

違う特性をもつ患者に寄り添い、 効果的なりハビリをを目指す



のぐち・さとこ ● 1989年愛知県生まれ。中学生のときから「人と関わる仕事をしたい」と考え、やがて作業療法士の仕事に関心を抱く。大学で作業療法学を専攻し、卒業後、東京大学附属病院で作業療法士として勤務。

インタビュー

作業療法士

野口智子さん

東京大学医学部附属病院
リハビリテーション部

野口さんは、患者さん自身がリハビリテーションと向き合うことが大切だと話します。そのために患者さんとのコミュニケーションを心がけ、一人ひとりに見合ったプログラムを作成し、さまざまな作業療法を通して、機能回復や日常生活の動作改善を支援しています。

「人と関わる仕事をしたい」という
思いから、作業療法士の道へ

——作業療法士という仕事に就かれるには、何かきっかけなどはありましたか。

野口 中学生のとき、将来の仕事をテーマとした授業があって、自分は将来どんな仕事に就くのだろうかと思いをめぐらせました。以前から人と関わり、コミュニケーションをとったりする仕事をしたいと思っていました。例えば、通訳の仕事に魅力を感じ

ていたときもあります。

ある日、新聞でリハビリテーションの特集記事を読んで、世の中には作業療法士という仕事があるということを知りました。それが自分の仕事の選択肢として作業療法士を考えるきっかけだったかもしれません。考えてみれば、作業療法士の仕事も人と関わりますよね。また作業療法士など医療関係の仕事に就けば、人の役に立てるのではないかとこの思いもありました。

——中学のときから、将来は作業療法士になろうと思われていたということですか。

野口 そのときは、それほどはっきりと意識していたわけではありません。高校生になって、受験勉強をするようになり、自分の進路について真剣に考えるようになりました。そこで自分の進む道を決め、大学の作業療法学専攻に進みました。

作業療法士の仕事をするには免許が必要ですが、だから、その免許を取得すれば、結婚してもずっと仕事ができるのでは、という思いもありましたね。

——大学での勉強は大変でしたか。

野口 高校生のときから先生など周囲の方から「医療系は大変だよ」と聞いていたので、ある程度の覚悟はあったつもりでしたが……。人間の身体の繊

細さや複雑さ、多種多様な機能などに驚くとともに、覚えることが多くて、必死に学びました。確かに大変でしたが、今から振り返ると、大学で学んだことが、今自分が仕事に向き合うときのベースになっていると感じます。

——大学で学べたことと、実際の仕事に就いたときのギャップのようなものはありましたか。

野口 大学では実習があるとはいえ、知識を学ぶことが中心でした。仕事ではそれを生かしながら患者さんとともにリハビリテーションを行うことになります。患者さんはそれぞれ持っている機能や性格、それまで生きてきた歴史や家族との関係も異なります。そうした中で、リハビリの目標を探していく難しさがあります。お一人おひとりに見合った目標を立てるには、知識だけでは対応できず、人としつかり対話するというコミュニケーション力が求められます。

患者さんとともに効果的なり
リハビリテーションを目指す

——作業療法士という仕事は具体的にどんなことをするのですか。

野口 作業療法分野でいう作業とは、日常生活における活動すべてを意味します。そこでは料理や食事、排泄、着替え、趣味活動などさまざまな活動をリハビリに生かして患者さんたちをサポートし、よりよい生活を送っていただけのことを目指します。

——よく似ている職種として理学療法士がありますね。



▲リハビリテーション室には患者さんたちの作品を陳列している。作業療法士が作成したプログラムに基づいて、陶芸や工芸などのものづくりを通して機能の回復を目指す。(左)作業療法士は、患者さんの特性に応じて自助具をつくることもある。その際に使われるのが、熱を加えるとやわらかくなり、冷えると固まるスプリント材と呼ばれる素材。(中)左端は筋電義手で、筋に伝わる微弱な電流を感知して動く。上のパーツ類は作業用義手で、用途に応じて使い分ける。下は外観を重視した装飾用義手。(右)

◀「パーデュールベグボード」と呼ばれるボードを用いて、手先の器用さなど上肢機能の状態の評価（ベグテスト）を行う。

野口 一般に作業療法士の仕事は、日常の活動や動作を取り入れたリハビリテーションによって機能の回復を図ることとされます。理学療法士は、運動療法や物理療法を用いて機能の回復を目指す仕事と言われています。しかし、病院によってもそれぞれの位置づけは違います。当院の身体障害領域の作業療法士は、理学療法と重なる部分もありますが、主に上肢・体幹機能とADL、高次脳機能、義肢装具に対するリハビリテーションを行っています。高次機能障害は記憶障害、注意障害、空間認知などが多いです。

——具体的にどのような仕事を進めていくのですか。

野口 当院にはリハビリテーション専門医がいます。その専門医の処方箋を確認し、患者さんと一緒にリハビリのプログラムを立てていきます。またそのプログラムや患者さんの症例などを同僚たちとのミーティングで報告し、いろいろなアドバイスを受けます。また、病棟の看護師さんとの連携も欠かせません。同僚や看護師さんたちと連携しつつ、基本的には患者さんと一対一でリハビリを進めていきます。

リハビリの内容は、お一人おひとりによって違います。例えば手の機能が十分でなく、食事をするのが困難な患者さんには、どのような箸やスプーンを使えばよいかを一緒に考えます。適した自助具を考えてつくることも作業療法士の仕事です。患者さんの特性に応じて、一緒に陶芸をしたり、編み物をしたりするときもあります。もの

づくりも重要な作業療法で、一緒に万華鏡やモザイクタイルなどをつくることもあります。これらは機能の回復や動作の改善を目指すリハビリでもありますが、同時に作業に没頭することでこれまでのつらさから解放されるといふことでもあるのです。

——そうしたお仕事の中で、どんなことを心がけていらっしゃいますか。

野口 リハビリを行うときには患者さんの気持ちがとても大切です。私がプログラムをつくり、目標を立て「こうしよう」と言っても患者さんの気持ちがあるところに向かないと、効果的なりハビリはできません。だからこそコミュニケーションが大切で、十分な意思の疎通をすることを心がけています。

——お仕事のやりがいや面白さはどんなときに感じますか。

野口 患者さんと向き合い、一緒にリハビリを進めていく中で、それまでできなかったことができるようになったときです。それは患者さんにとっても特別な瞬間で、私自身もとても嬉しくなります。特に子どもたちが『できた！』と笑顔で見せてくれると、「この仕事をしていてよかった」と心から思いますね。

——お仕事の中で厳しさや難しさを感じるのどのようなときでしょうか。

野口 患者さんがどんなにがんばってリハビリテーションに励んでも、できないことがあります。進行性の病気の場合、機能がそれ以上悪化しないようにするのが精一杯で、回復が困難な場合もあります。また、金銭や家族の間

題があつて、私ではどうしようもないときもあります。何か力になれることがあればと患者さんやご家族と一緒に探しますが、それができない…というもどかしさがあります。そのときは、作業療法士だけでなく地域の方など他の職種とも連携することを心がけています。

——これから作業療法士を目指す若い人たちにアドバイスをいただけますか。

野口 作業療法士を目指す方は、まず仕事の内容やリハビリテーションについて自分で調べていただけたらと思います。また、オープンキャンパスに行ったり、そこで教員の作業療法士に質問したり、実際に働いている現場を見学するのもよいと思います。

私は現在、0歳から99歳までと幅広い年齢層の患者さんを担当させてもらっています。患者さんが歩んできた人生はそれぞれで、これから人生を歩み出そうとする子どももいます。このように作業療法士は、いろいろな方と出会えて、さまざまな経験をさせてもらえる仕事だと思います。そしてその出会いが、自分の成長にもつながっていると日々感じています。

作業療法士の職場は病院だけではなくありません。福祉・介護施設や学校、一般企業で活動している作業療法士もいます。きつと自分に向いている場所を見つけていけるのではないかと思います。人と関わるのが好きな方、物をつくるのが好きな方、患者さんとともに歩むことができる方は是非、作業療法士を目指していただけたら嬉しいです。