

専門家として リハビリテーションを提供し、 運動機能の回復を目指す

野々山さんは、理学療法士として運動機能が低下した方たちを中心にリハビリテーションを提供しています。患者さんたちとコミュニケーションを図りながら信頼関係を築き、専門家としての知識と技術を駆使しながら、その人らしい人生が送れるように力を尽くす日々を送っています。

理学療法士 野々山良輔さん

就いていた仕事を辞め、
理学療法士の道へ

——理学療法士になれる前は、別のお仕事をされていたのですか。

野々山 以前はコールセンターでオペレーターさんたちの管理を担当していた。私が電話応対をすることもありました。

私は学生時代にスポーツクラブでインストラクターやフロント業務に携わっていたこともあり、人と対面しながら体を使う仕事が好きだったんです。「そういう仕事をしたいな」という思いがだんだん強くなり、理学療法士という仕事があることを知りました。

——作業療法士という選択もあったのではないのでしょうか。

野々山 理学療法士とは、専門家とし

ののやま・りょうすけ●1983年東京都生まれ。大学中退後コールセンターに勤務。29歳のとき、理学療法士の道に進もうと、東都リハビリテーション学院夜間部に入學。仕事と勉学の両立に苦勞しつつ当学院に通い、2016年理学療法士の免許を取得。都内の病院でデイケア業務に従事した後、2017年11月から東京大学医学部附属病院リハビリテーション部に理学療法士として勤務し、現在に至る。

て病気やけが、高齢化などで、運動機能が低下している方に対して、「座る」「立つ」「歩く」などの基本動作力の回復や維持を目的にしたリハビリテーション（以下、「リハビリ」という）を提供するのが仕事です。作業療法士は食事をする「料理をする」「仕事をする」などの日常生活の応用的な動作の機能回復を図り、社会復帰を目指すことを目的としたリハビリを提供します。

二つの職種を比べたとき、作業療法士が担当するのは上肢機能訓練の提供が中心で、理学療法士は体を動かすこと全般に関わる仕事だという印象を持ちました。それで自分には理学療法士のほうが合っていると思ったわけです。

——実際のお仕事はどんな流れになるのでしょうか。

野々山 当院で理学療法士がリハビリの提供をするのは、基本的にここに入院している患者さんです。新規の患者さんの場合、まずその患者さんを担当している専門の医師から、私たちが所属するリハビリテーション部に依頼があります。その患者さんをリハビリテーション部の医師が診察し、どんなリハビリを行うかの基本が示された処方指示箋が出されます。様々な状態にある複数の患者さんたちをほかの理学療法士たちと振り分け、担当が決まります。

リハビリを行うに当たっては、退院後どのように過ごしていきたいかをご本人やご家族と相談してゴールを設定

します。その後は理学療法士の私が、患者さんと一対一でリハビリを提供していきます。処方指示箋を基本とし、具体的にどんなリハビリを行うかを私が考えます。その過程で医師や看護師と情報を共有し、よりその方に望ましいリハビリにつながります。また患者さんが退院されて別の病院に行かれたり、自宅でリハビリを継続されたりすることを踏まえ、それらの場合にどのようなつなげていくかも考える必要があります。

理学療法士が提供するリハビリには大きく分けて、体の機能の一部もしくは全体を動かして機能の回復を図る運動療法と、機器を使って温熱や電気、レーザーなどを当ててリハビリを行う物理療法があります。私たち理学療法士は運動療法を中心に、必要に応じて物理療法を用いてリハビリを提供しています。

その人らしく過ごせることを目指してリハビリを提供

——お仕事の中で喜びや、やりがいを感じるのとはどんなときでしょうか。

野々山 患者さんの不調が改善され、その人らしく過ごせるようになったときの姿、あるいはそうした状態に近づいたときの姿を見ると、とてもうれしくなります。患者さんから「こんなことができるようになった」という声を聞くと、やりがいを感じます。



◀歩行車を使った歩行訓練の様子
患者さんと寄り添いつつも、自立の妨げの要因となる心理的な依存関係に陥らないように、一定の距離感を保って接している。



運動療法室▶

この場所で患者さんとコミュニケーションを図り、一人ひとりに合ったリハビリを考え、信頼関係を築く。



▲患者さんそれぞれの特性に応じた歩行訓練を行うため、様々な歩行補助具が用意されている。

理学療法士の仕事は、患者さんたちの日常生活の基本動作の回復を目指すことに主眼を置いていますが、私はそれに加え「その人らしく過ごすことができるようになる」とも視野に入れ、その方が望む状態にできるだけ近づけて、人生に彩りを添えられるようになることのお手伝いをしたいと考えています。サーフィンが好きな患者さんが療法後、「ようやく海に入れました」と報告してくださった時は、心から「よかった」と思いました。

——お仕事の厳しさや難しさはどんなところにありますか。

野々山 様々な検討をして、その方に見合ったリハビリのプログラムを考えますが、時には思いどおりの結果が得られない場合もあります。進行性の病気を患っている場合や、重症の患者さんの場合は、快方に向かうことが難しいケースが少なくありません。そんな厳しさの中でも、私はできないことではなく、できるようになったことに目を向け、「リハビリを始める前と比べて、これだけよくなりましたね」という姿勢で患者さんと接するようにしています。

また、寝たきりでコミュニケーションが難しい患者さんを担当することもあります。ご本人の反応を確認することができなくても、ご家族がとてもうれしそうな表情をなさいます。そんな時は、厳しさの中でもやりがいを感じます。

理学療法士の仕事では 様々な経験が役に立つ

——お仕事では、どんなことを心掛けていらっしゃるのでしょうか。

野々山 患者さんとコミュニケーションを図り、信頼関係を築こうと努めています。信頼関係があれば、患者さんにとってつらいことも、伝えやすくなります。一方で、患者さんとの距離の取り方にも注意しています。患者さんに寄り添うことはもちろん大切ですが、近づきすぎると依存関係に陥り、その方の自立を妨げてしまうことにもなりかねません。

——近年、理学療法士の役割に対する関心が高まってきているようですね。

野々山 高齢化社会を迎え、理学療法士の役割はいつそう大きくなってきているのではないのでしょうか。ほかにも災害で避難された人々への体の機能維持や回復のためのサポート、企業や学校での健康増進や病気の予防のための環境整備、スポーツ分野で選手たちが高いパフォーマンスを発揮するためのお手伝いなど、理学療法士に対する注目度は上がってきていると感じます。

そうした中で、私は理学療法士の認知度がさらに上がり、ひいてはそれが理学療法士の社会的な地位の向上に結び付くいいなと思っています。そうなったら、私たちも今まで以上に余裕を持って患者さんに接することができ

るようになるでしょう。理学療法士の仕事は、患者さんの状態や仕草、表情に現れる変化を見逃さないことがとても大切で、それができてこそ的確なリハビリの提供ができます。理学療法士に余裕があつてこそ、患者さんの小さな変化を見逃さずに対応できるのだと思います。

——理学療法士を目指すとする後輩たちにアドバイスをお願いします。

野々山 理学療法士は、様々な価値観を持った患者さんたちの気持ちや立場を理解し、コミュニケーションを図らなければなりません。それにはいろいろな経験を積んでおくとういと思っています。豊富な経験があれば、患者さんの価値観と共有できるポイントを見つけやすくなりますし、信頼関係を築くことにつながります。私自身、コールセンターで対人スキルを学んだことが、今、とても役に立っています。

また、上司から指示されたことは、「厳しいな」と思ってもまずは引き受けてやってみるんです。そうすれば自分に何が足りないかに気づききっかけにもなるし、成長の足掛かりにもなります。

同時に、「自分に対する評価は上司など他人がするもの」と考えましょう。自分では「うまくできたな」と思っている、他人の目で客観的に見たら不十分ということは数多くあります。「評価は他人がする」と考えていれば、よりよい仕事をするにつながらるはずです。