

COTOT

ことっと

2026 vol. 12

いしかわOT

COTOT?
「ことっと」とは

石川県の方言「こと〜っと(ゆっくりする、ほっとする)」と作業療法士(OT)を合わせた造語でOTを住民(Citizen)に広めたいという思いも込めています。

OT?
作業療法士とは

リハビリテーションの専門職の一つです。その人にとって価値のある作業(日常生活活動・仕事・趣味・遊び等.)をできるように、支援します。



作業療法士ってなんや?

シリーズOT <<ALS編>>

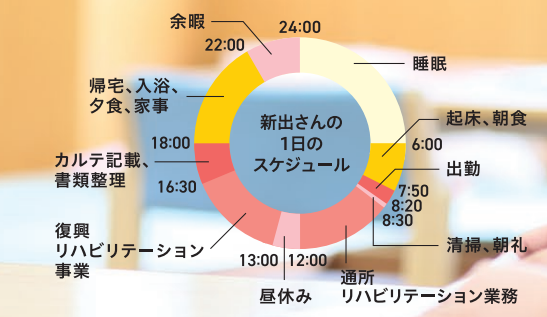
能登地区で活躍する作業療法士を紹介

能登で活躍する作業療法士さんに質問!



何気ない会話の中で観られる皆さんの笑顔にやりがいを感じています。

珠洲市総合病院
経年数21年目
Cover Woman
新出さやかさん
出身地: 石川県
出身養成校: 富山医療福祉専門学校
出身高校: 石川県立宇出津高校
(現在は統合されています)



question 01

病院での仕事内容について

午前中は通所リハビリテーションの専従者として利用者の方々とプログラムを行い、午後からは復興リハビリテーションの事業として集会所でのイベント参加や仮設住宅の訪問、会議への参加などを行っています。

question 02

作業療法士のやりがいは?

皆さんどこか都合の悪いところがあり私たちの前にいらっしゃいます。リハビリテーションを行うことで、痛みが減ったり、出来ることが増えたり、何気ない会話の中で観られる皆さんの笑顔にやりがいを感じています。

question 03

能登半島地震で作業療法士として関わられたことについて

発災直後は院内で患者さんの状態把握や移送介助、紹介状の作成を中心に、1月末からはJ-RATと避難所を巡回し、生活状況や体調の傾聴、環境調整や集団体操などを行っていました。今年の4月からは復興リハビリテーション事業として集会所でのイベント参加や地域で生活されている要支援者への訪問、環境調整を行っており、関係機関との連携や限られた社会資源での支援などに課題を感じながら、自分なりに出来ることに取り組んでいます。

■お問い合わせ 公益社団法人 石川県作業療法士会
〒921-8043 石川県金沢市西泉3丁28-1 東和第三ビル201号室
tel:076-259-0678 fax:076-259-0681



公益社団法人 石川県作業療法士会 広報誌 発行日 令和8年3月25日(水)
発行人 / 米田真
編集担当 / 酒野直樹、五十嵐満哉、川口朋子、上野玲子、小川正人、宮田真由美、南渡太、増田可、竹中朋也、竹村健太郎、仲佐東

石川県作業療法士会webよりPDFファイル形式で広報誌「COTOT」をダウンロードできます

石川県の能登地区で活躍する作業療法士(OT)を紹介

県内では病院だけでなく、いろいろな場所で作業療法士が活躍しています。今回は、自宅で生活を送っている人を支援している二人の作業療法士を紹介します。

志賀町で一日の中で病院と地域の両方で生活を支援しています。



町立富来病院に所属している
加藤孝之です

作業療法士15年目です。外来・入院・訪問の作業療法を経験しながら、志賀町の地域支援事業に携わってきました。令和6年能登半島地震後は県の「復興リハビリテーション事業」に携わっています。能登の方が住み慣れた地域で少しでも長く生活が送れるよう支援していきます。

Q.1 仕事内容について教えてください

集いの場 作品

A. 午前中は病院内で外来患者さんに作業療法をおこなっています。様々な病気やケガのため、日常生活に困ったことがある小学生から90歳代のお年寄りまで幅広く関わっています。身体を直接触ることだけではなく、使いやすい道具や自宅環境の提案なども行なっています。



Q.2 震災の復興事業に作業療法士としてどのような関わりをされているか教えてください。

A. 午後からは復興リハビリテーションとして応急仮設住宅の個別訪問や集会所での集いの場支援をおこなっています。応急仮設住宅でも入浴や洗濯や料理をやすくするために、福祉用具の提案や手すり追加工事の相談をおこなっています。また近所に知り合いがいなくなり、閉じこもり傾向になっている人を集いの場にお誘いして、みんなで作業活動をおこなったり、体操やレクリエーションをおこない、新しいコミュニティー作りにも協力しています。行政や社協や民間支援団体と連携して地域全体を支援する会議にも参加しています。

能登町で退院後の方だけでなく仮設住宅の方の生活支援も行っています。



能登中央訪問看護ステーションに所属している
森山恵子です

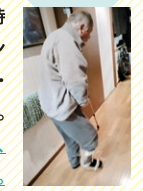
作業療法士約41年目です。珠洲市総合病院で急性期から在宅までを経験後、あいちクリニックデイケアで介護分野にも携わりました。最後はやっぱりやりたかった訪問リハビリテーションを、と能登中央訪問看護ステーションに飛び込み3年になりました。

仮設の居室の中で立ち上がりがしやすいように置き型手すりを設置しました

Q.1 仕事内容について教えてください

自宅内での歩行訓練の様子

A. ケアマネジャーの依頼や病院からの退院時指示等を受けて、自宅でのリハビリテーション介入が必要とされる方の身体機能やADL・IADLの維持拡大を目指して活動しています。安全な移動の獲得から主婦としての活動まで、その人の必要な課題と一緒に取り組んでいます。



Q.2 震災の復興事業に作業療法士としてどのような関わりをされているか教えてください。

A. 震災後、仮設団地の個別訪問や集会所での活動を始めました。今は地域の活動にも顔を出しています。問題は仮設の狭い居住空間での転倒や運動量の低下、環境が変わり外と交わる不安や億劫さです。OTは、対象者の根っこを掘り下げる評価をして、「生活をしている」状況の中で支援をひねり出していき「技をもっている」と思います。集会所では体操や手を動かしながらおしゃべりを楽しむ時間が有意義です。復興の次にある姿を考えないといけない今、課題の多さに地域リハビリテーションの難しさを感じています。

CASE | 06

Hさん 70代女性

夫と2人暮らし
民生委員を長年経験
するなど社交的



10年程前から呼吸が
しにくい、手に力が入り
にくくなり、病院を受
診。ALSと診断。治療
をしながら在宅で生活
を続けることに。

多職種チームで
連携し支援開始

医師、ケアマネジャー、看護師、
PT、OT、福祉用具専門相談員

訪問リハビリテーション
開始

シリーズOT

広報誌「COTOT」では、いろいろな疾患に対する
作業療法をご紹介します。
今号では神経難病の一つ“筋萎縮性側索硬化症(ALS)※1”に
対する作業療法の一例をご紹介します!!

あくまでも一例であり、ALSにはいろいろな症状、進行過程があり、個人によってさまざまです。

身体機能の変化に合わせ、一人一人に合った介入をするのが大切!!

※1 Amyotrophic Lateral Sclerosis: ALSとは
脳や脊髄の運動神経細胞が徐々に壊れていく進行性の難病。手足の筋力低下から始まり、話す・飲み込む・呼吸する力にも影響が及ぶ。根本的な治療法は確立していない。

※2 意思伝達装置とは
人工呼吸器の装着により声が出にくくなった方や書字ができなくなった方の大切なコミュニケーション手段の一つ。

※3 環境制御装置とは
赤外線リモコンに対応した家電製品や電動ベッドなどを、本人が動かせる部分で遠隔操作できる製品。

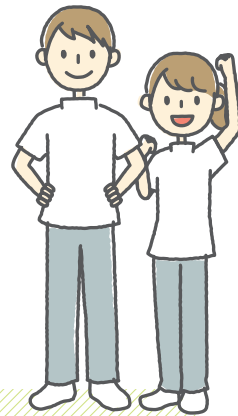
～e-ヘルスネット(厚生労働省)HPより～

作業療法士ってなんや?

作業療法士とは

こころとからだのリハビリテーションの専門職です。

食べる、お風呂に入る、トイレに行く、着替える、仕事に行く、料理をする…
今まで当たり前できていたことが病気で障害によりできなくなった時、
作業療法士が自分らしさを取り戻すための支援をします。



作業療法の対象者は?

病気やケガ、もしくは生まれながらに障害がある人など、年齢に関係なく日常生活に支援を必要とする**全ての人が対象**です。

こころの病気 統合失調症 適応障害 双極性障害 うつ病 摂食障害 など	発達期の病気 自閉スペクトラム症 脳性麻痺 注意欠如・多動症 筋ジストロフィー など
からだの病気 脳卒中 脳外傷 パーキンソン病 高次脳機能障害 脊髄損傷 など	高齢期の病気 骨折 関節リウマチ 骨粗鬆症 変形性関節症・股関節症 認知症 など

作業療法士はこんなところで働いています

現在、石川県では800名以上の
作業療法士が働いています

医療機関 総合病院/精神科病院 リハビリテーション病院 クリニック など	介護 介護老人保健施設 デイケア/デイサービス 訪問リハビリテーション 訪問看護ステーション など	保健 地域包括支援センター 保健所/地方自治体 精神保健福祉センター など	福祉 児童発達支援センター 放課後等デイサービス 就労移行支援事業所 生活介護事業所 など
教育現場 特別支援学校 教育委員会 など	労働 障害者職業センター ハローワーク など	司法 刑務所/医療刑務所 保護観察所 など	

国家資格をもったリハビリテーションの専門職、作業療法士。活躍の場は医療機関や介護、教育現場、労働、保健、司法の領域にも広がっています。治療だけでなく、予防的な働きかけや社会復帰の支援、学校での教育支援など幅広い役割を担っています。

石川県内の
作業療法士
養成校

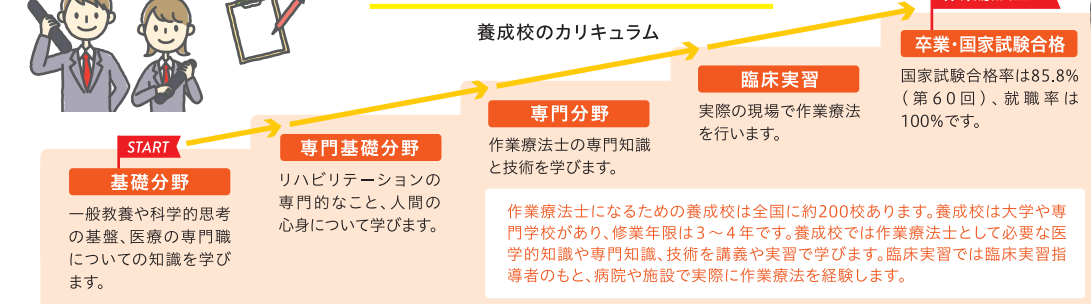
県内養成校の情報はここから!

<対象> 高校生

金沢大学 金沢市 小立野5-11-80	金城大学 白山市 笠間町1200	専門学校 金沢リハビリテーション アカデミー 金沢市清川町2-10
---------------------------	------------------------	--

各養成校オープンキャンパスも予定しております。※詳細は各校のwebをご覧ください。

作業療法士になるには



移動・日常生活

ふらつきたり力が入りにくくなり
転びそうになることが増えた。

OT check!

歩行器を使えばもっと
安全に移動できる

歩行補助具導入し転倒予防

ズボンの上げ下げしにくい
+食べ物が掴みにくい

OT check!

自助具の工夫で
日常生活動作の維持

これを使えば1人でも食事ができるよ

上肢装具
大柄スプーン

実家に行きたい!

OT check!

外出支援
(玄関出入り・福祉車両・現地調査)

昇降機や福祉車両が必要だな

お家のお風呂で
これからも入りたい

OT check!

リフト操作、
入浴介助方法指導

視線が効果的に
見えるぞ!

OT check!

視線で文字入力

残存機能を見極め、
活かしたコミュニケーション支援

息がしづらい+立ちにくい

OT check!

疲労軽減の工夫

安楽な姿勢や生活動作の仕方・福祉用具、手すりの検討

OTは日常生活動作を
楽に安全にできるように
工夫します。

いずれ指も
動かなくなる。
これから何をを使うか?

OT check!

意思伝達装置※2導入支援
(色々な方法を事前に練習)
口唇・空書・文字盤・機器 etc...

色々な人と
交流したい!
病気を知ってほしい!

OT check!

社会参加支援
オンラインツール・
Web会議システム導入

協会活動・全国の方と交流・当事者として講演・研究に参加

OTが環境と人をつなぐ
架け橋になる!

意思決定支援
定期的に
多職種で集まる

電気が使えなくなったら?
最初にどこに避難?

OT check!

ガス式自家発電機の設置や
福祉施設にすぐ避難が良い

災害時の対応検討(避難手段・発電機)

視線入力でリモコン操作

学習リモコン

気管切開

OTが
生活の質(Quality of Life:QOL)を
守る!

コミュニケーション

皆で応援
メッセージカードを
書こう!

OT check!

この人にとっての
生きがいは何だろう?

将来の不安に対する心のケアも!(イベント企画・応援メッセージ)

人工呼吸器装着

生活の質(QOL)

どうなって
いくのかしら…
徐々にしにくいことが増え
悲観的な発言が増える

歩行や家事が徐々に難しくなる時期

日常生活(食事・排泄)が徐々に難しくなる時期

生活すべてに介助が必要な時期