

石川県で活躍する作業療法士(OT)を紹介

石川県では、多くの作業療法士が病院だけでなく、様々な場所で活躍しています。
今回は、障がいのある方の暮らしを支援している作業療法士をご紹介します！

石川県内の障がいのある方々が、希望の生活を
送れるようお手伝いをしています。

石川県
リハビリテーション
センターの
長原 美穂です



どんなお手伝いをしているのですか？

石川県全域に住んでいる障がいのあるお子さんから
高齢者まで、いろいろな年代、さまざまな障がいのある
人に対して、その人がしたい生活が送れるようにお
手伝いをしています。

主に、その人に合った福祉用具を選び、周りの環境を
調整することにより、できなくてあきらめていたことを
できるように支援します。



作業療法士24年目です。
行財政改革や人事異動により、
総合病院・保健福祉センター・精
神科病院とさまざまな場所での
勤務を経て、今の職場にいます。

担当した患者さんの希望を叶
えるためにとことん付き合う
ことが、作業療法士としてと
ても大切だと思っています。

実際の
支援の様子



※2018年撮影 現在は感染予防対策として、マスク着用、手指消毒を行っています。

障がいのある方の
「出かけたかった！」を支援しています。

恵寿総合病院で
働いています。
高間 達也です！



「出かけたかった！」の支援ってどんなこと？

脳血管障がいなどの病気を発症された方が、通勤・通
学・買い物・旅行・趣味などをできるかどうか身体機能
や脳の機能を評価して「出かける」ことができるように
作業療法士が支援しています！

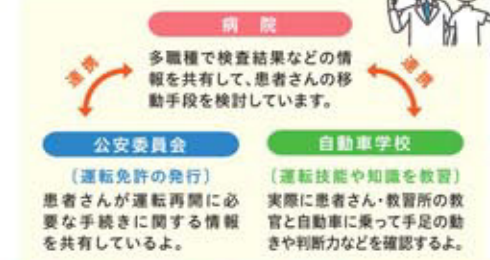
作業療法士11年目です。
2016年に認定作業療法士を
取得し、2018年に自動車運転
支援に関する研究で、修士の
学位をいただきました。

患者さんの「出かけたかった！」とい
う思いに寄り添うため、公共交
通機関の利用練習や自動車運
転練習に関わっています！

どんなことに取り組んでいるの？

院内での情報共有や院外での連携をスムーズに行う
ことのできる地域作りに取り組むことで、障がいのある
方の「出かけたかった！」を支援しています！

どんな支援が
あるの？



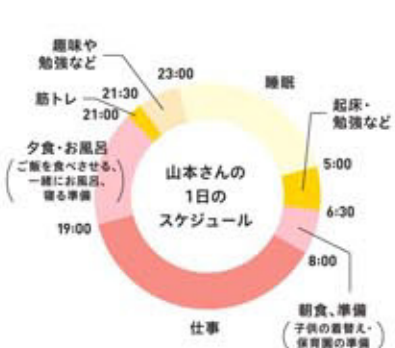
※施設によって支援できる体制が異なります

パパさん作業療法士に質問！



子供の成長過程は、
リハビリテーションにも
つながる所があります。

医療法人社団 福生ノ川
金沢脳神経外科病院
建院年数 10年目
山本 恭啓さん
滋賀県彦根市出身 金沢大学卒業
趣味：ランニング、筋トレ



Question 01 病院での
仕事内容は？

脳卒中集中治療室(ケアユニット)、一般
病棟にて発症早期の患者様に作業療法
を行っています。脳卒中片麻痺の方が
多く、脊椎疾患、パーキンソン病などの
疾患の方もおられます。臨床業務の他
に院内の各種委員会や石川県作業療
法士会の業務に関わっています。

Question 02 パバになってから
働き方に変化は？

働き方にはあまり変化はないように
思います。ただ、育児をする中で、子供の
発達やことばの意味について興味
が湧き、いろいろ調べています。子供の
成長過程は、リハビリテーションにも
つながる所があり、考え方が広がった
ように感じます。

Question 03 休日の過ごし方は？

家族で出かけることが多いです。ショッ
ピングモールやおもちゃ屋、市内の
行ったことのない公園などを探して
よく出かけます。公園では、鬼ごっこや
自転車の練習、虫の観察など、子供た
ちが季節を感じる、ゆっくりとした時間
になるように心がけています。

Question 04 家庭での役割は？

子供のお風呂や着替え、保育園の送迎
をできる範囲で行っています。洗濯や
掃除、洗い物も手伝っています。
寝かしつけは、子供と一緒に寝てしま
うことが多いので、妻に任せています。家事・
育児では、自分ではできる範囲での協力と
なり、妻には大変感謝しております。

Question 05 仕事で
帰りが遅くなること
がありますか？

残業はありませんが、仕事の中で疑問
に思ったことを調べたり、新しい知識
を深めるなど自己研鑽のために遅くな
ることがあります。

■ お問い合わせ 公益社団法人 石川県作業療法士会
〒921-8043 石川県金沢市西条3丁28-1 東和第3ビル201号室
tel:076-259-0678 fax:076-259-0681



公益社団法人 石川県作業療法士会 広報誌
発行日 2021年3月3日
発行人 / 東川哲郎
編集担当 / 明福真理子、白山武志、田中美美
上野玲子、南朱音、福岡翔平、村井俊太

石川県作業療法士会WebよりPDFファイル形式で広報誌「COTOT」をダウンロードできます

COTOT

ことっと

2021 vol.06
いしかわOT

COTOT? “ことっと”とは
石川県の方言「ことっと」と
作業療法士(OT)を合
わせた造語でOTを住民
(Citizen)に広めたいと
いう思いも込めています。

OT? 作業療法士とは
リハビリテーションの専門職
の一つです。その人にとって
価値のある作業(日常生活
活動・仕事・趣味・遊びetc.)
をできるように、支援します。



石川県作業療法士会
こんなこともしとるよ！
認知症予防教室・
体操教室

特集
石川県で活躍する
作業療法士を紹介

シリーズOT《うつ病編》
パパさん作業療法士に質問！

シリーズOT

広報誌「COTOT」では、いろいろな疾患に対する作業療法をご紹介します。
今号は「うつ病」※1に対する作業療法の一例をご紹介します!!

あくまでも一例であり、うつ病にはいろいろな症状・回復段階があり、個人によってさまざまです。

※1 うつ病とは

「憂うつ感」「気分の落ち込み」など抑うつ気分が強い精神症状のほか、「不眠」「倦怠感」といった身体的症状が現れることがある病気。気分障害の一つ。石川県では施設や病院で約100人のOTが精神科作業療法を行っています。

CASE 03
Aさん 40代男性 会社員

責任感が強く心配性な性格。妻と娘と3人暮らしだったが転職により単身赴任することとなり、その頃より体調不良に...

夜眠れず、目が覚める。
食欲がなく何を食べても美味しくない。

集中力がなく、仕事のミスが増えた。上司や同僚の評価が気になる。

うつ病と診断され、会社を休職。主治医の勧めで作業療法を受けることに。

STEP 1

OT Judgment
身体と脳をしっかりと休める時間を作れるよう支援しよう!

OT Point 1
1日1回はOT室に来ることを目標にしよう。ネガティブなことを考える時間を減らしていこう。

OT Point 2
OT室に通うようになり生活リズムが整ってきたようだ。「出来た」と実感しやすい軽い運動をしてみよう。

一日中仕事のことを気にしてしまう。夜も眠れない。

身体を動かすとリラックス出来る。最近夜も眠れるようになった。

STEP 2

OT Judgment
無理をして悪化しないよう支援しよう!

OT Point 1
「したい」という意欲が出てきたが回復への焦りが出てきた。頑張りすぎないように休憩してもらおう。

OT Point 2
自信がついて自分から話すことも増えた。少人数のコミュニティを通して、対人関係への援助をしよう。

OT Point 3
円滑にコミュニケーションがとれるようになった。仕事についての情報収集もしていこう。

復職に向けて早く良くなりたい。

出来るが増えて、自信が持てるようになった。

円滑にコミュニケーションがとれるようになった。仕事についての情報収集もしていこう。

STEP 3

OT Judgment
社会復帰に向けて再発予防や復職への支援をしよう

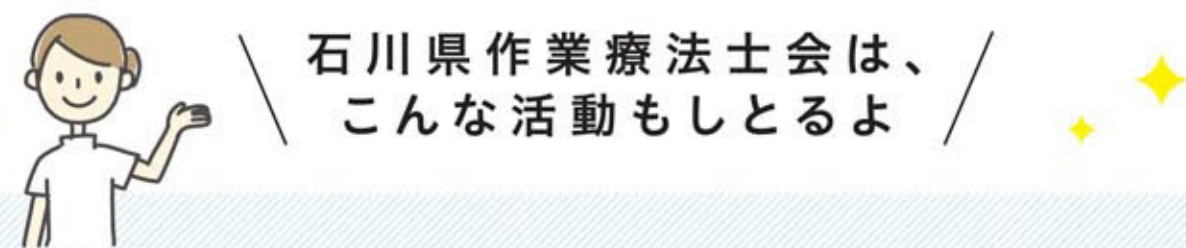
OT Point 1
再発しないように今までの生活を見直してもらおう。

OT Point 2
同じ病気の人とみんなで話し合うことで自分の特性やストレスの対処法が分かってきたようだ。

OT Point 3
Aさんの今の状態や再発のリスクについて職場の人に理解してもらおう。職場の人の不安やどういった支援が必要か一緒に考えていこう。

嫌なことがあった日は食欲がなかった。散歩をすると気分が晴れることが多かったな。

社会復帰に向けて再発予防や復職への支援をしよう



石川県作業療法士会は、こんな活動もしているよ

その人らしく、いきいきと生活できる社会を応援します。

高齢者がいつまでも元気に生活できるように、地域からの依頼を受けて作業療法士は認知症や介護、健康な体づくりの専門家として、石川県内のさまざまな地区で出前講座等を行い活躍しています!

認知症予防教室・体操教室

認知症の人やその家族の方、認知症について知りたい方など、誰もが気軽に集うことができる場です。認知症やその予防、介護についてお話をしたり、相談を受けたりします。地域ごとに各地で開催しています。

感染対策として入室の際に検温・手指消毒をしています。密にならないように間隔を空けています。

座って行う運動の指導中です

OTオススメ! 家でできる認知症予防活動

予防に役立つ**3つの力**

- 【記憶力】**
 - ・スケジュール
 - ・昨日の夕食を思い出す
- 【思考力】**
 - ・旅行の計画
 - ・将棋、麻雀などの先を読むゲーム
- 【注意力】**
 - ・聞いたこと、話したことをメモする
 - ・後出しじゃんけん

こんな時こそ楽しく! おうちでできる!

のうかつ 認知症予防に役立つ!

いつでもどこでも脳活プログラム

社会脳(社会交流)を鍛えるプログラムを紹介しています。

社会脳とは?
人の感情や意図を読み取り、状況に応じて適切な行動を選ぶ力です。

感情を共有する力 表情を読み取る力 気持ちを察する力

動画で見よう! プログラムはこちらから

認知症予防に重要な4つのポイント

- 社会交流
- 運動
- 知的活動
- 栄養

脳のはたらきを高めよう! 健康な体づくり