

令和 7年

2月

地域リハOT 便り vol.17

地域リハビリテーション部では、地域に貢献に向け、行政や各種団体からの依頼（講師や委員など）に対応できるよう、各市町に担当部員を配置し、連絡、調整を行っています。

地域リハOT便りを通じて、地域で活躍する各市町の作業療法士の取り組みを紹介します。

今回は、熊野市・御浜町・紀宝町での取り組みについて、紹介します。

熊野市・御浜町・紀宝町での取り組み（地域リハ部・熊野市・御浜町・紀宝町担当：久保雅邦）

今回、熊野市・御浜町・紀宝町の3市町が多職種で構成された「精神障害者の地域生活を考える部会」のメンバーに作業療法士が加わり、地域で生活する精神障害者を対象に『健康教室』の企画から実施まで携わることができたのでご報告させていただきます。

本教室の企画には多職種で計5回の会議を重ね、これまでの活動と課題を整理、精神障害者の特性や地域の実情を考慮し、対面・オンラインなど柔軟な参加方法（図1.2）で実施することになりました。実施時間は90分で、導入40分は内発的動機づけを促せるよう低活動が身体に与える影響や、METs、体操が精神面にも良い効果をもたらすことなどの説明を行いました。その後40分は体操とし、参加者は幅広い年齢層であり、身体機能や理解力が低下した方もいるとの情報を得たため、動作はわかりやすく、転倒リスクを軽減できるよう座位で行う体操を選択しました。また、オンラインの便利さを知ってもらえるよう、各会場への会話の投げかけや、サテライト会場のスタッフからも参加者の発言を促してもらい、現地にいる作業療法士が質問に対し積極的に返答を行いました。

年1回の活動でしたが、第1回では37名、第2回では46名、第3回では58名と多くの方に参加いただくことができ、毎回、参加者の方からは「体を動かせてよかった。オンラインの開催が参加しやすかった。また機会があれば参加したい」と良好な意見をいただくことができました。

このような取り組みを継続することで、地域で暮らす精神障害者の活動と参加を促すきっかけ、作業療法士を知ってもらえる機会になればと思います。

