

よさこいのT名鑑

～ あなたの作業療法 Vol. 2 ～

介護老人保健施設 あいの里

牛窓 智文 氏

【プロフィール】

1991年生まれ、高知県香南市出身。
高知県立安芸高等学校卒業後、土佐リハビリテーションカレッジに入学。
卒業後は医療法人地塩会南国中央病院へ入職し、その後、同法人の介護老人保健施設あいの里へ異動となり現在に至る。



大坪

現在の職場について、また職場以外で **取り組んでいる活動** などがあれば教えてください。

牛窓氏

私は介護老人保健施設あいの里で勤務し、入所者を担当しています。施設は89床あり、理学療法士4名、作業療法士3名、言語聴覚士1名、看護師8名、介護士20名以上が所属しています。施設の目の前には海があり、海も空も綺麗なため、仕事が終わった後は周囲を散歩したり、自然を眺めに行ったりしています。

職場以外の活動は、土会の自動車運転支援委員会（以下、運転委員会）に所属し、自動車運転に関わる様々な活動を行っています。

大坪

自動車運転 はどのようなきっかけで興味を持たれましたか？ また、運転委員会ではどのような活動を行っていますか？

牛窓氏

病院に勤めていた頃に、対象者の中で在宅復帰のために自動車運転の獲得が必要な方が多くいらっしゃったことがきっかけで興味を持ちました。高知県の問題として車の運転ができないと生活に困る方が多くいらっしゃいます。様々な疾患の方に関わる中で、“運転がしたくてもできない方に対して関わりたい”という思いがありました。また、高次脳機能障害や認知症などの影響により、対象者の家族さんが運転をやめさせたいという思いを持つこともあり、どのようにすれば自動車運転ができるようになるのか、どのようなサービスがあるのかを勉強したいと思ったことがきっかけです。運転委員会の活動では、県外の事例や他の病院の検査内容等を聞くことができ、とても勉強になっています。

大坪 **趣味** について教えてください。

牛窓氏

スノーボードが好きで、冬場はよく行っていましたが、最近ではコロナ禍の影響もあり行けていません。今は職場の人の誘いもあり、ヨガを始めました。ヨガは一般的にポーズを取るといったイメージが強いかと思いますが、自分自身の心身の健康や、どのような過程を踏むことで上手に行えるかなど、哲学的なところも学ぶことができます。



ヨガの様子

大坪 **生活や仕事などで ヨガを活かしていること** はありますか？

牛窓氏

ヨガ教室では本場のインドの先生に教えていただいています。通訳の方に日本語に訳してもらいながら学んでおり、その時に必要なメッセージをいただいて、自分に足りていないことに気づくことができます。ヨガでは“心身の健康こそが一番大切”ということ学びました。そして、自分自身が元気でないと周りの方に元気を届けることができないということを実感することができました。私がもともとネガティブ思考だったということもありますが、まず自分自身の心と身体が元気でいなければならないと気を付けるようになりました。心と身体が元気であることでQOL(生活の質)は向上します。利用者さんの中には、やりたいこともできないということで悲観的な方もいらっしゃるため、少しでも元気になっていただけるような声かけやリハビリテーションができるよう意識しています。

大坪 **病院での臨床を経て施設で働かれる中での、やりがいや良かったこと、また病院とは違う難しさや大変であると思うことはありますか？**

牛窓氏

良かったことは、家族さんの介護に対する不安や、機能向上が目的で施設入所された利用者さんがいらっしゃる、入所時は車いす自走も困難でしたが、スタッフと協力して関わっていく中で車いす自走ができるようになり、その他にもできることが増えたことが嬉しかったです。

難しさや大変であると思うことは、身体機能や環境などの様々な要因により、利用者さんの家に帰りたいという声を叶えることができないことです。また、コロナ禍であることも影響して、面会することができないこともありました。利用者さんのやりたいことや、家族に会いたいという望みを叶えることができない時に、何か自分にできることがないかと思うことがあります。

大坪 **最後に これからの抱負、今後どのような作業療法士になりたいか** 教えてください。

牛窓氏

これからも心身ともに元気で、学び続けたいと思っています。利用者さん一人一人が元気になっていただけるよう、スタッフ皆が同じ方向を見ていけるように努力していきたいと思っています。利用者さん、スタッフのそれぞれの想いを大切にして、一人一人との関係を大事にしていきたいと思っています。