

《臨床研究講座》

わかりやすい論文を書くために

—文献の読み方・使い方—

企画にあたって

これまで学術誌『作業療法』編集委員会は、作業療法士が実践の場で日々経験されていることを、事例研究や実践報告などの科学論文として投稿するためのヒントになる講座を企画してきた。【臨床教育講座】を2013年より開始し、「臨床家のための実践と報告のすすめ：入門編」として6回が掲載された。続いて、2014年から「臨床家のための研究のすすめ：実践編」の11回を掲載した。『作業療法』の投稿に「実践報告」が増えるという、うれしい結果に結びついている。

さて、今回の《臨床研究講座》はこれまでの2つのシリーズに続くものである。若い実践家の日々の活動が科学的根拠に基づく研究論文として、『作業療法』に掲載されることを切に願ひ、これを目指そうというものである。そのため、掲載論文の著者らの思考過程を具体的に紹介してもらおうと考えた。

そこで本企画では、すでに『作業療法』に掲載された「研究論文」および「実践報告」の著者もしくは共著者が、掲載された論文の構想や執筆にあたっての文献活用の仕方を焦点とした。すなわち、実際の論文作成の際に参考となった科学論文や資料を紹介すると同時に、日々の実践から湧き出た研究疑問の構造化、研究背景の理解、研究目的や意義の確認、仮説の形成、方法論の選択などに、それらの文献をどのように活用したかを示していただいた。

良いサービスを展開しようとする実践家の努力は、作業療法の仕組みを創造し、開発へ結びつく可能性を持つ。私たち作業療法士にとって、わくわくする頼もしい挑戦と発見の「作業」となることを期待している。

(学術誌『作業療法』編集委員会)

《臨床研究講座》

わかりやすい論文を書くために

—文献の読み方・使い方—

第1回 「学会発表から論文へ」

村田 和香*

はじめに

作業療法士にとって、学会発表や論文執筆が日常の実践と同様に重要であることは間違いない。日々の発見や気づき、問題解決過程を公開することは、自らの実践やクライアントのより深い理解につながる。また、何より他の作業療法士と共有できる喜びがある。

しかし一方で、事例報告といえども学会発表や論文執筆を難しいもの、敷居が高いものと感じることは少なくない。なんとか学会発表はしたものの、日々の忙しさのなかで論文執筆を後回しにしてしまう。発表過程のディスカッションから得たひらめきや、発表後のアドバイスを得た喜び、そして、わくわくした高揚気分を継続させることはなかなか難しい。

それでも、論文執筆に挑戦していただきたいと思うのは、思いを文章にする喜びや楽しさを体験できると信じているからである。学会発表や論文作成は、自分の実践の記録だ。実践を振り返り確認していく過程は、クライアントとの交流を中心に展開する私小説を書くような楽し

い作業である。まとめ上げるなかで、次に会うクライアントとはいったいどんな物語が展開されるのだろうか、もっと良いアプローチの物語にしたい、そんな気持ちにさせてくれる。

先にふれたように、難しく敷居が高いと感じさせる論文の投稿から掲載に至るまでの過程は、ゴールが見えなくなりがちで、時に心が折れそうになることがあるかもしれない。そのため、作業を進める時に、一緒に考え支えてくれる人がいると勇気がわく。上司や先輩、同僚、そしてクライアントである患者さんが支えになるだろう。そして、何よりもこれで良いと強く自信をもつためには、文献を読むことが一番の助けとなる。

ここでいう文献とは、作業療法に活用できる研究によって得られた知見をまとめたものである。たとえば、学術誌『作業療法』の場合は、「研究論文」、「総説」、「短報」などである。これらに加えて、教科書、白書や資料も含まれる。

本論では学会発表した事例報告を『作業療法』に「実践報告」として投稿するまでに、どのように文献を活用したのかを示したい。次頁の実践報告を例とするが、この論文は著者主催の事例検討会での報告から始まった。検討された事例報告をもとに、学会発表から論文掲載に至るまでを共に作り上げた過程の一部である。

Hints for everybody who tries to write a scientific paper: How to critique and to refer to past papers: Number 1 "From presentation to publication"

* 北海道大学大学院保健科学研究所

Waka Murata, OTR: Faculty of Health Sciences, Hokkaido University

実践報告（『作業療法』34巻4号（2015）掲載論文）¹⁾

意味のある作業への支援が役割獲得をもたらし 習慣の変化に至った一症例 — 養護老人ホーム入所者に対する外来作業療法のあり方 —

要旨：養護老人ホームへの入所によって役割を喪失し、身体機能および ADL の低下が認められた脳出血後遺症をもつ 70 歳代女性に、本人が重要と感じている作業に従事することを支援した。提供された作業の成功体験を基に、その他の作業へも挑戦し役割を獲得することで、介助を受ける生活から積極的な生活を送るといった習慣の変化が生じた。この背景には、入院している「夫への報告」という意味のある作業が大きな影響を与えていた。作業療法の経過を振り返り、回数制限のある外来作業療法において、役割を獲得し習慣変化に影響を与える、意味のある作業への支援の重要性を考察した。

「経験を伝えたい」思いを明確にするために その解答を教科書に求める

この実践報告は、クライアントと担当した筆頭著者との作業療法物語である。養護老人ホームから外来通院で、リハビリテーションに期待をもっていた 70 歳代女性 A さんの担当となった作業療法士 B は、外来通院という限定された時間でサービスを提供しなければならないことに悩んでいた。また、養護老人ホームの生活をどう考えると良いのか迷ったことから始まる。

B は悩みの相談にのってくれた先輩作業療法士から、迷った時の判断のヒントは基本にあることを教えられた。「基本に戻るために教科書を確認すると良い」というアドバイスであった。そこで、教科書として多く読まれている 3 冊に、「老年期」および「老年期作業療法の目的」がどのように記述されているか、読んでみた。

1. 『老年期』²⁾ (2008) 協同医書出版社

日本作業療法士協会監修の教科書、「作業療法学全書」の 7 巻である。第 2 版までのタイトルは「老年期障害」であったが、第 3 版から「老年期」となった。日本作業療法士協会が作業療法の対象として高齢者をどのように捉えるか、その考えが理解できる。以下、老年期および老年期作業療法の目的についての記述を抜粋する。

「人生のまとめの段階として捉える老年期には、これまでの人生や生活を語ることが重要になってくるように思われる。高齢者は、人生の終わりに近づくにつれて、自分もっている時間を最大限に活用したいというニーズと、自分が生きてきた人生に意味づけるといふニーズをもっている。その人の人生の物語が、取り巻く文化の理想に合ったものかどうかという認識が、満足や苦悩の源泉になる可能性がある。

高齢者は、安心できる環境で、長期にわたって作り上げた習慣をもっていることが多い。しかし、老化による能力の変化と環境の変化は、これらの習慣を困難にする可能性がある。同時に、これまでの仕事から引退すること、配偶者を失うことといった状況の変化は、高齢者に新たな習慣の獲得を強要するものとなる。したがって、能力が衰えるにつれて、習慣は機能的遂行と生活の質を維持するために、ますます重要なものとなる。このような習慣は、その人が従事する作業をもっているかが大きな要因となる。そのため、物語を手がかりに探っていくこととなる。

長く生きてきた物語をもつ高齢者が、これからのどのような生き方を望み、どのようなライフイベントを大切に、人生の物語を続けたいと考えているのか。作業療法士は高齢者とともに作り上げていかなければならない。それを遂行できるよう支援していくこと、最後まで高齢者が自分らしい

生活を送る主体でいられるように支えていくこと、これが老年期作業療法である。」

2. 『老年期の作業療法』³⁾(2009) 三輪書店 作業療法の教科書シリーズの1冊である。

「老年期とは、生物学的には心身機能の衰退、社会的には生産的活動からの引退や子どもの独立による親役割の終了、孫の誕生による祖父母役割の開始などの、高齢になることと結び付いた出来事を経験する、人生の最終段階である。」

「老年期の生き方は人それぞれであり、過去にしてきたことをできるだけ続けたいと思う人もいれば、人生でやり残してきたことを残された時間の中で少しでもしてみたいと考える人もいる。しかし、生き方や生活の仕方を自分で決めて毎日を過ごすということが、加齢に伴う心身機能の衰えや社会的役割の喪失、家族関係の変化などによって困難になる高齢者も多い。

老年期の作業療法とはこのように、身の周りのことやその人にとって重要な意味をもつ活動を、高齢者本人の力だけではやり遂げられなくなったときに、活動の遂行を助け、その人が行為主体であることを支えていく、一連の介入であり介入技術の発揮である。」

3. 『高齢期作業療法学』⁴⁾(2010) 医学書院

標準作業療法学専門分野シリーズの1冊である。この教科書は「老人」や「老年期障害」といった老化現象により衰退する機能がなくなっても、元気で有意義に過ごしている人も少なくないことから、タイトルは「老」のイメージを避け、「高齢期」としている。そして、高齢期におけるリハビリテーションの重要性が、次のように示されている。

「人生の集大成の時期をどのように過ごしたいだろうか。あるいは過ごしてほしいと考えるだろうか。最期まで元気で過ごし、死ぬときはポックリ逝きたい、最期まで人の手を借りず自分のことは自分でとの思いは共通しているのではないだろうか。しかし、そうできない現実もあることから、高齢期

のリハビリテーションの重要性があるといえよう。」

ここでは、高齢期は死を身近にして過ごす時期とされていた。さらに、高齢期の援助として、「いかに障害を最小限にするか」、また、「自己実現の援助」をリハビリテーションの役割としている。そして、作業療法の目的を下記のように述べている。

「高齢期の生活は、健康状態や環境、個人因子に大きく影響される。世界保健機関（WHO）の国際生活機能分類（International Classification of Functioning, Disability and Health; ICF）の概念から把握することができる。この概念をもとに考えると、高齢期の作業療法の目的は次のようになる。

- ①日常生活課題の遂行と環境整備への援助
- ②役割・余暇活動、社会的交流の機会の提供
- ③家族指導、介護者の指導

これらを通して生活の再構築をはかることが、高齢者を対象にした作業療法となる。」

以上3冊の教科書からは、作業療法の実践にあたって老年期の特徴として、人生のまとめ、集大成、あるいは最終段階とし、人生を意味づける、自己実現の時と捉えていることがわかる。そのため、作業療法の目的を、重要な意味をもつ活動の遂行、生活の再構築を図ることにより、自分らしい人生を送る主体であること、としていた。したがって、高齢者がこれからどのような人生物語を続けていきたいと考えているかの情報が重要となる。

事例に戻る。Aさんは子どもが独立後の夫婦二人の生活、障害をもつこと、頼りにしていた夫が怪我のために入院したこと、一人暮らしをすることを不安に思う子どもの気持ちなど、老年期に起こるであろう出来事を多く経験していた。その結果、養護老人ホームで暮らすことを選択した背景をもつ。これらの経験が、Aさんにどのような影響を与えたのか、担当作業療法士Bはそれを理解しようと考えた。外来通院の限られた時間ではあるが、まずはAさんの話を聞く時間を大切にしたい。

さらに、自宅ではなく、養護老人ホームに入所しているAさんの生活をより理解するためには、見える問題の対応だけでは難しかった。家族、特に夫との関係を把握することを情報収集の目的に加えた。

情報をまとめるにあたっては、人生のまとめにむかうAさんに何が必要なのか考えなければならなかった。そこで、実践モデルの枠組みとして人間作業モデルを用いたクライアント中心に進めた⁵⁾。人間作業モデルは人間が作業に従事する状態を理解するための枠組みである⁶⁾。また、環境がどのように作業遂行に影響を与えているかを示す必要性からも、有効と判断したのが選択理由である。そして、自分らしい人生を送る主体であり続けるためには、クライアント中心のアプローチが必要と考え選択した。

学会発表から論文化するために 研究疑問を明確にする

このような経験を北海道作業療法学会のワークショップで報告した。そもそも、これを発表して良いのか悩んでいた担当作業療法士Bであったが、上司の勧めもあり、提供した作業療法を確認しようと考え発表した。発表後に、同じような経験を話してくれた人が現れ、アドバイスをもらったことで、次に活かせると感じた。実践報告として投稿したい、と強く思った。

そこで、まずは投稿論文の書き方を確認するために、事例研究・事例報告について教科書⁷⁾を読んだ。事例報告のための実践の振り返りは、どのようにテーマを選択し、事実を叙述し、議論を深めていったか、すなわち、「いかに考えてきたか」という作業療法リーズニングを見つめなおすことになる。同時に、どのようにデータを収集し、整理・加工するか、つまり「いかに表現するか」の技術が求められていた。繰り返すが、事例報告は自分の作業療法リーズニング⁸⁾を示すものである。この点が学びとして重要だ。次の実践の時に、修正可能になるための自分自身のトレーニングである。事例報告が研修に使われる意味は、このような省察の重要性にあると考える。

次に、今回の論文の切り口、著者の思いを明確にして方向性を定めるために、先行研究を確認した。すでに報告されているものならば、時間と労力をかけて解決する必要はない。文献を参考に、実践に活かせば良いだけのことである。未解決かどうかを知るためには、関連分野も含めて、文献を調べる必要がある。文献レビューにより様々な答えがあるとわかれば、その疑問は問題にされてはいるものの、いまだ解決されていないことになる。レビューや総説は最新の知見を踏まえて、その分野の内容を包括的に解説している。いわば最新の「教科書」であるから、これを活用しない手はない。しかし、作業療法のレビューは少ない。そのかわりに再び教科書を読むと良い。質の良い情報を効率良く仕入れるためには、教科書が一番である。先の読み方とは異なり、テーマを定めしっかり読む必要がある。教科書のなかで引用されている文献リストも参考になる。なお、読み方は「レビュー論文の読み方」⁹⁾を参考にした。

以上のプロセスにより、実践にあたっての疑問を解決することが作業療法にとって意義があるかどうか、自分の疑問はどのような研究の形で解決すれば良いか、この疑問をどのように解決するのか、などを事例報告で示してみようと考えた。Bはいくつかの研究論文を参考に、作業療法の方向性を定めていった。実際に引用したものを紹介する。

まず、ADL変化に影響を及ぼす要因を確認できる文献を探した。古い文献ではあるが、看護領域に以下の論文があった。

1. 「在宅片麻痺老人患者のADL変化に関する要因の分析」¹⁰⁾ (1991) 『日本看護科学会誌』

在宅脳卒中片麻痺の高齢者33名とその家族の日常生活に視点をあて、退院後のADL変化に関する要因を明らかにすることを目的とした研究である。その方法はADL、高齢者と介護者の意識（役割、老化への態度、依存度）、身体的要因、心理、社会的要因、介護者の身体的要因、家族関係要因、介護行動に関して医療機関で情報収集し、さらに高齢者および家族に対

し面接、質問紙調査を行ったものである。結果は、①意欲的な高齢者は自分の問題は自分の責任であると考え、リハビリテーションに積極的で、退院後のADLは改善している、②高齢者および介護者の意識のうち、高齢者の伝統的な役割への意識のみがADL変化と優位な相関を示した、③介護者の介護負担が軽い高齢者のほうが退院後のADLは改善されやすい、④適切な介護がなされている高齢者のほうがそうでない人より退院後のADLは改善されていたこと、であった。論文内ではこれらの結果から、看護上の課題が考察されていた。

また、在宅の片麻痺患者が入院時の身体機能とADL能力を維持することが困難な点について、理学療法の文献があった。

2. 「回復期リハビリテーション病棟患者の退院後日常生活活動変化の特徴と関連因子」¹¹⁾ (2008)『理学療法科学』

回復期リハビリテーション病棟退院後患者のADLの変化の特徴と影響を与える関連因子を解明することを目的としたものである。回復期リハビリテーション病棟より自宅退院した117名を対象に、退院後のADLに影響を与えると思われる因子、退院時および退院1ヵ月後のFIM運動項目を調査して分析した。結果は、①退院時と比較すると退院1ヵ月後のFIM運動項目は有意に低下していた、②各項目では、セルフケアが有意に低下しており、排泄コントロールは有意に向上していた、③退院時のFIM運動項目が50~69点の半介助群の患者および通所系サービス利用者が有意に低下していた、ことであった。

これら2つの文献から、役割の喪失は身体機能やADL変化を引き起こすことがわかった。そうした身体機能やADLの低下を予防するために、施設入所後や在宅復帰後の外来リハビリテーションの必要性が示されていた。しかし、現行の医療制度による外来リハビリテーションにおいて、限られた時間でADLを維持する作業療法ができるのが疑問として残った。

そこで、論文執筆にあたって研究疑問は次のようになった。「老年期の女性であり、養護老人ホームに入居しているクライアントの生活を適切な形に変えるため、すなわち、習慣の変化を生じさせるまでに、外来リハビリテーションという限られた時間のなかで、養護老人ホームの環境をまきこみ、どのように作業療法を展開するのか」。臨床の文脈で生じる具体的事象を、構造化した視点からの記述を目指すものとした。

ここまでで、論文執筆の準備ができたと考えた。次頁の図1に示したものである。いよいよ論文としての執筆となるが、学会で報告しているので、事例のパートをまずはそのまま記載し、「はじめに」に取りかかった。

「はじめに」を書くために文献を使う

「はじめに」は、研究の必要性和研究目的を書くところである。研究の必要性はその背景と臨床における意義で示される。

背景は、過去に報告された結果や方法を分析して示す。それにより、対象とする具体的な問題を絞り込んでいくものである。この分析があいまいになると、次につながる研究目的が意味を失い、方法から結果につながるはずの一貫性が危うくなる。本実践報告では、先の2つの文献を使い、問題を示した。

さらに、背景を大まかに押さえるには、厚生労働白書¹²⁾や厚生労働省のホームページ¹³⁾が参考になる。白書は、Web上で公開されている便利な資料である。

なお、臨床的意義の書かれていない論文は、学術誌『作業療法』はもちろん、どの分野の雑誌でも採用されることはまずない。

「はじめに」に重要なもう1つは、目的を明確に書くことである。なぜなら、研究論文の中核は、研究目的、方法、そして結果にあるからだ。ここに一貫性があると、その研究は重要な意味をもつ。誤りがなければ、どんな考察がなされていようと1つの事実となる¹⁴⁾。それは事例研究・報告であっても同様で、目的を明確に述べるのが大切と考える。たとえば、「本研究(報告)の目的は……」と、書き出しを意識

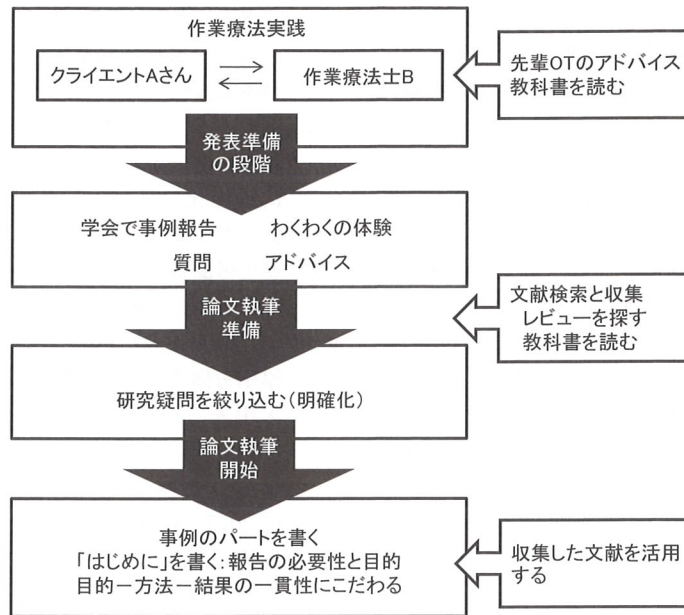


図1 発表から論文執筆までの流れ：文献の活用
OT：作業療法士

すると、明確に書かざるを得なくなるので、わかりやすいものとなるはずだ。

終わりに

学会発表から論文執筆に至る、最も腰の重くなる場所を焦点とし、文献を読む意味とその活用を、筆頭著者である作業療法士Bに代わって述べてきた。それでも、「たくさんの論文を読めば、良いものが書けるようになるか」と聞かれると、そう簡単なものではないと答えるだろう。読むことと書くことは異なる能力であるからだ。けれど、この2つは確かに密接な関係にあることは間違いない。

なぜなら、文献により、どのような理論的枠組みを選択するかによって現象の見え方が異なることを学ぶ。理論や尺度を使って、「思い」や「直観」を可視化できることを知る。文献によって、漠然と感じた研究疑問を明確にする。そして、なぜこの研究や報告が必要なのか、先行研究に語ってもらうことができる。そのため、できるだけ早く、ロールモデルになる論文を見つけることをお勧めする。

なお、紹介した実践報告が論文となり掲載にまで至ったのは、作業療法士Bの、クライアントであるAさんに対する思いと、そこで展開された二人の作業物語を伝えたいという強い思い以外の何ものでもない。

文 献

- 1) 工藤梨紗, 沼田士嗣, 村田和香: 意味のある作業への支援が役割獲得をもたらす習慣の変化に至った一症例—養護老人ホーム入所者に対する外来作業療法のあり方—. 作業療法 34: 473-480, 2015.
- 2) 村田和香: 老年期にある対象者の作業療法の理念と役割. 村田和香・編, 老年期 (作業療法学全書7), 第3版, 協同医書出版社, 東京, 2008, pp.1-15.
- 3) 浅海奈津美, 守口恭子: 老年期の作業療法. 鎌倉矩子, 山根 寛, 二木淑子・編, 老年期の作業療法, 第2版増補版, 三輪書店, 東京, 2009, pp.2-8.
- 4) 松房利憲: 高齢期の作業療法. 松房利憲, 小川恵子・編, 高齢期作業療法学 (標準作業療法学専門分野), 第2版, 医学書院, 東京,

- 2010, pp.40-45.
- 5) Kielhofner G (山田 孝・監訳)：作業療法実践の理論 (原書第4版). 医学書院, 東京, 2014.
 - 6) Kielhofner G (山田 孝・監訳)：人間作業モデル—理論と応用—. 第4版, 協同医書出版社, 東京, 2012.
 - 7) 村田和香：事例研究：一般. 山田 孝・編, 作業療法研究法 (標準作業療法学専門分野), 第2版, 医学書院, 東京, 2012, pp.109-117.
 - 8) 村田和香：作業療法リーズニング. 山田 孝・編, 作業療法研究法 (標準作業療法学専門分野), 第2版, 医学書院, 東京, 2012, pp.163-169.
 - 9) 村田和香：研究論文の読み方 第2回 レビュー論文の読み方. OT ジャーナル 47 : 1028-1032, 2013.
 - 10) 深谷安子, 村嶋幸代, 飯田澄美子：在宅片麻痺老人患者の ADL 変化に関する要因の分析—患者及び家族の日常生活に視点をあてて—. 日本看護科学会誌 11(2) : 44-54, 1991.
 - 11) 芳野 純, 佐々木祐介, 白田 滋：回復期リハビリテーション病棟患者の退院後日常生活活動変化の特徴と関連因子. 理学療法科学 23 : 495-499, 2008.
 - 12) 厚生労働省：白書, 年次報告書. (オンライン), 入手先 <<http://www.mhlw.go.jp/toukei-hakusho/hakusho/>>, (参照 2015-11-10).
 - 13) 厚生労働省：高齢者医療制度. (オンライン), 入手先 <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuuhoken/koukikourei/index.html>, (参照 2015-11-10).
 - 14) 高橋正明：学術研究方法の手順・6 科学論文の読み方—わかりやすい論文を書くために—. 理学療法ジャーナル 29 : 393-397, 1995.