

作業療法士に興味・関心を抱くすべての方へ 『作業療法（OT）ガイド』



Means Independence !

学校法人 産業教育事業団 マロニエ医療福祉専門学校

作業療法学科 編

〒328-0027 栃木県栃木市今泉町 2-6-22

【入学案内室】 0282-28-0020

【学科直通】 0282-27-8425

【E-mail】 ot@maronie.jp

HP URL : <http://www.maronie.jp/>



Facebook : <https://www.facebook.com/maronieOT/>



Instagram : https://www.instagram.com/maronie_ot/

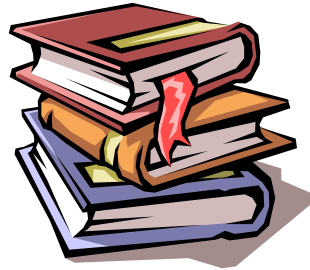


はじめに

「将来、保健・医療・福祉の領域で自分自身を活かせる仕事に就きたい」「知り合いのお見舞いがきっかけで、作業療法士という専門職種を知った、より詳しいことが知りたい」「リハビリテーションという領域に心魅かれるようになった、色々な専門職種のスタッフが従事する領域だと思う、作業療法、そして、作業療法士の特徴について知りたい」等々の思いに駆られる方は数多いのではないのでしょうか。

そこで、そうした皆様の疑問や質問に答えつつ『作業療法』そして『作業療法士』を紹介させていただくことを目的としてこのガイドブックを作成しました。

ご活用していただければ幸いです。



作業療法 (Occupational Therapy) って!? ～ 近代の OT 誕生物語 ～

近代の『作業療法』を語る上で欠かすことのできないヒストリーがあります。

それは、今から80年程前のアメリカ合衆国、作業療法誕生の物語です。

主人公の名はジョージ・バートン。もともと建築家だった彼は人生途上の光り輝ける時結核に侵され、一転して身体的にも精神的にも社会的にも悩み戸惑う身に立たされてしまったのです。以後、彼は人生の約4分の1を入院生活に費やすこととなります。

入退院の繰り返しの揺れるジョージ。が、彼はそうした嵐のような状況の中で、自らの人生を肯定し希望を見出す歩みを始めたのです。

そう、日々の闘病生活にあって、物を作(創・造)ったり、同じように病気や障がいを抱える仲間との交流(談笑したり、気分転換のためのレクリエーションに興じたりとの様々な活動)に、自分自身を費やすようになったのです。

そうした歩みを続ける内に彼は、自身が勇気づけられ、癒され、障がいを障がいとして必要以上に感じなくなっている自分に気づいたのです。

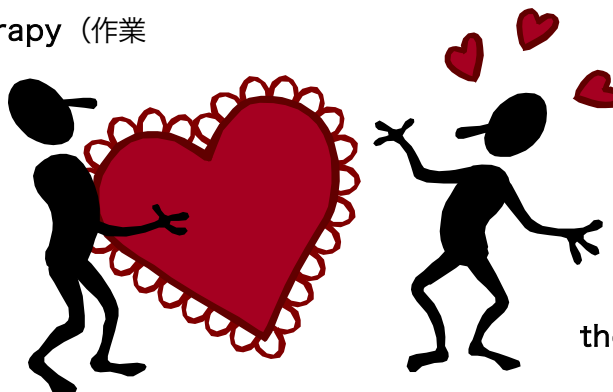
そして、その体験を病気や障がいに苦しむ多くの仲間と分かち合い活かして行(生)きたいとの思いに突き動かされるように奔走し始めました。

やがて彼の奔走は、Consolation House (病気や障がいからの回復を支援する施設)の設立(1917年ニューヨーク)、そして、思いや考えを共有できる多くの仲間(医師、看護婦、経営者等々)との出会いへと繋がり、「作業療法推進全国協議会(National Society for the Promotion of Occupational Therapy)」の発足という形で実を結びます。

『Occupational Therapy (作業

り)と命名、協議会の初代会や障がいに悩み戸惑う方々作業療法が誕生しました。

この時期、協議会の設立行動をとともにした医師のダン療)原理書として世に送りだ(Reconstruction



療法』という名称へのこだわり長への就任。ここに、病気への一援助法として近代の

にジョージとともに熱意あるトンは、作業療法の基本(治した『再建療法therapy)』の中で次のように述べ

ています。

「作業（活動）は食物と水のごとく生活（人生）に不可欠なものなり、何人も心身両面の作業（活動）を有すべきものなり・・・病におかされた心、体、そして魂は作業（活動）により癒されるものなり」。

- ・・・そうして昭和40年、私たち日本においても、アメリカ合衆国等をモデルに法制化され、障がいを感じ抱える方々のリハビリテーションの実現を支持援助するセラピー（治療）としての作業療法とセラピーを行う専門家としての作業療法士（Occupational Therapist）が誕生しました。

作業療法の『作業』が意味することって!? ～ その原点 ～

『作業』という言葉から皆さんは何を思い浮かべますか。

仕事、それとも、労働でしょうか・・・

Occupational Therapy が法制化される際、日本での正式名称をどうするかが大きなテーマとなりました。皆さんが連想された言葉（意味）も、その検討会で一部委員から提案されたりもしました。

しかし、前述の「近代のOT 誕生物語」で紹介させていただいたように、Occupational Therapy が意味し意図する人間的治療的哲学（思想）を踏まえた日本語の適訳が中々見当たりませんでした。

そこでその当時、精神科医療の場で実践されていた「作業」を活用しての治療等の経緯が勘案され、『作業療法』という名称に決まったのです。

では、作業療法（Occupational Therapy）の『作業』が意味することは何なのでしょう。

皆さんは、新幹線や飛行機にお乗りになった経験はありませんか。トイレに入れば、多外側には『使用中』の表示が出ます。そして、Occupied との文字 [ちなみに鍵をフリーに Vacancy)』と表示されます。



ことがあると思います。その時、トイレを使うの方は自ら鍵をします。その際、トイレの「使用中」との日本語の下には英語でした状態では『空き (Vacant or

「あっ、見たことがある」「気づかなかつ是非ご自身の目でご確認ください。

たなあ」等さまざまだと思います。機会をみて、

そうです、実は作業療法の『作業』が意味する

こととトイレは密接な関係があるのです。

『作業』の語源は『Occupy』。「何かをして時空間を用いる」との意味です (すなわち「使用中」

間を占める」「何かをしている」「時間や場所とのことです)。

つまり、作業療法という『作業』は「自分自身を建設的に自分なりに使いい活かす生活のあらゆる行為」を指します。

TOILET

“ほっ”と安心できるのは・・・

落ち着かないのは・・・

Occupied ・ Vacant ・ Occupied ・ Vacant ・・・・?????

「鍵はかけましたか?・・・えっ、あっ、忘れている!!!」

Occupy × (doing , thinking , performing etc) = 作業する

作業療法そして作業療法士が意図し実践していることは?? ～ その思想と哲学 ～

Occupational Therapy の命名者であり実践者でもあったジョージ・バートン。彼の半生の物語に宿るメッセージに耳を澄ますと、作業療法そして作業療法士の底流を成すアイデンティティーを読み感じ取ることができます。そのアイデンティティーとは・・・

- ① 「なぜ、私が・・・」「なぜ、私の家族が・・・」等、人生途上の突然の病気やケガで、当事者やそのご家族は不安や恐れの中に放り出されます。そのことが、身体的・精神的・社会的なさまざまな“生きづらさ（障がい）”を生みがちです。“Occupied な生き方”から、抛る術や場のない“Vacant な状態”に揺れはじめるとも言えます。まさに、ジョージがそうであったように・・・

が、そうした闇の中の嵐のような状況や状態からでも『人はより善く生きられる、変わる』。

つまり、リ・スタートできる、Occupied な生き方を歩むことができる。

深く暗い闇を照らすひとすじの光のような『勇気と希望のメッセージ』。OT の底流に息づいていることです。

- ② 保健・医療・福祉領域では数多くの専門家が活躍しています。そうした中において、作業療法と作業療法士には唯一無二のアイデンティティーがあります。

それは、生きづらさを感じ抱えた当事者（障がい者本人）が必要を感じ・実践し・効果を確認し・伝え・作ったセラピー（治療）でありセラピスト（専門家）であることです。

①②のアイデンティティーを哲学（思想）とし、現代の作業療法と作業療法士は医療・保健・福祉にまたがる領域で、科学的な知識と人間性に裏打ちされた技術を活かし、何等かの生きづらさ（病気・ケガや障がい）を感じ抱える方とそのご家族のリ・スタートを支援しています。



ここで、（社）日本作業療法士協会のメッセージをご紹介します。

○リハビリテーション医療の中の作業療法

リハビリテーションでは障害を持った人が人間として充実した生活ができるように、身体的・精神的社会的・職業的・経済的機能を最大限に回復させるために、いろいろな職種の人々が働きかけます。その中で作業療法では、主体的な生活の獲得をはかるため、諸機能の回復・維持および開発を促す作業活動を用いて治療、訓練、指導および援助を行います。

○作業療法とは ————— Occupational Therapy ; OT

身体または精神に障がいのある者、またはそれが予測されるものに対してその主体的な生活の獲得をはかるため、諸機能の回復・維持および開発を促す作業活動を用いて行う治療、訓練、指導および援助をいいます。

○作業療法の「作業活動」とは

日常生活の諸動作、仕事・遊びなど人間の生活全般に関わる諸活動を作業療法の「作業活動」と呼び、治療や援助もしくは指導の手段としています。

作業療法はどんなところで行われているの?? ～ その主なフィールド ～

生後間もない乳幼児からお年寄りまで、生活に障害を感じ抱える全ての方とそのご家族を対象として、医療をはじめ、保健、福祉、教育・職業領域等幅広い分野で行われています。

具体的な主な対象領域は次の通りです。

- ①身体障がいの領域 ②発達障がいの領域 ③精神障がいの領域 ④老年期障がいの領域 ⑤その他

対象領域とその内容について具体的に知りたい!! ～ ビギナーズ・ガイド ～



身体障がいの作業療法

身体障がいの作業療法とは病気や事故のため身体に障がいを負った方々に対し、今後生活するための問題を的確に評価し、いろいろな作業活動を用いて治療を行います。また障がいがあっても残された機能を最大限活用し、身辺動作や家事動作、仕事への復帰をめざした訓練を行います。さらに、在宅の障がい者やその家族の方々が生活しやすいように指導、援助を行います。

【目的】

①身体機能面への働きかけ

作業活動を通じて、実際の生活に必要な筋力、関節の動き、感覚機能などの維持・改善をはかると共にスムーズな動きや耐久性の獲得などを行います。

②高次脳機能面への働きかけ

生活に必要な時間・物の扱い方・周囲の状況の認識、物事の記憶、計算、動作の順序や方法を決定し遂行していく、などの能力を評価し、治療・訓練します。

③心理面への働きかけ

長期入院や障がいにより、失われやすい精神活動や生活に対する意欲の維持・改善をはかると共に、不安を和らげたり、自信づけを行ったりします。

④日常生活活動面への働きかけ

食事、更衣、排泄、などの身辺動作や家事動作について、その動作ができない原因を評価し、その人にあった適切なやり方・介護の方法を訓練・指導します。

⑤職業復帰への働きかけ

職業復帰や就職に向けて、身体機能、作業能力、一般能力（学習能力、注意力、問題解決能力など）、移動、コミュニケーション能力などを評価し、訓練を行います。

【実際】

①手や足（身体機能）の治療訓練

手の外傷や手足の麻痺に対して、対象者個々の“生活の再構築”を文脈とした関節可動域訓練・筋力訓練等を行ったり、作業治療器具や創作芸術活動（木工や手芸等々）などによる訓練を行ったり、ゲームなどのレクリエーション的活動などを立位で行うことでバランスの獲得をはかったりします。また、作業を行っていること自体が全身持久力の改善にもつながります。



② スプリント（手の装具）の製作・適合

③ 義手による動作訓練

手の切断の患者さんには義手を装着し、その操作方法から身辺動作、仕事にいたるまで訓練指導します。

④ 食事、更衣、排泄、入浴などの日常生活活動訓練

⑤ 炊事、洗濯、掃除などの家事動作訓練

⑥ 利き手交換

利き手に障がいを持つ患者さんに、箸の使用や書字など、利き手を交換するための訓練を行います。

⑦ 自助具の考案・作製

残された機能だけではどうしても行えない動作がある場合には、その動作を可能にするための道具（自助具）を考えたり、作ったりします。



⑧ 介護者の指導

家庭で介護にあられる方に、適切な介護方法を指導します。

⑨ 家屋改造への助言、指導

⑩ 在宅障害者への助言、指導、訓練

家で生活される患者さんの場合、自動車は大切な足の役割を果たします。

自動車の改造にあたって助言・指導を行います。



い、患者さんの運転の可能性を

⑪ レクリエーションの指導

いろいろなレクリエーションを通して交流の機会を持つことで、社会性を促したりします。

て気分転換をはかったり、人との

【対象疾患】

脳卒中、パーキンソン病、脊髄損傷、リウマチ、手足の切断、手足の骨折・外傷、心臓疾患など。

【実施施設】

一般病院、リハビリテーションセンター、リハビリテーション病院、身体障害者福祉センター、肢体不自由者更正施設、身体障害者療護施設、保健所、保健センター、地方自治体など。



発達障がいの作業療法

発達障がいの作業療法は、発達時期に障がいを受けた子どもたちに対して、遊びを中心としたいろいろな作業活動を利用して、個々の子どもの発達課題（運動機能、日常生活技能、学習基礎能力、心理社会的発達など）や現在、将来にわたる生活を考慮した治療を行います。また、たとえ障がいがあっても家庭や学校、社会で生き生きと生活できるように指導、援助を行います。

【目的】

① 粗大運動機能の発達を促す

日常生活活動や遊びに必要な首のすわり、坐位、立位、移動動作（腹ばい、四つばい、歩行）などの獲得に向けて治療を行います。

②巧緻運動機能の発達を促す

肩や肘を含めた、手の機能（つかむ、つまむ、はなす）の発達を促し、日常生活に必要な巧緻運動、両手動作、目と手の協調性の獲得に向けて治療を行います。

③日常生活活動能力の発達を促す

書字動作などの学校生活に必要な学習活動も含めた、食事、更衣、排泄、入浴などの日常生活活動能力の獲得に向けて治療を行います。

④学習基礎能力の発達を促す

学習にとって必要な方向、形、数、色、大きさなどの概念の発達を促進します。

⑤心理・社会性の発達を促す

種々の遊びやゲーム、グループ活動などを通して情緒の安定、自己統制力の向上や対人関係、役割遂行の発達を促します。

【実 際】

- ① 手を自由に使うために必要な姿勢の安定を獲得させることにより、子どもたちの生活を豊かにします。また、個々の子どもたちの障害の程度や目的に応じた、椅子をはじめとするいろいろな機器についても検討、作製します。
- ② 遊びを媒介にして手の機能の改善をはかります。
- ③ 食事指導は生命維持のためにも必要です。食物を口唇で取り込む、噛む、飲み込むなどの口腔機能の改善や、スプーンなどの操作について治療を行います。
- ④ 粗大運動の中で、物と自分との空間関係や自己身体イメージなどの発達を促します。
- ⑤ 子どもの発達に大きな影響を及ぼす母親、家族、学校関係者などに、子どもの発達を促す介助方法、遊びなどの指導を行います。



【対象疾患】

脳性麻痺、脳外傷、精神発達遅滞、先天性異常、筋ジストロフィー、分娩麻痺、学習障がい、自閉症など。

【実施施設】

一般病院、小児病院、リハビリテーションセンター、リハビリテーション病院、肢体不自由児施設、精神薄弱児施設、重症心身障害児施設、養護学校、幼稚園、保育所など。



精神障がいの作業療法

精神障がいの作業療法は精神疾患により生活に障がいをもった方々に対し、個別あるいは他の人たちとの関わりや、具体的・現実的な作業活動（遊び、スポーツ、レクリエーション、創作芸術的なものから日常生活に関連するものまで）を利用し、精神機能の向上、対人関係能力の改善、作業能力の改善などをはかり、その人にとってのより良い生活が送れるように指導、援助を行います。

【目的】

① 症状安定に向けての援助

活動を通じて気分転換、欲求充足を行い、情動の不安定さや思考、行動のまとまりのなさを調整するとともに、健康な機能を促進します。

② 対人関係の改善

患者の心の葛藤を理解し、治療者との関係をもとに、他者とより良く交流していけるような体験の場を作ります。

③ 基本的な日常生活への援助

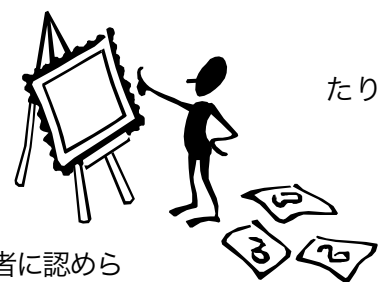
病気のために不規則になった生活の修正をはかり、必要な生活技術の獲得をめざします。

④ 社会生活への援助

主体的な生活をめざし、より良い社会生活が営めるよう援助を行います。

【実際】

- ① 馴染みのある、または興味・関心のある活動を通し、自分の気持ちを表現し、気分の建設的な発散などをはかります。
- ② 道具や材料を使い、活動したり、作品を作ったりすることで、自分の能力や限界を知ったり、自信をつけたりします。
- ③ 治療者個人との関係や共同活動を通した集団での他者との関係において、他者に認められ、他者を支えたりすることで、集団における所属感を育成したり、自分の存在を確認したりします。
- ④ 自分の気持ちの伝え方など、他者との対応の仕方や建設的な自己表現の仕方を練習します。
- ⑤ 金銭管理、家事、健康管理などの指導、相談を行います。
- ⑥ 活動を通し、身体を動かしたり、時間を使うことで、生活の維持・改善を行います。
- ⑦ 趣味や余暇活動を育成することで社会性を養います。
- ⑧ 仕事の作業活動を通し、作業の遂行能力を評価し、作業習慣、作業耐久性を高めます。
- ⑨ 就労に向けての相談、指導を行います。
- ⑩ 家族などに対し、相談、助言、協力依頼などの調整を行います。



【対象】

統合失調症、うつ病、神経症、てんかん、症など。また、社会的ひきこもりや家庭やそのご家族



アルコール依存症、薬物依存症、摂食障害、認知内暴力、思春期の逸脱行動などの問題を抱える方

【実施施設】

精神科病院、一般病院の精神科、神経科、精神保健福祉センター、診療所、保健所、保健センター、精神障がい者就労支援施設、共同作業所など。



老年期障がいの作業療法

老年期障がいの作業療法ではさまざまな疾患や諸機能の低下をもつ老人に対して、いろいろな作業活動を用いて治療、訓練を行います。また、老化などによって生じる生きがいや役割の喪失、ひきこもりなどの心理的・社会的な問題に対しても、個々の老人のおかれた環境の中で、より主体的な生活ができるように指導、援助を行います。

【目的】

① 身体機能面への働きかけ

作業活動を通じて、実際の生活に必要な筋力、関節の動き、心肺機能などの低下を予防するとともに、体力維持、増進をはかります。

② 日常生活活動面への働きかけ

食事、更衣、排泄、入浴など、実際の生活に必要な動作について、その人にあった適切なやり方・介護の方法を訓練・指導するとともに、規則正しい生活リズムの獲得をします。

③ 心理面への働きかけ

心身の機能低下や、生きる目的の喪失等により生じる不安を和らげ、心理的安定を促すとともに、生活に対する意欲等の精神活動の維持や活性化をはかります。

④ “生きがい”への働きかけ

個々の生活環境や経験を生かした趣味的活動や自己表現の機会を持つことにより、生きがいの再獲得をはかり、自己親密感の感じられる生活が送れるよう促します。

⑤ 社会的側面への働きかけ

グループ活動や行事等への参加により、対人交流を促し、所属感等を再獲得することで生活圏の維持や拡大を図ります。

【実 際】

① 基本的動作訓練

寝返りや起き上がり、杖・車椅子を含む移動動作などの訓練により、目的を持った座位や立位につなげ、離床を促します。

② 食事、更衣、排泄、入浴などの日常動作訓練

③ スプリント（手の装具）の製作・適合

④ 自助具の考案・作製

残された機能だけではどうしても行えない動作がある場合には、その動作を可能にするためにいろいろな道具（自助具）を考えたり、作ったりします。

⑤ 生活援助用具の紹介

その人にあったポータブルトイレ、手すり、風呂台などの生活援助用具の紹介と使用方法の指導を行います。

⑥ レクリエーションの実施

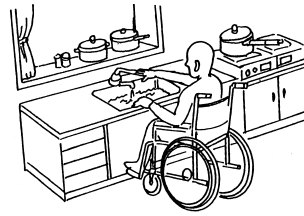
手工芸、ゲーム、軽スポーツ、季節行事などを通して、心身機能の維持・改善をはかり、対人交流の場を広げて、生き生きとした生活が送れるよう促します。

⑦ 家族などに対し、相談、助言、協力依頼などの調整を行います。



【対象】

脳卒中、パーキンソン病、痴呆、リウマチ、手足の
また、加齢や介護に関わる諸問題を抱える方やそのご



骨折、廃用性症候群など、
家族

【実施施設】

一般病院、リハビリテーションセンター、リハビリ
施設、特別養護老人ホーム、地方自治体、老人病院、
センター、保健所、保健センターなど。

テーション病院、老人保健
老人福祉



その他領域での作業療法

刑務所や保護観察所（社会復帰調整官）、心神喪失者等医療観察法病棟などの矯正・更生保護領域 また、ホスピスなどターミナルケアの領域など拡がり続けています。

マロニエ医療福祉専門学校作業療法学科の特長は!?

- ①私学としてはエリア（※）随一の少人数制作業療法士養成校です（学科定員24名）。
- ②学生と教員との対話（分かちあい）を重視しています。小さな養成校だからこそできる大きなメリットです。
- ③保健・医療・福祉の基礎をなすヒューマン・サービスの理念と、作業療法の原点であるジョージ・バートンの思想と哲学を踏まえたカリキュラム構成で学生諸氏の「一歩、一歩」の歩みを支援しています（半歩先を見据えた作業療法士養成カリキュラムです）。
- ④地域の方々への作業療法サービスを、教員が実践し展開しています。また、そうした場での体験を授業等に反映させています。

※ 「栃木県・茨城県・群馬県・埼玉県・福島県」エリア。

おわりに

作業療法そして作業療法士についての具体的なイメージの育みに、このリーフレットはお役にたてたでしょうか。作業療法・作業療法士に関すること、また、マロニエ医療福祉専門学校作業療法学科に関することでご質問等ございましたらお気軽にご連絡ください。

お待ちしております^^。