことの重要性を教えていただきました。

私は念願の作業療法士の仲間入りをし、あっという間に3年目となりました。先輩方は知識・技術・会話力とすべてを持ち合わせています。私は知識・技術もまだまだ不十分で、私自身の能力向上や利用者様のためにも、努力をもっとしていく必要があると感じました。

また、アセスメントや治療する上で利用者様との会話力が前提となってきます。在宅生活と密に関わる介護老人保健施設の作業療法士として、常に利用者様のお話に耳を傾け目的・目標を明らかにしたうえで利用者様にとって意味のある生活行為に焦点をあてた支援が重要なのだと学びました。そのため、まずは会話から利用者様の「思い」を聞き取り、現在の能力と将来的な予後予測をイメージしながら、目的・目標の再確認から行っていきたいと思います。

最後に、今回ご教授してくれました村井先生、また各グループの先生方ありがとうございました。グループ討論での意見交換もあり、とても有意義な研修でした。作業療法士としての役割の大切さを改めて感じました。今回得ることのできた知識を無駄にせず、今後の仕事につなげていきたいと思っています。

「PROJECT OF LIFE 人生のプロジェクト」

書評

著者：山崎 拓巳
219頁

出版：サンクチュアリ出版
価格：1400+消費税

横手福寿会 ショートステイ ラ・ボア・ラクテ 横山礼生

・「人生はひとつのプロジェクトだ」

誰しもが、生活するということは何らかの組織に属するということです。家族も組織、社会生活も組織です。作業療法士として仕事を得るということは、職場という組織に所属しているということになります。

組織に所属する我々は、通常業務のみならず必ず委員会やプロジェクトチームに参加し、その職務を全うするためにチーム力を高めることとなります。

生まれた時から私たちは、「人生」というプロジェクトをいかに成功させるかを考えて生きてきたのではないのでしょうか。

・「自分よりもリーダーの方が選択肢が多い、ということを忘れてはいけない」

大きなプロジェクトであればあるほど、チームの団結力は大きいものが必要となるはずですが、それは、チームリーダーだけの責任ではなくなることを示します。しかし、プロジェクトを遂行していく過程で自分一人では解決できない問題が起こることはよくあります。悪い情報ほど早くリーダーに報告し、知恵をお借りすることも大切な仕事のひとつです。

・「一番避けたいのは、やらずに後悔すること。」

私も作業療法士としてだけでなく、生活の中でもやりたいことは沢山あります。失敗を恐れるあまり、挑戦することなく時だけが進んでしまうことがほとんどでした。それどころか、自分にはできないと逃避することもしばしばありました。でも、成功は失敗の延長線上にあるのです。皆さんの中にも、「変えたい」と思っている方も多いと思います。思っているだけでは何も変えることはできません。思いを口にしましょう。口に出せば、誰かが必ずその言葉を拾ってくれます。そして、それが行動になります。行動すればあとは突き進むだけです。

そんなことを、私自身が日々自分に問いかけています。行動力のある自分になりたいものです。このような自分勝手な思いを読んで頂きありがとうございます。

シリーズ「作業療法と生活考」NO. 57

筋肉はセンサー

秋田大学医学部保健学科 金城 正治

皆さんは、スポーツする前や何かの課題の前に緊張したことはありませんか？ そのためにはリラックスの重要性もいわれております。適度な緊張も大事ですが、力みすぎるといい結果を残せないことも多いです。このパフォーマンスでは、体の動き、筋肉の意識的な動き、無意識的（本能的に近い）な働きも知っていることは大事です。

講習会で、指導者に触れられたり、動かされたりすると、自然で滑らかで優雅に感じることはないでしょうか。受講者同志だとそれが逆転してごちなくなります。介護する時にもあるようです。介護のうまい人がやると被介護者にも力みがなく、社交ダンスのようです。何をしたいのか相手に動きで伝え、逆に相手の動きを感じながらしています。これらは指導者が能力の一つとして筋肉をセンサーとしてうまく使っていると思います。このように、筋肉の働きを知ることは、我々作業療法士にとっても、重要だと思われま

一般の方に筋肉の働きは何だと思えますか？とたずねると、「力をだす」ものだと思っていることも多いです。筋肉に感覚受容器があるのを忘れがちになります。

我々作業療法士は、深部感覚検査や伸張反射（例、膝蓋腱反射）で、筋肉に感覚受容器があるのを理解しています。しかし、運動や動作の指導でこのセンサーとしての筋肉を意識しているのでしょうか？

少し感覚器としての筋肉を復習しましょう。特に筋肉の無意識的な反射や反応を見てみましょう。筋肉と骨をつなぐものとして腱があります。この腱には、伸展受容器としてゴルジ器官があります。働きは伸張反射（例；膝蓋腱反射）で説明できます。また、筋肉の収縮を監視しています。

次に筋肉を見てみましょう。筋肉には筋紡錘があり、その中にも伸展受容器があります。そして、伸展受容器の両端には錘内筋がついています。筋紡錘は、筋肉が伸びたと事を感じる（長さを感知する）センサーです。しかし、この筋紡錘の伸展受容器は縮んだことはわかりません。どう調節しているのでしょうか？

この調節では、ゴルジ伸展受容器、筋紡錘の両端にある錘内筋の働き、皮膚や関節の受容器、作動筋と拮抗筋の関係などが重要になってきます。もっと詳しく知り方は、解剖学・生理学、運動学を復習してみてください。これらの科目に苦い思い出のある人も、振り返ると人の理解が確実に深まります。

我々は脳から筋に意識的に指令を出すことも出来ませんが、無意識にコントロールされている要素もあることを意識・理解しておくことが大事です。また、筋は自律神経系にも影響を受けています。筋肉が緊張していると、緊張している信号が絶えず送られ、神経や脳も過緊張状態になり、適切な動きや感じるができなくなります。自分の体を緊張させて相手に触れると感覚が低下することも分かっています。

この無意識的な活動は、ある程度意図的に抑えたりコントロールしたりすることが、訓練や意識することで出来ると言われています。力み癖のある方、緊張しやすいタイプ、動きがぎくしゃくするなどは、自分自身の体に何が起っているかを知ることから始めることも重要です。これが筋肉をセンサーとして機能させることとなります。音楽のリズムは固有覚で感じているとも言われています。

我々が自分の体を知り、また、相手に動きを指導するときにも、最初は、ゆっくりとわずかな動きで、筋肉のセンサー機能を高めていくことも大事です。

参考文献

- ・澤口祐二：アウェアネス介助論
- ・筋肉の感覚受容器としての役割について <http://www1.hinocatv.ne.jp/bateria/sensor.html>
- ・解剖学、運動学、生理学の教科書

職場紹介

秋田県立リハビリテーション・精神医療センター 加藤知春

みなさん、こんにちは。秋田県立リハビリテーション・精神医療センターに勤務している加藤です。今回は、当施設について紹介します。

秋田リハビリテーション・精神医療センターは平成9年4月1日に開設となり平成9年6月2日に診療開始となりました。当センターは、車で協和 IC から降りて約3分の周囲を山に囲まれた自然豊かな所に立地しております。当センターではリハビリテーション医学とともに、精神障害者・認知症患者のリハビリテーションも同時に行っています。三領域のリハビリテーションには共通点も多いですが、それぞれの特長性もあります。この三領域が共同して医療を展開しようとしていることが、センター医療の大きな特徴となっています。

許可病床数は300床でリハビリテーション科が100床、神経・精神科が200床（うち100床 認知症病床）となっています。病棟数は1～7病棟があり、1～3病棟は精神科病棟、4・5病棟はリハビリテーション科病棟、6・7病棟は認知症病棟となっています。診療科目はリハビリテーション科、神経・精神科、放射線科、歯科となっております。

わたしが担当している、5病棟は慢性期リハビリテーション病棟で発症から2ヶ月以上経過した患者を対象に、運動機能の向上、廃用症候群の予防・改善、ADLの拡大・再獲得に向け、チーム医療を推進しています。平成19年6月から療養病床へ転換し、病棟生活の場面を全てリハビリテーションの場として位置づけ、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士と協力しカンファレンスを充実させ、チーム医療の強化を図っています。主な担当疾患としては脳血管障害、脊髄損傷、神経筋疾患、骨折等となっています。

作業療法部門は現在23名、新人職員を2名加えて各領域の内訳は、身体障害部門17名、精神・認知症部門4名、産休2名となっています。新人職員も増えフレッシュ・エネルギッシュな雰囲気、患者さんの満足が得られるような作業療法を進めていきます。

身体障害者リハビリテーション部門では、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士を増員して現在のリハビリテーション医療で最も効果的と言われる体制を平成20年5月から取り入れています。内容は一日の訓練時間を多くすること、休日、祝祭日も訓練を行うこととあります。365日リハビリテーションあるいは高密度毎日訓練と名付けており、入院患者様を対象としております。また研修を通して促通反復療法やCI療法などを患者様に提供しております。

精神・認知症部門では、退院に向けた患者様個々に目標を設定して、主に集団訓練を実施しています。また、訓練室だけでなく病棟や屋外でも多職種と連携して季節の行事なども取り入れています。



平成 25 年 10 月からは、秋田県から指定を受け、認知症疾患医療センター事業を行っています。地域の保健・医療・介護機関等と連携を図りながら、認知症疾患に関する鑑別診断、周辺症状と身体合併症に対する急性期治療、専門医療相談等を実施するとともに、地域の保健・医療・介護関係者への研修等を行うことにより、地域における認知症疾患の保健医療水準の向上を図ることを目的としています。

地域支援活動に関しては、リハビリテーション科では高齢者・障害者を対象とする地域検診を実施しています。このような活動に加えて現在は行政機関とともに連動した地域医療・福祉を促進しています。

以上で紹介とさせていただきます。お読み頂いてありがとうございました。



編集後記

あと少しで今年度も終わろうとしておりますが、皆さんはこの 1 年を振り返り、どのようなものだったでしょうか？

私にとって、この 1 年は県士会の症例発表から始まり、当院で開催された秋田環境適応の事務局など初めての経験をさせていただけた年でした。また、そのつど色々考えさせられることもありましたが・・・というよりは、考えることの毎を送り、年を積み重ねるごとに、物事の捉え方や考え方が変わってきたなと思います。

私が入社してから上司に言われた言葉があり、常に私の頭の中にあります。それは「周りがいることで今の自分が存在する」という言葉です。言われた当初は分からず「自分は自分」と自分本位な考えでいました。しかし、仕事や人間関係で悩んだり、先輩・後輩たちと笑うことができるということは、この職場があって、周りにいる人たちがいて成り立っていることを実感するようになりました。それからは、周囲の人たちへ感謝することを意識し始め、こうやって人は成長していくのかなと私なりに解釈しております。

次年度も今の職場で働く人もいれば、中には転職する人もいると思います。同じ環境であっても、違う環境であっても楽しいことばかりだけではなく、悩んだり、時には辛くて投げ出しそうになる時もあると思います。最近上司に言われた事で、「似たような出来事は、長い人生で考えれば一度ならず二度三度やってくるものだ」と聞きました。それを考えると、今のその悩みが自分のぶつかるべき試練だと考え方を変えれば、少しは楽になるのではないのでしょうか。また、似た出来事が起きた時には対処できたり、新たな悩みにぶつかったりの繰り返しで、少しずつではありますが成長していくと思います。

これからの、皆様の個々のご活躍を期待しております。

編集担当 (yu-min)



広報部から

・会員異動の際は、お早めにお知らせください

県士会ニュース「きりたんぼ」では会員の異動情報(新規入会・退会含む)を取り扱っております。正確な情報をお届けできるように、広報部一同、これからも頑張っていきますので、異動の際はお早めにお知らせください。連絡先は事務局メールアドレス has80970@snw.odn.ne.jp です。ご協力よろしくお願ひ致します。

・研修会情報をお知らせしております。

余白を有効活用して、県内で開催される講習会・研修会情報を公開しております。院内での小さな勉強会でも構いません。「他の病院から参加者を募り、実りある研修にしたい」「情報交換をしてお互いの技術や知識を高めたい」その想いが秋田の作業療法を発展させます。みんなで秋田を盛り上げていきましょう。情報お待ちしております。宛先はこちら a-ot-kouhou@par.odn.ne.jp

創業120周年の福祉機器と
リハビリテーション機器の総合メーカー

酒井医療株式会社

仙台営業所

〒984-0032 宮城県仙台市宮若林区荒井字遠藤 47-1
TEL 022-390-6840 FAX 022-390-6842