



Vol. 32 No. 4
2016. MAY



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 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

一夏の真昼は危険がいっぱいー

介護老人保健施設 翠香苑 鈴木 ひろみ

前回、巻頭言を寄稿させていただいたのはおよそ五年前でした。当時は三十代でしたので、その年代がどのような立場におかれているかを、いくつかのライフサイクル論と照らし合わせながら調子よく語っていたと思います。三十代は「朱夏（古代中国の五行思想）」で人生の夏を謳歌し、「立身（孔子）」し、「正午（ユング）」という絶頂期に向かい、「人生半ばの過渡期…人生最大の危機（レヴィンソン、エリクソン）」へと立ち向かう。次の四十代は危機を脱していよいよ「不惑」に突入、年をとるのが楽しみです、なんて強がっていましたが、五年経ち実際に四十代のステージに上がってしまいました。

あらためて四十代はどのような立場、課題を抱えているのでしょうか。まだまだ「朱夏」夏の真っ盛りで仕事に家庭にと忙しく過ごし、「不惑」四十にして惑わず、人生の「正午」に達し午後へ移行する。この中年期の転換期は人生半ばの過渡期であり、すべての価値と理想が転倒する、人生最大の危機でもあります。現代はこれらのライフサイクル論が唱えられた時代と違い、寿命やライフスタイル、価値観が大きく変化を遂げているので、「？」と思う点もありますが、大きくは一致しているのではないのでしょうか。また、さまざまな場面で役割が増えてくる年代でもあります。仕事では上司と部下の板ばさみになり、扶養する家族の将来を考え、自分の行く末が不安になる。ミドルエイジクライシス（四十歳の危機）とも言われ、うつ病が増えるのもこの時期です。

ところで危機だらけのこの年代に、「不惑」だけが異質に感じませんか。心に惑いがなくなる、と。さまざまな解釈があるようですが、面白いなと思ったのは、「惑わず」ではなく「区切らず」、「惑」という字が当時は存在せず本当は「或」という字で、そこにしがみつかず新しい領域に挑みなさいという意ではないかというもの。真相はわかりませんが、こちらの方が自分にはしっくりきます。エリクソンはこの時期の課題を「世代（生殖）性 VS 停滞性」、次の世代の育成に関心が高まる一方、自分自身にしか関心がないと現状維持のまま停滞する、としました。これまでの自分と折り合いをつけながら、得てきた経験や役割を次世代に託す、つまり自分自身が確立していないとうまく課題を解決できないということです。「不惑」は、これまでの経験にとらわれず、課題（危機）の克服に挑戦することこそ、惑いのない確かな自分を確立する、まさにアイデンティティの再確立であり、ステージのゴールではなく次への大事なプロセスなのではと考えます。やり残した課題は、後の人生で代償を支払わなくてはならないことを実感します。

私は今まさに危機のど真ん中にいます。役割は膨らみ続け、毎日が課題への挑戦です。しかし、これからは人生の「午後」へと向かい、次世代へいかにバトンを渡すかが大事な使命となるでしょう。同時にそれは「役割の喪失」のプロセスでもあります。「喪失」というと負のイメージですが、引き換えに「経験」を手に入れることができます。そして最後には、自分にとって本当に大事なものが残るはずで、自己中心的となるがゆえに固執（停滞）せず、鮮やかに次のステージへと行きたいものです。

最後に…前回と同じような話になってしまいました。もしまた機会があったとしたら、五十代について語るかもしれません。決して他にネタがないわけではありませんが！

印象記「平成27年度老年期・ 精神合同研修会に参加して」

医療法人仁恵会 佐藤病院 押切 弥生

平成27年10月24日、老年期・精神合同研修会が開催されました。講師には佛教大学に勤務されている荻山和生先生がお招きされ、「認知症の人への作業療法の実践」というテーマで講義をしていただきました。

今回の研修会では、認知症という病気の捉え方から、認知症家族との関わりの持ち方、地域における認知症カフェの在り方など、認知症という枠の中でも幅広い内容を勉強することができました。荻山先生ご自身の臨床場面での経験談を基に、時々例え話や演習も織り交ぜながら、午前・午後にわたってわかりやすく講義していただきました。いつもであれば少々苦痛を感じることもある丸一日の研修ですが、今回は充実感のほう为上回り、自身の勉強不足・経験不足を痛感するとともに、「もっと勉強しなければ！」と自身を奮い立たせる良い一日となりました。

講義中の演習の一つに「認知症と他の精神疾患との最大の共通項とは？（ただし、この点だけは身体障害と区別されています）」との問いがありました。私は現在精神科病院に勤めていますが、全く思いつきませんでした。荻山先生のお考えはこうでした。「〈当事者は正確に望みを伝えられない〉という誤解がある。その結果、支援者が本人と真摯に向き合うことなく、家族とスタッフ間で話し合い、誘導しようとする支援が展開されがちである」。その答えを聞いて“なるほど！”と納得しましたが、同時に深く考えさせられる答えでした。

私としても「対象者の意思を尊重した主体性のある作業療法」が理想ではありますが、認知症や他の精神疾患の方との関わりの中では、反応がほとんど返ってこなかったり、その時々で意見が二転三転して振り回されてしまったりということもあり、“この対象者は何をしたいのか”“本心では何を望んでいるのか”が分からずに悩むことが多くあります。ただ、そこで対象者の意思を諦めるのではなく、そのような対象者こそ、その人の生活・人生、「人」を診ることで、本人にとって本当に必要なことを一緒に考え、引き出し、見極めていくということが重要になるのだと学びました。対象者を「病や障害」ではなく「人」として診ること、「人」として向き合っていくことの重要性を改めて考えさせられました。

また、今回の講義の中で、「参加とは、慣れたところから少し自分にとって不利なことを行うことや、厳しい環境に身を置くことなどの挑戦」というお話がありました。それを聞いて、自分自身も参加力が足りないなあと深く反省しました。挑戦には不安が付き物です。その不安の中で、時に他

者や環境に後押しされながらも、新たな一歩を踏み出すことが大事だと感じました。これから“作業療法士”としても“私自身”としても、今まで踏みとどまっていたことに少しずつ挑戦し、成長していければと思っています。

最後になりますが、今回の研修会にて講義をしてくださった荊山和生先生を始め、主催していただいた役員の皆さまに感謝申し上げます。さらに、今回私に印象記の執筆という挑戦の機会を与えていただいたことにも感謝したいと思います。ありがとうございました。

印象記 老年期・精神合同研修会 「認知症の人への作業療法の実践」に参加して

介護老人保健施設 翠香苑 三浦 陽太郎

10月24日に秋田大学医学部保健学科で行われた研修「認知症の人への作業療法の実践」には、佛教大学の荊山和生先生が講師として来てくださった。研修は①認知症の病気の捉え方、②認知症カフェ(オレンジカフェ)の活用と作業療法士の役割、③作業療法士として知っておきたい活動と参加の関係、④認知症初期集中支援チームに貢献する作業療法士の実践案、という流れで行われた。講堂1室を埋め尽くすほどの大人数が参加され、演習問題で認知症の人の視点でものを考えたり、荊山先生から時折りだされるユーモアのある発言に笑ったり、と和やかなムードで研修がすすんでいった。

私が勤務している老人保健施設では認知症の人と関わる機会が多いこともあって、興味があり参加した。今回は①、②についての感想を、拙い文章ではあるが書きたいと思う。

①では、認知症の原因と原因疾患、対応上の違い、認知症の人本人の視点でものを考える、家族からみた認知症と家族の苦悩と光、などの内容があった。中でも、これまでの事後対応の課題(認知症の入り口問題)という内容では、認知症の人が、病状が進行してから医療機関を受診して、長期入院か施設での生活が続いてしまうという現実の問題があるという話で、私の勤務している施設でも長期間入所されている認知症の人は多く、「認知症が重度になる前にどこかで予防はできないものか…」と考えたことも少なくはない。

ここで②の話になる。認知症カフェとは、聞いたことはあるが、実際はどのようなものなのか知らなかった。内容等の定義はないそうで、家族支援の充実の一環として「認知症の人と家族、地域住民、専門職もが参加でき、集う場」だそうだ。東京や京都の実際の認知症カフェでは、月1回、30～40人以上の人が集まり、交流しているらしい。認知症の人が住みやすい地域環境を作ることによって認知症の入り口問題は少しずつ解消していくのではないかと考えた。そこで、秋田県内では、どのような状況なのだろう、と思い、インターネットで「秋田県内 認知症カフェ」と検索すると、内容が重複したり、内容に関係なかったりするものも含まれるが、213,000件のヒット数をたたきだした。秋田市、大仙市、大館市などの秋田県全域の活動が報告されていて、正直な所驚いたのと、今まで無知であった自分が恥ずかしくなった。今回の研修に参加して自分の知識の入り口が作られた。今後も様々な研修に参加して、知識の入り口を増やすとともに、今後の作業療法の変化に対応できるよう、日々精進していきたいと思った。

最後に、今回の研修の内容は盛り沢山で書ききれない点もあり、また、乱雑な文章ではありましたが、最後まで読んでいただきありがとうございました。

シリーズ「作業療法と生活考」NO. 62

足指のタッチが感じられますか？

秋田大学医学部保健学科 金城 正治

あなたは、目を閉じて、誰かに足指を軽く触られて、どの指を触られたかわかりますか。最近では分からない方が多くいます。

我々は個々にボディシェーマを持っています。身体図式ともいいます。1911年、イギリスの脳外科医ヘンリー・ヘッドと臨床神経医ゴードン・モーガンによってこのモデルが発表されました。人は意識せずに自分の体の触覚や固有覚（筋・靱帯の伸び情報）から、体の大きさ、長さ、太さ、位置などの情報を得ています。自分がどこにいるかを認識します。自己と空間のオリエンテーションが分かります。ボディシェーマは、動きの基準となっており、そして、動いていくと脳で描きかえられていきます。

我々が鉛筆で字を書いているとき、紙の質を感じ取ることができます。また、箸で食べ物をつまみ、口まで運ぶことができます。これはボディシェーマが鉛筆や箸の先まで延長されています。これを「感覚の延長」と言うようです。

ハンドリングや介助がうまい方は、受けている人の体を感じています。体験として二人で横になって座り、お互いに軽く上腕を接触して、目を閉じて相手の呼吸を感じとることをします。呼吸は、肺や胸郭だけの運動でなく、小さい動きですが脊柱なども含めて全身運動でもあります。接触によりこれを感じ取ることができます。そして、お互いにシンクロしてきます。これにより安心して眠りを誘うこともあります。これもコミュニケーションです。これはボディシェーマの連続性と変化によって、意識しなくても体が動きます。

嫌な人と接するときや自分が緊張しているとき、自分のボディシェーマが変わってきます。ケースもこの変化を敏感に感じています。またケースの動きを感じずにハンドリングしていないでしょうか。違和感や動きづらさをお互いに感じるようになります。臨床でも片麻痺の方、高次脳機能障害の方、切断の方、心理精神に障がいのある方もボディシェーマが変化している、認識していることがあります。そのずれを敏感に感じることも必要です。

我々セラピストは、普段から丁寧に動きを感じ取ることを習慣にしていくともスキルです。

足の指へのタッチがどの指が分からないのは、足の使い方、履物、遊び、文化によってボディシェーマが変わってきていることを示します。

最近の子供に浮き指が増えているのをご存じでしょうか。外反母趾と指上げ足（浮き指）です。運動が苦手、バランスが悪い、転びやすくなります。意外とスポーツをしている子供にも見られます。スポーツしているから足指がしっかりしているとは限りません。パフォーマンスやうまくない場合は、これが原因の一つであるかもしれません。子供だけでなく、大人では足のたこ、膝の痛み、腰痛、転びやすいなどにつながることもあります。

浮き指のチェックは、親指が他動的に90度以上そってしまう。足の指でグーの形が作れない、足裏の指の付け根にタコができて固くなっている、カカトがガサガサになり固くなっている場合があります。足が柔らかいと勘違いしている方もいます。

ボディシェーマは変化します。変化したことに自分で気づいていないこともあります。動作では動

きに注目しがちですが、感覚も意識することも大事です。感覚が適切にフィードバックされないと、動きに影響を与えます。足指の動かし方や感じ方は爪の形状、爪の切り方にも関係していますが、これについては別の機会で考えてみたいと思います。

まずは自分の足をじっくり眺めてみてください。

「大人の時間はなぜ短いのか」

書評

著者：一川 誠

出版：集英社新書

価格：700 円(税抜)

206 項

秋田東病院 加賀美 開

「大人になると、子どもの頃より、なぜ1日や1年が短く感じられるのだろうか？同じ1時間が、遊んでいるとあっという間に過ぎ、退屈な会議ではなかなか終わらないのは、なぜなのだろう？物理的な時間とは異なる人間の感じる時間の流れには、どんな特徴があるのだろうか・・・」

上記のようなことを考えた経験がある人がほとんどではないでしょうか？個人差はありますが、多くの方が時間を長く感じたり短く感じたりしていることと思います。本書では時間に関する感覚について知覚体験を例に挙げ説明しています。感覚には個人差があり、あくまでも一つの傾向として捉えられるという説明に留まっていることが多かったのですが納得できる点も多かったので紹介させていただきます。

みなさんは「ジャネーの法則」というものをご存じでしょうか？感じられる時間の長さは、年齢と反比例な関係にあるという仮説です。同じ1年であっても、10歳の子供にとっては人生の10分の1であり、60歳の大人にとっては人生の60分の1であるということを示しています。一見、もっともらしく聞こえますがいくつかの問題を抱えています。前述の通り感覚には個人差があります。また人によって差がある上に個人においてもその時の状況など様々な要因によって感じられる時間の長さは変わってしまうのです。そのため広く知られている仮説であっても科学的研究では検討すべき仮説とはみなされていないのが実情です。感じられる時間（主観的時間）の特性を実験によって理解するためには、その時間の長さが、時計によって測られる客観的時間とどのような関係にあるかを調べるのが有効であるとしていました。この方法は「心理物理学的方法」と呼ばれており、感じられる時間の多くの特性を解明してきているようです。著者は私たちの体験がどのような特性をもっているかについての理解が深まれば、体験について意図通りに操作できる範囲も広がっていくとしていた。私としては少々言い過ぎではないかと思いましたが、感じられる時間について特性が分かることの有益さは感じました。現在、時間評価に影響を及ぼすとされている要因には以下のものがあります。身体の代謝、心的活性度、時間経過への注意などを主なものとして挙げていました。そのほかにも、空間の広さ、時間の脈絡やまとまり、難しい課題、疾患（躁と鬱、統合失調症）、加齢なども複雑に関係しており単一の要因での検討は難しいようです。加えて現代社会の生活の多様化、国際化が時間感覚に影響を与えているともありました。24時間買い物が可能になり、いつでもほしい情報が手に入り、海外と取引をし、昼夜問わず仕事ができる。そうなってくると人間が本来もつ概日リズムは崩壊してしまいます。そこでまた大きく時間評価について個人差が現れることになります。そのため、時間の特性について理解を深めると共に個人にとっての時間の使い方を個

人の知識や見解で考えていくことが求められると記されていました。

長々と説明させて頂きましたが、実に深い話であり伝えきれていないと思います。時間について
の特性を知識として持ちながらも自分の時間を確立することの重要性について書かれていました。
私自身、本書を読みながら時間について多くを考えました。楽しい時間とは、効率よく時間を使う
には...など様々ですが、作業療法士としては対象者の時間をどのように捉えていくのが重要な
ではないかと考えました。例えば2時間という枠組みの中でその時間を短く感じるか長く感じる
か、それは行っている活動にもよりますし、誰といるのか、どこでやるのかによって大きく変わ
ります。どのように過ごすのが個人にとって豊かな時間であるのか、そこに一人の人間としての自分
の錯覚を押し付けるのではなく、個人の時間の捉え方を少しでも理解し、個人によって異なる時間を
様々な要素を用いて調整していく必要があるのではないかと感じました。本書を読むことでわず
かながら自分が今後、対象者と関わりあっていく上での課題が見えたような気がしました。

私の稚拙な文章に最後までお付き合い頂きありがとうございました。少しでも皆様の「時間」を
よりよくする一要因となれたのなら幸いです。

職場紹介

介護老人保健施設 成寿苑 黒沢 まゆみ

こんにちは。大館市にあります、介護老人保健施設成寿苑(せいじゅえん)について紹介させて頂
きます。当苑は、青森県弘前市と秋田県を結ぶ羽州街道(国道7号線)を少し見上げるようにして、
緩やかな下り坂の先にあります。四方を山々に囲まれた、大変のどかな環境です。「まげわっぱ」「お
おだてハチ公」「特産枝豆」「大文字祭り」「アメッコ市」「樹海ドーム」など、大館を代表とする歴
史ある工芸品から伝統あるお祭りまで、実に様々な文化にも恵まれています。(最近は大館PRのた
めに、『まちあわせハチ公ガールズ』という、非常にめんこいアイドルグループも発足しました！)

作業療法士3名、理学療法士4名、言語聴覚士1名が常駐しており、入所・短期入所合わせて100
床(うち40床が認知棟)、通所定員28名のリハビリをそれぞれ分担しています。作業療法ではカゴ
作り・貼り絵・ティッシュカバー作り・シュシュ作りといった、意欲的に取り組める活動の提供を
行っており、完成すると皆さん大満足で作品を見せ合ったり、自宅に持ち帰って家族に紹介したり、
知り合いにプレゼントするなどしています。

毎月一度は必ず行事を企画しており、外部ボラン
ティアの方々や地元保育園・小学校に通う子供たち、
先生方の協力を得ながら季節に見合ったイベントも
催しています。特に人気があるのは苑内バイキング
で、一番最近だとクリスマスに豪華なご馳走が振る
舞われ、皆さんそれぞれ好きなものを選んでお皿に
盛り、美味しい食事を楽しまれました。また、
目の前で板前さんがお寿司を握ってくれるパフォー
マンスもあり、目で見ても楽しめるという一石二鳥
な企画が大人気となっています。



平成 23 年頃からは訪問リハビリを開設し、PT、OT、ST が揃っているのも、それぞれのニーズに合わせたサービスの提供を行うことが出来ています。最初は慣れないことの連続で、特に病院や他サービス事業所との連携に四苦八苦の状態でした。他事業所との連携については訪問リハビリ系の勉強会でも度々取り上げられる課題の一つで、5 年経つ現在でも私の中では重要な課題となっています。最近になって、徐々にではありますが、大館という地域に「在宅でのリハビリ」が浸透してきたのかな～と感じるようになりました。まだまだ課題は山積みですが、思いやりと寄り添いの心を忘れず、これからも地域の皆様のために誠心誠意努力していきたいと思ひます。



最後になりますが、当苑はいつでも施設見学大歓迎！なので、大館にお立ち寄りの際は是非ご一報ください。また、学生さんの受け入れも行っております。作業療法士の卵さん達のお力添えになればと思ひます。お気軽にご連絡くださいね！

編集後記

冬の寒さもいくらか和らぎ始めていると感じる季節になりました。今年は例年よりも雪が少なく、過ごしやすい冬でしたね。私の勤務する病院ではひな祭りの飾り付けが行われ、一気に華やかな雰囲気になりました。

さて、今年度も残すところあと一ヶ月となりました。皆さんにとって今年度はどんな一年でしたか？私は事故や病気などいいことばかりではありませんでしたが、家族や職場の先輩方に助けられ、何とか過ごせた一年だったように感じます。3 月は今年度の反省をし、来年度の目標を立てられるよう過ごしていきたいと思ひます。また、4 月から他の職場に移る方や新社会人を迎える方など様々いらっしゃると思ひます。3 月はこれまでの同僚、環境、家族に感謝を伝える絶好の機会だと思います。普段は恥ずかしくて言えない事も声に出して伝えてみてはいかがでしょうか？

編集担当 (mari)

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「きりたんぽ」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@snow.odn.ne.jp です。ご協力よろしくお願い致します。

・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](mailto:a-ot-kouhou@par.odn.ne.jp)

☀ 学会案内 ☀

第25回秋田県作業療法学会

場所：ホテル鹿角 日時：H28年4月23日（土）

特別講演：【テーマ】生活行為向上マネジメントと臨床実践（仮題）

【講師】リハビリテーション天草病院 OT 高橋啓吾

詳しくはこちらから ☎ HP: <http://akita-ot.jp.org/>

☀ 講習会案内 ☀

2016 年度成人片麻痺における環境適応講習会<in 秋田>

テーマ「C コース：洗体・更衣」

場所：大湯リハビリ温泉病院 日時：【前半】H28年6月4日（土）～6月5日（日）
【後半】H28年7月23日（土）～7月24日（日）

講師：柏塾代表 OT 柏木正好・富士温泉病院 OT 高橋栄子・大湯リハビリ温泉病院 OT 水原寛 ほか

詳しくはこちらから ☎ HP: <http://www.kanteki.net/2014akita.html>

FB: <https://www.facebook.com/akitakanteki>

（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.sensyu-gishi.co.jp>

立位移動補助具 アクティーモ NR

SAKAImed

actimoNR

早期活動を促す

新しいリハビリテーション

脳卒中発症後早期の方でも、下肢・体幹を支持保持して安全に立位姿勢を保てる設計で、早期からの立位・移動リハビリテーションに最適です。



お問い合わせ先

酒井医療株式会社

www.sakaimed.co.jp

東北支店 盛岡営業所

（青森・秋田・岩手エリア担当）

TEL：019-656-5336

東北支店 仙台営業所

（宮城・山形エリア担当）

TEL：022-390-6840

仙台営業所 郡山オフィス

（福島エリア担当）

TEL：024-927-0231

リハビリテーション機器・生体現象測定装置等販売

高度管理医療機器販売事業 04-000026 号 **有限会社バイオテック**

代表取締役 飯塚清美

〒010-0041 秋田市広面字碓 80-1 TEL018-837-0161 FAX018-837-0162