Vol.41　No.3
2024.DEC

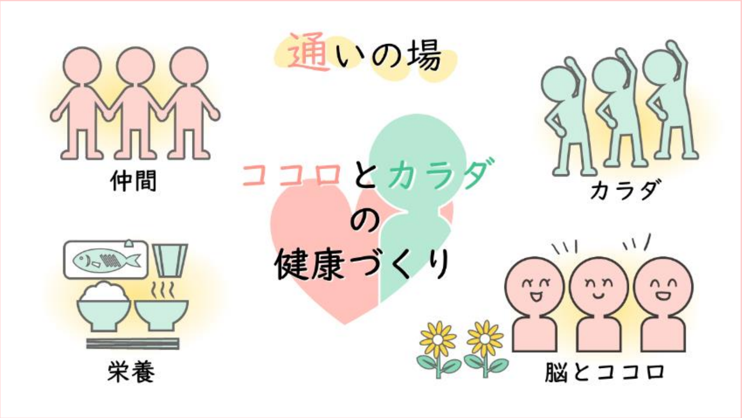
発　行 一般社団法人 秋田県作業療法士会　ホームページ http://akita-ot.jpn.org/
会　長 川野辺　穣
編　集 一般社団法人 秋田県作業療法士会　広報誌編集部
〒018-5421　秋田県鹿角市十和田大湯字湯ノ岱 16-2
大湯リハビリ温泉病院　　作業療法室・児玉　達則
TEL 0186-37-3511　FAX 0186-37-3483
E-mail： akita_ot_kouhou@akita-ot.sakura.ne.jp
事務局 〒010-0041　秋田県秋田市広面字屋敷田 25-2 セジュールエスト 105 号
TEL/FAX 018-837-0552
E-mail akita_ot@akita-ot.jpn.org
秋田県作業療法士会
印刷　川嶋印刷株式会社

巻頭言

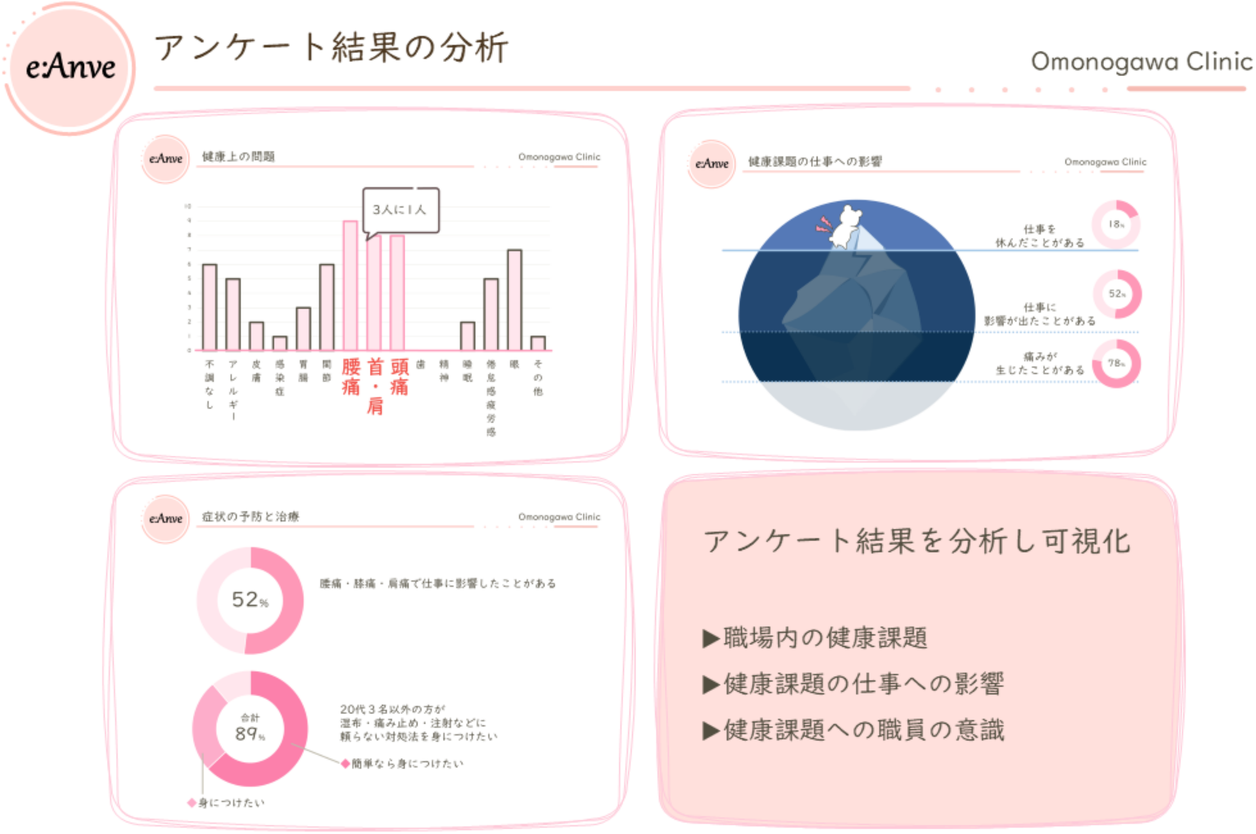
Aspiring Community OT

雄物川クリニック　鈴木　史子

令和 5 年度より理事を務めさせていただき,自分の仕事について考える機会が多くなりました.私は施設や病院勤務経験を経て,14 年前に訪問リハビリテーション事業所を立ち上げました.退院・退所後の様々な不安や不自由さを抱えて長い時間を過ごしている方々の生活のサポートをしたいと考えたからです.時々,知人から直接訪問リハビリの依頼を受けることがあります.彼女は介護認定を受け,運動型デイサービスへ通っているものの,焦りや生活のし辛さは解消できず,困っているとのことでした.「早く介入できていたら彼女は別の生活ができたのかもしれない…」と思い,訪問リハビリだけでなく,私自身にもっとできることがないかと考えるようになりました.



最近では,地域支援事業で,地域に作業療法士が出ていく



機会も増えてきました.私は地区長として,市内の OT・PT との繋がりを拡げ,行政や包括支援センターの方々と検討しながら事業を拡大しているところです.そして,講師派遣等だけでなく作業機能障害に陥り始めた段階で,気軽に繋がることができる,地域の作業療法室のような場所を作りたいと考えています. 私自身,40 代になり体の不調を感じる時も増えてきました.幸い悪化する前のセルフケアを行うことができており家族や知人からアドバイスを求められることもあります.そういった職能が生かせる場が,地域にはたくさんあると思うのです.

今年度から,当院では,企業への介入を行う健康経営支援事業を始めました.今までは主に高齢者が中心でしたが,働き世代からのセルフケアに目を向けていくことが,これからの高齢化社会には必要だと思います.歳をとってから健康に留意すればいいのではなく,40 代 50 代のうちにセルフケアの習慣化を身に付けることが,高齢化社会の介護予防になっていきます.そして,元気に長く働くことが地域の活性化や人手不足の対策にもつながり,医療費や介護保険の費用の抑制にもなります.

私の周囲でよく「ここには何もない」と耳にします.でも,そう言いながらも,この風土が好きで住み続けている方も多くいらっしゃいます.ご飯がおいしいことも自慢で,大雪にも助け合い,雪寄せを張り切ってやっている姿がたくさん見られます.そんな方々の笑顔のためにも作業療法士として何ができるのか一緒に考えていきましょう.

印象記

2024 年度　地域支援事業人材研修会に参加して

～事業参加するために必要と感じたこと～

大湯リハビリ温泉病院　永井　淳一

10 月 9 日(水)にオンラインにて秋田県リハビリテーション専門職協議会主催の「2024 年度　地域支援事業人材育成研修会」が開催され,参加させていただきました.近年,地域の事業にリハ職の参画が増えていく中で,リハ専門職協議会を通してリハ専門職の派遣事業が進められてきました.しかし,2023 年度に関しては依頼件数が 6 件と少ない状況であり,それを踏まえ,事業の周知も含め,顔の見える関係性づくりのため行われた包括支援センターを対象としたアンケート調査の結果報告や各地区での活動報告といった内容でした.

県北・中央・県南の活動報告では各地区様々な活動をされていました.活動の内容としましては体操関連のものが多い中で,口腔・栄養のニーズも高まってきている印象を受けました.リハ職が派遣される場としてサロンが多く,通ってきている方は健康に対する意識が高く,ある程度の内容のものに関してはすでに知っていることも多くあるようです.そんな中,自分たちが要望に応えていくためにも自分たち自身の知識をアップデートしていくこと,既にやっている活動に対し専門職として専門的な見解や重要性を説いていくことが重要ではないかと実際に自分も地域で活動している中で感じたとともに,改めて考える機会となりました.また,通いの場への参加者は比較的女性が多いとの現状があります.集団の中にどのように男性の方を取り入れていくか,さらには通いの場に参加している方は健康意識が高いですが,参加されていない方々にどのように周知していくかが今後の課題の一つともいえます.アンケート調査の結果には「高齢者の保健事業と介護予防の一体化事業にリハ専門職は関わっていますか？」という問いに対し,7 割以上の包括ではまだ関われていない現状があるようです.過疎地域においてはリハ職の人員不足という課題もあるとは思いますが,住民の方が主体となっている活動の場に専門職が関わっていくことで,地域の方々の通いの場の重要性が高まっていただけると,まだ参加したことのない方々の意識も少しずつ変化してきてくれるのではないかと思います.

各市町村ですでに事業が決まっていたり,すでに個別でリハ職との関わりが定着していたりするところもあるようですが,地域支援事業へリハ職が関わっていくことを期待されている部分も多いようです.幅広い事業に先立って関わってくださっている方だけでは事業を進めていくことはとても至難の業だと思います.まずは,一個人としても市町村で行われている事業へ参加し,“つながり”をつくっていくことでリハ職へ相談しやすい環境を作っていくことに繋がればと思います.皆さん,市の広報誌にじっくり目を通してみると面白い活動をされている自治体も多いですよ！！

活用できる内容

（主な理由）

サロン（集まりの場）	13
ケア会議	3
地域リハビリテーション活動支援事業	3
介護予防事業	2
ＳＴの派遣	2
住宅改修　派遣	1
今後検討	10
その他	6

※各種事業名がどれの事業に当てはまるか不明な場合はサロン（集まりの場へ集約）

研修会講義スライドより

トピックス

元気があればなんでもできる！

作業療法士と選挙

社会福祉法人北杜　障がい者支援施設ほくと
若狭　利伸

こんにちは.障がい者支援施設ほくとの若狭利伸です.

皆さん,先日の衆議院議員選挙の投票はしましたか？やむを得ない事情が無い限り行ったと信じていますがいかがでしょう…？私は投票してきました！ちなみに今回の投票率は,全国で 53.85%(前回より 2.08%↓),秋田で 59.44%(なんと全国 2 位の投票率！)だったようです.この数字を見ると秋田は割と選挙に対する意識が高いように感じますが,実際のところ残り 4 割の人が投票をしていません.

よくこんな声を聞きます.「給料が上がらない」「現場の○○制度が面倒」「物価高くて大変だ」「子供にお金がかかる」等々…ほとんど政治が関係しています.しかし日常生活で不平不満を言っている人に限って,選挙に行っていなければ,立候補者や政党について調べてすらいません….誰かに言われた候補者に投票する人はまだマシですが,それでも自分の意思ではない投票はうーんと思います.

私がなぜ選挙の話をわざわざするかというと,OT は医療・福祉に関する法制度や政策の影響を直接受ける職業で,医療費の削減や福祉制度の変更が私たちの仕事や提供するサービスに大きな変化を与えることが多々あるからです.日々の現場で関わる患者さん,利用者さんの生活はもちろん,皆さんが毎月楽しみにしているお給料や実生活にも影響があります.何を優先するのか,誰のどんな政策に期待するのか,どの政党を支持するのかは個人個人の自由ですが,もう少し今を生きる私たちは政治に関心を持った方がいいと思います.直近で身近にある次の大きな選挙は,来年 4 月の秋田県知事選です.私の住む秋田市では同日に秋田市長選も行なわれます.国政では来年 7 月の参議院議員選挙です.まずは自分が身近で感じている困りごとの解決等を掲げている政治家や政党を探してみることから始めてみませんか？様々な媒体から情報をキャッチしやすい世の中になりましたし,選挙に行くことが自分自身や身の回りの大切な人の生活を守る第一歩だと思います.“自分ごと”という意識を持ちましょう！

さて,少し角度を変えて選挙をみてみます.皆さんの職場(特に病院や施設)では,不在者投票を実施しているでしょうか？これは投票所へ行けない人が,公示日または告示日の翌日から選挙または国民投票期日の前日までの期間に,不在者投票管理人の管理する場所および現在地で投票することができる制度です.簡単に言うと“病院や施設にいながら現地で投票できる制度”です.

ただ制度だけ聞くと「みんなに投票の機会があっていいな」と思う一方で,投票用紙への記載で使用する道具の工夫がなされていなかったり,事前に代筆申請をして職員がご本人の目の前で代筆するなど,なんだかなぁと思う部分もあります.さらに施設にはほとんど候補者が直接来ないので(私なら票集めのために全病院・施設行くんですが(笑)),候補者情報収集ツールはテレビや新聞のみ….いわゆる“アクセシビリティ”の問題です.このような問題に対して,個人的にはタブレットを活用したらいいかなと思います.候補者の情報収集だけではなく,文字を拡大して見やすくしたり,ワンタップで投票できるようにするような工夫もできるのではないでしょうか.究極は全ての選挙がオンラインで完結するようにすることだと思うのですが…！皆さんならどう解決するでしょうか？こういった部分も OT の腕の見せ所かな？と感じています.ということで,今回は少しお堅くなってしまいました…皆さん選挙行きましょうね！ありがとうございました！

会員の皆様へ

前号である広報誌「きりたんぽ」Vol.41　No.2 文章内に誤りがありました.
誤りの箇所は,

６頁「功労者表彰を受賞して」　本文４行目
誤　「得た多くの経験もちでいます.」
正　「得た多くの経験と仲間に支えられながら一日一日働いています.それがいつの間にか 40 年経っていたような心もちでいます.」

となります.
原稿を執筆いただいた介護老人保健施設 照隅苑 柿崎 智佳子先生をはじめ,会員の皆様には大変ご迷惑をお掛けしましたことを心よりお詫び申し上げます.
今後同じことを繰り返さぬよう,広報誌編集部一同気を引き締めて取り組んでいく所存です.

広報誌編集部長　児玉　達則

職場紹介

秋田県立医療療育センター

佐藤　美季

感覚統合療法室

　秋田県立医療療育センターは,秋田県における療育の中心として児童発達支援センター,総合相談・医療療育連携部門,発達障害者支援部門,生活介護事業所,医療的ケア児支援センターなど医療分野・福祉分野で多くの事業を展開しています.

　当センターのリハビリテーション部は,理学療法士９名,作業療法士９名,言語聴覚士４名で構成されており,発達の遅れや偏り,運動機能の問題などにより日常生活に困りごとを抱えていらっしゃるお子さんやそのご家族が生活しやすくなることを目指し,個々の特性やライフステージに応じたリハビリテーションを実施しています.それぞれの専門性を生かしつつ,療法や経験年数に関わらず意見を出し合い,ひとりひとりのお子さんに対する理解を深めています.

　通常のリハビリテーション以外にも,ご家庭や学校などで使用する姿勢保持装置や車椅子の作製に関わるシーティング外来,地域医療機関や福祉施設からのリハビリテーション参観の受け入れ,隣接する特別支援学校への外部専門家活動,保育所等訪問事業などを通して,お子さんたちが地域で生活しやすくなるための支援をしています.

　当センターの作業療法の対象は,発達遅滞,脳性麻痺,ダウン症候群などの染色体異常,小児整形外科疾患,自閉スペクトラム症,注意欠如・多動症,発達性協調運動症,限局性学習症など,多岐にわたります.

ADL 室

　小児領域の作業療法では,お子さんたちは発達の途中であり,その発達や成長に携わっていることが特色です.お子さんにとっての作業は遊び,運動,学習などライフステージによって常に変化するものであり,その評価や支援は多岐にわたります.目の前のお子さんの「できた！」を支援するため,細かな評価や段階付けをしながら個人に合わせた作業をコーディネートしていくことが重要であると感じています.

　当施設はお子さん一人ひとりの見たい,触れたい,できるようになりたいという気持ちを大切にしながら,一緒に経験を積むことのできる環境が整っていると感じます.小児領域の作業療法士として,お子さんから学び続ける姿勢を忘れず,スタッフ一同,日々の臨床業務に励みたいと思っています.

ブラッシュアップ！！

肩関節周囲炎に対するリハビリテーション

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
菊地　翼

肩関節は上肢・体幹の繋ぎ目として機能しており,その役割は多様である.その多様さ故に臨床では評価や治療に難渋し,苦手とする人も多いのではないだろうか.そこで本稿では,肩関節周囲炎を例として評価の視点や運動療法について解説する.

１.肩関節周囲炎の成立メカニズム

肩関節周囲炎は中年以降,特に 50 歳代に多くみられ,その病態は多彩とされている[1].肩関節周囲炎の臨床経過としては,freezing 期（急性期）,frozen 期（慢性期）,thawing 期（回復期）以下の３期をたどることが多いとされている[2].

２.評価

代表的な評価として①関節可動域測定,②徒手筋力検査,③ADL,IADL が挙げられるが,これらに加えて,軟部組織（筋・関節包等）の評価も重要である.肩関節周囲炎では,大胸筋や三角筋といったアウターマッスルに加え,棘上筋や棘下筋,小円筋や肩甲下筋といったインナーマッスルにも筋スパズムが出現する.これらの筋の短縮を改善することや防御性収縮を軽減させ,十分な伸張性を獲得すること,円滑な動作を可能とすることが治療の大きな目的になる.

３.治療

freezing 期では安静時痛のみならず,運動痛,夜間痛が著明であるため,痛みの出ない肢位やポジショニング指導を行い,疼痛軽減を図る.過度な内転・内旋位は烏口上腕靭帯が周辺組織との癒着を助長してしまい,外転・外旋動作の制限となるため注意が必要である.frozen 期になると疼痛は減少傾向にあるため,積極的な関節可動域訓練を行う.thawing 期では,より積極的な関節可動域訓練や腱板機能強化訓練を行い,物理療法も併用しながら進める場合もある.肩関節周囲炎では上腕骨頭が過度に内転・内旋している症例が多く,slip 内旋といった手技を用いて上腕骨と肩甲骨のアライメントの調整を行う.slip 内旋を行う際は,体表より上腕骨大結節と烏口突起を確認して行う.上腕骨大結節を徒手的に操作して烏口突起に近づける様,上腕骨頭を内旋させる.この時に上腕骨頭が前方へ出ないように注意して行う.並行して痛みの無い範囲での筋力増強練習では,自動運動場面を多く取り入れる.上肢の挙上では rotator cuff の動きが重要となるため,痛みの有無を確認しながら回旋運動を進めていく.また,机上課題としてワイピング等も行っていく.さらにはセラバンドを用いたカフエクササイズ等の運動療法も重要である.

4.おわりに

対象となる人々にとって目的や価値を持つ生活行為[3]を獲得するために心身機能・身体構造レベルに対する介入も作業療法士にとっては必要である.今回,解剖学的視点に基づいた評価の視点や運動療法について解説した.本稿が少しでも皆様のお役に立てるのであれば幸いである.

参考資料）

1. 日本整形外科学会.五十肩（肩関節周囲炎）.
   URL：https://www.joa.or.jp/public/sick/condition/frozen_shoulder.html
   （最終アクセス年月日：2024 年 11 月１日）.
2. 皆川洋至,他：いわゆる五十肩の定義と臨床像.MB Orthop17(7)　：9-11,2004
3. 一般社団法人 日本作業療法士協会.作業療法の定義.
   URL：https://www.jaot.or.jp/about/definition/
   （最終アクセス年月日：2024 年 11 月 1 日）.

令和 6 年度　秋田県環境･保健事業功労者表彰

秋田県環境•保健事業功労者表彰とは県民の健康づくりや衛生・環境等に対する意識高揚を図るため,県民の健康づくり,衛生水準の向上及び生活環境の改善に貢献された方へ授与されます.この度,3 名の方が受賞されたことを受け,受賞された先生方からお言葉を頂戴することができましたのでご紹介します.

2024.11.21 発刊の秋田魁新報にも掲載されました

環境･保健事業に尽力

県と厚労省　139個人･団体を表彰

本年度の環境・保健事業功労者の表彰式が20日、県正庁で行われ、県民の健康づくりや衛生水準の向上などに貢献した139個人・団体に県と厚生労働省から表彰状や感謝状が贈られた。

県が看護や食品衛生などで尽力した108人と27団体を表彰。献血推進などに努めた2人と2団体に、厚生労働省からの表彰状や感謝状が伝達された。

表彰式で神部秀行副知事は「環境・保健事業は成果が出にくく、粘り強く取り組むことが求められる。長い間にわたる功績は大変尊い。引き続き尽力をお願いする」と述べた。

被表彰者を代表し、久幸会（秋田市）の稲庭千弥子理事長が「たくさんの方のお力添えがあったことに感謝する」と述べた。

（佐藤将弥）

環境・保健事業功労者をたたえた表彰式

㊉秋田市広報板

▼秋田藩や佐竹氏に関する講演会「佐竹史料館建て替えに伴う久保田城跡発掘調査について」＝12月3日（火）午後2時～3時30分、にぎわい交流館4階研修室1・2で。おもに久保田城跡二ノ丸南東部分で行った調査を報告します。テキスト代520円。定員40人。申し込みは佐竹史料館へ。☎863・0770

「秋田県環境・保健事業功労者表彰を受賞して」

秋田大学医学部附属病院リハビリテーション部　千田　聡明

この度，秋田県作業療法士会のご推薦により，令和６年度秋田県環境・保健事業功労者表彰をいただくことができました．たいへんありがとうございました．

私が作業療法士になった当時，県士会活動を行うことは知識，技術の向上に直結しており，それをお手伝いすることは特別なことではありませんでした．それでも長く続けることができたのは，会員，役員のみなさんのご協力や頑張る姿に励まされてのことでした．現在の県士会は社会の要請に応えることが重要な役割として比重を占めるようになり，運営は大変なことが多いと思います．私自身はだいぶパワーダウンしてしまいました

が，今後も微力ながら県士会活動のみならず作業療法の現場に真摯に取り組んでいきたいと思います．引き続きどうぞよろしくお願いいたします．

末筆ながら,県士会の皆様の益々のご健勝とご活躍をお祈り申し上げます．この度はほんとうにありがとうございました.

「環境・保健事業功労者表彰の受賞に際して」

雄勝中央病院　斎藤　はるみ

この度は県士会のご推薦のおかげで名誉ある本表彰の受賞に至り,本当にありがとうございました.

何事も長続きしない私があきらめずに今日まで続けてこられたのは県士会をはじめとするOT の皆様や職場の人たち,家族の支えがあってこそ成し得たことです.

特段の功績など無いのですが,支えてくださった方々への感謝のしるしとしてご推薦・表彰をお受けすることとしました.

受賞を喜んでくれる仲間・家族の顔を見られたことは,私にとってうれしく幸せなご褒美でした.本当にありがとうございました.

県士会の今後のご発展と,みなさまのご活躍をご祈念いたします.

「秋田県の皆様のおかげです」

社会医療法人明和会　中通リハビリテーション病院　住吉　亮子

このたびは秋田県医療功労者に推薦いただき,ありがとうございました.これを機会に自分のＯＴ経歴を見直すと,リハビリ創世記に秋田県の奨学金につられて養成校に通い,うっかり県内初のリハビリ専門病院を創立した法人に就職したために,元来職人気質で対人交渉など苦手な追従型の自分が役職まで経験してきました.ただ目の前でリハビリに期待をして下さる患者さんや医師の要望に応えるために,受動的に研修し,スタッフと共に制度改定に対応したシステム等の開設に関わってきました.

今,役職定年し介護保険事業の通所リハビリに従事して,急性期から終末期まで多様な疾患に関わってきた経験が本当に役に立っています.殊に,他職種と連携してきた経験が学びになっていることに気づき,改めて感謝しています.

特段の学術功績もない自分がこうして表彰を受けることが,今苦しくても地道にＯＴをしている人の励みになれたらうれしいです.

みんなで語るべ ~日々の楽しみ方~

語り手：介護老人保健施設　昭平苑

【クリスタルランナー】
皆さんは秋田の100キロマラソンってご存知でしょうか？
角館～鷹巣までを13時間以内に走る過酷なレースです.
10回完走したので先日表彰して頂き,クリスタルランナーという称号をもらいました.
次は20回完走してサファイアランナーの称号を頂きたいと思います.
秋田のOTランナーの皆さん,よろしくです～.

【クマ革製のクマしおり】
極秘ルート（障がい者支援施設ほくとさん）から入手いたしましたクマの革.
クマ模様のしおりを作ってみました.
思いのほか柔らかくて加工しにくいところもありましたがめでたく完成！
型を切るところは利用者さんと一緒にやってみましたよ.

【研究:アネコムシと大雪】
アネコムシ(カメムシ)がたくさんくると大雪になる,なんて言われていますよね.秋が深まるにつれ,いつも彼らの動向が秋田県民の心を揺さぶります.
居住スペースに入ってきたアネコムシを捕獲し,カウントする研究を始めて８年目.
今のところ大雪と捕獲数にハッキリとした相関関係はみられませんが,今年はどうかな？（11月４日現在181匹)
写真は弁当に飛び込んできたアネコムシです.

みんなの活動をのぞいてみよう

秋田県作業療法士会ホームページ
URL：
https://akita-ot.jpn.org/membersite/service.html

秋田県リハビリテーション専門職協議会ホームページ
URL：https://www.pos-akita.org/

県士会　　リハ専門職

(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
SENSYU

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

今年も残すところわずかとなりましたがどんな一年だったでしょうか.

私は県北地域の病院に勤務していますが,この文章を考えている時期に雪が少しずつ降ってきました.今年の 11 月から早めの防寒対策として自分の部屋にこたつを設置しました.足を伸ばして寝っ転がれるくらいの大きさで,とっても暖かくて,ゆっくりできます.こたつで寝落ちしてしまう事が多くなってしまうという弊害もありますが,こたつの良さを身に染みて感じました.自分にとって無くてはならない「冬の相棒」になりました。

ぜひ皆さんもこたつとともに今年の冬を乗り越えてみてはいかがでしょうか.

（chiri）

AKITA
OT

秋田県作業療法士会