

# オペラ Opera 7

2005.6 (社)日本作業療法士協会広報誌

JAPANESE ASSOCIATION OF OCCUPATIONAL THERAPISTS

## 【特集】スペシャル対談

3度の脳出血と後遺症を知の力で見つめ、  
しなやかに格闘する医師  
山田規畝子・杉原素子

## 【海外青年協力隊】タイ

まずは肩の荷をおろして、  
現地の事情を知るところから  
作業療法士 原範枝さんの体験レポート

## Let's Create 介護予防

こころが動くから、からだ動く  
作業療法士 安本勝博さんに聞く

## SNAPSHOT

作業療法士が切り盛りする  
介護ショップ&住宅改修

介護と自助の店 かばさん

## アイデアいっぱい 生活支援の福祉用具

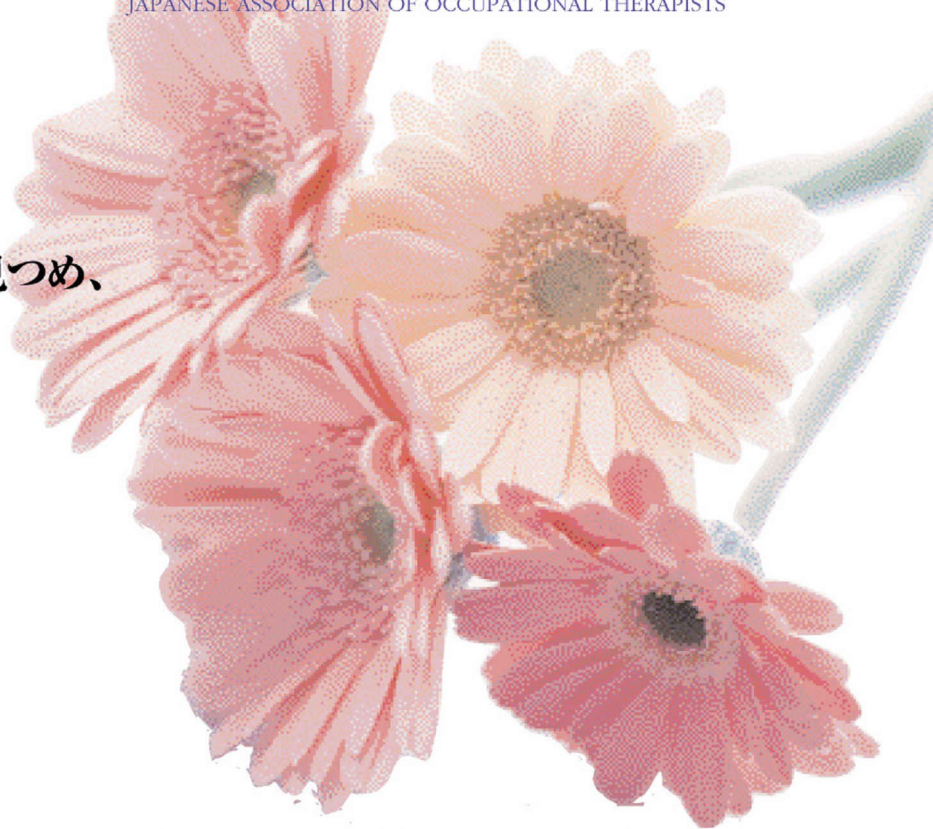
なるほど楽々! 食事を楽しくするハイテク製品

食事介助用具 おたべまし〜ん

食事支援ロボット マイスプーン

## Let's challenge 片手でやってみよう

フタをあける





真規くんが描いたお母さん。当のお母さんは「私の鼻の下はこんなに長くないよ」と笑う。

【特集】  
スペシャル対談

私のような人間がいることを  
多くの人に知ってほしくて

● 昨年出版された「壊れた脳 生存する知」について、読者の感想ではどのようなものが多いのですか。  
● 「元気づけられた」と、感謝していただいています。私と同じような状態になっていて、「どうなるのだろう」という不安がいっぱいありますが、私を見ていただいで、「あの人は多分かなりもつと悪かったのだろう。それでもここまで元気になる。それでもここまで元気になる。それでもこんなに歩いたり、喋ったりしている。あんなに見ただけで、元気が出ます」とおっしゃってくださいます。  
お医者さんたちからも、「覚めた感じで客観的に書かれているから良かった」と言われます。私としては主観たっぷり書いたのですが（笑）、あまり近づきすぎても良くないと思った分が「客観的」だったのでしょね。

● テレビ朝日系列で「大発見!! だまされる脳」が放映されたのは04年の12月でした。ここでも山田さんのことが大きく報道されましたが、あの頃とくらべて生活状態は変わっていますか。  
● 自分でははつきりしないのですが、多分、良くなっていると思います。足元もしっかりして、上手に歩けるようになったように思います。でも、からだの左側の麻痺や左側の視界を無視してしまう症状には今も苦しめられています。絵を描くと、左側がおろそかになって、傾けて見ているような感じになる状態は変わりません。  
今は、ほぼ毎日、パソコンでメールのやりとりをしています。アドレシリストと見て特定のアドレスを捜すのはかなり難しいです。それで

Profile  
山田規畝子さん

東京女子医科大学在学中に一過性虚血発作と脳出血を起こし、「モヤモヤ病」の持病が発覚。後遺症もなく卒業し、整形外科医として同大学附属病院に勤務。  
26歳で郷里（香川県）の大学病院に転勤。33歳で父親が院長を務めていた山田整形外科病院（高松市）の院長になる。  
34歳のとき、脳出血に脳梗塞を併発。「高次脳機能障害」となるが、高次脳機能障害のリハビリの研修を兼ねて伊予病院（愛媛県）に勤務。  
37歳のとき、3度目の脳出血を起こし、巨大血腫を摘出。その後、快方に向かい、今治市の老人保健施設の施設長として社会復帰をはたす。  
現在は、医師の仕事は休業し、自らの体験をもとにした講演や執筆活動に取り組む。高松市在住。



私は、こういう人間が世界の中にいることを多くの方々に知ってほしいと期待して、本を書いたり、講演をしたり、テレビに出たりしています。  
最近、高松市のタウン情報誌に月に1回、「バリアとは何か」というような短いコラムを連載しています。たとえば、身障者用のトイレなどは、広すぎたりしますし、トイレットペーパーがとんでもない位置にあたりたりします。取りに行こうと無理をして、便器から落ちそうになったこともありました。「ユニバーサルデザイン」と言いながら、「これは、ちょっとね」と思うことがよくあります。そうしたことに気づいてほしいといったお話を書いています。

も、早く見て選べるように練習していますと、少しずつ上手になっていきます。  
料理をしている時は、わりと意識が高いので、そんなに失敗はありません。  
● 「お母さんはおもしろい人」  
● テレビを拝見していても、息子さんの支えは大きいように思いますが……。  
● 真規は、10歳（小学校5年生）になりました。最近では、母子というより友達のように親しくなっていて、私のほうがよく怒られます。時々痙攣の発作が起きますが、そういう時に呼ぶと、「大丈夫？」と言って来てくれます。「薬飲む？」持っていてこようか？」と言ってくれるの

# 3度の脳出血と後遺症を 知の力で見つめ、 しなやかに格闘する医師

「高次脳機能障害では、知能の低下はひどくないので、自分の失敗がわかる。失敗したとき、人が何を言っているかもわかる。だから悲しい。いつかいつかちゃんとしてくれない頭にイライラする。度重なるミスに、われながらあきれわ、へこむわ、まったく自分が自分でいやになる。見た目には「ちょっと口悪い人」くらいにしか見えないため、街に出てても他人様は冷たい。」  
「壊れた脳 生存する知」（講談社）の一節である。これは、3度にわたる脳出血による後遺症を、医師の眼でみつめ、自ら綴った、世界でも例のない本として大きな反響を呼んでいる。  
その著者、山田規畝子さんと杉原素子（日本作業療法士協会会長）が語り合った。

山田規畝子  
Kikuko Yamada



ですが、私は面倒くさいので「いいよ」と答えたりします。そうすると、「お母さん、病院から『いいよと言っても飲ませなさい』と言われているよ」と、彼に指導されます（笑）。  
すぐにものを見つけれないので、「捜して」と頼むと、「なんでもマールちゃんだからね」と不平を言ったりもしますね（笑）。  
「お母さんはどんな人」って聞かれると、「おもしろい人」と答えているようです。私のうちは、代々、軽い冗談を言って患者さんを笑わせる医者でした。父も、注射をして、「先生、痛いです」と言われると、「ああ、生きていてよかったですね。生きていく証だ」と患者さんに返していきといった調子でした（笑）。私も、現役の頃はそんな感じでしたね。

「ガンバレ」なんて  
言わないで

● 急性の時期に、まわりの対応で困ったのは、どんなことでしたか？  
● 「遂行障害」という、やる気があっても行為に移せない状態になりました。急性の時期は、やる気を出しにくく出て出さないのでなく、やる気を出すのがかなり難しいのです。ポーツとしていると、非常に楽で、気持ちが良いのです。また、何か言われても、反応が遅いわけです。それをとがめられますと、ちょっと辛いですね。  
私も、そのまま寝ていたら回復が遅れることはわかっていました。でも、やる気持ちはあっても、それができないのです。遂行障害というのは、そういうものです。人間として、イ

杉原素子  
Motoko Sugihara

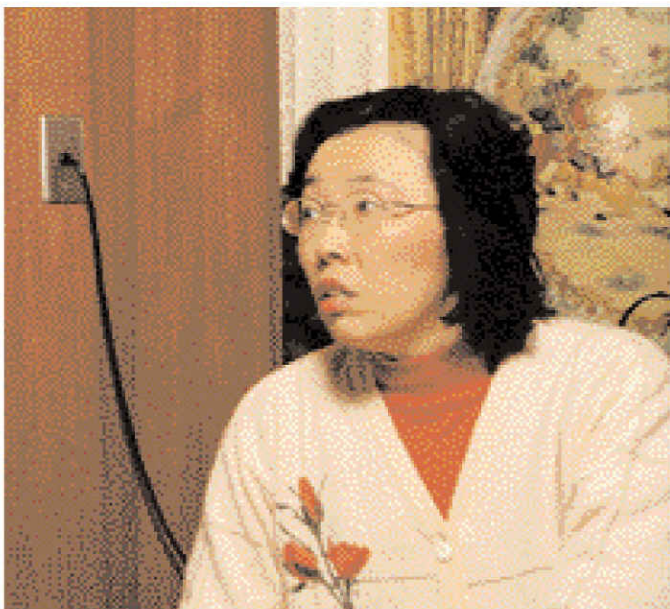
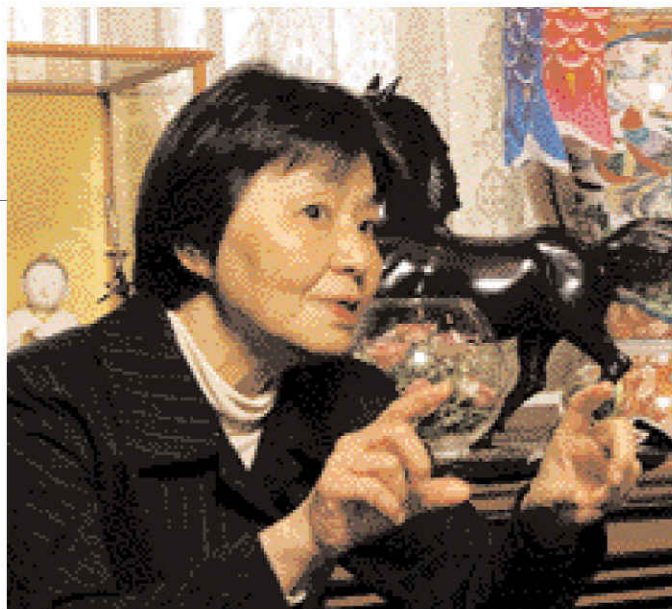




最近では、彼（真規くん）によく指導されます。

今は、毎日のようにメールのやりとりをしたり、高松市で発行されている月刊のタウン情報誌にコラムを連載したりしています。

外見は元氣そうに見えますが、左足は支えるだけで、右足だけで苦勞して歩いています。転んだり、壁におついたりすることはよくあります。そんな状態ですから、自分ではよけられないのです。でも、ほかの人はよけてくれるのです。特に人の流れを避けてポーツと立っている人は、こちらがよけて行かないといけません。こちらは辛いですね。私の場合、白杖のようなものを持つと、注意力がそちらに分散されてしまうので持ちません。ですから、



ヤになることは同じです。モチベーションを下げる会話は誰でも同じです。ガンバレと言われても辛いです。そのあたりのことは、ぜひ理解してほしいですね。

### 「もうひとりの私」と対話しながら行動

●奥行きがよく見えない立体視の障害があるため、階段が平面の壁に見えたりするのですか。

●テレビに出ていたような、壁に見えるようなことはありません。あれはちょっと極端です（笑）。

たしかに、段の切れ目のはっきりしないので、どこに足を置けばいいのか、どこが安定しているのか、パツと見てわからないのです。2回ぐらい足でタップしないとわからないので、「もう大丈夫かな」とさぐりながら歩いています。

テレビでは、太鼓橋を這うようにして渡っていました。その時、手を引いていた息子に「大丈夫？」と聞いたら、「転ばないかもしれないけど、落ちるかもしれないから、真ん中を歩いたほうがいいよ」と言うのです（笑）。あれは、ものすごく恐いものですね。

立体視の問題もありますが、段差にスロープがついていると恐いですね。スロープに横向きに足をつくると、まっすぐに重心が乗らないで、横に

「私はそういう障害を持っていますよ」ということを示すものがあれば、人がよけてくれるのではないかと思っています。「私は、よけてあげられませんが」と、礼でもかけようかと思えますね。

●病院の中では、誰もいなくて邪魔物もないところで訓練をしますが、実際に社会生活に出るとずいぶん違いますよね。

●「仮免」みたいなものがあるといいですね。私の場合、自分に対して垂直の段があると、1センチくらいの高さのものでも足が横にずれてしまいますから、ほんとに恐いです。いろんな形の段差を置いて、部屋の中で裸足でやる練習があればいいですね。足の裏で感じながら、よけたら、渡ったりする練習をするのはいいと思います。

### 悪い方向に持っていかないように心がけながら生活

●生活の中で、健康に留意されているのは、どのようなことですか？

●よく痙攣の発作が起こります。いちばん恐いのは脳卒中です。薬を飲みますけど、ある程度繰り返していると思われるようになりますから、悪い状況に持っていけないように心がけています。また、血圧の管理を行い、お水をよく飲むようにしています。

それで倒れそうになってしまいうからです。前後に重心を移動させるのはある程度大丈夫ですが、左右に移動させるのは大変です。非常に恐いです。

これは、点字ブロックが置いてある場合も同じです。また、歩道の一部が車道に向かってスロープになっているところも恐いです。スロープは必ずしもバリアフリーではないと、常に言っているんですけど……。

●食卓が平面に見えて、スプーンにお茶碗を入れてしまうシーンがテレビには映されていましたが……。

●私は、かなり以前から性格的に大雑把で無精なところがあります（笑）。ものを置きたい場所はなんとなくわかりますから、ちゃんとさぐりながらすれば置けるのですが、「えーい、いつちゃえ」と無理やり押し込んだりするものですから、皿やコップなどを転がしたり、向こう側に落したりしてしまうのです。

そういうのを自分で直していくためには、理屈でわかっているかという難しいですね。私は、自分の脳の前頭葉を「前子ちゃん」と名づけています。それは「もうひとりの私」なのです。

私は、その前子ちゃんの「そんなことしたら、いけないでしょ」という声を聞きながら行動しています。その声を聞いて、「こうしたらきつ

す。お喋りは好きですから、こういう対話はストレスにならなくて楽しいです。

●老人保健施設で仕事をしておられた経験から、認知症（痴呆症）の支援について、何かヒントはないでしょうか。

●何を不安に思うかは、人によって違いますが、根底にあるのは「不安」ということでしょうか。

家族が来てくれないという家庭環境であったり、自分が空けてきた家

とダメに違いない」と判断するので。それは多分、私がつつと生きてきた経験の記憶です。

それは、正常であれば、なにかを見た瞬間に反射的に判断してオートマチックに出てくるものでしょう。でも私の場合は、いったん考えて、ゆっくり判断していかないと、正確な行動に向かわないのです。そのため、いろいろなことが、かなりゆっくりになります。ゆっくり考えてから行動すれば、たいがい失敗はないのですが、あわてたり無精したりすると、「えーい」とやって失敗しますね（笑）。

私の場合、「言葉」が失われなかったことが奇跡でした。ラッキーだったと思います。ちらっと思ったことでも、言葉にしないと頭に残りませんから、判断まで結びつかないのです。ふと思ったことは、そのまま消えてしまいます。思考は、言語化されることによって意識化されま

### 自分ではよけられないの……

●日常生活で、トイレに行くとか顔を洗うなどについては、あまり違和感はないですか。

●和式のトイレは困りますが、洋式であれば問題はありませぬ。私は、

のことであったり、いろんな不安があります。その人が何かに対して不安になることを、「根拠がない」と言って否定するのではなく、一人ひとりを見て理解することが大切ですね。みんな違うと思います。

根底にある不安が、認知症（痴呆症）に出てくるのです。愛されていないとか、自分は誰であるかを認めさせたいといった不安に対して、本人が「これなら大丈夫だ」と感じるような、確かな支えが求められているのだと思います。

### 対談をおえて——杉原素子

ご自宅の山田整形外科病院入口の扉を開けると、すぐそこにご本人の山田規敏子医師がおられました。突然の対面ではご挨拶の言葉も出ず、「あつ、あのう、どうも」という言葉が対談の始まりとなりました。途中で息子さんの話になると、「今、ここに呼びましようか」との母親としての一声で、真規くんの登場となりました。友達と遊んでいるところを、にこにこ笑顔を見せながら、真規くんは少しの間私たちと付き合ってくれました。おかげで、素敵な写真がとれました。真規くんありがとう。

整形外科医現役時代のお話をされた時、小柄でその細い身体からは想像できない愉快なできごとやその話し振りに楽しく思わす笑ってしまいました。「私の顔の表情は少ないとよく言われる」「春らしいケキを私が買いに行くと皆さんに準備した」「ストレスをかけないように気をつけているけど、人と話をするのは好きだから、今日のことにはならない」などお話の内容はどれも率直で、そのためか私自身があまり緊張してないのに気がつきませんでした。もっとも、お話を聴きかけたというのが私の感想です。

「若いころから言葉をよく使っていたから、今の自分の脳の状態でも、こま

まずは肩の荷をおろして、  
現地の事情を  
知るところから



タイの農村風景

中学生のとき、黒柳徹子さんが途上国のボランティアをしているテレビを見て、ほのかなあこがれを感じた原さん。20歳のとき、初めての海外旅行でタイ北部を訪れるツアーに参加。そんな想いは、作業療法士になってから実を結んだ。さて、原さんがタイで見たものは……。

療法士 原範枝さんの体験レポート

私が赴任していたのは、タイの首都バンコクにある「タイ障害児財団」というNGO団体です。この財団では、小学校入学前の肢体不自由のお子さんの所に訪問して医学的なりハビリテーションを提供し、通ってくださる子どもたちや保護者にデイクア活動をしています。また、障害児・障害者についての社会啓蒙活動も行っています。

私はここに赴任した3代目の海外青年協力隊員で、それまでは理学療法士が派遣されていました。タイに行く前は、精神科の作業療法士をしていました。

タイ人スタッフと  
チームを組んで

私は、バンコクの市内と近郊に出かけて仕事をしていました。東北地方にも巡回に行きました。タイには養護学校もありますが、身の回りのことある程度自分でできるお子さんしか行けません。また、作業療法

士の有資格者がとても少ないため、病院のリハビリテーションは、1カ月に1回とか3カ月に1回程度しか受けられない状態です。

一緒に働いていたタイの人を紹介しておきます。ひとは特殊教育が専門の女性、もうひとは体育学部を卒業した男性です。日本に研修に来た経験もあって、日本語のわかる人です。3人目は、財団のお掃除などの仕事をして働いていた女性です。日本の理学療法士に教わってリハビリテーションを担当していたスタッフは辞めたときに、「誰かやりたい人はいますか?」と言われて、「私、やりたい」と、その女性が手を挙げたのです。さらに、2人のソニーシャワーカーがいました。

できることから  
日常生活の工夫

赴任したばかりのころは、タイ語を理解するのに苦労しました。派遣前に協力隊の訓練所でタイ語を勉強

に連れ出したり、勉強を教えてくださいました。

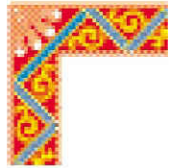
自分が楽しくなければ……

今から思うと、はじめの頃は「あれも、これも」と気負いすぎたようです。少し経ってから、「まずは現地の人と会って、さまざまな事情を知ることが大切」と気づいて、ちょっと肩の荷がおりたように思います。やはり、「自分が楽しくなければダメ」ですね。

身のまわりにあるものを利用していろいろな道具を作ったりした経験は、私の頭を柔軟にしてくれたように思います。医療サービスタレントに思えない広い視野で社会全体を見ることの大切さを教えていただいた2年2カ月でした。

温かく見守ってくださった職場のスタッフ、財団に通っている子どもの保護者の方々に感謝しています。コップ・タン・マーケット(タイ語で「とてもありがとう」)

(これは談話を編集部でまとめたものです)



タイ人は清潔好き。毎日、朝と夜の2回お風呂に入ります。障害をもったお子さんをお風呂に入れるのは大変ですから、こうやって工夫をしているのです。みんな頑張っていて、日本人のタイ語に耳を傾けてくれました。



輪になって手を使う遊びをしているところです。遊び方をおぼえるのは、発達をうながしたり、おたがいの交流が生まれたりしますから、大切なことです。

「タイ障害児財団」のデイクアに通う前に、子どもと保護者が一緒に寝泊りして1週間ほどの研修会をひらきます。その研修会が終わって、「これからお家に帰れる」と、みんな嬉しそうです。研修会は食費も含めて無料です。通所のための交通費も支給しています。

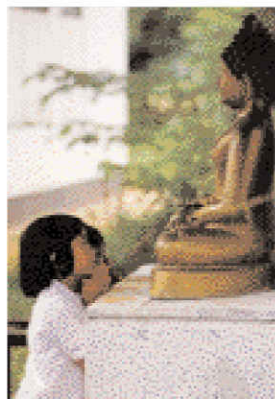


したのですが、いろいろな方言があったからです。そのため、お母さんの状態やまわりの雰囲気まで気がまわらなくて、目の前のお子さんのことに一生懸命になっていました。半分以上はお母さんを相手にしなければならぬのですが、1年ほどはそのことに気づけなかったと言いか、気づいていてもうまくできない状態でした。

日本とくらべてタイの社会保障制度が整っていないことに対する戸惑いもありました。たとえば、小学生のお子さんに「こういうリハビリがありますよ」と勧めることはできて、現実はその場で終わってしまいます。その子にとって本当に必要なのは、教育や同年代の子との交流であったりするので、情緒や社会性を育ててあげることが大切だからです。

それでも、しばらくしてからは、「自分でできることから日常生活の工夫をしていこう」と気持ちも切り替えました。たとえば、和式のトイレは手足に不自由のあるお子さんには大変ですから、椅子を改良して洋式に変えてあげたりしました。座位が不安定な子どものために、ダンボールで椅子を作りましたし、日常生活を工夫するための用具を作ったり、紹介したりもしました。

また、一緒に働いていたソーシャルワーカーの人は、学生のボランティアを募って、在宅のお子さんを外



# こころが動くから からだも動く

作業療法士 安本勝博さんに聞く

平成18年4月から、介護保険法の一部改正にともなって、要支援認定者と要介護1認定者のうち、軽度とされる人たちに対して介護予防サービスが始まる。岡山県津山市では、そのモデル事業（「めざせ元気!! こけないからだ講座」）が、平成16年9月27日から3カ月にわたって実施された。このモデル事業について、津山市役所に勤務する安本勝博さんにお聞きした。



## まず「生活目標」をたてる

津山市から高知市の「いきいき百歳応援講座」の視察に行ったのは平成16年3月のこと。具体的なノウハウはここから得たという。たとえば、筋力向上トレーニングには0kgから1・36kgまでの12段階に調節できる重錘バンドを使ったが、これは高知市の事業がヒントになった。

事前の調整は、津山市の在宅介護支援センターをはじめ、ケアマネジャー、町内組織など多方面にわたった。福祉関係の学生、民生委員、公募したボランティアによるサポーター養成講座もひらかれた。参加者1人にサポーターが1人つく体制をとるためである。

最も大きな課題は、参加者に生活目標をたててもらうことだった。自宅に訪問して話をしていく中で、生活目標を引き出していき、第1回の講座の時にサポーターとも話をしながら生活目標を決め、それを自分自身の決意表明として各人が発表した。



その生活目標は、日常の生活に密着したものであった。この目標をスライドにして、トレーニングの前に毎回見てもらったという。

## あきらめていたことに再挑戦

参加したのは、要支援認定者5人、要介護1認定者7人の計12人。週2回、6種類の体操を電子ピアノの生演奏にあわせて1日約2時間。それを3カ月間にわたって実施した（計23回）。重錘バンドの重さは、参加者の身体的負担度によって、その都度増減した。

その結果、下肢筋力、歩行スピード、握力の改善がみられたことはもちろんだが、それ以上に目を見張らせたのは、日常生活活動面での変容であった。

たとえば、それまでヘルパーさんに買物を頼んでいたYさんは、6回目のトレーニングのあと手押し車を押して、30分かけて近くのスーパー



もうあきらめていたことを、参加者一人ひとりが生活目標にした

**皆さんの目標**  
 盆栽ができるようになる!!  
 手押し車なしで歩けるようになりたい!!  
 グランドゴルフをしたい!!  
 また楽楽園に散歩に行きたい!!  
 和裁がもう一度やりたい!!  
 買物や旅行に行きたい!!  
 着付けのボランティアがしたい!!  
 水泳に行きたい!!  
 いつまでも元気で歩きたい!!  
 歩きやすくなりたい!!  
 もっとはつきりしゃべりたい!!  
 元気で転ばないこと!!

まで自分で買物に行くようになった。Yさんは「自分に体力があるかどうか試してみたくなった。年を取るといろいろ悪くなるのは当たり前と思いついて、もうあきらめていた。でも、ほかの人の前で口に出してしまったので、挑戦してみた。今度は旅行に行きたい」と語った。

## 「右肩下がりの神話」を払拭

「加齢によって機能が衰えていくのは当然という『右肩下がりの神話』が、当人だけでなく支える側にもあります。しかし、今回の介護予防のモデル事業を進めていくうちに、自分でかかっていた目標に向かって少しずつ自分が変わっていくこと、それに対してまわりが反応してくれること、そうしたことから、久しぶりに『右肩下がり』を実感して自信がついたのです。

テーブルに手をつかなくても立てるようになった、といった一見ささいな変化をいきいきと語ってくれる

ようにもなりました。この喜びが大切なのです。こころが動くから、からだも動くのです。筋力向上は、自信と喜びを得るための手段のひとつなのです」（安本さん）。

## サポーターは、喜びの共有者

重錘バンドの重りの出し入れなどの手助けはサポーターが行なう。そのため、『お手伝いさん』だったサポーターは、いつの間にか、よく知っている過程を共有する仲間になっていく。ある学生のサポーターは、最終日に「この場所は私の宝物です」と泣きながら語った。

「スタッフも含めて、みんなむせびながら涙していました。高齢者が意欲的になっていく姿を目の当たりにすることができたからです。生活変容に働きかけることによって、高齢者がこれだけ大きく変わっていったことは、私自身にとっても驚きでした」（安本さん）。

3ヶ月のトレーニングの結果、日常生活は大きく変容した

ベッドから起きる習慣がついてしまった。

和裁の先生をしていたが、再び生徒が来るようになった。

銀行まで行くのに転倒する不安がなくなり、楽に行けるようになった。

手が挙がりやすくなり、カーラーが巻けるようになった。

もう一度、掃除機が使えるようになった。

1,2品なら料理ができるようになり、自信がついた。

よくなったので、レンタルしているベッドを返却しようと思っている。

着替えの時、立ったままでズボンがはけるようになった。

通っているデイケアで、講座でおぼえた体操を指導している。



**安本勝博さん**  
 1970年10月生まれ  
 1991年4月、作業療法士免許取得  
 水島第一病院リハビリテーション科で4年間勤務のち1995年4月より津山市役所健康増進課に勤務

# 作業療法士が切り盛りする 介護シヨップ & 住宅改修



初めて手がけた新築の仕事

## 市販のものを 改良して作ったりも

「介護と自助の店 かばさん」は、JR鎌倉駅のすぐ近くにある。1999年6月に開店したこの店は、作業療法士の今村実幸さんが一人で切り盛りしている。

品揃えはいろいろと多岐にわたる。ずらりと並び杖、軽くてはきやすい靴、さまざまなルーパー（拡大鏡）、着やすい下着や靴下などの衣類、使いやすいスプーンや皿などの食器類、ポタンエイドや水栓ハンドルなどの自助具、シルバーカー、ポータブルトイレ……。

どれも実際に手にとって試すことができる。必要と思う商品があると、今村さん自身が卸業者のところに出向いて、自分の目で確かめて入荷している。お客さんから「こういうものはないだろうか」とたずねられると、あちこち調べて手に入れたり、市販のものに改良を加えて作ったり



店名の由来となった「かばさん」。ご主人がアフリカのブルキナファソで仕事をしたときのおみやげで、お店の「守り神」でもあるという。

しているという。指定業者になっていないため、レンタル業はできないが、パンフレットなどを取り寄せてお客さんの相談にのっているし、そこで話がまとまれば、購入の仲介をしている。作業療法士ならではの、きめ細やかなサービスである。

## 大学に入り直して、 建築の勉強

この店がオープンするまでには、ちょっとした経過があった。

今村さんは、平成5年に作業療法士の免許を取得し、小児の療育施設や老人保健施設などで仕事をしていた。また、訪問リハビリテーションを経験するなかで、住宅改修に興味をいだいた。その気持ちを行動に移し、関東学院大学の建築学科に入学し直した。そこで本格的に建築の勉強に取り組みるとともに、「住まう」ということを多角的に考えていった。

住宅改修参考実例



店内にはいろいろの福祉用具が並ぶ。どれも手にとって試すことができる。とりわけ、ルーパー（拡大鏡）の品揃えは豊富。「これだけ揃えている店はほかにない」と今村さん。



住宅改修の仕事と  
ジョイントしていることも  
店内でアピール



今村実幸さん

すから、お客様とのやりとりのなかで、一から勉強しました。お金の面では、自営業の大変さを味わいました。住宅改修の仕事も、最初は1年に1件か2件、社会福祉協議会からの紹介があるくらいで、どうなることかと心配していました。たまたま、店を始めた翌年に介護保険がスタートしましたから、ケアマネジャーさんなどから住宅改修の仕事が紹介されるようになりました。今は、月に5、6件の仕事になっています。

「卒業と同時に設計事務所を開こうか、とも思ったのですが、以前から今までにないような介護シヨップをやってみたいというのもありましたから」と、この店を始めたという。住宅改修の仕事は、建築士のご主人とペアで行なっている。「1回目の訪問の時は、ケアマネジャーと主人と私の3人でいきます。トイレの改修などは、ヘルパーさんや看護師さんと一緒に行つて、実際の介護場面の動きを自分で確認します。ものを作るのは大好きですから、良い形の手すりがない場合は、自分で木材を削って作ります」（今村さん）。

## 「ありがとう」と 言われる喜び

「経営」という面では、この6年間の道のりは決して平坦ではなかったようだ。

「病院にいたころは、接客についてはまったく経験がなかったもので

## 介護と自助の店 かばさん

神奈川県鎌倉市小町  
1-9-3 島森ビル2F  
Tel & Fax 0467-24-7131

# 食事介助用具 おたべまし〜ん

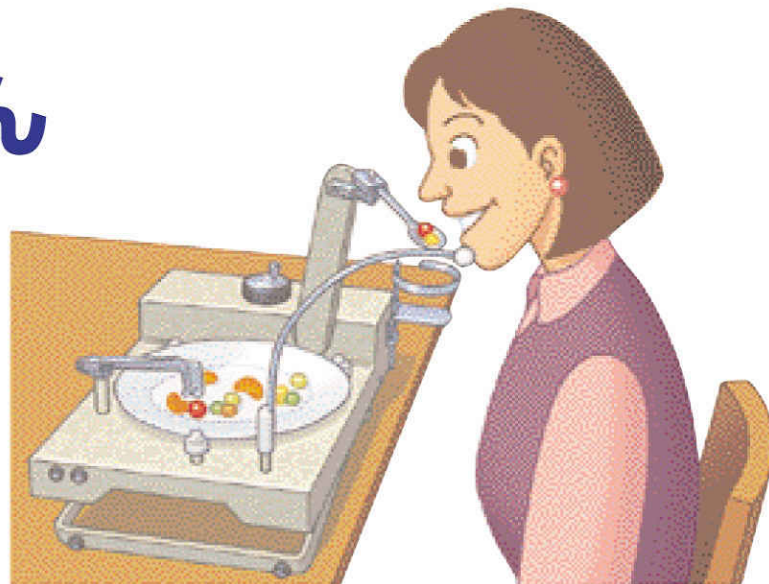
●あご、手、肩、腰、足などでスイッチを操作します。足で踏んだり、肩や腰などで押して操作するボックススイッチもあります。

## 月額レンタル料

最初の3カ月 ¥28,000  
2年契約の場合 ¥15,000

## お問い合わせ

アビリティーズ・ケアネット(株)  
03-5388-7200



## ●固形物を食べる場合

食べ物は一口サイズに切っておきます。

1 あごでスイッチを左に押し、ヘラが動きます。



2 スプーンが食べ物を口元まで運んでくれます。



## ●汁物を食べる場合

スプーンですくって口元まで運んでくれます。



## アイデアいっぱい

なるほど楽々！  
食事を楽しくする  
ハイテク製品

## 生活支援の福祉用具

「自分のペースで食事がしたい」。  
そんな願いをかなえてくれる製品があります。  
顔を5センチほど動かすだけで、家族や友人といっしょに  
毎日の食事ができるようになる製品を2つ選んでみました。



Illustration/村上基浩

## 食事支援ロボット マイスプーン

●あご、手先、足などでジョイスティック(レバー)を操作します。1回ボタンを押すだけで食べ物を口元まで運ぶ「自動モード」用のボタンもあります。

1 食べ物を一口サイズに切って専用トレイに盛り付けます。



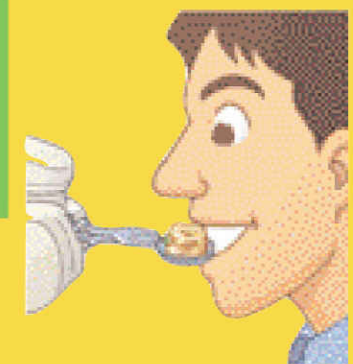
2 食べたいものに合わせてハンドの位置を調整します。



3 指示した食べ物をスプーンとフォークでつかみ、口元まで運びます。



4 スプーンか食べ物に口が触れると、フォークが自動的に引っ込んで、簡単に食べられます。



## 月額レンタル料

¥6,405 3カ月前納

## お問い合わせ

セコム(株)  
0120-580-756

## パンフレットのご案内

当協会では、次の5種類のパンフレットを用意しております。  
作業療法の啓蒙活動などにご活用ください。  
お申し込みは協会事務局まで。

- 作業療法ガイド
- 作業療法ガイドミニ版
- 精神に障害のある人の地域生活を支援する作業療法
- 作業療法士(OT)は、あなたにあった福祉用具や住宅改修を提案します
- 訪問リハビリテーション 作業療法(OT)のご案内



### 医療・福祉・保健サービスの向上をめざして

(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年に世界作業療法士連盟(WFOT)に加入し、昭和56年には厚生省(当時)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。高齢の方々や障害者の方々に合った福祉用具の選定や適合、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。



# Let's challenge

## 片手でやってみよう 7

### フタをあける

片手でビンのフタをあける時のちょっとしたコツを紹介します。

#### どうやってあけるの？

片手でビンのフタをあけようとすると、ビンも一緒に回ってしまいます。どうすれば、フタをあけることができるのでしょうか？



ここからチャレンジ！ さあ、やってみよう！

#### 1 引き出しではさむ

底の浅い引き出しにビンを入れてはさみます。



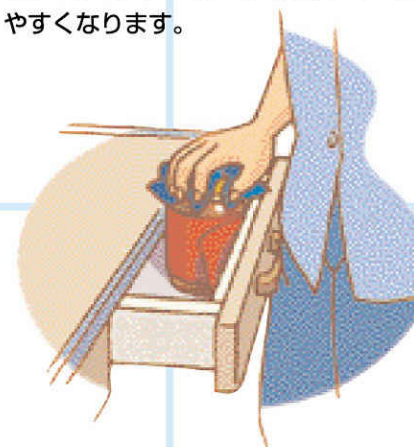
#### 2 体で押しながらあける

体で引き出しを押してビンを固定し、フタをあけます。



#### もっとやりやすくなる方法

適当な大きさに切った市販のゴム製すべり止めシートを、ビンに巻いてからはさんだり、フタの上からかぶせると、もっとあけやすくなります。



#### そのほかにもこんな道具が……

台所のふちにひっかけて使います。ビンに当たるVの部分と木の先端の部分にはゴム製のすべり止めがついています。缶切りにも応用できます。



Illustration/村上基浩



# こころ豊かに生き生きと

## ご存知ですか？ 作業療法のこと

作業療法は、Occupational Therapy (OT) に由来する言葉です。  
この場合の「作業=Occupation」は、「なにかをして時間を占める」  
という意味です。そこには、労働や日常生活はもちろん、  
趣味や遊び、創造活動など、人が人として生きていくのに必要な、  
あらゆる活動が含まれます。

作業療法では、こうしたすべての「作業」が  
一人ひとりにあった、治療の手段にも達成目標にもなります。

そこで、私たちOT協会の広報誌をOperaと名づけました。

「作業」という意味のラテン語です。

作業療法に関する面白くて役に立つ、  
親しみやすい誌面づくりをめざしています。



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

<http://www.jaot.or.jp>