

入浴トレーニング

新 「はじめにご紹介したいのは入浴トレーニングです。」

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？

新 「実用的な動作獲得を目的に、さまざまな患者さんに実施しています。」

入浴は筋力やバランス能力などが要されるので、意外と難易度が高いんです。残存する身体機能を評価し、やりやすい順序や環境を考え、より良い方法を検討します。自宅環境に近づけて実際の浴槽を使用するため、イメージしやすい利点があるんです。」

※入浴トレーニングはなぜ、PTさんではなく、OTさんがされるんですか？

新 「入浴はADL(日常生活動作)のひとつに含まれます。OTは入浴する、着替える、食事するといった生活動作の評価や、治療手段としての活用に特化しています。身体機能の回復や向上だけでなく、過去、現在の生活を評価して、将来必要となる動作の練習を行います。だからこそ、生活動作を専門としている僕たちOTが、入浴トレーニングを実施することが多いんです。」

新 「調理の実習もしています。こんな風に玉ねぎを切ったりですね。」

調理実習

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？

新 「主婦や一人暮らしの男性の方に実施することが多くて、退院前の準備練習として実施しています。」

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？

新 「おもに趣味活動でされていた女性の患者さんを行うことが多いですね。編み物は作り方や方法を変えやすいので、さまざまな目的に合わせて実施できます。完成させる達成感や、楽しみ体験が快刺激につながって、不安やストレスの軽減効果が期待できます。」

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？



実際に入浴するわけではないので、練習を繰り返して力をつけていきます。

を練習したり力をつけていきます。調理を作ったりもします。調理動作は手先の器用さ、立ち仕事でのバランス感覚、注意集中力など、たくさんある要素が影響し合っているのだから、どこで失敗しやすいか？ どんなアドバイスが有効か？などを考えながら実施しています。」

※調理実習はなぜ、PTさんではなく、OTさんがされるんですか？

新 「調理はADL(手段的日常生活動作)のひとつで、電車に乗る、買い物に行くといった社会生活に必要な動作に含まれます。主婦と一人暮らしの男性では調理内容や目的が異なるように、ADLもさまざまな目的や方法があります。OTは疾患や障害にとらわれず、「生活」に注目した関わりで特化しているため、調理練習なども治療プログラムとして実施できるんです。」

編み物練習

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？

新 「編み物もOTならではの業務と言えますね。」

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？

新 「おもに趣味活動でされていた女性の患者さんを行うことが多いですね。編み物は作り方や方法を変えやすいので、さまざまな目的に合わせて実施できます。完成させる達成感や、楽しみ体験が快刺激につながって、不安やストレスの軽減効果が期待できます。」

※これはどういう人に、どういう目的で行うんですか？



やさしい眼差しでWさんに編み物を教える新さん

ます。入院中は自己決定が少なくなりがちですが、編み物が趣味だった患者さんからスタッフが教わる形で関わることで、主体的な役割活動を担っていただくこともあります。また、活動を通して指の筋力向上や、座って行うことで姿勢保持の練習にも、複雑な工程を集中して取り組むことで脳への刺激にも繋がります。」

※編み物練習はなぜ、PTさんではなく、OTさんがされるんですか？

新 「OTの専門性に、ADLやADLといった生活動作だけでなく、趣味や生きがい等、その人にとって重要な作業活動も注目の視点があるからです。もちろん、心身の機能維持・回復のために生活動作を用いることはあります。でも、入浴や調理と同じくらい、趣味活動など、その人にとって意味ある作業も生きていくためには必要不可欠なんです。OTはこういった視点からも専門的に関わっています。」

※なるほど！ 説明ありがとうございます。

※二人のご対面

二人のご対面

※さて、いよいよPT後藤さんとOT新さんを引き合わせての直接対決である。お二人さん、さあどうぞ！

後藤 「ちょっと新さん、PTはオマケだなんて、そこまで言いますか？」

新 「僕そんなこと言ってませんよ？ それより後藤さんこそ、OTはザコだって言ってたそうじゃないですか？」

後藤 「言ってる、言ってる！ え、どういふこと？」

新 「……もしかして名倉さん、僕らを騙してハメました？」

すみません！ 盛り上げたくて、つい吹いてしまいました。

後藤 「そうだったんですね……」



取材協力

後藤優仁 (ごとう ゆうじ) 理学療法士(PT)

新佳樹 (あたらし よしき) 作業療法士(OT)

※実際には、お二人どうなんでしょう？

後藤 「実際のところ、どちらが上とかは無く、リスペクトし合うことが大切だと思います。基本的な動作や身体機能に対してPTが練習することで、土台を整えます。そしてOTが応用動作を練習することで、患者さんのゴール達成を支援する。……です、すよね？ 新さん」

新 「僕も同意見です！ どうしても「リハビリ」としてまとめられ、PTとOTの職種が混同されがちですが、専門的な技術や視点は異なっているのだから、どちらも欠かせないものだと思っています。それぞれの役割を理解しつつ、互いの専門性を活かした関わりが大切ですね」

※では最後に、お二人が大切にしていることは？

後藤・新 「お互いが協力して、患者さんにより質の高い支援を提供できることです！……というわけで、最後はお互いにハイタッチの代わりに腕タッチで信頼を確認し合うお二人でありました。いやいや、スマセンでした！

(取材と原稿／臨床心理士・名倉)