

Vol. 41 No. 4
2025. Feb



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.jpn.org/>

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

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



巻頭言

「不便益」

秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻 津軽谷 恵

最近、敢えて鍋でご飯を炊いたり、麴を使った料理をしたりすることにはまっている。

このことを巻頭言で紹介したいと思ったときに、何かちょうどいいタイトルとなる言葉がないかインターネット（以下、ネット）で検索していたら、初めて目にした言葉「不便益」という言葉に辿り着いた。「不便」によって得られる益という意味で、物事が自動的に進まず、不便だからこそ自分で手間をかけられたり、工夫したりできる益¹⁾、だそうだ。

さて、自分が子供のころは、母が鉄釜で炊いてくれた炊き立てご飯のおこげに塩をまぶしたボール状のおにぎりが大好きだった。いつのまにか釜から電子炊飯ジャーにご飯を炊く道具が変わり、おこげのおにぎりが食べられなくなり悲しかったかどうかは覚えていないが、母の家事はかなり便利になったのであろうと思う。炊飯時に拘束される時間や釜の後片付け、重い釜の持ち運びなど力を必要とする作業が負担であったのが、炊飯ジャーに変わったことで、作業の効率化、後片付けの簡易化など便利になったのだ。

昨年のお米の時期に、なぜか急におこげが食べたくなり、ネットで検索し、鍋でのおいしいご飯の炊き方とおこげの作り方を紹介している YouTube をみつけ試したところ、かなり満足のできる仕上がりになり、現在も継続中だ。意外に炊飯時間は短く、おこげの香ばしい香りも堪能できて、食べるまではワクワク状態、実食で味と食感を楽しみ、至福の時を過ごしている。食後の鍋を洗う作業の面倒さはあるが、それ以上に食べたい欲求が上回る。

「不便益」を提唱する京都先端科学大の川上氏は、これを不便から得られる8つの益（①主体性が持てる、②工夫できる、③発見できる、④対象が理解できる、⑤私だけ感がある、⑥安心できる・信頼できる、⑦能力低下を防ぐ、⑧上達できる）に分類している。私のごはんの鍋炊き作業も、この分類に当てはめることができる。回を重ねるごとに、作業全体の効率が良く

なったり、おこげを作る強火の時間を調整したりと上達を実感できている。今後はお米と対話ができる!?まで極めることはできないが、雑穀米や炊き込みご飯にも挑戦してみようと思う。いつまで続くかわからないが、便利な炊飯ジャーも利用しながら、自分が価値をおいている鍋炊き炊飯を楽しみながら継続していきたい。

現在は、AI などの活用により、リハビリの業界でも効率化や自動化が求められ多くの技術や商品が開発されてきている。そのため、患者さんや利用者、リハビリスタッフにとって、メリットになるものは必要に応じて導入するほうが良いと思うが、作業療法の治療プログラムの中で、不便益が対象者の効果に有益に働くことがあれば、敢えて挑戦してみるのも一つの方法と思う。みなさんも、普段の生活の中で、敢えて不便益の作業を考えて楽しんでみてはいかがでしょうか？新しい発見があるかもしれません。

1) <https://globe.asahi.com/article/15206417> (閲覧日：2025.1.20)

印象記

令和6年度 地域生活を支援する 作業療法研修会（地域ケア会議編）に参加して

介護老人保健施設 りんごの里福寿園 高橋 克典

12月14日（土）にオンラインにて秋田県作業療法士会主催の「地域生活を支援する作業療法研修会（地域ケア会議編）」が開催され、参加させていただきました。今年には診療報酬、介護報酬、障害福祉サービス等報酬のトリプル改訂がありました。回復期リハビリテーション病棟入院料1・2において、主な施設基準として地域貢献活動に参加することが望ましいという項目が追加されました。地域リハビリテーションは裾野を広げ、回復期病棟で働くOTにも参加を求める状況となってきているようです。その現状を踏まえて、今地域で起きていること、OTに期待されることや現在の地域への関わり、地域ケア会議に参加するために必要な心構えやマナーについてなどの内容を勉強させていただきました。

小金屋民子先生の「地域生活を支援できるOTの視点」の講義で、地域包括ケアシステム構築に向けて地域支援事業の再編が始まって10年が経とうとしており、厚生労働省の掲げる、「団塊の世代が75歳以上となる2025年を目処に、地域包括ケアシステムの構築を実現していく」が目前となってきたことを改めて確認しました。「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができる」ということが可能な限り実現できるようになったのではと思う反面、特に生活支援・介護予防の面でのリハ職の関わり方やQOL向上に繋がるアドバイス等についてが難しいと思いました。自身の知識不足や対象者だけでなくその家族や他職種との連携面で不安が残っていると感じています。

永井淳一先生の「地域ケア会議について」の講義や、「模擬事例検討」を行い、実際に分

かりやすく他者に自身の意見を伝えることが一番難しいと感じました。「説明を端的に、わかりやすく」言葉にすると短いのですが、実際に話をしようとすると言いたいことに必要のない話が入ってしまったり、専門用語が含まれやすくなってしまったと思います。また、努力して覚えておくほうが話が進みやすくなる内容、特に制度面やサービス面、地域の習慣や行事・活動などについての知識不足が否めないと感じました。OT の得意とする活動や参加の視点、生きがいや役割を見出す視点をより生かせるよう、必要な知識のアップデートやサロン等の地域住民が参加できる活動に目を向けて、必要な時に必要なアドバイスが出来るように準備しなければならないと感じました。



現在において、SNS 等顔を合わせない関わりが増えている中、OT の強みを活かすためにも地域の活動など人に会っての関わりや交流を大切に、「つながり」を意識した生活を心がけたいと思いました。

最後になりますが、「地域生活を支援する作業療法研修会（地域ケア会議編）」の開催にあたり、講師を務めていただいた先生方、並びに事例を提供していただいた先生方、事例検討を行って下さった先生方に心より感謝申し上げます。

U U U U U U U U U U U U

トピックス

元気があればなんでもできる！

男性の育休を考える

～3ヶ月の育休取得をした男性OTの経験談から～

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。

新年最初のきりたんぽとなりました！皆様、本年もよろしく願いいたします。今回は、昨年秋に第1子が誕生し、育休を3ヶ月取得した際の経験談や気づき、男性の育休を考えていきたいと思えます。私の勤務する社会福祉法人北杜では、子育て支援にとても力を入れており、女性の産休・育休取得はもちろん、子連れ出勤OK、子育てサークルもあります。男性の育休については先輩パパが過去に1年間取得していたこともあり、私も取得しやすい雰囲気がありました。改めて休暇中のフォローをして下さった同僚の皆さんにも感謝です…！



さて、私が育休を取得した背景には、妻とじっくり話し合った結果があります。我が家は共働き夫婦で、出産直後の生活がどれだけ大変なものになるかは想像が付きませんが、妻の負担を軽減するだけでなく、自分自身が親として成長する機会を得たい、子どもの小さな成長をリアルタイムで感じたいという思いから育休取得を決意しました。

実際に育休に入ると、毎日の生活は一変です。我が家では妻と1日交代で夜勤をして子どものケアをするスタイル（2人とも寝不足にならないように、非夜勤者が別室でぐっすり寝る⇒朝起きたら夜勤者が明けで少し寝る）を取りました。夜中に何度も起きること、泣き止まずに困ること、母乳と違って適温になるまで時間がかかるミルクロスタイムに対する苛立ち(笑)、哺乳瓶拒否、24時間起こることすべてが新鮮で、予想以上に感情を揺さぶられるものでした。「世の中のパパママ凄いなあ…」と思う一方で、日本全体における社会的なサポートや環境整備の重要性を改めて認識しました。

また、子どもが初めて笑った瞬間や、少しずつ顔つきが変わっていく様子、初めてできるようになることを間近で見られるのは、育休を取ったからこそ得られた特権だと思っています。施設の仕事を一時的に離れることに対する不安もありましたが、実際にはこの経験が仕事にもポジティブな影響を与えていると感じます。平日の日中は、普段は難しい地域活動にも合間で参画し、代表を務める会社の事業について考えることもでき、以前よりも時間の使い方や優先順位についての考え方が変わりました。新たに出来た繋がりを職場にも還元できそうです。

2025年4月からはさらに法改正が予定され、両親が柔軟に育休取得できる環境整備が進められる見込みです。この改正では、企業に対して従業員の育休取得を促進する取り組み、男性が育休を取得しやすい制度が強化される予定です。これにより、家庭と仕事の両立を支援し、育児に参加する男性がさらに増えることが期待されています。（※子どもの看護休暇についても、小学校3年生修了まで延長される他、入園・入学式などの式典出席も看護休暇の取得対象に変わりますよ！）

育休は単なる休みではなく、新たな視点を獲得するための貴重な時間です。そして、男性が育児に積極的に関わることは、家族全体の幸福度を高めるだけでなく、次世代の子どもたちにも良い影響を与えると信じています。

最後に、私自身の経験が、これから育休を検討している方々やその周囲の方々の参考になれば幸いです。育休の取得にはさまざまな課題やハードルがあるかもしれませんが、それを越えた先には得難い喜びや発見が待っています。自分自身は、ゲームの特殊ステータス部分が一気にレベルアップしたような感覚がありました。「男性の育休なんて…」という後進的な考えをするのではなく、一人でも多くの男性が育児に積極的に参加し、その価値を実感してくれることを願っています！



職場紹介



介護老人保健施設 遊心苑

森田 徳子

当法人は、秋田駅から車で 15 分、太平山スキー場オーパスに向かう通りの途中、秋田を代表する温泉旅館である秋田温泉さとみのお隣に建っています。1996 年開設の施設で、来年度 30 周年を迎えます。施設名の「遊心苑」は、初代理事長が荘子の乗物以遊心「心をほしいままにして楽しむ」漢書の遊心帝王之術「常にその事物の上に心をおく」から取り、「入所しているみなさまにはゆったりとした気持ちでのびのびと生活してほしい」「介護するスタッフは細かいところまで行き届いたお世話をしたい」という気持ちを込めて命名しました。



事業は介護老人保健施設遊心苑を中心に、遊心苑通所リハビリテーション事業所、遊心苑訪問リハビリテーション事業所、介護支援センター遊心苑、遊心苑短期入所療養介護を運営しております。介護老人保健施設は定床 100 床で、在宅復帰率やベッド回転率で分類される区分において最上位の超強化型を算定中です。短期入所は空床利用型であり、通所リハビリテーション事業所の定員は 25 名/日です。介護支援センター以外の 3 事業所に 9 名のリハスタッフが在籍していますが、職種は今時珍しく全員が作業療法士です。内訳は、入所 5 名、通所リハ専任 1 名、通所リハ・訪問リハ兼務 3 名です。そのうち訪問リハは平日午後のみ営業で、常勤換算 1 名体制にてこじんまりと稼働しています。

入所は超強化型を算定していることもあり、毎月一定数以上の在宅復帰目標があります。そのため、入退所訪問や利用者 1 名につき週 3 回以上の個別リハ、関連事業所との連携等を行い、ご利用者様やご家族様が安全に在宅生活を送れるよう支援しています。また、施設の行事や各種委員会、会議等への参加の他、頼みやすいからと度々頼まれるご利用者様の所用対応、忘れた頃にやってくる感染症クラスター対応など、痒いところに手が届く存在でありつつ、超強化型算定に係る目標達成のため日々汗を流しています。

通所リハでは、施設の構造上、数多くのマシン類を導入することが難しいため、昨年度から歩行トレーニングロボットを



導入しました。ご利用様が一人でも歩行トレーニングを実施できるとあって、曜日によっては順番待ちの人気ぶりです。少ない資源を有効活用し、少しでもご利用者様の活動量を高め、それぞれの目標達成に向けて奮闘しています。また、数年前から通所リハの相談業務は作業療法士が担当しているため、退院・退所時の情報収集や生活状況の確認、各サービスとの連携等がスムーズに行えるようになりました。入所同様、作業療法士は「何でも屋さん」的立ち位置で活躍しています。



若くして入職した職員が多いですが、気が付けば勤続〇十年の職員が増え、寄る年波の影響を感じます。仲が良いことが自慢の 9 名で、時々美味しいものを食べながら、皆様のお役に立てるよう努力してまいります。

(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>

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/>





みんなと語るべ ～日々の楽しみ方～

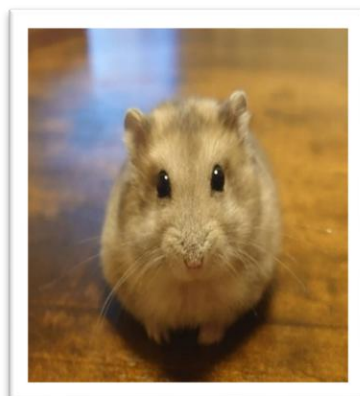
語り手: 介護老人保健施設 三楽園



おいしいものを食べるため日々頑張っています。先日友人と秋田市中通にあるとんかつ屋さんに行ってきました。見た目もきれいで味も最高でした…！！！！県内でも県外でもおいしいものを食べるためなら移動距離も厭いません。この後に行った喫茶店のチーズケーキとコーヒーもおいしく至福の時間を過ごせました。

年末から、息子の希望でハムスターを飼い始めました。きゅるんとした瞳や小さい手、フクフク動く鼻に大福のような丸いフォルムが可愛すぎて、ケージにかじりついて眺めている毎日です。両手にひまわりの種を持って食べる姿は最高に癒されます…。

人間年齢ではもう20歳になるようですが、これからも元気に過ごしてほしいです！



3人の息子がおり、3人ともバスケットボールをやっています。私自身もバスケット経験者であり、何かしらの形で関わりたいと思って審判の資格を取りました。年々物覚えが悪くなってきており新しいことを覚えることは大変ですが…現在は練習試合だけでなく公式戦の審判を務める機会も頂きながら生活の質を向上することができています！！

編集後記

今年は去年に比べて積雪が多く、雪かきの日々が続いていましたが、最近徐々に暖かい日が続き、少しずつ春の近づきを感じています。しかし、まだ油断はできませんね..

さて、自分は2月といえばプロ野球のキャンプインですね。去年は横浜 DeNA ベイスターズが3位からの日本一でファンである自分もとても楽しめた一年でした。今年はリーグ優勝、そして日本一連覇という目標に向かって精一杯応援していきたいと思います。(yui)

県士会への異動届をお忘れなく！

今年度も残すところ1カ月余りとなりました。4月から新天地で頑張ろうと決断した会員の皆様もいる事と思います。県士会では会員の把握のため届け出をお願いしております。職場内でお声をかけあって頂き、届け出忘れが無いようよろしくお願い致します。

求人情報

医療法人ソレイユ

児童発達支援・放課後等デイサービスらーそ 作業療法士募集

- * 個別療育・訪問支援を行うスタッフを募集しています。
- * 当施設では、発達評価を行い、ひとりひとりに合わせた支援を組み立て提供しています。
- * 心理師、保育士等、多職種と一緒によりよい支援を目指して、切磋琢磨してくれる仲間を探しています。

【募集人員】常勤 1名

【勤務時間】8:30~17:30(休憩60分)

【休日】土日祝日・夏季休暇・年末年始

【給与】195,000円~290,000円(賞与年2回)

【関連施設】いなみ小児科ファミリークリニック

【応募】ハローワークにて詳細確認後、ご応募ください。

医療法人ルイ 児童発達支援・放課後等デイサービス らーそ
〒010-0803 秋田県秋田市外旭川八柳2丁目5-40
TEL:018-838-5817
担当: 管理者 片倉

