

Vol. 40 No. 2  
2023. Sep



秋田県作業療法士会 印刷 川嶋印刷株式会社

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 川野辺 穰  
編集 一般社団法人 秋田県作業療法士会 広報誌編集部  
〒018-5421 秋田県鹿角市十和田大湯湯ノ岱 16-2  
大湯リハビリ温泉病院 作業療法室・児玉 達則  
TEL 0186-37-3511 FAX 0186-37-3483  
E-mail: [akita\\_ot\\_kouhou@akita-ot.sakura.ne.jp](mailto:akita_ot_kouhou@akita-ot.sakura.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 [akita\\_ot@akita-ot.jp](mailto:akita_ot@akita-ot.jp)

巻

頭

言

## 「社会の小舟化」

秋田大学医学部附属病院 加賀美 開

令和 5 年度より理事を務めさせて頂いております。秋田大学医学部附属病院の加賀美開と申します。6 月号のきりたんぼにて川野辺会長、高橋前会長の投稿があった後で甚だ僭越ではありますが筆を取らせていただいております。

「何でも見つかる夜に、こころだけが見つからない」という書籍の中で「社会の小舟化」という言葉で現代社会が表現されていました。かつては「部族」とか「親族」とか「村落」「会社」という大船の乗組員になることがプログラムされていました。大船は良くも悪くもリスクと責任をシェアし、脆弱な個人をフォローし、助け合う仕組みを持っています。時代を経て人々は少しずつ大船を離れ小舟で航海するようになってきました。大船の窮屈さから逃れたい少数の人が自由になるべくチャレンジャーとして小舟で航海をするようになっていったのですが、今では個人の責任が大きくなり誰もが小舟で社会に放り出されています。「終身雇用」などに変化が現れてきたことで大企業に勤めることだけが成功ではなくなりました。働き方が多様化したことによりベンチャー企業のように小舟で遠くまで航海をする人もいれば、責任を個人に押しつけられ心細いなか小さな小さな舟で海を漂流している人もいるでしょう。

私個人の話で恐縮ですが、作業療法士として私は、大中小の舟に乗っています。小舟は作業療法士として責任を持ち対象者の前に立つ自分です。今にも沈みそうな小舟です。小舟では心許ないので私は秋田大学医学部附属病院という中型の舟にも乗ります。私は一乗組員として報酬をもらい責任をシェアしてもらっています。中型の舟でも沈みはしないだろう。そんなことを思いながらも作業療法士としての長いキャリアを考えたときかなりの不安があります。収入が増えるのだろうか、いつまで働けるのだろうか。そんなことを考えながら、「秋田県作業療法士会」

「日本作業療法士協会」という大船に乗っているのです。

会員の皆さんにとって「秋田県作業療法士会」は大船になっているのでしょうか。皆さんは県士会活動というと具体的には何を想像しますか。学会、研修会の運営、会員・所属施設の管理、作業療法に関する情報提供、広報活動など様々な活動を思い浮かべることと思います。一方でよく分からないというのも正直なところではないでしょうか。私も秋田県作業療法士会に入会し10年以上経っておりますが全てを理解できているわけではありません。しかし最近は大船として必要な条件が整っているのかという視点で県士会活動を考えるようになりました。進路は明確だろうか、十分な資金はあるだろうか、十分な設備（福利厚生）はあるだろうか……。会員の皆さんも今一度自分の乗っている舟について考えてみてはいかがでしょうか。

また乗組員として意見を伝えるのはいかがでしょうか。なにも意見を出すのは理事だけではありません。普段から県士会に向けて意見を発信するのは会員の皆さんに与えられた権利だと思います。ホームページ上に問い合わせフォームもあるので活用しても良いと個人的には思っています。会費を払って入会している以上はリスクも責任もシェアしているのですから。特に経験年数の少ない会員の意見は届きにくいと個人的に思っています。組織の体制上そうなりやすいのは理解できますが、そのままが良いとも思っていません。私が理事として整備したい点の一つです。

2年間理事を務める時間を頂きました。この2年間で「秋田県作業療法士会」という舟がどんな海を航海するのかわかりませんが、微力ながらもお力添えできればと思っております。



## 印象記

# 令和5年度 現職者共通研修に参加して

大湯リハビリ温泉病院 中嶋 孝希

皆さんこんにちは。大湯リハビリ温泉病院に勤務している中嶋孝希と申します。今回、7月1日、8日、29日の3日間、計9講義ある、秋田県現職者共通研修に参加しました。印象記ということもあり、私が現職者共通研修に参加して感じたことを述べさせていただきます。

私自身、今年4月から作業療法士として、数か月働いていた中で、作業療法士としての目指すべき姿というものを模索しながら従事していました。同時に、作業療法のあり方とは何なのか、他の職場の作業療法士はどのような作業療法を行っているのかなど、疑問がありました。

上記のような疑問を解決してくれたのが、今回の現職者共通研修であったと感じています。講義の内容も、「作業療法における協業・後輩育成」から始まり、教育、研究、倫理等の視点から作業療法について事細かに説明していただきました。

今回の現職者共通研修をすべて受講し私が感じたことは、作業療法士の目指すべき姿、作業療法のあり方は多種多様であるということです。

多種多様でありながらも、その根底には、高見美貴先生のご講義の内容である「作業療法における協業・後輩育成」、高橋敏弘先生の「作業療法生涯教育概論」、田村大先生の「職業倫理」の理解およびその実行が必要不可欠であると感じました。また、湊洋太先生の「保険・医療・福

祉・地域支援」も、秋田県作業療法士会のテーマの1つにもある「地域共生社会実現と活躍に向けた土台作り」に向けて、理解しておくべき重要な内容であると思いました。

その上で、久米裕先生のように日本だけでなく世界の作業療法に目を向けて活動されている方、千田聡明先生のように作業療法の研究に尽力されている方、若狭利伸先生のようにeスポーツを導入した障がい者の方に対する作業療法を展開されていることから、作業療法のあり方は多種多様で可能性をより身近に感じることができました。

また、石川隆志先生の「事例報告と事例研究」のご講義では、一見、近似しているようで異なる事例報告と事例研究との違いについて説明していただきました。さらに、報告、研究を行い、その内容を公開することの必要性について理解することができたと感じています。

事例報告・検討では、他の職場で行っている作業療法を知ることができ、介入する際の参考となるような内容ばかりでとても勉強になりました。今後の介入の際に活かしていきたいと思えます。

最後になりますが、現職者共通研修開催にあたり、講師を務めていただいた先生方に心より感謝申し上げます。



## ＜特別企画＞ 子どもは遊んで昼寝がいい！？

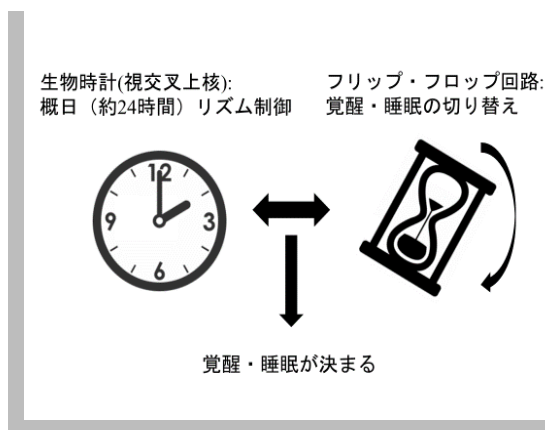
秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻  
作業療法学講座 太田 英伸

### 1. 子どもはなぜ昼寝をするのか？

人の眠りは、2つの仕組みでコントロールされていると考えられています。1つは頭の丁度中央に存在する「視交叉上核」、別名「生物時計」と呼ばれているシステムです。もう1つは、睡眠と覚醒を瞬時に切り替える「フリップ・フロップ回路」で、脳全体のシステムが関わっています（フリップ・フロップという単語は、サンダルで歩くとサンダルがパタパタする様子を示す英語です。状況が急に正反対に入れ替わることを表現するときに使います）。

それではこの2つのシステムのうち、どちらが子どもの昼寝をコントロールするかというと、ずばり「フリップ・フロップ回路」の可能性が高いと言えます。

正直なところ、昼寝のしくみはまだ十分には分かっていません。ただ1つだけ確実なのは、生物時計はお母さんのお腹の中にいる胎児時から働き始め、昼夜の睡眠・覚醒リズムを誘導する、かなり安定したシステムであることです。その事実は、分子生物学という、サイエンスではかなり精度の高い方法で確かめられています。それは誰もが「一目見て」分かる方法です。生物時計



を動かす時計遺伝子のスイッチ部分を切り出してきて、そのスイッチに蛍から切り出した光る遺伝子を分子の糊で接着させます。そうすると、生物時計の動きに合わせて蛍の光の強度が変化し、動画として録画することができます。その方法で、マウス胎児の生物時計を観察したところ、妊娠後期より既に胎児の生物時計は約 24 時間（サーカディアン）の安定したリズムを維持できることが分かりました。生物時計の仕組みは、地球上のほとんどの生物で共有されています（実は昆虫から哺乳類まで同じ生物時計の仕組みをもっています）。つまり、胎児より更に発達が進んだ 0-5 歳の子どもでは、「生物時計が未熟だから、昼夜の睡眠・覚醒リズムが時々不安定になり、昼間に眠ってしまう」ということはかなり起こりにくい現象だと言えます。

しかし生後 1-3 カ月の赤ちゃんを子育て中の親御さんは、夜中も赤ちゃんが繰り返し起きるのを見て、睡眠がそんなに安定したシステムとはとても信じられないでしょう。その生物時計の安定したシステムに影響し、夜泣きを起こしているのが、おそらくもう一方の「フリップ・フロップ回路」と推測されます。この回路は覚醒ニューロン（コリンやモノアミンなどが働く）と睡眠ニューロン（GABA やガラニンなどが働く）の間のシーソーのようなバランスを操作して睡眠のスイッチを押したり、覚醒のスイッチを押したりしています。そのバランスに大きく影響するのが、オレキシンだと考えられています。つまり、オレキシンが強く働くと覚醒ニューロンのスイッチが入ります。反対にオレキシンの働きが弱まると睡眠ニューロンのスイッチが入ります。この切り替えスイッチの制御が未熟なため、つまり「フリップ・フロップ回路」が未発達なため、大人と違い、就学前の子どもは昼間に眠る状態「昼寝」が存在していると言えます。このオレキシンの働きを抑える薬として開発されたのが、デエビゴ®（レンボレキサント）です。このお薬を飲むと、覚醒のスイッチが切れて、子どもの昼寝のように大人もパタッと眠りにつきます（近年開発された薬剤で依存性が非常に少ないと考えられ、高齢者の不眠・せん妄などにも使います）。

## 2. 昼寝は必要？

小さい子どもが昼寝を取る理由としてよく挙げられるのは、「子どもは昼寝という休みを取らないと体力的にもたないから」という説明があります。楽しく活発に動きながら一生懸命遊ぶ子どもを見ていると、それも的外れではないと思います。一方で、昼寝には特に「遊び」を通して得た知識を定着させる学習効果があることが分かっています。驚きですが、昼寝が 30 分だけでもその効果があります。ドイツの研究者たちは、生後 1 歳の赤ちゃんを対象に、ぬいぐるみ遊びをしながらピンクのウサギのぬいぐるみの動きを覚えてもらう実験をしました（これは手続き記憶の学習です）。遊びの中で、うさぎが最初はペコリとお辞儀して、次に右手を振って、そして最後に左手を振る、といった動作の順番を赤ちゃんに覚えてもらいます。そして 4 時間後と 24 時間後に、うさぎの一連の動作をきちんと覚えているか、赤ちゃんをテストします。その結果、30 分～4 時間の昼寝をした赤ちゃんが昼寝をしない赤ちゃんよりウサギの動きの順番を正確に覚えていました。同様に生後 9-16 カ月の赤ちゃんを対象に絵を使った言葉を覚えるトレーニングを行ったところ、やはり昼寝をした赤ちゃんの方が昼寝をしない赤ちゃんよりトレーニング効果が高いことが明らかになりました。

これらの事実を考えると、「フリップ・フロップ回路」が未熟で不安定なため、昼寝することも、あながち赤ちゃんには悪いことではないのかもしれませんが。楽しく遊んで周囲の情報を取り込んだ後に昼寝をするのが学習には効果的なようです。その意味で就学前のお子さんの療育は昼寝前の午前中に行った方がいいのかもしれませんが。

# 職場紹介



## 特定医療法人 仁政会

### 介護老人保健施設 翠香苑

鈴木 ひろみ

特定医療法人 仁政会は、潟上市昭和を中心として医療・介護・社会復帰支援サービスを提供しています。介護老人保健施設 翠香苑は、法人の介護部門を担う施設として1996年に開設されました。井川さくら駅から徒歩10分という井川町のほぼ中心に位置し、この地域の福祉の拠点となっています。広い敷地に平屋建ての建物がゆったりと建っており、近くには桜の名所「日本国花苑」を臨むという高齢者の心を癒してくれる素敵な環境にあり、100床の入所設備と短期入所療養介護（空床利用）、通所リハビリテーションを擁しています。また、併設事業所としてケアプランセンター杉山があります。対象者様個々のニーズに応じた適切な医療・介護サービスを目指し、多職種のスタッフによる質の高い総合的なケアを提供しています。

リハビリテーションは、これまでは入所棟・通所リハビリ・訪問リハビリと、複数の部門に分かれて展開していましたが、この6月にリハビリテーション科を新設して統合され、

独立した部門として再スタートを切りました。スタッフは作業療法士6名、理学療法士2名、言語聴覚士（非常勤）1名、准看護師1名、介護福祉士5名、介護スタッフ2名、さらにパート・運転手を含めると20名を超す部署になります。このリハビリテーション科を拠点として入所担当、通所担当（訪問兼）に分かれて日々の業務に取り組んでいます。

施設の大きな特徴としては広々としたホール（入所棟）です。明るく開放感のある環境で食事をしたり、レクリエーションを楽しんだり、リハビリに励んだり…日々のささやかなドラマが生まれる場所となっています。ホールに面した中庭には、季節の花や野菜が植えられ、リハビリの一環として育てた野菜の収穫を楽しむこともできます。在宅復帰支援に力を入れる一方、施設での生活の中で生きがいや楽しみを見つけ



ていく支援にも力を入れています。また入所 100 床のうち 30 床は認知症専門棟となっており、こちらでは認知症の方々への専門的なリハビリとケアを提供しています。通所リハビリは定員 40 名、井川町をはじめ近隣の市町村から広くご利用いただいています。こちらも広いホールでのびのびと過ごすことができる施設となっています。前庭の遊歩道をゆっくりと散歩したり、小さな菜園での作業も楽しめます。そして毎日実施する集団レクリエーションでは、笑いにあふれ、利用者様もついついつられて笑顔になり、「久しぶりに笑った！」と言っただけのこともしばしば。通所スタッフの明るさとサービス精神はどこにも負けないと自負しています。利用時間が 10 時～17 時と比較的長めとなっているため、利用者様が安心して過ごすことができるようにリハビリやレクリエーション、手工芸活動など工夫して取り組んでいます。

最後になりますが、当法人の理念は「幸せに生きることへのお手伝い」。法人に関わる全ての方々が「幸せに生きる」ことを実現できるように少しでもお手伝いできれば、との思いを表しています。この理念を胸に、私たちは誇りをもって日々の業務を行っています。



## トピックス

# 元気があればなんでもできる！ 障害児・者の就労を考える ～OT のスキルはもっと活かせるはず～

社会福祉法人北杜 障がい者支援施設ほくと 若狭 利伸  
皆さん、こんにちは。秋田市にある障がい者支援施設ほくとの若狭利伸です。

今回は「障害児・者の就労」をテーマにします。現在、障害者雇用促進法では、常時雇用する労働者の数に雇用率（民間企業は 2.3%）を乗じた人数の障がい者を雇用することが義務づけられています。例えば、常時雇用の労働者が 43.5 名以上の民間企業であれば 1 人以上障害者を雇用する必要があります。

厚生労働省の「令和 4 年障害者雇用状況の集計結果」によると、民間企業に雇用されている障害者の数は 61 万 3,958 人で前年より 2.7% 増加し、過去最高を記録しています。しかし、法定雇用達成企業の割合は 48.3% にとどまっており、半数以上が未達成となっています。（もちろん雇用が難しい業種もあります）

そうした中、雇用率については、2024 年 4 月からは 2.5%、2026 年 7 月から 2.7% と段階的に引き上げられることとなっています。では、OT が障害のある方、企業側に対して何ができるのか……。双方のマッチングが上手くいき、winwin な形になるにはどうしたら良いか……。就労移行支援事業所やハローワークで働くことも一つの方法ではありますが、それ以外にも何かないかなあと考えています。

その一つとして、11月23日(木)勤労感謝の日に【しごとーいあきた in 秋田港】を開催することになりました！「しごとーい」は、平成27年から秋田県内各地で開催されている子どもの職業体験イベント。仮想の「こどものまち」を舞台に子どもが特製のパスポートを手に“入国”し、各ブースで様々な職業を体験します。仕事を終わると「とーい」と呼ばれる通貨がもらえ、会場で利用できるというイベントです。そして今回の「しごとーいあきた in 秋田港」は、私も実行委員会メンバーとして参画しており、秋田港クルーズターミナルを貸し切り、《障害児限定開催》とすることになりました。各職業ブースには県内企業やボランティアさんが作ったブースを設置します。狙いとしては、①子ども達に将来働くイメージをもってもらう、②県内企業に障害のある子を知っていただく（未来の障害者雇用）、③親御さん達にお子さんの新たな一面を知っていただくと同時に企業側との繋がりを作っていただきたい、といったものになります。やはり就労で多く起こる問題は「知らないからこそ起きるミスマッチング」だと思います。まずはお互いに知ってもらうことが第一歩だと思います、今回のイベントを開催する運びとなりました。

しかし、このイベントを開催するには、沢山の方々のお力が必要です…！今、きりたんぼを読んでいるあなたにも職業ブースの運営やボランティアスタッフとしてお手伝いいただきたいです！興味のある方は (otwaka0306@yahoo. co. jp) までご連絡下さい！

その他、就労分野については、OT が現在務めている職場に勤務しながら、複業で県内企業の障害者雇用アドバイザーとして籍をおく「OT1人1企業アドバイザー就任制度」など、OTの得意とする面接、評価、作業分析、環境調整のスキルを活かせるのでは？ということも妄想しています。現在、秋田県作業療法士会の会員数は約600人。県内600企業にOTがいたら…働く選択肢も増え、企業側にもメリットがあるのではないかと思います。OT自身のスキルや給与UPにも繋がるでしょう。さらに県士会の会員間でその企業情報を集約してデータベース化すれば、様々な場面で現場にも活用できるはずですよ。

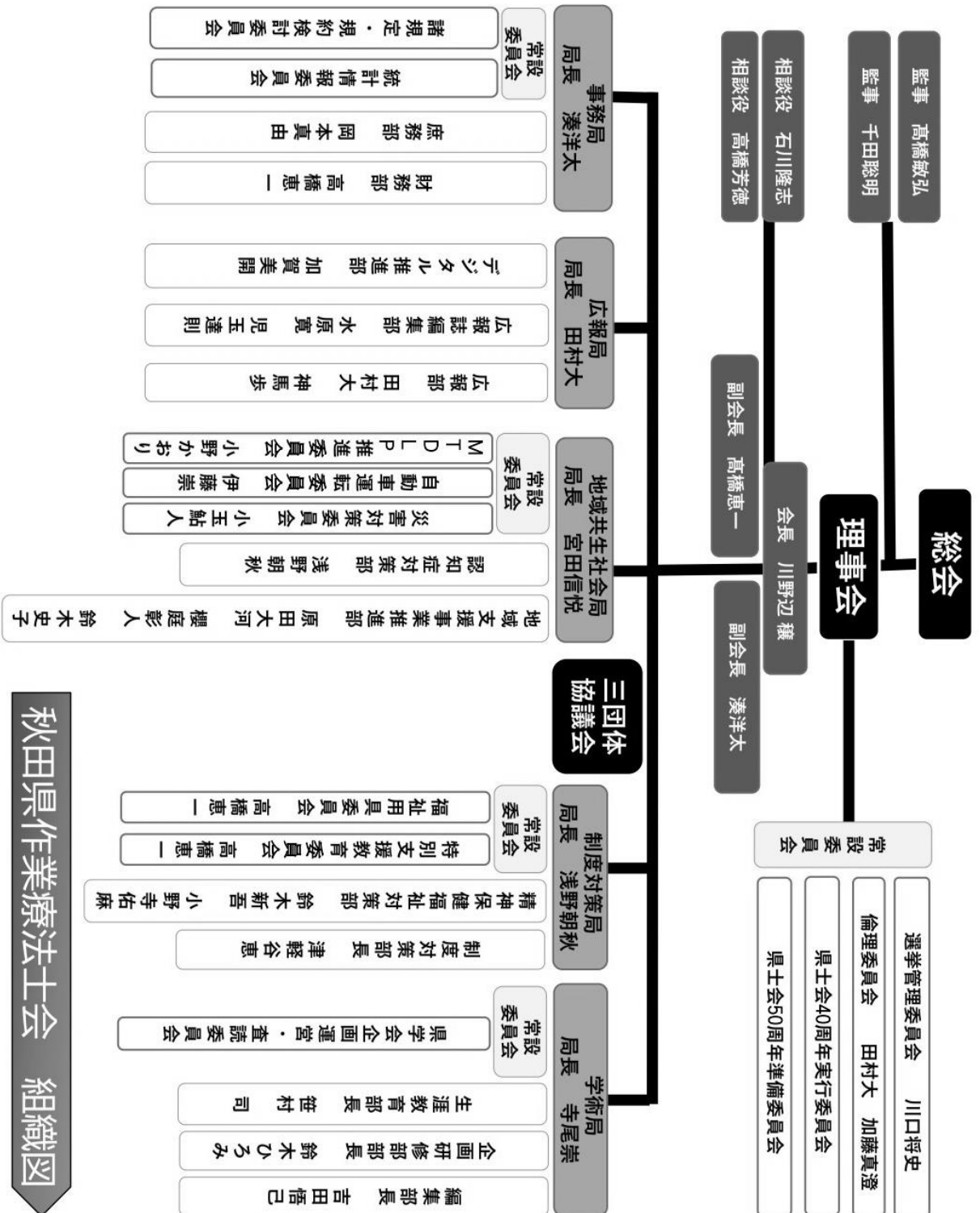
就労分野に限らず「できる」「できない」はいったん置いて、アイデアから新しい支援のカタチが生まれていくのではないかと思います。では今回はこの辺で！いち、に、さん、ダーッ！ありがとうございました！



### 秋田県作業療法士会 組織図

川野辺 穰 会長

4月の総会でお伝えしていた通り、秋田県作業療法士会の組織図を変更しましたのでお知らせいたします。協会も新体制となり組織図も変更になって、第四次作業療法五か年戦略が立ち上がっております（詳しくは協会誌を）。その中で大きな柱である地域共生社会の構築する作業療法の実現に向けて、秋田県でも社会局⇒地域共生社会局に名称変更し、新規に認知症対策部を立ち上げ、災害対策委員会や自動車運転委員会、MTDLP 推進委員会と合わせて体制強化を図っています。また広報部の中にデジタル推進部を追加し、県士会活動の情報発信を今後タイムリーに行えるように取り組んでいきたいと考えています。新たに4人の理事を迎え、監事・相談役のお力を得て県士会体制を強くしていくのはもちろんですが、会員の皆様のご支援・ご協力があるの県士会活動だと思っています。来年7月には東北学会が高橋敏弘学会長のもと秋田で開催となります。皆様には多々ご協力を頂くことも出てくると思います、何卒よろしくお願いたします。



秋田県作業療法士会 組織図





# みんなご語るべ ～日々の楽しみ方～

## 語り手:介護老人保健施設 ふれ愛の里

家のリビングには育てて20年以上たつテーブルヤシがあります.とても大きくなり,今ではすっかり間延びしたので,今年は取り木という仕立て直しに挑戦中です.去年1度失敗したので再チャレンジです!写真に写っている丸い苔の中に根が生えていれば成功です!テーブルヤシは根が生えるまで1年以上かかる場合があるそうです.秋になったら見事に根が生えていますよーに😊



最近の夏はちょっと暑すぎです.自分はもちろんバテておりますが,そんな時に食べたくるのが『あさづけ』です.大学時代,県外の友人に『漬け物』と勘違いされていたのを覚えています.この絶妙な甘さと酸っぱさに大人になってからハマって,毎年気付くと食べています.何とか夏を乗り切って,大好きな新米と焼き芋の季節を迎えたいです.

コロナが始まる少し前,急に「子供たちと生き物を育てたい」と思い立ち,間もなく運命的に出会ったのが,4歳になるうちのワンコです.癒やしのパワーはピカイチ💎ワンコとのふれ愛で心身ともに元気になります.日々の楽しみ方はワンコとの散歩,ドッグランやドッグカフェも楽しいですよ😊



## R5年7月15日秋田県大雨被害における被害・被災状況報告について

(秋田県内126施設、会員522名の安否確認)

### 【会員の被災報告】

・浸水被害(10名)・車両水没(1名)・引っ越しが必要(数名)

\*全て秋田市保健所管内在住

### 【施設の被災報告】

・浸水被害(7施設)・停電(2施設)・社用車水没(4施設)

・雨漏り(2施設)・断水(2施設)

\*秋田市保健所管内、秋田中央保健所管内(男鹿市、五城目町)

会員の皆様、7月の豪雨にて被害を受けられた方に、謹んでお見舞いを申し上げます。2か月が経過してもまだまだ落ち着かない日々が続いていると思います。一日も早い、日常で平穏な暮らしへの復帰を心から祈念しております。

なお、今回災害後の混乱した時期に、会員の皆様におきましては、被害・被災状況の確認にご協力いただき本当にありがとうございました。調査の結果、会員および働かされている施設において大きな被害を確認するに至りました。内容につきまして今回誌面で簡単にではありますがご報告いたします。

加えて今回の災害後の対応については、会長として対応が後手に回り、報告が遅くなりましたこととお詫びいたします。今後緊急時の連絡方法など、災害対策の課題に、1つ1つ取り組んでいく所存ですので、決まり次第ご報告させていただきます。よろしく願いいたします。(川野辺 穰 会長)

(一社)日本義肢協会登録  
東北101号



株式会社

千秋義肢製作所

~~~~~  
義手・義足・装具・車椅子  
リハビリ用品  
~~~~~

秋田市新屋豊町1-22

TEL 018-823-3380

FAX 018-862-5126

<http://www.sensyugishi.co.jp>

### 編集後記

今年はとても暑い日が続いていますね。この編集をしているのは8月末なのですが北東北とは思えないほど暑い日が続いています。皆さんの手元にこの広報誌が届く頃には涼しくなっているのでしょうか？自分はこの猛暑に対処できず、夏バテの症状が少々出てしまいました。子供たちはプールに入って酷暑をもろともせず、逆に楽しんでいました。危険な暑さの際はやめるべきですが、楽しむことで、暑さも吹っ飛ばせるんだなと思いました。

ついこの間、雪が解けたなと思っていたらもう秋です。季節の流れは体感としてどんどん早くなっている気がします。まだまだ今年やりたいことが残っています。皆さんもやり残したことを今年中にやって、後悔の無いように過ごしましょう!!

今年やり残したことはありませんか？

編集課：ふれしの