

# 第30回 筋ジストロフィー研修会

## 筋ジストロフィーの作業療法

~主体的な生活を実現するためのかかわり~



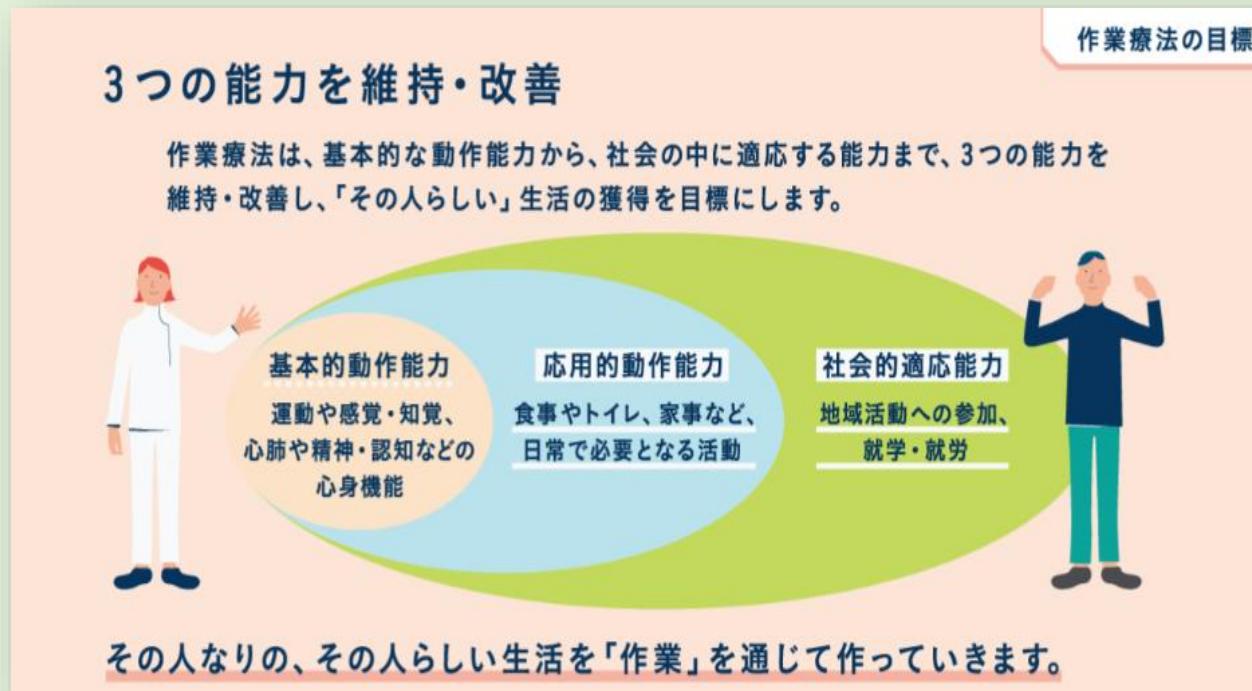
リハビリテーション科  
作業療法士 甲斐篤史



# 作業療法とは

- ✓ 障害と折り合いをつけながら、活き活きとした生活を送れるよう、仕事、遊びなど日常生活のなかでの活動(作業)をとおして、こころとからだを元気にするリハビリテーション
- ✓ 作業療法士は「あなたらしく」生活が送れるように、その人の「今」と「これから」の豊かな生活づくりをお手伝いします

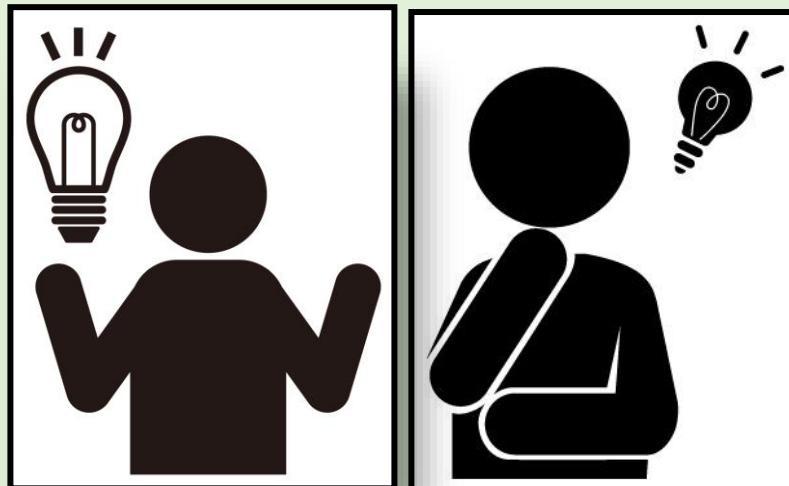
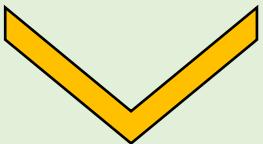
作業療法士協会HPより



# 作業療法の役割

## 「思考の伴走者」

- ・患者の思考に寄り添う
- ・共に試行錯誤する時間を持つ
- ・意思決定や主体性を引き出す



患者自身が「考え、決め、行動する力」  
を育むプロセスを支援していく



# 今回伝えたいこと

「チャレンジしてみたい」  
という気持ちを！



- 不安の影
- ・ 今後の自分の身体がどうなっていくのかなど、不安感
  - ・ 人にお願いするのは申し訳ない、迷惑をかけられないなど消極的な気持ち



# パソコンの活用



パソッテル



ワンキーマウス



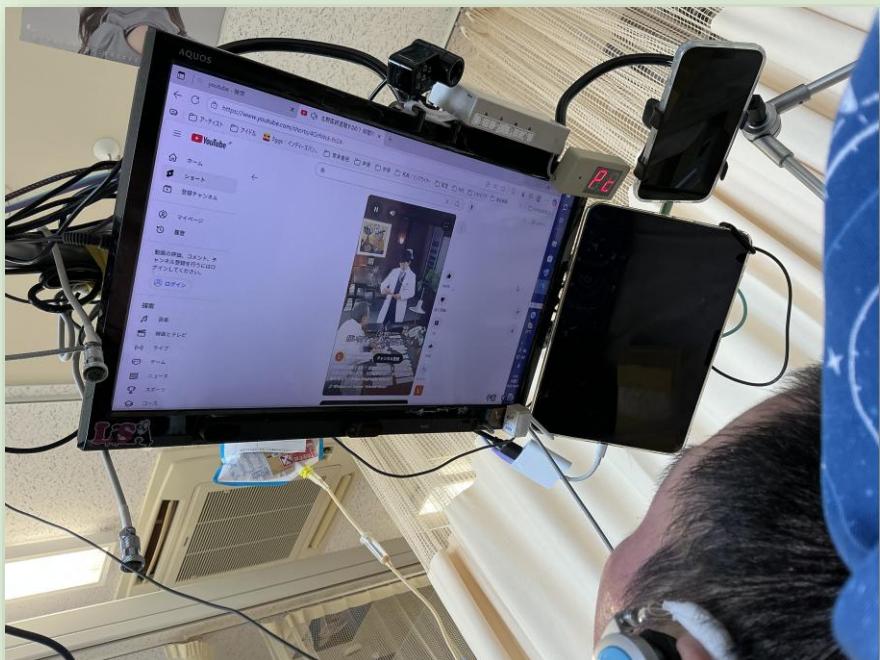
簡易環境制御装置



# 数十年の長期入院を されている事例

テレビでアニメを見たり、  
PCでYoutubeなどでゲーム実況を見ています。

スマートフォンではファンクラブにも参加しています。  
DVDやグッズもネット通販で購入して、ポスターなどをベッドまわりに飾っています。



# 自分で写真撮影を行ってみたい

- ・サークルで写真撮影を行うくらい写真好きだけど自分でカメラを持ってない
- ・サークル中も自分でシャッターを切りたいけど自身の状態を考え諦めています。

## OTと一緒に写真撮影の方法を検討

写真



写真

ピントはここ  
に合わせて

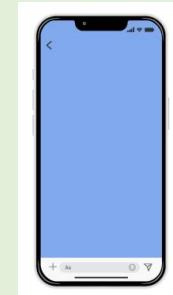
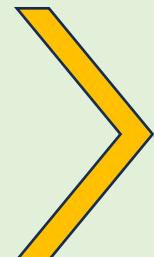


# 院外の人と交流

- 作成したプラモデルを写真に撮り、SNSに投稿
- 同じプラモデル好きの知人と作成報告を通じて交流
- 趣味を通して院内だけでなく院外との繋がりを維持



写真



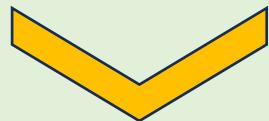
# 現場からの質問

- 病気を理由に過剰な援助を要求するが努力できず生活力がない人間になってしまう
- 社会に出るためのリハビリであることを強調するにはどのような点に気を付けるか



病気を理由に過剰な援助を要求するが努力できず生活力がない人間になってしまう

過剰な要求



目的が定まらない思考の紆余曲折



未整理な要求

自己決定の不安

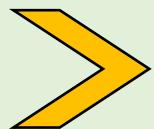


身体的制約による  
思考の限界



社会に出るためのリハビリであることを強調するにはどのような点に気を付けるか

社会に出る



自分らしい生き方の構築

- STEP1：自己と社会の現状認識
- STEP2：未来の選択肢の探求
- STEP3：具体的な目標設定
- STEP4：実現に向けた協働



# 最後に

- ・作業療法では「その人らしく生活する」ためにできなくて困っていること、新しくチャレンジしたいことなどを練習します。
- ・今回の講演にて、筋ジストロフィーの方々やそのご家族の方、支援者の方が「こんなこともできる」、「新たにチャレンジしたい」という気持ちを持っていただけたらと思います。

## 可能性を探る

一人ひとりの「できること」は必ず存在します。新しい方法や工夫で活動の幅が広がります。

## 自分らしさを大切に

「したいこと」を諦めるのではなく、どうしたらできるかと一緒に考えていきましょう。

## 一歩ずつ前へ

小さな一歩も大きな成長。その一歩を踏み出す勇気を応援します。

