

# COTOT

ことっと

2025 vol. 11

いしかわOT

COTOT?

“ことっと”とは

石川県の方言『こと〜と  
(ゆっくりする、ほっとする)』  
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。

## 作業療法士って なんや？

こんなところで働いとるよ！

体験学習しとるよ！

子育てしながら働く  
作業療法士さんに質問！

明福真理子さん、加藤恵子さん、買手登美子さん

地域包括ケア病棟にて  
自宅での生活をイメージして  
評価・練習を  
行っています。



撮影協力:町立富来病院

## 町立富来病院

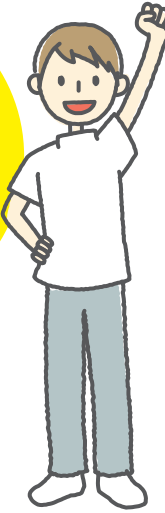
能登の病院として、地域に根ざしたリハビリテーションの提供を実施しています。また、少しでも長く住み慣れた暮らしや地域交流が継続できるよう多職種での関わりを心がけています。



元々麻雀などの活動をされていた。  
牌を触る感覚や音、  
懐かしさや嬉しさから  
リハビリの意欲がUPします。

作業療法士  
こんな  
働いと

石川県では病院や  
デイケア・介護施設など  
約**200**施設で**873**人が  
作業療法士として  
活躍しています!



撮影協力:加賀のぞみ園

## 加賀のぞみ園

介護老人保健施設の特性  
である「在宅復帰」と  
「ターミナルケア支援」の  
2本柱を目標とし、作業  
療法士が多職種と共に  
支えています!



ICT活用による  
生産性向上支援の導入にも携わっています  
(介護・看護用アシストスーツ  
J-PAS fleairyのデモ場面)



入所者だけでなく、  
通所・訪問リハビリ、  
関連グループへの  
生活機能向上連携による  
OT視点を届けています!



撮影協力:石川療育センター

## 石川療育センター

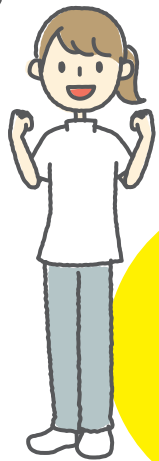
入所・通所・外来の利用者  
さんご家族の様々な思い  
やねがいに応えるため、発達  
支援・生活支援・相談支援・  
家族支援・地域支援などを  
行っています。



いっしょに遊ぼう~♪  
楽しい!やった~!できた~!  
をたくさん経験しよう!!



の活躍の場 /  
とこで  
るよ!



**公務員**として  
市役所や町役場で  
活躍する作業療法士や、  
大学などの養成校で  
**教授・教員**として  
研究や授業をする  
作業療法士もいます。



プログラムでは  
考える、やってみる、振り返る、  
が重要です。  
色々な場面で  
対話を大切にしています♪



撮影協力: 医王ヶ丘病院

## 医王ヶ丘病院

こころの健康を支える精神科病院です。医療  
や福祉の専門スタッフが協力し、病気からの  
回復を目指すだけでなく、その人らしい丁寧  
な暮らし方ができるようにサポートします。



生活の困り事や  
上達したいことを一緒に考えます。  
プログラムを通して色々な  
解決方法を学んでいきます!



遊びの中での  
学びを大切に、  
一人ひとりの状態に合わせ  
活動を行い、  
成功体験を積み重ねて、  
発達を促します。

0歳から100歳超の  
利用者のご自宅を  
訪問しています

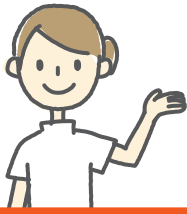
## 訪問看護ステーション リハケア芦城

ご利用者のご自宅を訪問し、生活をする上で困って  
いることをお聞きし、その方のお体とご自宅の  
環境に合わせて地域の中で役割を持って暮らし  
ていけるよう支援します。



利用者の体調や  
今困っていることをお聞きしながら、  
自宅でリハビリテーションを  
行います





# 石川県作業療法士会は、 こんな活動もしとるよ



作業療法士の  
ワザ!+

## 生活行為工夫情報事業



### 生活行為工夫情報事業ってなんや?

生活行為に不自由さを感じている方へ  
課題解決に向けた工夫情報を提供する取り組みです。

29件  
登録あり!

## 杖をベッドに安定して立てかけるための自助具

Aさんの声

ベッドに杖を立てかけておき、いつの間にか倒れていたり、夫が躓いたりして邪魔となる。



工夫したポイント+



ベッドボードに杖を前後から挟むようにフックを設置する。また、杖の太さに合わせた設置が可能であり、金属製のものを使用することでカチッと杖をはめ込むように使用することが可能。



一方を縦に使用することで杖をまっすぐと立てた状態で保管することができる。

Aさんの声

(本人)杖を置く場所が決まったことで、使うことが当たり前になった。安心してトイレや外に行ける。  
(夫)杖があちこちに落ちてないので、安心して歩ける。



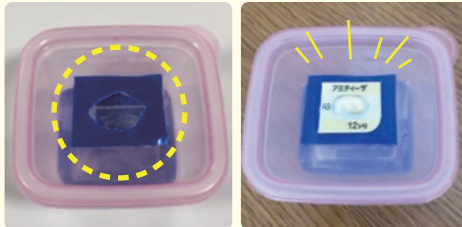
## シートからカプセル剤をスムーズに出せる自助具

Bさんの声

自分でシートから薬を出したいけど、手が動かしづらいので、すぐに出せない。  
4~5分かけても出せないことがある。  
出した薬をつまんだり、口に入れたりするのもしづらい。



工夫したポイント+



PTPシート\*のカプセル剤をタッパーの蓋にあけた穴の上に置き、タッパーの中に落とし込む。

\*PTPシートとは 錠剤やカプセルをプラスチックとアルミで挟んだシートのことです

Bさんの声

シートからすぐに薬を出せるようになった。出した薬がタッパーに入っているので、そのまま口に入れやすい。



# 災害リハビリテーション

—令和6年能登半島地震でのOTの役割—



大きな災害が起きたとき、障害を持つ人や高齢者が避難所等で生活を送るなか、心と体の健康を保てるように、作業療法士は多職種と一緒に支援を行います。

## 生活不活発発病の予防と対策

災害が起きた直後から、避難所で健康的な生活を送るために、体操などの運動や作業活動をみんなで行います。

## 生活環境の改善

避難所の安全をチェックし、手すりなどの福祉用具を使って、住みやすい環境を作ります。

## 地域や支援団体との連携

災害時に必要な支援をするために、地域の人々や災害支援団体と協力し、被災した地域に適した支援を行います。

これらを通じて、災害後に自立した生活を取り戻し、復興を目指すことができるようサポートしています。

発災～72時間

72時間～6ヶ月

6ヶ月以降

JRAT<sup>(※1)</sup>の一員としての活動

地域生活の再建に向けた活動



活動の一つとして、避難所を訪問し、避難されている方々の生活状況を確認しました。

トイレの便座が低くて立ち上がることが難しい、立ったまま着替えなくてはいけないので着替えにくい、何もすることがなく動く機会がないなど避難所生活の中で多くの方々が困っていました。

そこで、便器や出入口に手すりを設置し、着替えの場所に椅子を置くことで、「自分で立てた」、「一人で着替えれた」という声を聞くことができました。

また一緒に折り紙をした時は、「気分転換できた」という声も聞かれました。

避難生活の  
困りごとを  
確認します。



慣れないトイレでの  
排泄動作を  
支援しています。



仮設住宅で暮らしている住居者が生活しやすくなるように、保健師やケアマネジャーなどと連携しながら、ベッドなどの家具の配置を考えたり、手すりの設置を検討します。

また集団体操での生活不活発予防や地域住民同士の交流のきっかけ作り場づくりをしたり、個別に買い物や食事の練習など実施します。

「前よりごはんが食べやすくなった」、「明るくなったので夜もトイレに安心して行ける」、「みんなで集まることができて元気ができてきた」という声も聞かれました。

住居者の  
生活を伺いながら、  
活動や交流の機会を  
提案します。



移動スーパーまで  
歩いて買い物が行けるか、  
確認しています。



※JRAT：一般社団法人 日本災害リハビリテーション支援協会

# 子育てしながら働く作業療法士さんに質問！



Question

01

老人保健施設での仕事内容について

病气やケガで住み慣れた家で生活できなくなった高齢者のからだやこころのリハビリを行い、その人が望む生活ができるよう支援します。杖や歩行器など福祉用具の選定や住宅改修のアドバイスもしたりします。

Question

03

子育てしながらの仕事について

子どもの頃学校から帰ると家に母がいて学校の話聞いてくれました。私も家で子どもたちと過ごす時間がほしくて、パートという形で仕事をしています。作業療法士は生活支援のプロ、仕事や生活で大事にしたいことを理解してくださる方が多いように思います。

Question

02

作業療法士のやりがいについて

家に戻る人、他の高齢者施設に行く人、人生の最後を迎える人、さまざまな利用者さんに関わります。その人の思いに寄り添いながら関わる中で「良かった」「嬉しかった」と言っていただけの時、私も嬉しく思いますし、やりがいも感じます。

Question

04

休日の過ごし方について

休日は子どもの習い事の付き添いや公園遊び、マリオパーティなどのゲームを家族で楽しんでいます。休日の勉強会に出かける事は減りましたが、Zoomを使ったオンラインでの研修や日本作業療法士協会のeラーニングなど自宅で勉強できる機会が増えていて、休日に子どもと一緒に勉強する日もありますよ。

■お問い合わせ 公益社団法人 石川県作業療法士会

〒921-8043 石川県金沢市西泉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 2025年3月19日(水)  
発行人 / 東川哲朗  
編集担当 / 酒野直樹、永井亜希子、川口朋子、川上直子、上野玲子、宮田真由美、南澁太、増田司、竹中朋也、竹村健太郎、仲佐東

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