

特集

“手すり”と それに代わる工夫 —OT 視点の環境調整

編集担当 寺本 千秋

- 94 ● OT が助言する手すりとは 長尾 哲男
- 99 ● 玄関の手すりもいろいろ 熊谷 隆史, 他
- 103 ● トイレの手すりもいろいろ 細田 忠博
- 109 ● 浴室の手すりもいろいろ 船谷 俊彰
- 114 ● 居室と食間の手すり 池畑 清美

烈闘作業療法

- 88 ● 地域を巻き込み “ないものはつくる” を実践
渡邊 慶子さん

- 119 【新連載】見せます！OT室のちょっとしたアイデア
作業療法室デザインを考える 潮 昌子
- 122 未来の作業療法☆設計図
これからの時代に必要な「未来思考のリーダーシップ」 大郷 和成
- 129 責任者はつらいよ、でも楽しいよ
責任者になろう！やらなきゃわからないことばかり 土井 勝幸
- 133 【新連載】甦るヒストリー—再掘作業療法：私のたどった細道
精神療養所と出会うまで 浅海 捷司

- 86 らんどまーく
喫茶去（きっさこ） 山田 純栄
- 126 OTとして私が大切にしていること
アクティビティのもつ“とっておき”の力 奈良 篤史
- 138 女性OTひとりで悩まないで
子供のSOSに気づいてあげられなかったこと
—安心感について考える 宇田 薫, 他
- 140 【新連載】じいとコロニャン パント大吉
- 142 【3年目編 連載】3年目OTあゆみちゃんの回復期リハ病棟記
オラオラ系新人坂田君編 吉川 歩
- 144 社会の目・OTの目
パブリックヘルスOTの確立 宮本 昌寛
家族のかたちひとつじゃない—人と人とを結ぶ力 浅倉 恵子
- 146 レポート
組織マネジメントセミナーを受講して 松田 佑太

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 巻頭頁 はじまりのことば…川口 淳一 | 147 インフォメーション |
| 目次前 カメラマン川上哲也の見た世界 | 148 今月の表紙の「ことば」 |
| 132 既刊案内 | 149 次号予告 |

地域を巻き込み “ないものは つくる”を实践

渡邊 慶子さん

医療法人直志会袋田病院 精神科デイケア ホロス
OT 16 年目、栃木県出身

病棟やデイケアで造形活動を行い、アートフェスタも開催する精神科病院が茨城県久慈郡大子町にある。それが医療法人直志会袋田病院だ。この活動を始めて 17 年が経ち、病院内だけにとどまらず地域を巻き込んだ「精神科病院によるアートの社会実践」となっている。そんな袋田病院デイケアホロス（アトリエホロス）で働く作業療法士の渡邊慶子さんと現代美術家の上原耕生さんにインタビューした。医療者としてのアートへのかかわり方、精神科医療とアートのことなどについて刺激的なお話をうかがった。（編集室）

“つくる”ことを介して 人の心を癒す仕事がしたい

——作業療法士になろうと思ったきっかけについて聞かせてください。

渡邊 もともととは保健師になりたかったんです。



インタビューの様子がムービーで
ご覧になれます

OT が助言する手すりとは

Tetsuo NAGAO

長尾 哲男

●作業療法士

内容を理解するためのキーワード ● 移動 ● 立ち上がり ● 支え

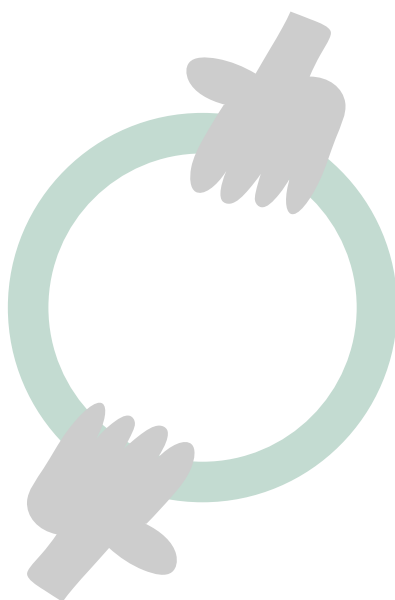
作業療法のポイント

- 手すりには、安全や移動・立ち上がりの補助などの機能面のほか、空間デザインとしての意味もある。
- 手すりの設置のさいは、個人の住宅では、利用者の特性と住宅環境に合わせた工夫、公共の場では、弱者の立場で評価しすべての人の安全を確保することが重要である。

はじめに

本特集のタイトルは“手すり”であるが、耳に入る音から想起される文字には、てすり、手すり、手摺り、手摺などが考えられる。次の数字はそれぞれの言葉を国立国会図書館でオンラインで検索した結果（括弧内は図書数）、「てすり」585件（112）、「手すり」497件（183）、「手摺り」55件（26）、「手摺」313件（245）であった。音として聞こえる「てすり」はこれらを含み、それぞれ使い手によって込められている意味に違いがあるのではないかと考えられる。「手すり」が「手摺り」の9倍強もあるのは、書いた者にとって「手摺り」は意味が限定されるからかもしれない。「手すり」に「すが（縋）る」意味を含めて、委ねているものも含まれているかもしれない。

これらの語には、活動の主体性を支援し、安全性に配慮するリハの立場で考えるべき要素が含まれているのではないと思われる。「手摺り」を除いた「手摺」は5倍弱であり「手摺り」が「手摺」よりも限定された意味で使われていることを示唆している。手すりは動的な歩行時には本来、姿勢維持のための情報をフィードバックする誘導補助



玄関の手すりもいろいろ

Takashi KUMAGAI

Yasuhiro KURODA

熊谷 隆史, 黒田 康裕

●医療福祉専門学校緑生館 作業療法学科, 作業療法士

内容を理解するためのキーワード ●生活の拡がり ●対象者との課題共有
●社会参加の入り口

作業療法のポイント

- たんに段差を越える物理的な環境調整にとどまらず、生活の活性化、その段差を越えた先にある生活像や作業活動の拡がりを見通したものでなければならない。
- 支援者優位な環境整備ではなく、その障壁となる課題を対象者自身が自分の課題として認識し、生活の拡がりを展望し、向き合うことが大切。

はじめに

玄関は、社会参加の入り口である大切な空間である。その方の生活範囲を拡大できるか、狭小化してしまうかが決まる重要な空間でもある。そこを越えることができるかが、その方の暮らしを左右する。

今回は、在宅高齢者宅の玄関を環境調整したケースと、通いの場で利用している公民館の玄関を環境調整した2ケースについて紹介する。

筆者らが所属する医療福祉専門学校緑生館は、佐賀県長寿社会課より地域リハビリテーション広域支援センター（以下、センター）の事業委託を受け、地域における在宅リハの相談業務や、リハ従事者に対する支援などを行っている。具体的には、所管の市町介護保険の保険者や地域包括支援センター（以下、包括）からの、住民の方々のリハに関することや住宅改修の相談に対して、担当ケアマネジャーや介護保険課の職員、保険者などと当センターのOTが同行訪問を行い、自立生活に向けた支援のポイントを助言している。また、2015年からは所管の市町と協働して、住民主体の通いの場立ち上げ支援事業にも取り組んでいる。

トイレの手すりもいろいろ

Tadahiro HOSODA

細田 忠博

●神立病院 地域健康相談センター ケアセンター元気館、認定作業療法士 認定訪問療法士

内容を理解するためのキーワード ●場の意味 ●本人・家族の価値観
●負担の少ない動作

作業療法のポイント

- 住宅改修や環境調整は、本来何気なく生活している「場」に変化をもたらす行為。
- トイレに行って排泄することの意味や価値は、リスクという言葉に隠れてしまうことがある。
- 手すりの設置を行うためには、心身機能や動作レベルのことだけではなく、環境や利用者自身の価値観を含めた幅広い評価が重要。

はじめに

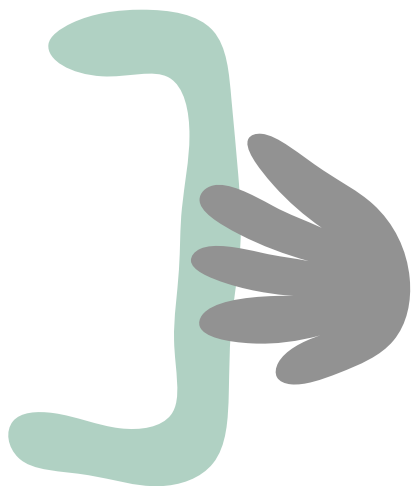
現在、筆者は通所リハと訪問リハに携わっている。2015年の介護保険改定以降、リハビリテーションマネジメント加算が創設され、定期的にご利用者の自宅に伺う機会が増えた。その際、自宅で見につくのは「手すり」である。

多くの利用者は、退院時に住宅改修がされている。しかし、時折、利用者の動線上に張り巡らせるように手すりを設置している家や、肝心の所に設置されていない家がある。

筆者自身を含め、住宅改修や福祉用具について悩んだこと、失敗してしまった経験が、読者の方々にも何度かあると思う。「手すりをつけてもほとんど使っていない」「予定していた位置に手すりが付いていなかった」「方向転換するさいに邪魔な位置になってしまった」などである。

住宅改修や環境調整は、本来、何気なく生活している「場」に変化をもたらす行為と考える。利用者の生活に溶け込めなければ、“異物”として使われないものになってしまう危険性がある。

そのため、筆者は「場の意味」「本人・家族の価



浴室の手すりもいろいろ

Toshiaki FUNATANI

船谷 俊彰

●パナソニック エイジフリー株式会社, 作業療法士

内容を理解するためのキーワード ●入浴動作 ●浴室移動 ●浴槽出入り

作業療法のポイント

- 段差がある時には手すりが必要と考え、フィッティングを行う。
- セラピストは、入浴のもっと動作が安全に安楽にできないかを柔軟に考え、施工者側に伝える。
- 自宅で、自身の入りたい時に、自身のペースで入浴するのがポイントである。

はじめに

入浴は、汗や汚れを落とし清潔を保つ、血行を良くして筋肉の緊張をほぐす、新陳代謝を良くする、身体的にも精神的にもリラックスする、水中では浮力が生じ、関節への負担が軽減するなどの効果がある¹⁾。入浴動作を安全、安楽、安心して可能にするには、手すりだけでは解決しないこともあり、工夫や環境整備が必要になる。

今回、筆者が病院で勤務していた経験や年間28,000件の住宅改修を行っている弊社の事例から、環境整備も含め考えられる工夫ポイント、注意点などを紹介する。

入浴動作

入浴動作は、居室、寝室などで「お風呂に入ろう」と思った瞬間から（移動が）始まる。今回、おもに脱衣場～浴室～浴槽への出入りなどシーンごとのポイントについて触れてみる。

脱衣場⇄浴室

一般的に脱衣場と浴室の出入り口に段差ができていることが多い。解決方法として手すりを設置することになる。この場合、便利な手すりとして

居室と食間の手すり

Kiyomi IKEHATA

池畑 清美

●神戸在宅・医療介護推進財団/神戸リハビリテーション病院，作業療法士

内容を理解するためのキーワード ● 動線 ● 福祉用具 ● 家具の配置

作業療法のポイント

- 居室は手すりを取り付けにくい環境であり，福祉用具の利用や家具の配置を，歩行時の支えとなるよう工夫する。
- 対象者の能力だけでなく，どのような生活をするのかを把握し，対象者にとって安全な環境づくりを行う必要がある。

居室・食間の特徴

居室・食間は，トイレや浴室など家の中の他の場所に比べ広いため，動線上に壁がなく手すりの設置が困難なことが多い。さらに，壁面には家具が置いてあったり，収納スペースの扉があったりと，連続した手すりの設置が難しい。居室・食間という場所は手すりを取り付けるという面では，決して良い環境ではない。そのため，本章では工事で取り付ける手すりだけでなく，ものの配置や用具の工夫，家具自体の選定も含めて考えていきたい。

移動のための手すりや用具

移動のための手すりでは，対象者がどのように動くのかということに加え，同居する家族の動線も把握しておきたい。対象者だけでなく，同居する人にとっても生活しやすいように手すりを設置していく必要がある。

手すりの形状から考えると，横手すりの方が，連続して持つことができるため，移動用としてはよく用いられる。しかし前述した通り，壁面が少ない居室では難しいことも多く，縦手すりでの代用も検討する。縦手すりであれば，柱など狭い場



見せます！ OT室の ちょっとした アイデア

1

作業療法室デザインを考える

潮 昌子

(板橋区立障がい者福祉センター他、作業療法士)

はじめに

筆者は、長期療養型の病院からスタートし、現在は市区町村立の障がい者福祉センターや訪問看護ステーションなど、地域在宅分野で模索し続けている OT である。育児、家事や、作業療法以外の他分野の仕事も行いながら、単年度更新でちょっとずつ、いろいろな職場を渡り歩いてきた。OT としてはレア？ なほうかもしれない。

今回、「OT ならではの視点でリハ室をどのように見せるか？」というテーマで、コラム執筆のお話をいただいた。正直…まったくもって、リハ科の新規開設に関わった経験などなく、レイアウトやデザイン変更についての権限もないに等しい立場ばかりだったのだが…それでもご依頼くださったのは、ありがたく光栄なことである。

作業療法室って、どのようなイメージをもたれているのだろう？ 自問自答しても、なかなか答えが出なかったので笑、OT 以外の職種の方や、利用者さん方からはどうみられているのか、直接あるいは SNS を利用して、10 数名の方に伺ってみた。OT ならではの視点、というテーマと真逆になってしまったが、客観的な率直なプレストの結果は、意外で、ちょっとショックで、作業療法室に限らず、OT のアイデンティティにも思いを馳せるほど、貴重に思えた。これをヒントに、OT 独自のアイデアが生まれる場合もあると思う。多くの OT の皆様の参考になれば幸いである。

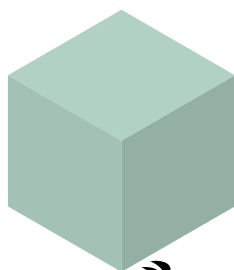
OT 室って、どんなイメージ？

1. 多職種・利用者へのアンケート結果から

- 楽しそう。
- シンナーのニオイ。
- 机があって、利用者さんは椅子に座っている。
- キッチンがある。
- 理学療法室よりは狭い。
- 施設基準の関係で、理学療法室と分かれているところもあるが、最近できたところは作業療法と理学療法は同室。
- 特に垣根がないのでリハ室の一部って感じ。
- ぬりえさせていて、理学療法室に比べ、うめき声が聞こえなくて静か。
- 手の可動域訓練をやっているところ。
- 上肢機能検査 (STEF) をしているところ。
- 作品展示がある。
- 作りかけの籐カゴがまず目に入る、鮮やかで見事。
- 畳のスペースがある。
- お茶を飲んで談笑している。

このようなざっくばらんな意見が出た。PT の方からのイメージは、必然的に身体障害領域の作業療法室イメージに偏ってしまうが、利用者の方からのイメージは、ご自身が作業療法を受けたことのあるところ…急性期か回復期か維持期か、病院か施設かにもよるようである。かなりばらつきがあるのは、OT に求められる役割が PT や ST よ

OTとして 私が 大切にしていること



アクティビ ティのもつ “とってお き”の力

東京大学医学部附属病院 リハビリテーション部、
作業療法士

奈良 篤史

手工芸などのアクティビティを使いたい
が、今の職場では使える環境にない、という
話をよく耳にする。所属施設によって OT に
要求される内容に違いはあるが、今の世の中
の流れは、手工芸などのアクティビティを含
まない機能訓練や ADL 訓練などを要求され
るのだらうとも思う。ただ、OT がほかには
ないアクティビティのポテンシャルを見失
わないでほしいと願っている。

OT はじめに

大学病院の身体障害分野の OT として勤務し、
30 余年が過ぎた。この間に、診療報酬改定も盛ん
に行われ、簡単・複雑で請求していた作業療法是、
その名前が消え単位制の疾患別リハビリテーシ
ョンに統合された。介護保険が始まり、急性期医療
には DPC（診断群分類包括評価）の導入などが行
われた。これらのことは、作業療法の臨床場面
にも大きな変化をもたらした。集団から個別治療
へのシフト、より早期からの治療開始、入院期間
の短縮、自宅退院・外来診療の流れから転院目標
への変更、退院時の自宅訪問指導の消滅、対象疾患
の重症化、多様化など、枚挙にいとまがない。

一方で、OT として勤務を始めた頃と変わって
いない部分も少なからずある。私は、アクティ
ビティ研究会という、有志の OT による SIG（special
interest group）に所属している。1992 年に旗揚げ
され、私は翌年からの参加になるので、こちらは
25 年超のお付き合いである。OT として私が大切
にしていることはいくつかあるが、今回はアク
ティビティに焦点を当てて考えてみたい。

OT アクティビティとの出会い

私が養成教育を受けた頃は、まだ 4 年制大学に
作業療法学科はなく、ほとんどは専門学校で、短
期大学の設立が始まった頃であった。入学した養

責任者はつらいよ、でも楽しいよ

7

土井 勝幸

(介護老人保健施設せんだんの丘、作業療法士)

責任者になろう！やらなきゃわからないことばかり

はじめに

私は、現在介護老人保健施設で施設長をしている。中間管理職というよりは、実質的な組織の管理者として、36歳の時に副施設長として新設の老健を立ち上げ、45歳の時に同施設の施設長となり、管理者として20年目を迎えようとしている。

2005年に三輪書店の『作業療法ジャーナル』で企画された特集「エキスパート作業療法士への道」(Vol. 39・No. 4, 2005)で「生活の連続性を支援する作業療法」という私の作業療法士(OT)としてのテーマを掲げ、それまでの臨床・教育での作業療法士としての変遷と老健の施設長を目指した理由を表現した。その8年後に、青海社の『臨床作業療法』の連載企画「作業療法のアイデンティティー」(Vol. 10・No. 1, 2013)において、老健施設の管理者として、そしてOT協会の理事を始め、介護保険領域のさまざまな団体の理事を経験し、何を考え、行動してきたのかについてまとめる機会をいただいた。

これらの原稿を読み返してみると、私自身が作業療法士として何を大事にしてきたのかを再認識する機会になった。

そして、今回の連載企画「責任者はつらいよ(でも楽しいよ)」というテーマの執筆を依頼された。

私の管理者(責任者)としての“思い”はすでに機会をいただいて表現してきたというのが正直なところある。そこで、今回は自職場での責任者という視点だけでなく、さまざまな機会に経験してきた環境での“リーダー”という切り口から話を進めてみたいと思う。

責任者に求められること

現職の老健施設の施設長以外においても、小さなものから大きなものまでひとつのグループのリーダーとなる機会は今までにも数多く経験してきた。その中からリーダーとして私自身がどのような役割を担ってきたのか、そこから何を学んできたのかについていくつかを紹介をする。

OOT 協会事業のリーダーとして

協会の役割で、特にリーダーとして取り組み、悩み苦しんだのが、2007年に任命された企画調整委員長としての第1次作業療法5カ年戦略の策定であった。協会全体の事業計画を定める重要な役割であるから、多くの方々の声を集め、力を借りて一緒に作業を進め、それらを取りまとめるのが委員長としての役割と考えた。しかし、これがそう簡単にはいかない。策定作業の手はじめとして、

【新連載】

甦るヒストリー ——再掘作業療法

私のたどった細道①

精神療養所と 出会うまで

浅海 捷司

■在職した職場

国立武蔵療養所 東京都東村山福祉園
社会福祉法人かがやき会就労センター “街”
日本医療科学大学

旅のはじまり

草の戸も住替る代ぞ雛の家 芭蕉

芭蕉は奥の細道への旅立ちの折、一抹のわびしさとともに新たな出発があるという世の常をこの句に託している。私の職業的遍歴の旅は1960年就職した武蔵療養所に始まった。

東京小平の地にあったこの療養所には当時700人近い人が療養していた。今は国立精神・神経医療研究センター武蔵病院(精神科病床200床ほど)となり、さまざまな活動場面でともにあった生活療法棟(後に精神作業療法室)職員と療養者の痕跡は見事に消えている。私はこの句に重ね、時の移ろいを改めて感じている。

今は国際疾病分類改訂や国際生活機能分類提示、治療医学の進歩、精神病院の治療構造および社会状況(障害者雇用促進法や障害者総合支援法制定など)の変化を受け、新たな担い手による作

業療法の再建の時代なのである。

行春や烏啼魚の目は泪 芭蕉

独自の俳風を確立した後に前途を案じる知人たちに見送られ芭蕉は旅に出る。私の旅は未熟で怖さ知らずの青年期に始まった。

戦後の疲弊と混乱を脱し、精神衛生法が制定され薬物療法へ大きく精神医療が舵をきり、武蔵療養所では“生活療法”をベースに療養生活を構築する取組みが行われ始めた頃である。地域には共同住居、共同作業所、デイケアやクリニックなどはまだなく、精神病院は医療と福祉の両面を含んだ支援の場の色合いが濃かった時代であった。

そうした職場や地域の状況はもとより、精神病患者処遇の歴史や医療史、作業療法の歴史や実践の様子を知らぬまま、武蔵療養所を最初の職場として私の旅が始まったのである。

障害児教育の基礎を学んではいたが、医療従事者としての教育は受けてはいなかった。したがっ