

# Opera

オペラ

レッツ・クリエイト

枕元のひと鉢の植物から生きる  
在宅リハは  
生活習慣や  
人生観を映す

## 園芸療法

ガーデニングを取り入れた健康法？園芸療法は作業療法と環境療法を合わせたもの。



介護チームの一員、そしてリハ計画作成のかなめ

S N A P . S H O T

### 青年海外協力隊

日本では忘れ去られた時：イスラム世界の助け合いのやさしさにふれる

### inマレーシア



## 特集 スペシャル対談（鈴木ひとみ × 寺山久美子） 主婦として車椅子のアスリートとして バリアフリーアドバイザーとして

鈴木ひとみ × 寺山久美子  
HITOMI SUZUKI KUMIKO TERAYAMA



「車椅子の花嫁」としてマスコミでも報じられた鈴木ひとみさんと寺山久美子会長が語り合った。

- 障害者のために企業にアドバイスを講演会で健常者に勇気を与える
- 身障者国体で陸上優勝、次はライフル競技でオリンピックを
- 夫は聖人ではなく生き方を広げるチャンスくれた人

～シリーズ～

- 生活支援のアイデア
- いっぱい福祉用具
- 片手でやってみよう

特集

# ◎主婦として

# 車椅子のアスリートとして バリアフリーアドバイザーとして

十九歳のとき、ミス・インターナショナル準日本代表に選出され、その後

モデルとして活躍。八四年八月に交通事故で頸髄損傷を負ったが、

一年七カ月後に身障者団体の陸上二種目で優勝。退院後の

結婚生活は「車椅子の花嫁」としてマスコミでも報じ

られた。現在バリアフリーアドバイザーとして

活躍する鈴木ひとみさんと寺山久美子

(日本作業療法士協会会長)が

語り合った。



モデルの仕事帰りに交通事故  
頸椎骨折で障害を負う

**寺山** 最近、三冊目のご著書「命をく  
れたキス」を出されましたね。私も読  
ませていただきたいへん参考になりました  
たし、ご夫婦の姿に心をうたれました。  
事故に遭われたいきさつあたりからお  
話しいただけますか。

**鈴木** 私が大阪の銀行に勤めていた二  
九八年、ミス・インターナショナル準日  
本代表に選ばれて、二年間ミス日本  
代表の肩書きで仕事をするのが義務  
であるため、銀行に勤めながらあちこ  
ちの撮影などに飛びまわっていました。  
銀行を退職後、念願のモデルの仕事  
をはじめたんですが、ある日仕事帰りに  
高速道路で私の乗っていたスタッフの車  
が事故に遭ったんです。気がついたら病  
院のベッドのなか、私は頸椎の脱臼骨折  
による頸髄損傷という重傷で危篤状態  
でした。八四年八月、三週間後に結納  
を控えていたその日から、私の人生が大  
きく変わっていきました。

**寺山** 脊髄損傷の専門病院である国  
立療養所村山病院で手術を受け、リハ  
ビリを行われたんですね。

**鈴木** 折れて完全にならずにしまった頸  
椎を矯正する手術です。入院の日数が  
たつにつれ、脚の機能回復の望みも薄れ  
ていき、トイレで用も足せない自分に完  
全に打ちのめされていました。このまま  
社会のお荷物になって生きていくしか  
ないのかと絶望的に孤独でした。

# 談 対 丸 ヤ シ ペ ス

鈴木 ひとみ × 寺山 久美子

HITOMI SUZUKI

KUMIKO TERAYAMA



そんなとき当時の恋人からもらった手紙に勇気づけられ、私は身の回りのことを自分でやる練習を開始しました。入院四カ月ぐらいいからは彼が毎週のよう私を外に連れ出しました。彼に恥ずかしい思いをさせたくない、その一心でオシャレしてきたのに、いつの間にか、それが自分の喜びになっていました。モデルの時にも感じなかったことでした。



**寺山** 車イスの訓練などは主にPT(理学療法)になりますが、入院中にはどういうOT(作業療法)を受けられ、それは退院後の生活にどのように役立っていますか。  
**鈴木** 指先の訓練のために藤細工のカゴ作りや刺繍をしたりすることから始め、訓練用の台所で食事を作ることになったんです。もともと私は料理をしてい

なかつたんで、手が悪くなつたうえに料理をするという二重苦でしたが、あらたな楽しみを発見できてよかつたと思っています。このときの体験は、例えばどの高さでどのくらい手を伸ばせば蛇口に手がとどくとか、家の設計のときにたいへん役に立ちました。

## HITOMI SUZUKI

十五年前はバリアフリーという言葉もなかつた時代です。シンクからテーブル、

ベッド、手すりまで既製品がなく、全部大工さんに作ってもらうんです。大工さんは敷居を作らなければだめだといつし、まずそういう意識を変えてもらうのにエネルギーを使いました。でも結果的にいいものが出来ました。例えば高さが百二十センチある玄関にはスロープではなく、昇降機を使っています。心残りなのは当時はエレベーターの値段が高くて、階段にイス型昇降機を付けたことです。車イスからの乗り移りがあるので、ものを運べないのが不便ですね。



**障害者のために企業にアドバイス講演会で健常者に勇気を与える**

**寺山** 現在、バリアフリーアドバイザーという新しいお仕事で活躍されていますが、お仕事の内容についてお話しいただけますか。

**鈴木** 講演が年間九十回ほどあるんです。ほかに携帯電話の販売会社とアドバイザー契約をしまして、障害者や高齢者がお店に来られたときにも不便がないように、店舗設計についていろいろアドバイスをしています。それから接客についても、左半身麻痺がある、右半身麻痺がある、言語障害、眼が不自由などお客様のそれぞれの状態に応じてどういう接客をしたらいいか、喜ばれるだろうか、ということをお店員役、お客様役に分かれロールプレイで身につけてもらっています。今後は、高齢で指の動かない方向けの設計とか、できるだけシンプルに機能を減らして使いやすくした商品とか、ユニバーサルデザインの開発にも関わっていきたいと思っています。それから岡山にある日本最大の制服メーカーでは、高齢者向けのジャージの上下などの商品開発を行っています。介助する側には高齢者の肌を傷つけないようなデザイン上のいろいろな工夫が必要ですし、介助される側では座った状態でまっすぐ着れるようにするとかの工夫があります。こうした商品開発のお手伝いととも、出来上がったカタログ・ポスターのモデルもやっています。

**寺山** 講演活動で全国をまわられると、いろいろ気づかれることがあると思います。お客さんの反応もそうですが、都市と地方のバリアフリーの格差とかはいかがですか。

**鈴木** 私の場合、市や町が主催する講演会が多いんですが、来られるのはほとんど健常者の方ですね。つらい悲しい話を期待して来られるんじゃないか、ひとつ泣いてやろう…(笑)みたいに、でも聞いてみると暗いどころかむしろ自分たちより元氣じゃないかと思われたりするんです。

障害者というとかわいそうな人々、かばってあげなきゃいけない人々と思っ  
ている方が圧倒的に多いんですが、私の話を聞いてみると、いったいなにが健康で、なにが障害なんだろうとか、いろいろ考えてもらえているようです。健常者も人生や仕事でいろいろな悩みをかかえていて、そういうことも生きていく上では障害です。そういうなご自分の悩みを、私が障害を受け入れるまでの過程と重ね合わせて、自分ももうちょっと頑張れるんじゃないかと思ってくださるようです。

いま世の中では人減らしが進んでいますが、医療の世界も例外ではありません。時間がないから出来ないといったそぶりをされると、それを察した患者は何も言えなくなってしまう。身体が病んでいるときは精神状態も不安定ですから、通常ならお願いしますと言えない状況です。勇気

をふるって言おうかなと思ったときには、もう背中を向けて出ていこうとしているわけです。

例えば看護婦さんは、手の不自由な患者の顔を拭いてくれるんですが、忙しそうにしていて顔を拭いてサツと行かれるんです。ほんの一瞬でも首まで拭きましようかとか、手は気持ち悪くないですか、と声をかけてくれる心づかいがあれば、他のことでも声をかけやすくなると思うんです。

### 身障者国体で陸上優勝 次はライフル競技でオリンピックを

**寺山** 拝見したところとてもたくましい腕をしていらつしやいます。車イスを使って坂道でも自力で走行されているし、ジムではバーベルで鍛えられているそう、とても体力に恵まれていらつしやいますよね。入院中に陸上競技を始められたそうですが、スポーツをどう位置づけていらつしやるんですか。

**鈴木** 一年半も入院していると、あの二人はこの先どうなるんだろうとか、皆さんいろいろおつしやるんです。四人部屋では逃れるところがなくて、そういう言葉から逃れたいというのがありました。自分でもどうしていいのかわからないなにか夢中になれるもので逃避したいということ、車イス陸上をがむしやらに始めたんです。

そのうち指も工夫して使えるようになったし、腕の力がついて日常生活が出

来るようになったんです。問題にぶつかったとき、思いつめずに全然違うことをやっていると、自分を客観的に見られるようになって、いま出来ることだけを考えて、先のことは出来るようになってからでもいいじゃないか、と考えられるようになったんです。

たまたまスポーツの成績がよくて、入院中に鳥取で開かれた身障者国体に東京都代表として推薦されました。最初出場を勧められたとき、自分の障害の重さを考えるとたくさんの人に迷惑をかけるんじゃないかと思つて断つたんですが、そのときPTの先生に言われたんです。

「迷惑がかかつたつていいじゃないか。これから先、君がいくら頑張つたつて全く人の手を借りずに生きていくことは出来ない。君には迷惑を頼む勇気が必要なんだ」と。ハツとしました。自分のことを半人前だと思つている事実を突きつけられたんです。それで二人前の自分を認めるため、国体に出ることにしたんです。事故の前の日も海に潜るなど、もともとスポーツはやつていたんですけど、苦しいほど頑張らなければいけないと思うようなスポーツは初めてでした。国体での優勝がきっかけで、

二年後イギリスのストーク・マンデビルという大会に出場しました。

そこで学んだことはたくさんあるんですが、一番学んだのは私より重度の人たちが、いつでも誰に対しても堂々としていることです。心から人生を楽しんでいるのが、何より驚きで新鮮で自分を勇気づけてくれました。

**寺山** 私の記憶では、日本で初めて身障者の国際的なスポーツ大会が開かれたとき、外国の選手は、とても生き生きとしていましたね。

ところでそんな陸上の成績をあげながらライフルに転向されたのはなぜなんでしょうか。

**鈴木** 陸上には年齢的にピークがあつて、いくら頑張つても先が見えてたんです。年齢に関係なくトップを目指せるもの、ということ、ライフルに行きついたので。光を使うビームライフルで二〇〇〇年の国体に出たんですが、次の目標はオリンピック。それで本格的なエアライフルに転向したんです。





十年前の国際障害者年のスローガンが「完全参加と平等」でしたが、それならパラリンピックでトップの人がたとえビリでもいいから一般の大会に参加するのでもなければ意味がないと思うんです。

**寺山** 精神としては絶対そうあるべきですね。ノーマライゼーションのためにはその方がいいと私も思っています。

### 夫は聖人ではなく 生き方を広げるチャンスくれた人

**寺山** 主婦としてご家族との関係についてお話いただけますか。

**鈴木** 一般の人は私の夫に対して、脚の不自由なかわいそうな奥さんを引き上げてくれた聖人のような見られ方をし

## 2000.12.7 第2回「ユニバーサルウェア」発表ショー。

【趣旨・目的】豊かな高齢化社会実現のため、衣料面のバリアフリーを目指して、あらゆる世代に受け入れられるような優れたデザインによるものであり、加齢に伴う運動機能及び感覚器官の衰えに対応した「ユニバーサルウェア」の研究開発成果を発表し、普及・啓蒙を図る。

- 主催：財団法人 日本ユニホームセンター
- 開催地：東京国際展示場（東京ビッグサイト）
- 取材協力：ジャパンクリエイション

ているのがほとんどだと思わんですが、ちよつと違うんですね。私が夫に対して感謝しているのは、結婚してくれたことに対してではなくて、私が一人で地方に行ったりする、家事をする、いろんなことが出来る、と可能性を信じ、励ましてくれたことです。親だったら危ないからやめなさいとか、代わりにやってあげるとか言つて私も親に甘えていたと思わんです。夫は出来るんじゃないの、やつてみたらと、私の生き方を広げるチャンスをはきだしてくれたんです。

**寺山** そんな理解のあるご主人について、いちばん感心したのはご主人が少しも肩ひじ張らず、のうのうとしていらつしやる（笑）……。

**鈴木** ええ、のうのうとしてるんです（笑）。いつも大丈夫かとか心配してくれる人だつたら、とても息がつまってひとりの方が気楽だと思わんですよ。

**寺山** 高齢者や障害者の自立生活のあり方を考えると、鈴木さんご夫妻の生き方は日本の社会のこれからをリードしていくんじゃないかなと、ご本を読ませていただいて思いました。一般に先頭を走っていく人の考え方や行動規範を理解している人は、ほぼ二割以下と思つたほうがいいですね。それが時とともに自分の中に少しずつ採り入れていくということになるわけですから、鈴木さんにはぜひ頑張っていたいだきたいと思つます。本日は日本の将来に明るい希望を持たせてくれるご夫婦のお話、どうもありがとうございました。



## PROFILE

### 鈴木 ひとみさん

1962年1月5日 大阪府に生まれる。  
82年度ミス・インターナショナル準日本代表に選出。83年上京後、ファッションモデルとして企業キャンペーンガール、TVCM出演多数、84年8月、交通事故で頸髄骨折。入院中の85年11月身障者国体で2種目にて大会新記録で優勝。86年6月、結婚。現在、講演活動の他、テイコク（洋服メーカー）のモデル兼アドバイザー、企業のバリアフリーアドバイザーとして活躍している。



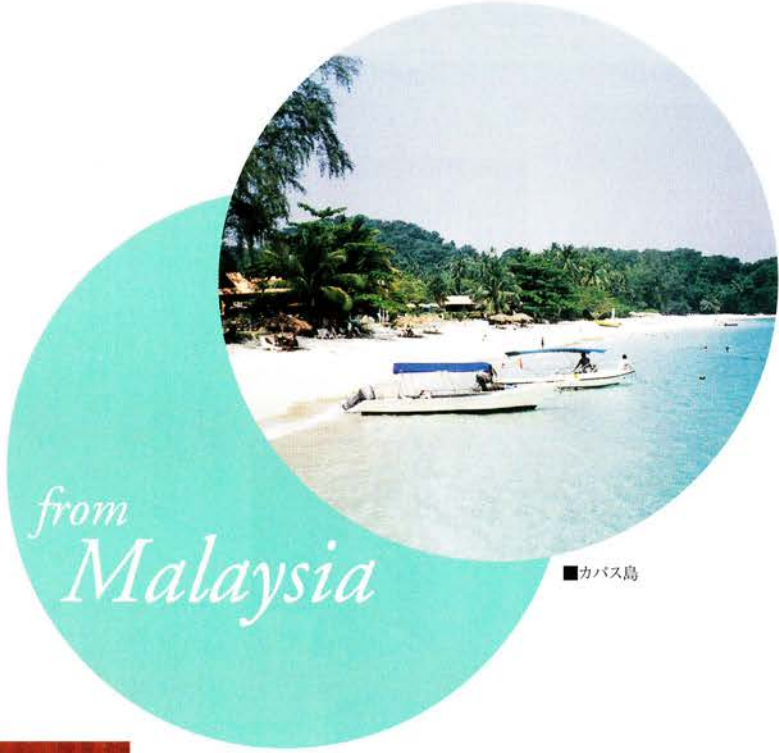
著者/鈴木ひとみ  
発行所/株式会社小学館  
定価/本体1,300円+税

### 命をくれたキス 「車椅子の花嫁」 愛と自立の16年

涙と一緒に元気も出る  
感動のドキュメント。

# 助け合って生きる 日本では忘れ去られた時… イスラム世界のやさしさにふれる

作業療法士村上真也さんの体験リポート

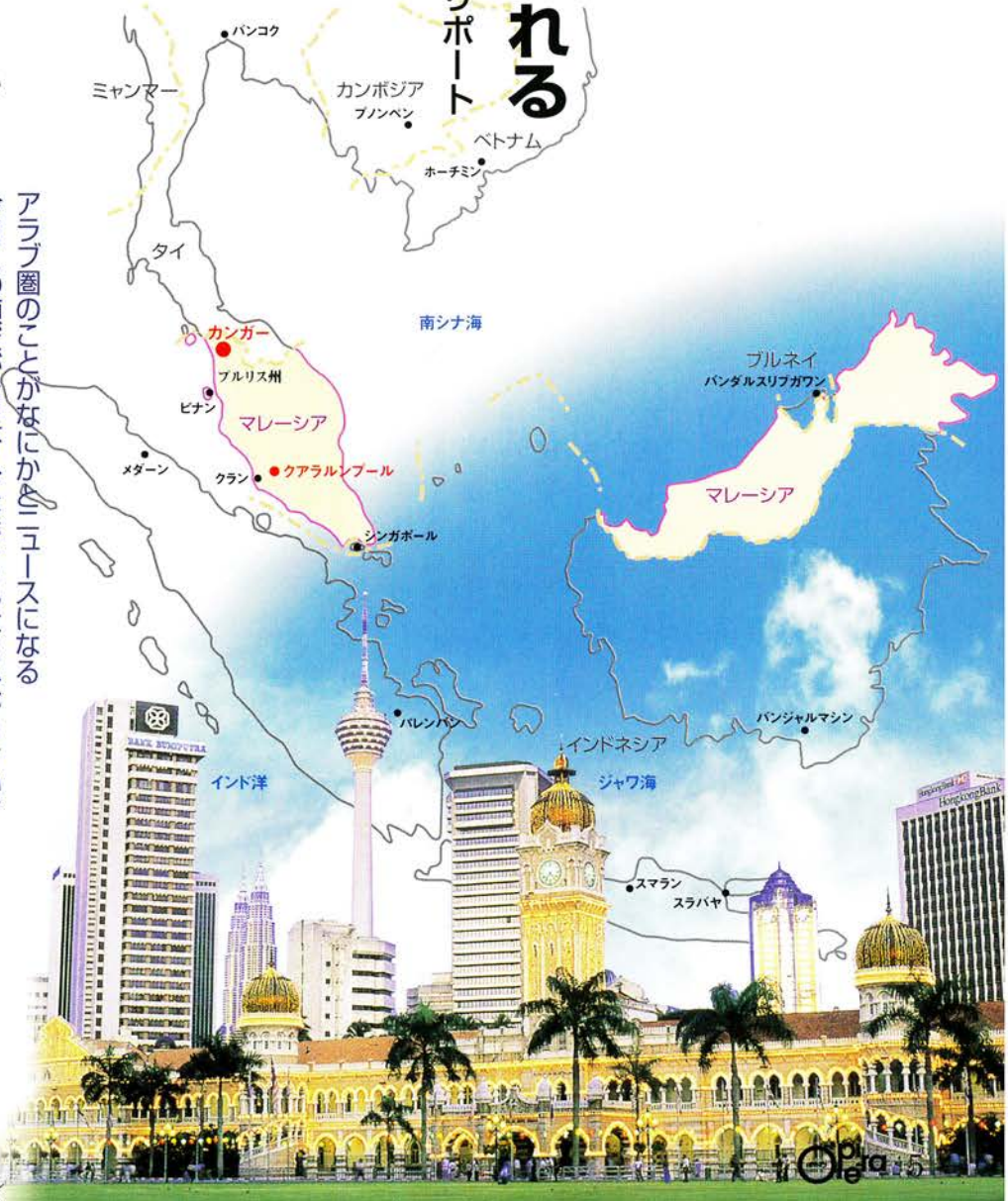


from  
*Malaysia*

■カバス島



むらかみ しんや  
**村上 真也さん**  
1970年 熊本県生まれ。  
OT歴:8年。1999年7月  
マレーシアに就任。2001年の  
7月12日に任期終了予定。



## 熱帯のイスラム国マレーシア

アラブ圏のことがなにかとニュースになる  
今日この頃だが、日本人にはどうもなじみがうすい。  
アジアのイスラム国家マレーシア、それも宗教、  
伝統が色濃く残る田舎の生活は、観光地しか知らない  
大多数の日本人には未知のもの。  
今回はその中に飛び込んだ村上真也さんの貴重なリポートだ。

マレーシアは、北緯1〜7度にある  
熱帯の国です。タイの南側と国境を接  
する半島部とその東側に位置するボル  
ネオ島の一部からなっていて、その国土は  
日本の約9割です。人口は約2千

200万人。マレー系約50%・中華系  
約30%・インド系約10%・その他の少数  
民族が約10%という多民族国家です。  
国教はイスラム教ですが、それぞれの民  
族がそれぞれの宗教・文化・習慣を保

■クアラルンプール  
連邦事務局ビル

## Pemulihan Dalam Komuniti



■PDKセンターでのActivity



■家庭訪問の様子。



■家庭訪問の様子。



■PDKセンターの壁ぬりJOCVとスタッフでの作業。

ちながら一緒に生活しています。日本企業が数多く入っており、首都のクアラルンプールで買い物をしたり、観光地でノんびりしている日本人観光客もよく見かけます。

## リハビリの仕事

僕が活動しているブルリス州は、首都クアラルンプールから約500 km離れた西海岸で一番北にあるマレーシアで、

番小さな州です。僕が住んでいる町カンガー(人口約1千500人)の周囲は田んぼが広がり日本の田舎にある田園風景とよく似ていますが、いたるところにあるヤシの木やバナナの木が南国だと感じさせます。

僕が配属されているのはブルリス州社会福祉局で、地域に根差したりリハビリテーション(マレーシアではPDKと言います)の障害児を対象にしたプログ

ラムに作業療法士として携わっています。主な仕事は子どもたちへの訓練とそこで働いているスタッフ(全て女性)への指導です。ブルリス州にはPDKセンターが3ヶ所あって、そこで行われている授業(算数や文字の学習や体育など)・遊び・遠足などのプログラムに参加したり、交通手段が無い、障害が重度でセンターでのサービスが受けられないなどの理由で通って来られない子どもたちのために、スタッフと共に家庭訪問を行っています。また、マレーシアで活動している理学療法士・作業療法士・養護の福祉隊員で会議を持ち、お互いに情報交換をしたり、講習会を複数の職種で行うなどより効果的な援助ができるように協力し合っています。

## 生活に慣れるまで

まず困ったのは、言葉(マレーシア語)です。赴任前に3ヶ月間の語学を中心とした訓練を受け、マレーシアに来てからも3週間の語学研修を受けましたが、すぐに通用するほど上達できず、毎日辞書とメモ用紙を持ち歩いていました。それから文化・習慣の違いに苦労しました。イスラム教では、一日に5回のお祈りと食事、結婚していない異性と触れない、アルコールを飲まない、豚・犬は不浄のモノといった習慣や決まりがあります。日本ではあたりまえだった事ができずにそれだけでストレスを感じました。仕事の場面では、始まる時間になつてもまずお茶の時間、11時ごろにも

お茶の時間と一日にスケジュールが予定通りに進まなかったり、企画が前日に急に延期になるなど、地元スタッフにとってはあたりまえの事が僕には我慢できませんでした。普段の生活でも車の運転が荒くて危ない、バスが時間通りに来ない、買い物時にみんなレジに並ばないなどちょっとした事も気になっていました。

## やさしく助け合う人々

イスラム教の「神の意のままに」という宗教観のためかとてもいい加減なという印象が強い反面、皆明るくてやさしく、お互いに助け合っているという良い印象もあります。特に田舎ではコミュニティが強く、障害児を含めて子ども達を近所の人皆で育てています。印象に残っている例を挙げます。重度の知的障害を持つ女の子の家庭訪問に行きました。その子の両親も知的障害を持っていてため、子どもの世話がほとんどできず、収入も父親が時々道路掃除の下働きに行くだけなのでほとんどありません。隣の家の主婦が昼間は自分の家でその子の面倒を見て、時には両親のご飯も作っていました。また、訪問に行つて補助具を作る時、材料が足りなくなるとお母さんが近所からもらつて来たり、近所の人を手伝ってくれました。

何か日本では忘れ去られたほっとすることがあり、のんびりと時間が流れているようです。

# 枕元のひと鉢の植物から 生きる意欲を引き出す 園芸療法

日本作業療法士協会  
常務理事 藤原茂さんに聞く



ふじわら しげる  
藤原 茂さん

学校法人山口コア学園 山口コ・メディカル学院作業療法学科科長  
昭和23年生まれ。  
昭和48年大学在学中に児童養護施設「至誠学園」の住み込み児童  
指導員となり、20代を子ども達の成長に向け、慶應大学経済学部中退。  
昭和57年東京都立府中リハビリテーション専門学校作業療法学科卒業。  
医療法人清和会吉南病院、医療法人和同会防府温泉病院、同法人山  
口リハビリ病院。平成7年4月より現職。  
※著書「園芸療法のすすめ」1998年・創森社。「園芸療法入門」近刊予定。

世の中に療法と名のつくものは数多い。伝統的な民間療法から新開発の療法までよりどりみどり。一体どれが本当に効くんだろう。そこで園芸療法。これって植物の力で元気になること？それともガーデニングを取り入れた健康法？園芸療法は作業療法と環境療法を合わせたもの、と藤原さんは言います。日本では耳新しいが、この療法、実は欧米では古くから正規の学科として医学教育の中に組み込まれている。今回は、園芸療法のユニークな実践で知られる？日本作業療法士協会常務理事の藤原茂さんを山口県萩市にたずねた。

寝たきりの人から生きる意欲を引き出す園芸療法の驚くべき効果を示すひとつのエピソードから始めよう。ある時、藤原さんは全盲で三十年間寝たきりという女性を紹介された。「いっつお迎えがきてもいい」というのが口グセだったそうだ。そんな彼女の枕元に植物の種と育苗キットをもって行き、彼女

自身の手で種を植えてもらった。ひと仕事終えた彼女は「二週間後に芽が出るかどうか自分で確かめたいので、私には心配事が増えた。だから、お迎えはまだ嫌！」と語ったそうだ。自分が植えた種の発芽を確かめたい、という思いが彼女の生きる意欲を引き出し、生きる時間を伸ばしたといえ







ないだろうか。健常者にはささやかすぎるかもしれないが、それは生きる意味を見失っていた彼女の人生が光を放ち始めた瞬間だった。種から芽が出、枝が伸び、葉が繁って花が咲く……植物の成長は、生きる意欲を失っていた人の中にも時間を生み出す力がある。

彼女はその後、見違えるように積極的にになり、進んで病室から外に出ていくばかりか、あれこれ他の患者さんたちの世話を焼くようになり、ターナー的な存在へと育っていったそうだ。園芸療法ならではのとはとびきりいい話である。

## 日常生活能力の回復に結びつく園芸療法



今回取材に訪れた山口県萩市の福祉総合施設「かがやき」で、藤原さんはお年寄りに週一回園芸療法を行っている。

ついでに。自ら考案し、仲間と作った木製の卓上式花壇に、季節の花や野菜を植えて育ててもらおうというプログラム。車イスのお年寄りたちが広間に置かれた花壇のまわりの席につく。このときしばしば土を食べてしまう人がいるので要注意だ。

「痴呆症の難しさは、例えばハサミが使えない人に向かって『バカとハサミは使えようよ』と他の仲間に向かって喋っているオバアちゃんが、一方では土を食べておられるという現実です。ある程度の常識は持つておられても、土と食べ物との区別はつかないですね。」と語る藤原さん。「動物だと好きキライがありますが、植物をキライという人はまずいません。」

それから人間との初対面はあっても、植物との初対面はありません。そのため園芸療法では誰でも知っている植物を使います。雑草なんか一番いいわけですね。はじめてじゃないから違和感がない。植物を媒介にして人と会おう。植物がコミュニケーションの仲立ちになるというのが園芸療法の基本です。」

**自分の枕元でひと鉢の植物を育てていくのが藤原さんの手法。**

集団で実施した場合、自分がその日に何の世話をしたかを本人はたちまち忘れてしまうという。それでも園芸でなければいけない理由は何だろうか。「陽が昇ると植物に水をまき、暮れると枕元(部屋)に植物を戻すという行為が一日の生活のメリハリを生みます。また、スプレーやお玉を使って水を正しい位置に注ぐとい

う動作は現実見当識(ものごとや出来事を認識する)を高めめます。道具の使用目



的は異つても、日常生活での機能を向上させる動作に広げていくという役割を、園芸療法は果たしてくれそうです。」

**園芸療法を切り口に社会問題に迫る**

このように園芸療法の目的・方法は、あくまで作業療法に則ったものだ。作業活動をしながらもただ植物の存る環境に居るだけで心が穏やか穏やかになり、安ませるといふ環境療法としての側面を併せもつ、これが藤原さんが考える園芸療法だ。

日本では紹介されてまだ日が浅いが、藤原さんは療法の普及のため、医師、看護婦、建築士、造園業者など多くの人のデイスカッションを通じてモデルガーデンの設計・造成を行い、これを機に「山口県園芸療法研究会」を発足させた。ここでは日本社会が抱える農・林業問題、土地問題、都市問題、交通問題などにも園芸療法という切り口で迫ろうとしている。

医療という枠を越え、広く社会と関わっていくとする藤原さんの試みは、とても新鮮に見える。



萩・福祉総合施設「かがやき」

# SNAPSHOT

JAPANESE ASSOCIATION  
OF OCCUPATIONAL THERAPISTS

SHINICHI WATANABE

在宅リハは、  
生活習慣や人生観を映す。  
介護チームの二員、そしてリハ計画作成のかなめ。



## 在宅リハ・サービスと はどういう仕事？

私が勤めている横浜市総合リハビリテーション（以下リハと略す）センターは、横浜市の地域リハ・システムの中核となる施設です。部門は、総合相談、診療、地域サービス、訓練、職能評価開発、企画開発研究からなります。専門のエン

ジニアが障害の評価・分析により各種福祉機器を研究開発する部門を持つているなど、総合リハセンターの名にはじない施設です。私の所属する地域サービス室では、横浜市内に住まわれる障害者の方の自宅に車などで訪問し、在宅リハ・サービスを提供しています。私の仕事は、各区の福祉事務所で訪問活動しているケースワーカーや保健婦、在宅支援センターの職員といった人々から、地域で生活される障害のある方々

の生活改善について依頼を受けることからスタートします。依頼内容によってOT(作業療法士)またはPT(理学療法士)とケースワーカー、それからソーシャルワーカー、保健婦、さらに必要な医師も加わったチームを編成して利用者の方々の自宅を訪問します。

在宅リハ・サービスの主な内容をあげると、リハ医療の見地から障害に関わる各種医療相談に応じるとともに、助言や指導を行い適切な医療機関を紹介しています。そして利用者を取りまく環境を総合的に評価



し、それに基づいたリハ計画を作成してご本人およびご家族等に技術的な助言を行います。また、OTやPTを派遣して身体機能の維持・改善訓練を実施し家族などに助言します。身体障害者手帳・手当てのための診断、各種の補装具、リハ機器の処方、適合検査、装着訓練、使用法の指導、修理等も大切な仕事です。

## リハ計画とは どういうもの？

リハ計画の中には、OTまたはPTの派遣による身体機能の維持・改善訓練の実施や、障害者の残った能力を最大限利用できる合理的な介助法の指導、

身体障害者手帳・手当てのための診断、各種の補装具やリハ機器を処方したり、適合検査、装着訓練、使用法の指導・修理、さらにバリアフリーのための家屋改造に関する相談などがあります。バリアフリーというと、段差の解消や手すりの取り付けのことだろうと思われがちですが、それにとどまらず玄関リフトやエレベーターの取り付け、間取りの変更といった大掛かりな工事を行うこともあります。

たとえば表に出やすくするため、庭の改修工事が必要になる場合があります。間取りの改造や新築・増築になると、建築士の協力も必要になってきます。利用者の方々はこれをやりたいが介護者の方々はその負担を避けたい場合、またその逆の場合など利用者の方々と介護者の方々の意思が食い違っているときは調整に苦心します。しかし結局は自己決定なので、ご家族で決めてもらうしかないんです。その時、いかに納得のいくようなきめ細かなプランを数多く出せるかが、難しくまた面白いところでもあります。進行性の



疾患の場合、ご本人が歩けるうちからでも車イスの話をしなければいけないので、下手すると意欲をそいでしまいかねません。いかにタイミングよくサービス提供するかというのもプラン作成のむずかしさです。

## これからのOTに 期待することは？

動作訓練や福祉用具、住宅改造は障害の残った方が潜在的な能力を活用して生活を向上させるうえできわめて有効な方法です。ところが、畳への愛着からベッドを使わないとか、間取りを変更すると

方位が悪くなるとか、思いもかけないいろいろな問題が出てきたりします。それだけでなく、家族関係や生活習慣、その人の人生観、経済状況などのさまざまな事情でサービスがうまくいかないことがあります。たとえば、今のまま余生を送るほうが自分にはあっていると考えている人に向かつて、どんなにこっちの方が快適です

よと勧めてみてもあまり意味がありません。OTにはこうした利用者、介護者の方々のもろもろの事情を考慮に入れたうえ、さらに家屋の状況をふくめた生活全般を把握できるような視点をもちことが求められるわけです。

生活の改善という在宅リハ・サービスの目的から考えると、これは当然のことなんです。この視点をもつてはじめて本来の動作訓練や福祉用具の利用などが生かされてくるわけです。

そのためには、ケースワーカー、ホームヘルパー、看護婦、建築士、福祉用具の業者などとの連携が不可欠なことはいうまでもありません。



わたなべ しんいち  
**濃邊 慎一さん**  
横浜市総合  
リハビリテーションセンター  
地域サービス室担当係長  
昭和36年山口県下関生まれ。  
昭和58年3月日本国有鉄道門司鉄道病院勤務。  
昭和60年アメリカコロラド大学作業療法  
学専攻。昭和62年横浜市総合リハビリ  
テーションセンターに勤務、現在に至る。



らっこ  
【楽子包丁】

刃の上に柄がついているため、上から押すようにして、切ることができます。あまりにも簡単に切ることができるので、野菜を切るのが楽しくなりますよ。

定価¥4,000

■お問い合わせ  
販売元:三木刃物製作所  
☎.0794-82-0067

# 思わず使ってみたくなる、快適生活を支援する用具たち

今回のテーマは「切る」です。ふだん何気なくできていることが、老人や障害をもつことで困難なものに変わる場合があります。高齢者の方や障害をもつ方々の生活を支援するアイデアいっぱいの福祉用具には、開発した人々のひらめきとにより愛情がこもっています。ここでは、だれでも思わず使ってみたくなる、そんな便利グッズを選んでみました。

## アイデアいっぱいの福祉用具

【ハンドル付きつめ切り】

キュートなデザインで、なおかつすぐれたつめ切り。リング付きハンドルがついているので、手にフィットし安定して握れます。足のつめも楽な角度で切ることができます。

定価¥600

■お問い合わせ  
販売元:コクヨ株式会社  
☎.0120-81-4594



【つめ切り(足用)】

刃が斜めになっているのでつめが切りやすくなっています。また、巻きつめを防止するように直線カットになっています。グリップは握りやすく、手が痛くならないように加工されています。

定価¥700

■お問い合わせ  
販売元:コクヨ株式会社  
☎.0120-81-4594





※使いやすいように調整してください。

### 【角度が変わる包丁】

これは柄の角度が変わる便利な包丁です。自由に柄の角度が変わり、手の力が弱い人や手首が思うように動かない人でも固い野菜などを簡単に切ることができます。柄も握りやすい形にしてあります。

定価¥5,000

■お問い合わせ  
販売元:株式会社ウエルハーモニー  
☎.0792-64-5534

### 【楽々丸包丁】

てこの原理を利用して、支点を回転させながら押し切るように切るためちょっと形はユニークです。僅かな力を入れるだけで切ることができます。

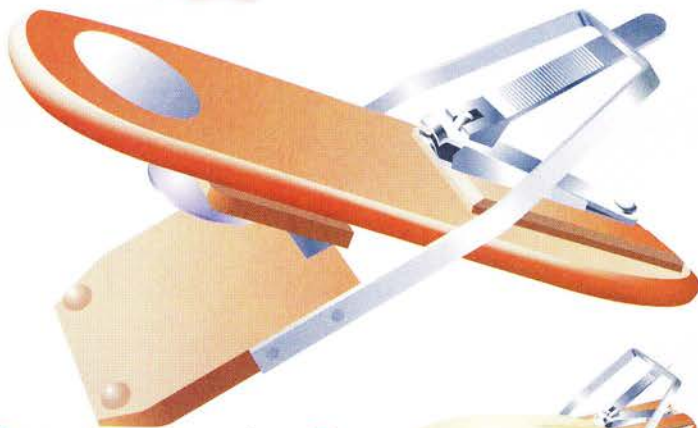
定価¥4,500

■お問い合わせ  
販売元:三木刃物製作所  
☎.0794-82-0067



※輪状の持ち柄とまな板の接点を支点にすることで「てこの原理」が働きます。

# 生活支援のアイティ



### 【ワンハンドつめ切り】

片手が不自由な方でもつめが切れるすぐれもの。使い方は2種類あります。(1)金属を反転させると、片手でつめが切れるようになります。(2)つめ切りの押さえ部分を起こして台座つきつめ切りとして使用できます。本体の裏には滑り止めもついているので安定して使用できます。深づめには注意しましょう。

定価¥4,600

■お問い合わせ  
販売元:株式会社日本アビリティーズ社  
☎.03-3460-2341

### 【丸型レンズ付きつめ切り】

つめ切りで苦勞していた人には必見!! 見えにくかったつめの先が拡大レンズによってはっきり見え、安全につめが切れます。レンズは上下前後に移動可能なのでピン트가合わせられます。

定価¥1,200

■お問い合わせ  
販売元:コクヨ株式会社  
☎.0120-81-4594



# 片手でやってみよう

3



## どうやって 結ぶの

■右の図のように、片手でネクタイをつけようとする  
片方が逃げてしまい  
上手に結べません。  
片手で結ぶなんて  
本当に可能なのでしょうか？



ここからチャレンジ! さあ、やってみよう!

③ 結び目を引き上げる  
細い方を持ち、結び目を固定しながら、  
細い方を引き出し、結び目を引き上げます。



② ネクタイを結ぶ  
固定した側に巻きつける  
よつに結んでいきます。



① ピンで固定する  
ネクタイピンあるいは洗たくばさみで  
ネクタイを固定します。



そのほかにもこんな方法が...



●結び目の出来ている  
ゴム付きのネクタイを使う。

慣れてくると...



※慣れてくるときれいに速く  
できるよつになります。  
また、ピンや洗たくばさみで  
固定しなくても結べるよつに  
なります。

手を切るなどケガをした時、困った経験は  
ありませんか? そんな時のちよつとした  
アイデアを紹介します。  
お勤め先で、あらたまった席で、何気なくつけているネクタイですが、片手で、となるとどうすればいいのやら...。  
あなたなら片手で、どのように結びますか?



## パンフレットのご案内

### OCCUPATIONAL THERAPISTS

#### 作業療法ガイド



私たちと共にあゆみましょう。

### 「協会パンフレットをご活用ください。」

パンフレットは写真の「作業療法士ガイド」「作業療法ガイドミニ版」「くらしを支援する作業療法」「訪問リハビリテーション作業療法 (OT) のご案内」の4種類があります。作業療法の啓蒙活動にご活用ください。お申し込みは協会事務局まで。今後も順次、種類を増やしてまいります。



■お申し込み  
日本作業療法士協会  
(事務局)  
☎03-5826-7871

■日本作業療法士協会  
広報誌「Opera」創刊号、2号

## 医療・福祉・保健サービスの向上を目指して

(社)日本作業療法士協会は、国家資格である作業療法士からなる職能団体で、昭和41年9月に結成されました。昭和47年に世界作業療法連盟(WFOT)に加入し、昭和56年には厚生省より公益法人として認可されました。

当協会は、作業療法士の学術研鑽ならびに人格資質の向上に努めながら、作業療法の普及・発展を図るとともに、医療と福祉の向上、国民の健康の発展に寄与することを目的としています。

作業療法士は乳幼児から高齢の方にいたるまですべての人々で、身体または精神に障害がある方や将来、障害が予想される方に、医療ばかりでなく、福祉・保健領域にわたり幅広いサービスを提供いたします。作業療法は、作業活動を用いて身体・精神の諸機能の回復や維持・開発を行うための、治療・訓練・指導および援助です。作業療法の活動の場は、病院から地域、医療から福祉の場へと大きく広がっています。高齢の方々や障害者の方々に合った福祉用具の選定や各種の福祉サービスの紹介などを含めたライフプランニングを行い、ご本人やそのご家族がよりよい生活をするためのコーディネートも行います。

また、青年海外協力隊派遣を積極的に行い、発展途上国の医療・福祉の発展に貢献するとともに、各種障害者団体の活動を支援しています。

# こころ豊かに生き生きと

## 作業療法って、ご存知ですか？



### 作業療法 (Occupational Therapy=OT)

「作業=Occupation」は生きていくための必要な条件としてとらえられ、長く使われてきた言葉です。「何かをしている、何かをして時間を占める」ということを意味しています。生きていくための必要な条件としての行為とは、労働、日常生活上の行為だけでなく、趣味、遊び、創造活動など、人が人として生きていくために行うあらゆる活動を指します。それら全てが作業療法の治療手段であり、達成目標となる「作業」です。

これにちなみ、OT協会広報誌は、ラテン語で「作業」を意味するOperaと名づけました。明るい語源にふさわしく、作業療法に関する面白くてためになる読み物・インタビューによる親しみやすい紙面づくりを目指しています。

**JAPAN** 社団法人  
**日本作業療法士協会**  
JAPANESE ASSOCIATION OF OCCUPATIONAL THERAPISTS

事務局／東京都台東区寿1-5-9 盛光伸光ビル  
TEL:03(5826)7871 FAX:03(5826)7872  
ホームページアドレス <http://www.jaot.or.jp>