

72歳まで大工として新築住宅建設や店舗改装などの仕事に打ち込み、退職後は木工彫刻を趣味として楽しむ。86歳のとき、骨盤骨折・胸腰椎圧迫骨折を受傷してからは腰痛に悩まされ、趣味の木工彫刻からも遠ざかっていたが、リハビリをきっかけに趣味も再開。

作り始めたきっかけ

元大工で道具と材料、そして仏像の本があった。

作り続けている理由

親戚にあげたら喜んでくれたから。

どんな気持ちで作っているか

完成を楽しみにしている。そして、貰った人が喜んでくれたらいいな。



〈作者〉今村美芳さん
作品介绍
 アートな
 01



- 編集後記 -

- かつお**
作業療法が…鹿児島が好き。そんな想いのこもった広報誌ができました。いっど!OT!
- どてもっちゃん**
IDDOTはOT Lifeの後続となる広報誌です!楽しく読んで頂けたら幸いです!
- まえっぴ**
本誌で作業療法という仕事を知るきっかけになれば幸いです。『肩肘張らず自分らしく』
- よっしー**
新しい広報誌。OTについて、少しでも身近に感じて頂ければうれしいです。

- モリピー**
街ぶらり取材行い、車いすユーザーの方の視点で新たな発見がありました!素敵なお店も見て下さい!
- たちー**
手に取りやすい広報誌、IDDOT!OTのことを身近に感じてもらえると嬉しいです!
- いんちよー**
作業は人を元気にする。そう信じているのが作業療法士です。あなたの大切な作業って何ですか?
- たくじー**
新加入しました。作業療法の素晴らしさをこれから皆さんに伝えていけたらと思います。IDDOT!!

- あっきー**
まちぶらりマップも掲載しています。お出掛けの参考にになれば嬉しいです。
- Utarou**
西郷どんの塗り絵描きました。あなた色で楽しく塗ってあげてください。よろしくお願ひしめ!
- ゆかぶー**
いっどOTを手にとって頂きありがとうございます。少しでもOTを身近に感じてもらえたら嬉しいです。



※OT—作業療法士

作業療法をめぐるコト・モノ・風景。

contents	作業療法士と語る場。	OT図鑑	よかにせ・よかおごじよ	
	まちぶらり	くらしのアイデア	脳トレ	What's OT





作業療法士と語る場。

OTALK

vol.01

作業療法の仕事のコト、
今考えているコト、思っているコト。
作業療法士に関わる人達との
語りから見えてくるコト。

今回は、松下病院のOT吉原さんと
患者さんの内堀さんと
そのご家族と語りました。



吉原 武史 TAKESHI YOSHIHARA

松下病院 / 作業療法士 / 認知症ケア専門士
平成17年作業療法士免許取得。平成25年から
松下病院勤務。現在、認知症治療病棟専従の作
業療法士として勤務。

医療法人 仁心会 松下病院

診療科目：心療内科・精神科・老年精神科・神経内科・内科
〒霧島市隼人町真孝998番地 ☎ 0995-42-2121 📠 0995-42-0149
<http://matsushitahp.org/>(医療法人 仁心会 松下病院HP)

“馴染みの関係、馴染みの作業が 生活に張り合いをもたらし、穏やかな時間をつくる”

Question

OT吉原さんとの
関係は？

内堀さん ナカマさんは人付き合いのいい人ですよ。一緒に将棋や花札をよくやります。
(内堀さんは認知症を抱えており吉原さんのことを、昔働いていたころの寮の友人と思っています。吉原さんは否定せず内堀さんの想いに寄り添うことで馴染みの関係を作っていると言います。)

OT吉原さん 内堀さん将棋強いですよ、昔からしていたこともあって(病院の)将棋大会で優勝したこともありました(笑)。グランドゴルフをする時は、自分のスティックを持参されるくらいこだわっていますね。

内堀さん もともと体を動かすのが好きで、昔は野球もやっていたピッチャーで4番でしたよ。

OT吉原さん 昔から色々なことを経験されて、活動的な方なので皆さんの中でも頼りにされる存在ですよ。馴染みの作業も多くて、私も色々なことを教えていただいています。

娘さん 他の患者さんの方から声をかけていただけたりしているのを見るとすごく嬉しいです。吉原さんとの関係はすごく良いです。声を聞いただけで吉原さんのこと分かるみたいです！

OT吉原さん 僕は内堀さんの生活する場に居ます。内堀さんの強みであるグランドゴルフや将棋などの馴染みの作業と一緒に取り組んでいますから、馴染みの関係性も築きやすかった。だから、ナカマさん(信頼のある存在)になれているのかもしれない(笑)。



Question

OT吉原さんと関わることで
変わった？

娘さん 家だとしてもテレビばかりになって、松下病院に来る前にもいくつかの施設をまわっているのですが、吉原さんと出会って顔が穏やかになりました。家族会や行事に私も参加させていただく時に感じるのは、本当にスタッフのみなさん一生懸命。病棟に来る時も感じるのですが、吉原さん含め本当に温かいです。

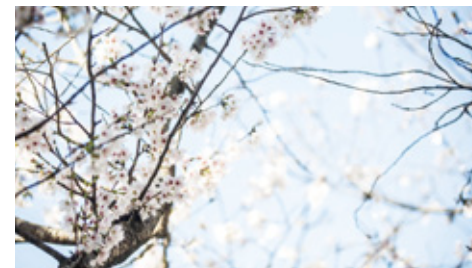
OT吉原さん ありがとうございます。認知症は作業療法士だけでなく看護師・医師・介護福祉士など患者さんに関わる全員が、患者さんの想いに寄り添い、張り合いのある穏やかな生活を送れるかを考えていくのが大切で、その意識ができていから温かな雰囲気を作れたのだと思います。

娘さん そうですね。はじめは外来で通っていたのですが、入院してからその辺の事を理解して対応してくれているので安心してお願いしています。

OT吉原さん 作業療法士に関わらずなんです、本人の今までの生活や人生と現在の生活や世界観を理解して関わるのが大切だと思うんです。“認知症”にとらわれずに。

娘さん 対応や関わりが大切なんだなって本当に思います。今、2年くらい経つのですが関わってくださっているみなさまのおかげで穏やかな時間を保っています。

OT吉原さん スタッフだけじゃなくて内堀さんを囲む他の患者さんとの関係も良好で、色々なことに取り組んだりして、馴染みの関係を築けています。作業療法士としては、馴染みの作業に取り組むことで認知症があっても張り合いのある生活を送り、ご家族とも穏やかな時間が過ごせるよう“ナカマさん”=“信頼のある存在”として関わらせていただきたいと思っています。



《 OT 図鑑 》

作業療法士ってどんな人だろう？
そこにはそれぞれの物語が…あるかも？
作業療法士たちのヒストリーを巡る。

OT pictorial book | file. 01 | Hiroshi Takeda



《 2018年 現在 》
作業療法士34 年目
介護老人保健施設 きりしまで勤務



《 1980年代 》
作業療法士になったばかりの頃
働いていた霧島温泉労災病院にて

file.
01

竹田 寛
Hiroshi Takeda
鹿児島県作業療法士協会 会長

目の前のことに一生懸命。
結果ではなく、その過程が好き。

Q OTになったきっかけは？
高校は進学校だったのですが、大学進学するつもりはなく人と違うことがしたいと思っていました。しかし部活や遊びばかりでこれといって目標はなく宙ぶらりんな状態だったと思います。高校3年生の春に友達から入学金・学費もタダの学校があると聞き受験したのがきっかけです。その頃はOTもPT(理学療法士)も分かっていなかったと思います笑。

Q 新人の頃と現在のイメージや価値観の変化は？
新人OTの頃の作業療法は、アクティビティ(手工芸などの作業活動)が主でしたね。その頃は今の様に情報がなかったから、いろんな勉強会や研修に行き、随分遠くの人にも会いに行きました。今は作業療法そのものが発展し幅が広がって説明が難しいものになっているように思います。

Q 今後は？
作業療法学という学問ができたらいいなあ。もうすぐ60歳、定年を迎えるにあたり、人には趣味や生きがいを持って、自分に支援したりするけど、うか悩んでいます…笑。

Q OTはその人らしく生きることと支援する仕事です。患者の「どう生きたいか」を実現するために障害でできた隙間を自分(OT)を使って、小さくなるようにしていく仕事だと思っています。OTとは永遠のテーマですね。

Q 趣味は？
スキーが趣味なんですけどそれが目的ではなく、ただ運転しているだけの時間が好きなのかもしれない。若い頃、夜に車を走らせて疲れた所でひと眠りをして目が覚めた時には何とも言えない満足感がありました。



- 01 シーちゃん
- 02 2年目
- 03 運動とカメラ
- 04 OTって奥が深い。



- 01 旧姓もりぞの
- 02 12年目
- 03 水泳
- 04 老後も作業療法士にパートナーとして暮らしを支えてほしい。そんな作業療法士を目指してます!



- 01 ぐっさん
- 02 4年目
- 03 球技とアウトドア
- 04 色々な作業活動を用いて、治療・訓練を行い、安心してその人らしい生活を送れるように支援していきたいです。



- 01 あずさ
- 02 10年目
- 03 音楽を聴くこと、ピアノを弾くこと
- 04 その人にとって、当たり前の毎日を、楽しく笑顔で過ごせるように支援していきます!

よかおごじよ
よかにせ

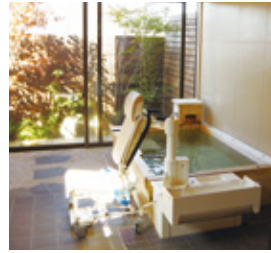
QUESTION

あなたにとって OTとは？

- 01 ニックネーム
- 02 OT歴
- 03 趣味・特技
- 04 ひとこと



1 家族温泉 木の花



県内でも最も古い歴史をもつ日当山温泉。美肌効果のあるナトリウム炭酸水素塩のお湯が肌をツルツルに。湯の温度は高く源泉かけ流し。開放感のある浴室の中でゆっくりくつろげます。

隼人町姫城2-43-1

☎ 0995-43-1113 年末年始休み

OT'S POINT

リフトがある温泉施設(家族湯)でリフト使用方法は説明あり(ネット動画あり)足湯だけでもOK。《駐車場》障がい者用1台。乗降スペースあり。《トイレ》リフト浴室のみ車イス利用者用の設備あり。一般トイレも段差なし。《動線》駐車場から入口までスロープあり。全室車いすのまま入室可能。

2 CAFE 510



倉庫を改装して作られたL字作りのオシャレなカフェ。店名の「510」は、経営している後藤さん夫婦の名前から。地元産の食材にこだわった美味しいランチが大人気。かわいい雑貨も♪

霧島市隼人町東郷133-1

☎ 0995-73-7445 不定休

OT'S POINT

スタッフさんが入店のお手伝いをしてくれます。《駐車場》砂利。一般のみ。《トイレ》一般のみ。近くのホームセンターに障がい者用トイレあり。《動線》店内は段差なく、車イス移動可能。テーブルとイスの席が多いので、車イスのまま飲食可能。

3 日当山西郷どん村



大河ドラマ「西郷どん」の放送、明治維新150周年を迎えるにあたり、オープンした観光施設。「レストラン」と「物産館」、来客者を癒す「足湯」が今後建設予定です。

霧島市隼人町内1487-1

☎ 0995-42-5880 年中無休

OT'S POINT

案内の方が歴史や家の構造、暮らしぶりについて楽しく説明してくれます。《駐車場》障がい者用2台。一般駐車場も広い。《トイレ》障がい者用トイレあり。《動線》展示の西郷どんの宿へは段差が多く入室困難だが、庭や家の全体像は楽しめます。

4 日当山温泉公園



705年の歴史を誇る公園。現在も色白の美肌をつくる温泉として人気のある日当山温泉の中心部に位置する多目的公園です。約120本の桜の木が植えられていて、春にはお花見客で賑わいます。

霧島市隼人町東郷

☎ 0995-45-5111 (霧島市建設施設管理課)

OT'S POINT

広い公園で、芝生が多く木々がきれい。遊具も多く子供も楽しめる。《駐車場》舗装がされていないが広めで停めやすい。芝生と土の部分があり、雨後などは停める位置に注意。《トイレ》多目的トイレ1カ所あり。《動線》駐車場からトイレまで遠く、舗装されていないところもある。

5 蛭児神社



蛭児神社周辺はなげきの杜と呼ばれている雰囲気たっぷりの森です。イザナギノミコトの子ともである蛭児神が、天盤樟船に乗って漂着したのがここと伝えられています。御神木は楠の巨木。

霧島市隼人町内2563

☎ 0995-42-0020 (鹿児島神宮)

OT'S POINT

蛭児神社から鹿児島神宮まで続く遊歩道は、春は桜、初夏は蛍が楽しめます。《駐車場》一般のみ。通り道沿いで駐車しにくい。《トイレ》障がい者用トイレあり。《動線》駐車場からスロープを降りて行くとトイレがある。駐車場～鳥居～境内まで舗装しており、段差部分はスロープ状になっているが幅が狭め。

くらしのアイデア

vol.01 ソックスエイド

くらしをより良くする道具
[自助具]

OTはくらしを助ける工夫として
その人に合った道具を提案します。

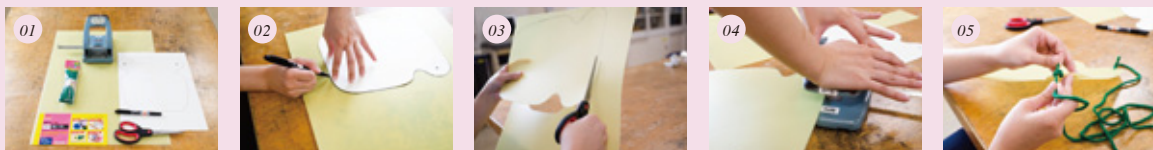


What's? :

ソックスエイド

靴下を履くための自助具です。使い方は簡単!クルッと丸めて靴下に差し込み、あとは足を靴下に差し込んで紐を引っ張るだけ!あら不思議!靴下が履けてしまうんです。股関節や膝を曲げられない方など靴下を履く動作が難しい人におすすめです!

How to Make? : 簡単! ソックスエイドの作り方



材料:紙型、PPシート(大きいサイズ)、紐
道具:ペン、ハサミ、穴あけパンチ
《Point》材料は全て100円ショップで入手可能!

型紙を切り取り、PPシートに型紙に沿って線を描きます。
《Point》型紙をテープで固定すると作業しやすいかも!?

描いた線をハサミで切り取りましょう。
《Point》ハサミやPPシートの角で手を傷つけないように注意してくださいね!

穴あけパンチで穴をあけます。
《Point》2穴パンチでは型紙の穴と上手く合わないで、大体の位置で大丈夫です!

穴に紐を通してしっかりと結べば完成。
《Point》紐の長さは1m20cmくらい。

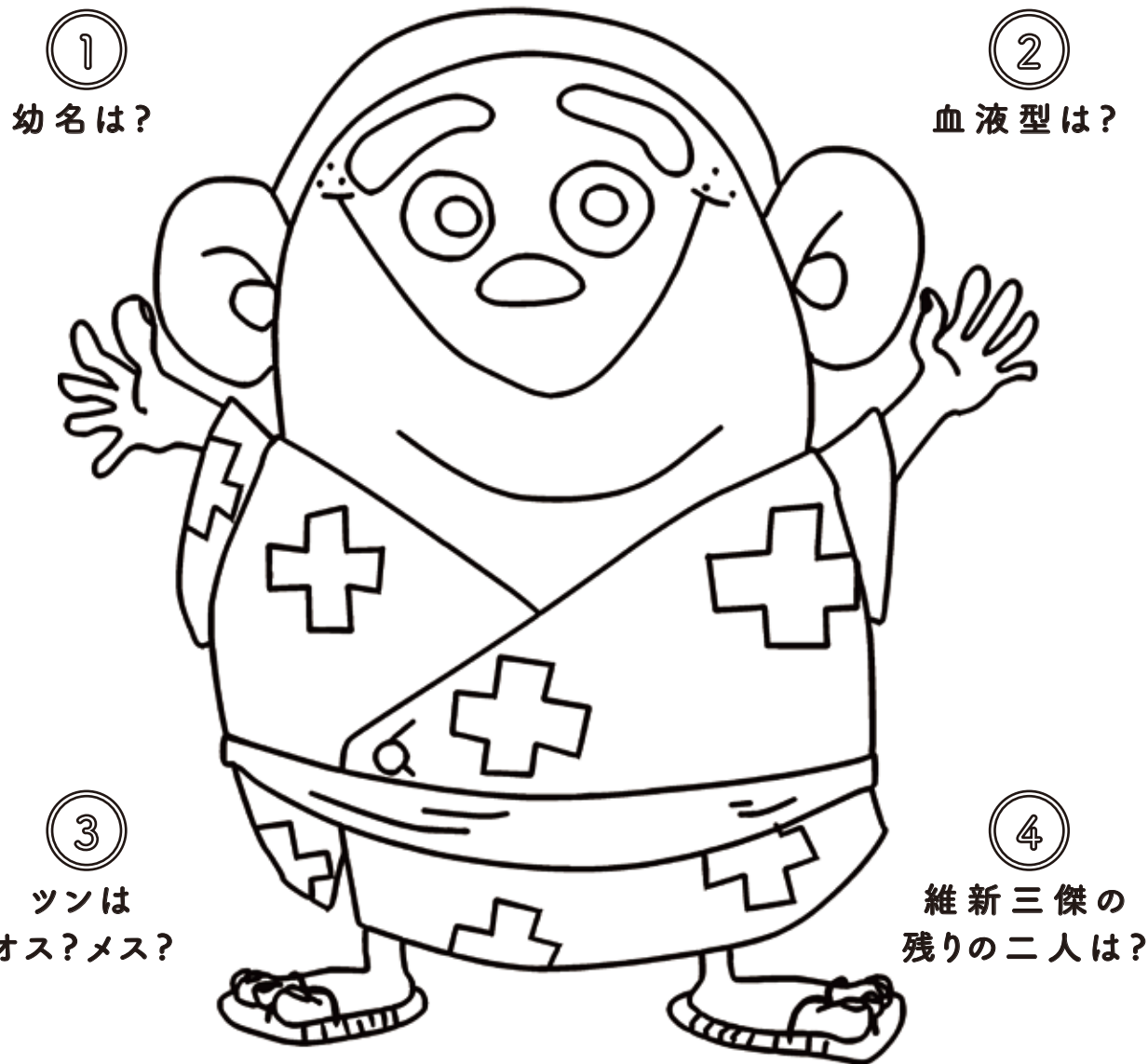


ソックスエイドの使用方法を
鹿児島県作業療法士協会ホームページ内の
「お役立ち情報」で紹介しています。ぜひこちらもチェックしてみてください。
<http://kagoshima-ot.jp>

I D D O T 脳トレ

色を塗って脳を鍛えよう。

[西郷どんクイズにも挑戦してね]



クレヨンや色鉛筆で西郷どんを完成させてね! コピーしてみんなで使おう!

塗り絵には様々な効果が!

- 脳が活発になる
- 自律神経の調整効果でリラックス
- ストレス発散効果

※あまり集中しすぎるとかえって逆効果になる場合もありますので、1日15分~30分程を目安に、無理せず、完璧を求めずに自由に気楽に楽しみましょう。

西郷どんクイズの答え [1] 小呂 [2] B型 [3] メス [4] 大久保利道・木戸孝允

What's OT?

- 作業療法のお仕事 -

作業療法士とは？ 心や体に病気・障がいを持った方々の生き方・価値観・思いを大事にしながら、再び一人ひとりがその人らしく生活できるように支援するリハビリテーションの専門職です。

作業療法士(occupational therapist:OT)は、個人のライフスタイルに合わせて、生活動作を用いた練習(例えば、お箸を使って食事をする、料理を作る、外出)、手工芸や遊びを用いた練習(例えば、指の動作練習に用いるちぎり絵、自己表現を促すための絵画)などを行います。また、家屋改造のアドバイスや福祉用具の選択、自助具※の作成を行うなど、その仕事は多岐にわたります。ここでは、作業療法士の仕事の一部をご紹介します。

※自助具：体の不自由な方が、可能な限り自分の力で生活できるように工夫された道具のこと

こころ

精神疾患をわずらうと、「他人が自分の悪口を言っている」「虫が体を這っている」などの幻聴や幻視があらわれることがあります。また、物事を覚えるのが困難になったり、ささいなことで混乱しやすくなったりするため、今までできていたような家事や仕事ができなくなってしまいます。入院し症状が落ち着いたとしても退院後の生活に不安を抱く方も多く、そこで作業療法士は退院するために必要な生活のスキルや自信をつけられるような練習を行います。

例) うつ病のBさん。症状は落ち着いたものの自分の能力について不安を訴えています。作業を一人で行うことで自信の獲得を図ります。



発達期

病気や事故などが原因で、心や体の発達が遅れてしまった子どもたちや、生まれつき障がいを持った子どもたちがいます。その子どもたちに対し、その子が取れるコミュニケーション方法や楽しく遊べる方法をご家族とともに見つけたり、運動や道具の操作など学校や園で困らないよう、事前に必要な事を練習したりします。

例) 脳性麻痺で右手でスプーンを上手く使えないCちゃん。スプーンの柄を太く持ちやすくしました。また、右手を上手く使えるよう、ぬいぐるみを使い練習を行います。



からだ

病気や事故が原因で、体を自由に動かせなくなったり、高次脳機能障害※により日常生活に支障が出る場合があります。作業療法士は、その人に合った生活の方法と一緒に考え、体を動かす練習や動作の練習、環境の工夫などを行います。

※高次脳機能障害とは脳が損傷され、記憶や行動、言語、感情、思考などのその人らしく生きるための高度な機能に障がいが起こる状態。(集中力が続かない、新しいことが覚えられない、感情や行動の抑制がきかない等)

例) 脳卒中により左手が麻痺し、思うように動かせなくなったAさん。練習をして少しずつ動くようになり、できることを増やしていきます。



高齢期

年齢を重ねるごとに病気がちになり、倒れて骨折してしまったり、興味を持つものもなく、家に閉じこもってしまったりするお年寄りがいます。そのまま寝たきりになり、認知症になってしまう方もいます。再び住み慣れた自宅や地域で生活できるように、レクリエーションなどのさまざまな活動を通して、お年寄りのやる気をアップさせ、楽しみながら体力をつけ、着替えやトイレなど生活する上で必要なことができるように練習を行います。

例) 病気が原因で寝たきりになってしまったDさん。好きなことを通して寝たきり改善・体力アップを図ります。

