

長崎県作業療法士会ニュース「西海」第107号：令和2年2月15日発行

さいかい



2020.2
Vol.107
Winter

迫る！

九州作業療法学会2020 inNAGASAKI

Contents

- いろんな場所で働くいろんなOT！！
- 九州作業療法学会2020 inNAGASAKI
- 達人Tell me ～心を動かせ～
- 第53回日本作業療法学会に参加して
- お父さんOT
- 広報局のすゝめ本
- 業務改善 ～アプリ編～

発行元：一般社団法人長崎県作業療法士会 事務局

長崎市愛宕1-36-59 長崎医療技術専門学校内 代表 沖英一

企画・編集 | 長崎県作業療法士会 広報局



九州作業療法学会 2020 inNAGASAKI

全国学会並みの講師陣！ 各先生方をご紹介！

基調講演 フレイルの包括的な理解と介入戦略～生活へのアプローチ

牧迫 飛雄馬氏 鹿児島大学

理学療法士、スポーツ科学博士

フレイルに関する基礎および疫学的な研究、健康長寿に関するコホート研究および介入研究などが研究テーマ。

日本理学療法学会大会最優秀賞、転倒予防医学研究会転倒予防大賞（学術部門大賞）など多数受賞。



教育講演1 精神科作業療法における臨床研究の進め方

小林 正義氏 信州大学

作業療法士、医学博士

精神障害のリハビリテーション、自動車運転に関連する高齢者の認知行動評価などが研究をテーマ。

「生活を支援する精神障害作業療法-急性期から地域実践まで」「量的研究、質的研究、事例研究の実際、作業療法士プロフェッショナル・ガイド」など著書多数。



教育講演2 高次脳機能と行動制御（仮）

鈴木 誠氏 東京家政大学

作業療法士、リハビリテーション療法学博士

滑らかな行動を獲得する新しい介入戦略、神経活動の同期化と行動学習などが研究テーマ。「解剖学・生理学・運動学に基づく動作分析」、「標準作業療法学 専門分野 作業療法評価学」など著書多数。



教育講演3 作業療法の原点回帰：作業に焦点を当てた実践とは

友利 幸之介氏 東京工科大学

作業療法士、体育学博士

患者中心の作業療法を実践するための作業療法意思決定支援パソコンソフトADOCの開発研究などが研究テーマ。

「作業で創るエビデンス」、「Evidence Basedで考える認知症リハビリテーション」など著書多数。



シンポジウム

1 災害時における職能団体の機能と役割の再考

～JRATとOT協会と県士会の関係の中で～

座長：淡野 義長氏 長崎リハビリテーション病院

講師：内田 正剛氏 熊本県作業療法士会会長
株式会社 くますま

日隈 武治氏 大分県作業療法協会副会長

大分リハビリテーション専門学校

2 大人の発達障害とは？

～自分らしく生きるために当事者の視点で障害を語りなおす～

座長：田中 悟郎氏 長崎大学

講師：富永 遼子氏 就労継続支援事業所太陽工房

上田 忠氏 ピアサポートみなと

茂山 季子氏 のぞみ共同作業所

3 作業療法におけるDriving sustainability（仮）

座長：澤田 辰徳氏 東京工科大学

講師：藤田 佳男氏 千葉県立保健医療大学

加藤 貴志氏 井野辺病院

作業療法技術の伝承と 未来の創造



スペシャルセッション

登録演題のうち上位6名がスペシャルセッションとして選出されます。
お楽しみに！



パラバドミントン→



パラスポーツ体験 充実のワークショップ

パラリンピック正式種目のボッチャ・パラバドミントンの体験会に参加しよう！普段はお目にかからない車椅子などの機器も充実！山田先生のハンドスプリント、長尾先生のワークショップもあります。コンプリートすることで、あなたの作業療法に深み加わること間違いなし！

楽しい福祉機器展



会期 6月20日(土)・21日(日)

会場 長崎ブリックホール

(長崎市茂里町2-38 JR浦上駅そば)

レセプションはHP・FBにてご案内します。



楽しく学べる2日間

1日目：2020年6月20日(土)

2日目：2020年6月21日(日)

	メイン会場	第1会場	第2会場	第3会場	第4・5会場
9:00					
9:30	受付				
10:00	開会式				
10:30	学会長講演			福祉機器展	
11:00					
11:30	基調講演		口述発表1		
12:00					
12:30	次期大会報告			福祉機器展	
13:00				ハンドスプリントワークショップ	
13:30	教育講演1		口述発表2	福祉機器展	ポスター発表1
14:00					
14:30		シンポジウム1		福祉機器展	
15:00	スペシャルセッション			長尾先生ワークショップ	
15:30					
16:00					ポスター発表2
16:30	シンポジウム2	九州士会主催MTDLP研修会	口述発表3	福祉機器展	
17:00					
17:30					
18:00					
19:00	レセプション				

	メイン会場	第1会場	第2会場	第3会場	第4・5会場
9:00					
9:30		口述発表4	口述発表5	福祉機器展	ポスター発表3
10:00	教育講演2				
10:30				福祉機器展	ポスター発表4
11:00	シンポジウム3	口述発表6	口述発表7	福祉機器展	
11:30				福祉機器展	
12:00				福祉機器展	
12:30				福祉機器展	
13:00				福祉機器展	
13:30		九州士会会長リーダー研修会		福祉機器展	
14:00	教育講演3			福祉機器展	
14:30				福祉機器展	
15:00	閉会式				
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:30					
18:00					
19:00					

九州作業療学会2020 in NAGASAKI まであと少し！

本学会は昨年度の福岡県に引き続き、第2回目の九州OT学会となります。

ご覧の通り、全国学会並みの非常に充実した内容です。長崎県内で一度にこれだけのことを学ぶことができる機会は滅多にないのではないかと思います。

様々な分野で今すぐ臨床に役立ち、モチベーションも高まることでしょう！

演者の皆様、演題登録ありがとうございました。発表まであと少しですね！

沖会長をはじめ、実行委員の方々は長期に渡り準備を頑張っておられます。県内の全会員で学会を盛り上げ、他県の会員様に「よかこ長崎」と感じて頂けるよう、「お・も・て・な・し」していきましょう！

HAPPYマルシェ開催！

ハンドメイド雑貨や
本、パン・クッキー
など。

いつも応援ありがとう

※事務局よりお願い

- ・学会ホームページより事前参加登録をお願いします。<http://kyuot2020@.secand.net/>
- ・プログラム集は会場で配布予定です。
- ・当日は研修受講カードとデジタル会員証の両方が必要です。
バーコード受付を行いますので、忘れないよう必ずご持参ください！
- ・レセプションへのご参加もお待ちしています。詳しくはHPまたはFBへ！



特別企画 《いろんな場所で働く

NO.1 長崎刑務所 社会復帰支援部門で働くOT

私は今、「高齢受刑者の認知症予防と再犯防止」を目的として新たに設置された、「社会復帰支援部門」で、今年度4月から刑務官の方々とプログラムの試行準備に取り組んでいます。

私が刑務所という職域に興味をもったのは、老健勤務時代の出所者との出会いがあったからです。その方が終の棲家となる施設へ移られ、穏やかな生活を送られている姿を目の当たりにしたとき、環境を整えることの重要性と作業療法士としての関わりの可能性を感じました。

当施設には累犯受刑者が多く、また、累犯者の社会復帰へ携わる目的での作業療法士の正規雇用は全国初ということで、前例のない作業療法士による「更生への関わり」の難しさもあります。多職種連携を大切にし、また、作業療法士の皆様の力をお借りしながら進んでいきたいと思っています。



旧長崎刑務所正門の外観

NO.2 精神科訪問看護のOT 〜アウトリーチ現場のご紹介〜

訪問看護ステーション すみ香 小中原隆史

私が現在勤めている訪問看護ステーションすみ香は、運営母体が精神科病院であることも影響し、契約者の9割強が精神疾患をお持ちの方です。訪問の現場は毎日が刺激的で、アルコール依存の治療中なのに毎日飲酒する人、肺癌術後なのに喫煙する人、多量服薬に多重債務、夏場はゴキブリやコバエとの格闘、離婚調停期間の心理サポート、行政スタッフや警察と受診勧奨、親離れ／子離れの支援など…。持っている知識とスキルが作業療法だけでは、人の地域生活は支えられないことを本当に実感します。これを読んで「面白そう」と感じた方は、アウトリーチに携わる資質ありですね。



その場でお金のやりとり！！
訪問の醍醐味のひとつ

いろいろな作業療法士》

N0.3 福祉用具を取り扱う プロフェッショナルOT

株式会社 リハテック 松尾みき



新しくなった事務所の外観！

福祉用具を取り扱うお店に勤務しています。主な事業内容は福祉用具の販売・レンタル、住宅改修工事などです。現在私は在宅にいらっしゃる方々を担当していますので、介護保険や障害福祉などの制度を利用した方がその多くを占めています。病院や施設に勤務していた時と同じく対象者の評価を行い、課題を抽出し、目標を設定してそれに見合った福祉用具を選定、実際に導入後は再評価を行いながら見直しを行うという流れは全く同じです。試行錯誤の連続ですが、対象者の方がその人らしい生活を継続できるような福祉用具の活用を心がけています。

N0.4 多くの業種と連携！地域で活躍OT

NPO法人 長崎のぞみ会 河野知房

NPO法人長崎のぞみ会は、精神障害者の家族によって47年前に立ち上げられた団体です。私は学生時代のボランティアで縁がりのぞみ会の代表を引き継いで、今年3年目になりました。主な事業は地域活動センターⅡ型の運営です。普段は、地域で主に精神障害を持つ利用者さんと一緒に作業活動やイベント販売などを行っています。そして、代表として長崎市の様々な障害者団体と関わったり、商店街や自治会のイベントに参加したり、市長さんとお話させていただき、精神障害者への地域支援の現状や作業療法を用いた取り組みについて直接伝えることができました。最近では、アロマセラピストや上級翹士の資格を持つ作業療法士の方々とコラボしたのぞみ会のバザーイベントを公民館で開催しました。また啓発活動の一環として、地域で暮らす精神障害当事者の方を中心としたピアサポート活動を公的施設の一室を借りて毎月1回行っています。私は医療での臨床経験はありませんが、作業療法士の視点をもって地域でできることは多いと実感しています。

地域で働く

ことで、医療関係者以外の色々な方と出会い、協働し、型にとらわれない広い視野を持った支援を行うことができます。



いろいろなイベントで
OTが活躍！

スプリントを作ってみよう!

医療法人伴帥会 愛野記念病院
山田 玄太さん

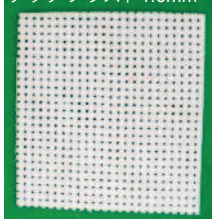
最大の利点は変化に応じて
リアルタイムな作製・修正ができるところ



母指MP関節保護スプリントの作製方法の紹介

① 使用する材料

アクアプラスト1.6mm



縦横の長さ：母指CM関節～IP関節



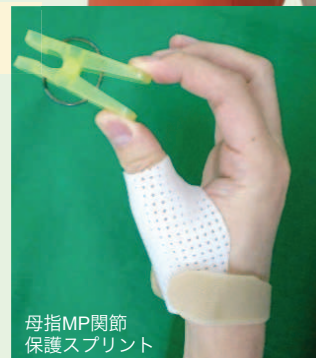
ベルク口



メス：1本（約20cm）
オス：2個
※ベルク口の角は洋服
などに引っかからない
ように丸く切る

今回は、母指MP関節の不安定性や母指MP関節周囲の外傷により安静・保護が必要とされる際に使用する母指MP関節保護スプリントの作製方法を紹介します。

作製時間：10分程度



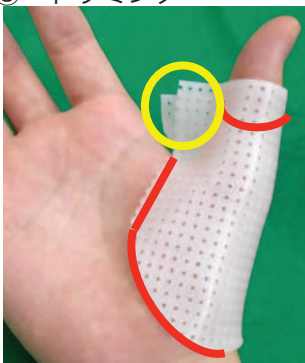
母指MP関節
保護スプリント

② 型をとる

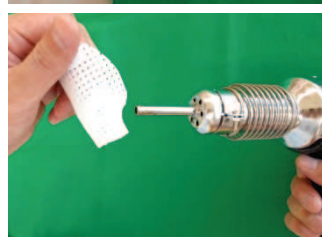


アクアプラストを沸騰したお湯で透明になるまで温め、軟化したら母指の傍側から覆うように型をとる

③ トリミング



- 母指球部や母指IP関節部をカットする（赤線）
- 母指－示指間部はヒートガンで加熱して整える（黄色丸）



④ ベルク口の接着



- 母指CM関節の掌側面と背側面にベルク口のオスを接着する
- ベルク口のメスは、手関節尺側を通るようにやや斜めに装着する

⑤ 動き・圧迫の確認



- 母指対立やIP関節屈曲ができるか確認する
- 皮膚への圧迫や摩擦がないか確認する

今後、OTが多くの分野でスプリントを作製し使用することで今以上に幅のある治療が行えることは間違いありません。スプリントは、対象者の手の変化に応じ、リアルタイムに作製・修正できることが最大の利点です。これは毎日携わっている作業療法士が可能であり、他職種で対応するのは難しいです。最適な時期に効果的な治療を行うためには我々作業療法士がスプリントを作製していくことが必要です。

『やればできる!!』

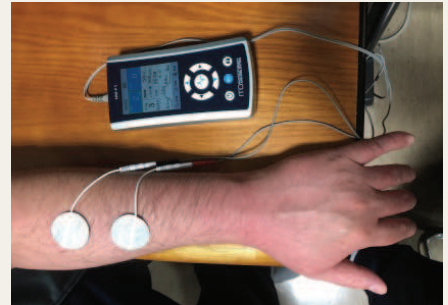
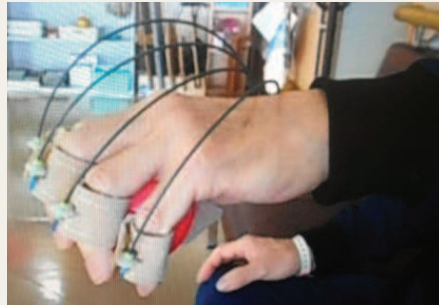
はじめての ぜんこくがっかい

宮崎病院 草野嵩一朗



2019年9月6日～8日までの3日間、福岡国際会議場・福岡サンパレスホテルで日本作業療法学会が開催されました。初めての全国学会ということもあり、行くことを決めてからというものワクワクが抑えられませんでした。そして、最近導入され始めたスマートフォンのアプリ！！すぐにダウンロードを行い演題を予約していきましたが、聞きたい演題が多く、気付けばタイムスケジュールが埋まっている状況でした。

聴講する中で、色々な考え方・アプローチがあると学ぶことができました。その中でもEBPを利用した作業療法で成果を出されている発表を多く聞くことができました。また他病院の介入やチームアプローチに驚くことばかりでした。発表を聞いていく中でいつの間にか自身の担当患者様と重ねながら聞いていました。私にも・・・、このアプローチを使えば・・・、もっと変化が期待できるのではないのかと考えるきっかけになりました。職場に帰り、先輩に相談をしながらお互いに電気刺激療法の練習を行ったり、義肢装具士さんにスプリントの種類や段階などアドバイスを頂きながらではありましたが、電気刺激療法や装具療法のアプローチを実施するきっかけにもなりました。今回の学会は、“作業療法研究のターニングポイント”というテーマでしたが、私にできることとして事例報告に繋げること、事例を重ねそこから研究へ繋げていくことが必要だと実感し、今回の学会は私のターニングポイントとなりました。



学会後の楽しみはやっぱり福岡グルメ!! 笑

福岡と言えば、もつ鍋にラーメン！情報収集を行い、隠れた名店にも足を運ぶことができました！！最終日には、博多バスターミナルから帰るということもあり、カツカレーが好きな病院の先輩と“金沢のクセになる味ゴーゴーカレー”も頂いてきました。



「わたしの日常の工夫」

長崎労災病院 久保田 智博 31歳 OT9年目

連載企画

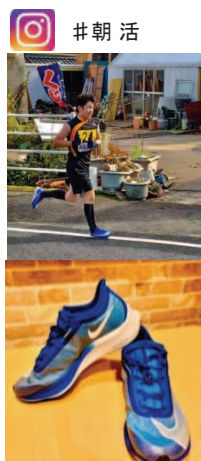
お父さんOT

子どもができるのと誰でも子どもの成長を第一に考え自分中心だった趣味や嗜好品をも手放す時もあり、家族中心の生活にシフトしていくと思います。それは180度生活スタイルが変わるといっても過言ではありません。

仕事から帰ってきて妻と協力して風呂に入れてご飯を食べさせ、食器洗って、寝かせつけるつもりが一緒に寝落ちしてしまつてまた仕事といった日常の繰り返しでした。しかし仕事の忙しさや家庭を理由に自己研鑽や趣味を手放したくないと感じ、時間をマネジメントして朝活をはじめることになりました。



ライフ・ワーク
バランス



「朝活」最近よく耳にする言葉。と思いますが、朝は非常に有効です。早朝は子供や妻も寝静まっているため、その時間は誰からも干渉されず、好きなことを好きなだけできるゴールデンタイムです。

余裕のある時は夜9時就寝、朝4時起き、生活を送っています。起床後は、まず家事をおこないます。家事を終えるころには嘘のように頭が冴えます。その後1時間パソコンに向かい、資料作りや文献を読みあさったりしています。残った時間で趣味のランニングをおこないます。ランニング後、長女を起こしに行き、普段通りの朝が始まるという感じです。

毎朝このルーチン効果で家事や資料作りのスピードと質がグンと上がった気がします。また体重も去年からすると10kg減りました。この効果が得られてからは朝活が病みつきになりました(笑)

私の朝活

一般社団法人
長崎県作業療法士会

さが桜マラソン
SAGA SAKURA MARATHON

North Handtherapy Lab



県北担当時の学会



フルマラソン



県北ハンドセラピー

仕事面では先輩OTから10年後のビジョンや実績を残す大切さなど教えて頂き、研究会や県士会の仕事など継続ができています。

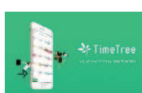
私が何より大切にしていることが結果より過程です。結果がどうあれ過程の中で多くの方々からのサポートを受けています。今後も物事が上手、こういった時こそ天狗にならず、感謝の気持ちと周りへの配慮を忘れずにいたいです。

目標があるから
継続できる

同じような境遇で子育て真最中の方、毎日お疲れ様です。毎日疲れて果てて頑張りたくても頑張れない日が多いと思います。これからも父親として子どもに今しかやってやれないこと、OTとして今しかできないことが必ずあると思います。その時その瞬間を大切に24時間マネジメントする工夫と将来のビジョンを明確にもつて共に頑張っていきましょう。



おわりに

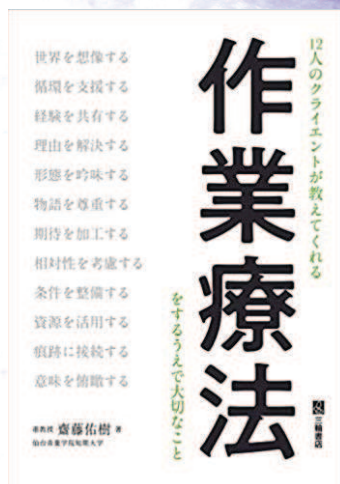


「ご存知だと思いますが「TimeTree」と「クックパット」です。妻や子の予定を忘れがちな人やスケジュール調整でよく喧嘩になる人には良いアプリです。クックパットというサイトは写真が多くて素人の私でも達人の味が出せる「優れモノ」のサイトです。

重宝している
アプリ



広報局のすすめ本



臨床の難しさを再認識し 初心を思い出す一冊

12人のクライアントが教えてくれる
作業療法をするうえで大切なこと

著者とその同僚が過去に経験したクライアントとのエピソードをコラムとして掲載するとともに、一人ひとりのエピソードを通して得た気づきや学びについて解説しています。誰でも行動には理由がある。みんなでクライアントの主観的世界観を推察・共有し、行動の理由を解決する姿勢が大切だと感じる一冊になっています。

著者：齋藤 佑樹 出版社：三輪書店



認知症に関わる すべてのOTに読んでほしい

Evidence Basedで考える
認知症リハビリテーション

今まで、認知症分野では“経験ベースのノウハウ本”が多かった印象がありますが、この本の最大の特徴はタイトルが示す通り、“Evidence Based”の観点から科学的根拠のある認知症のリハビリテーションについて記載されていることであり、認知症リハビリテーションの「臨床」と「研究」をつなぐ架け橋のような本です。

著者：田平 隆行／田中 寛之 出版社：医学書院



研究をやってみたい ギラついたOTにおすすめ

作業で創るエビデンス

エビデンスの作りかたと使いかたをテーマに最新の研究法を含め、著者らが実際に行った研究をもとに、なぜこの方法を用いたのかという思考過程と実際の活用法を紹介しています。研究をやってみたいというOTのための教科書的な一冊だと思います。第53回日本作業療法学会のテーマは「作業療法研究のターニングポイント」。未来の作業療法のエビデンスを一緒に創っていくためには是非一読してほしい一冊です。

著者：友利 幸之介 出版社：医学書院



家族の視点を知り もう一步寄り添った関わりへ

日々コウジ中

この本は著者の夫が高次脳機能障害になり、その夫と暮らす日常をコミックにして高次脳機能障害の症状をわかりやすく説明している内容になっています。

この本は専門的知識がない方でも理解しやすいような内容になっており、高次脳機能障害が生活にどのように関わってくるのかがわかりやすくまとめてある一冊となっています。高次脳機能障害がある方の家族の視点も知ることができ一冊ではないかと思います。

著者：柴本 礼 出版社：主婦の友社

ちょこっとプラスで 日々の業務改善

～アプリ編～

日々の業務改善は手元の「スマホアプリ」から…少しでも効率よく仕事、業務を行い、プライベートな時間をしっかり過ごしましょう!!!
空いた時間は勉強をするもよし！勉強会へ参加するも良し！！遊ぶ、飲むもあなたの過ごし方次第♡
意外と知らない便利なアプリはたくさんあります。そんなアプリの一部を紹介します！

1.【名刺管理アプリ】

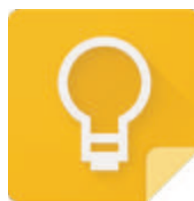


Eight

シェアNo.1名刺アプリ
開発元:Sansan, Inc.
App内課金

名刺交換を行う機会が多いですが、管理を行う時間をもったいない...という事はないですか？そんな方におすすめ!!!
スマホで名刺を撮るだけでデータ化され簡単に名刺管理が出来ます。

2.【メモアプリ】



Google Keep

メモとリスト
開発元:Google, Inc.
無料

文書を写真に撮り、読み込めばテキスト化してくれる便利なアプリ。学生には教えてはいけないアプリとも言えます（笑）。その他手書き、打ち込みで簡単にメモが可能。音声入力でのメモも行えます。Google アカウントで管理されているので、ログインすればPC環境と連携して確認可能。

3.【スキャナーアプリ】



Adobe Scan

OCR付PDFスキャンカメラ
開発元:Adobe Inc.
App内課金



紙の文書を一括管理。写真で撮影するだけで簡単。PDFやJPEG形式で保存する事で整理やSNSで共有する事も出来ます。手書き入力対応アプリを使えば、スマートな受講者に。
またきれいな状態の資料を取り込んでおけば、資料にたくさん書き込んでも、後で同僚に伝達講習するさいの資料はキレイなまま。

4.【読書・書籍アプリ】



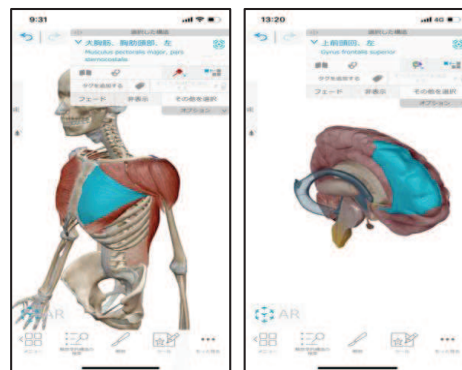
ヒューマン・アトミー・アトラス2020

3Dによる完璧な人体
開発元:Visible Body ¥3060App内課金



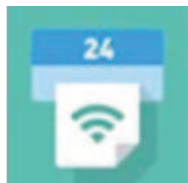
生理学と病理学 生体プロセスと疾患

開発元:Visible Body ¥3060App内課金



電子書籍は何冊も持ち歩け、サッと手軽に読める便利アイテムです。紹介するアトラスは、日々の臨床での確認や後輩指導、学生指導でも素早く行えおすすめです。定価はなかなかの値段ですが、セールでは¥120で購入できる日も...？

5. 【印刷・コピーアプリ】



PrintSmash

開発元:Sharp Corporation.
無料



セブン-イレブン マルチコピー

開発元:Fuji Xerox Co., Ltd.
無料



最近はデーターでのやり取りが多くなってきましたね。勉強会でも事前コピー等・・・出張先で資料の印刷し忘れ、出先ですぐに確認、印刷したいときコンビニさえあればすぐに印刷が可能ですよ。

6. 【マップ・地図】



Googleマップ 乗換案内&グルメ

開発元:Google LLC
無料



Yahoo! MAP ヤフーマップ

道案内に強い地図アプリ
開発元:Yahoo Japan Corp.
無料



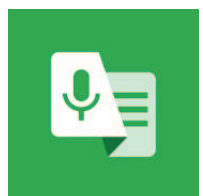
訪問先の確認だけでなく、おおよその時間、バスや電車の乗り換え案内も可能。患者さんの自宅訪問では把握できなかった、行きつけの場所を写真で確認しながらリハをすすめる事も出来ますよ。

7. 【録音,文字変換アプリ】



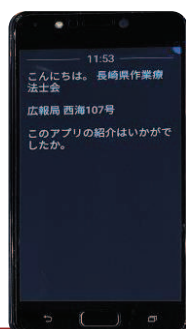
ボイスメモ

開発元:Apple
無料



音声文字 変換

開発元:Google, Inc.
無料



患者さんとのやり取りで「メモが追い付かない」「早くて何を言っているのかわからない」時に活躍する録音アプリ。ICレコーダーの変わりにもなり会議の議事録や日々の記録をするのにも素早く録音も出来ます。

音声文字変換は、聴覚障がい者向けユーザー補助アプリとしても使われている。音声が入リアルタイムで画面のテキストに変換されます。誤字もありますが、なかなかの精度で文字変換が可能です。

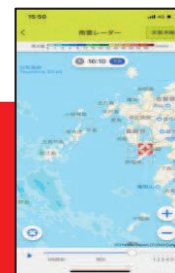
8. 【天気予報アプリ】



Yahoo! 天気

開発元:Yahoo Japan Corp.
無料

屋外歩行練習前やイベントの際に確認するとピンポイントで天気の情報わかります。事前に情報を取ることはもちろん、雨雲が近づいてきていることも教えてくれ、リスク管理にもつながります！



他にも便利なアプリはたくさんあります！

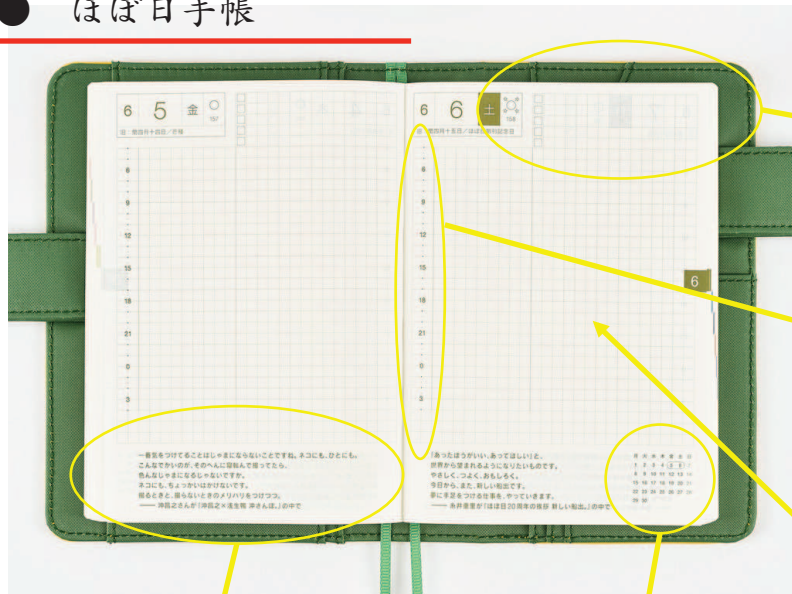
自分のスマホやタブレットの機能をもっともっと引き出して、便利に、効率よく業務をこなして生活にゆとりとうるおいを♡



県士会公式
LINEも便利!!

～最後に、私が個人的に使用しているアイテムのご紹介をさせていただきます～

● ほぼ日手帳



■ 必須のTo Doリスト.



■ はじめから時間軸が書いてある.



■ はっとさせられる素敵な言葉が.



■ 一目で月全体の把握ができる.



■ はじめから祝日の名称が書いてある.

スケジュール管理や優先順位をつけるのが苦手な私ですが、毎日持っているこの手帳に助けられて仕事をしています。もはや、自分にとっては自助具と言えるレベルかもしれません...(^^;) タイプも色々選べるようですが、私は1年を半年ずつに分けた2冊セット¥2200のを使っています。

編集後記

みなさん、今回のさいかい107号はいかがだったでしょうか？
いろんな分野で働くOTや、普段の業務に活かせるアイテム・アプリの紹介など、新しい内容をお楽しみいただけたでしょうか？

今後も皆様の仕事や生活に活かせるような様々な情報を発信していきたいと思います。

今年は九州作業療法学会が長崎で開催されます。九州の仲間を迎える立場です。是非、多くの方にご参加いただき、それぞれの地域の特性や動向について情報交換などしていただき、有意義な学会になるよう、皆様どうぞご協力をよろしくお願いいたします。



長崎北病院 牧野航