

【連載】

老健仕事人  作業療法士

# 地域とともに歩む老健施設 生活と人生のサポーター

[第3回 最終回]

三沢理恵 [みさわ・りえ]

介護老人保健施設デンマークイン若葉台(東京都)  
リハビリテーション部 部長



第1回は生活リハビリ、第2回は多職種協働をキーワードとして書きました。今回は、老健施設として、作業療法士として、「地域とともに歩む」にあたっての「気づき」と「行動」、そしてその行動を起こすことで、広がってきた地域活動についてお伝えできればと思います。

## 地域活動に向けた「気づき」とスタート

東京都主催の地域包括ケアシステム構築に向けた地域リハビリテーション活動支援事業の研修のなかのリハビリ専門職の研修に参加し、「もっと外に出て地域を知り、活動していく必要がある」ことを学びました。リハビリ専門職としてはもちろん、特に作業療法士として、地域に活動の場がたくさんあり、それはさらに広がる可能性があることに気づかされたように思います。また、稲城市からは私しかこの研修に参加していないという勝手な使命感から、「地域活動の第一歩は、それぞれの市町村の扉を叩くことからである」と言われたことをそのまま「行動」に移しました。これが私にとっての地域活動のスタート以前のはじめの一歩です。

## 地域活動を仕事として位置づけ、立場を明確化

地域活動をスタートするにあたり、私は2つの決断と稲城市に対して1つの提案をしました。決断の1つ目は、当施設として地域活動を仕事と位置づけること、2つ目は、稲城市リハビリ連絡会を立ち上げることでした。また、稲城市に対しては地域リハビリ活動支援事業を実施していくために、東京都の研修に参加した立場でアドバイザーとして動けるようにしてほしいとお願いしました。その結果、研修を受けた次の年度の7月から3月まで、アドバイザーとして活動するという依頼文をいただきました。

必要に迫られて、このような決断や提案をしていきましたが、繰り返し地域に出るなかで、私自身が中心となって動く覚悟ができ、その後、リハビリ連絡会の会長を引き受け、稲城市からの依頼窓口を一本化しました。

地域に何回も出て行くことは遊んでいるわけではなく、国の方向性に沿って動いているという意識と発信をしていく必要がありました。はじめからこのような位置づけと立場を明確化したことは、本当に重要なポイントであったと感じています。これにより、稲城市内の各事業所の方と一緒する際に、説明も協働もしやすくなりました。

## 地域で求められるリハビリ専門職

地域の実情を知るために動き始めてわかったことは、想像以上にリハビリ専門職が求められていることと、「リハビリ＝機能訓練」という誤った認識があるということでした。また、地域の高齢者は身体機能や痛みへの関心が高く、それだけ聞くと、直接的に求められる職種は理学療法士になります。しかし、高齢者の皆さんがおっしゃる痛みは、慢性的なものが多く、治すというよりは、痛みと付き合いながらそれ以上悪化しないようにしていくことであり、廃用による機能低下を生活のなかで予防していくものが多いのです。そうすると、治療としてではなく、健康寿命を延ばすための地域活動や生活の仕方やそれを習慣化するための工夫、行動変容をめざした集団の場の活用や活動参加へのアプローチが必要なのだと感じました。まさに作業療法士の出番であり、そう感じるのは私が作業療法士だからだと思います。

東京都の研修においては、リハビリ専門職は地域住民の後方支援をする存在ということでありましたが、地域住民が求める前方支援的な講義の場には理