

令和 7年

5月

地域リハOT 便り vol.18

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、伊勢市で行われました認知症ピアサポート事業での取り組みについて、紹介します。

認知症ピアサポート事業での取り組み（地域リハ部 伊勢市・度会町・玉城町担当：成川峰子）

2024年12月1日、いせトピアで開催された
令和6年度三重県認知症ピアサポート活動支援事業
「認知症本人交流・相談会」に、運営スタッフとして
地域リハビリテーション部部員の夏目紫帆さんと参加
させていただきました。

ピアサポートとは、「同じ悩みを抱える人同士が語り
合ったり、一緒に活動したりすることで心理的ストレス
や葛藤を軽減し、前向きな気持ちで暮らすことができるようになる活動」です。認知症当事者の方が司
会・進行を担ってくださったので、私たちOTの役割としては、会話が途中でまとまりにくくなっ
た際に話を整理して話題が進みやすいようにしたり、発言が少ない方や会話に加わることが苦手になっ
ている方に理解しやすい言葉や表現で話題を振り、話をしていただく場面を作るなど、進行のサポー
トをさせていただきました。

認知症当事者の方は10名ほど参加され、すでにこうした会に慣れている方もいれば、初めて参加さ
れる方もみえました。交流会では、当事者同士が自由に会話を楽しむ場でもありますので、その場の流
れで様々な話題が展開されました。中でも「プロ野球球団はどこが好きか？」という話題では、「私は絶
対〇〇！」と好きな球団や選手への熱い思いを語る姿はとても印象深かったです。

また、参加者の皆さんは認知症という病気を抱えていますので、日々生活の中で苦労されていること
や自分なりの工夫などもお話されておりました。苦労されていることについて当事者同士で共感し合う
ことで、心の中に抱える不安が少しでも和らいでいるように感じられました。まだまだ県内でも少ない
「ピアサポート」の場の大事さを感じました。

今後、認知症を有する方々はますます増加するといわれています。OTが支援的な立場に関わること
で、当事者が「話せた」「理解された」「誰かの役に立った」と感じられる機会をつくることができま
す。これは、当事者の自己効力感や自己肯定感の向上にもつながります。地域で楽しみを持って暮らし
ていけるよう、私たち作業療法士は何ができるかを常に考えていく必要があると感じます。今回の活動
を知っていただくことで、会員の皆さまにも地域で暮らす認知症当事者の方々について考えるきっかけ
になっていただけたら幸いです。

