



# 作業療法士

**必要な国家資格**

**作業療法士**

## 作業療法士の魅力

例えば、患者さまの歩行機能を回復するために「身体機能の復活＝再び歩けるようになること」を目的として考えるのが理学療法士とすると、作業療法士は、どうしたらその患者さまが、例えば洗顔やお化粧を自分でできるようになるかを考え、助言や道具を与えたり、どうしても洗顔できないなら、タオルでふく等の代替手段を提案したり、家族へ介助方法を指導したりします。つまり、患者さまの「日常生活への復帰」を考えて見守る(患者さま自身にやらせてみる)のが作業療法士といえます。患者さまの状態判断からの発想次第で、援助の仕方はいくつも存在します。それが作業療法の自由度が高いといわれる理由であり、腕の見せ所でもあります。また、単に身体障がいだけでなく、うつ状態や統合失調症といった精神障がい、脳性麻痺や自閉症などの発達障がい、老年期障がいなどに対し精神的援助(心のリハビリ)も担うため、子どもから高齢者まで、幅の広い対象者と関わります。いずれにしても、担当する患者さまと向き合いずっと寄り添っていく作業療法士は、その患者さまの「やりたいこと」を引き出し、日常生活への復帰と、その先へつながるきっかけを作る、とてもやりがいのある職業であるといえるでしょう。



## 作業療法士は、患者さまの精神ケアも含め、日常生活への復帰を援助する専門家です。

超高齢化社会時代に突入した日本では、住み慣れた場所に生活基盤を置いて治療や介護を提供する「地域医療」の環境が整えられつつあり、地域に根ざした高齢者へのリハビリ、精神ケアの需要は今後ますます高まることが予想されます。また、激しい社会環境変化による現代特有のストレスが原因の、神経症、発達障がい、うつ状態、アルコール依存症、精神的疾患といった「心の病」も大きな問題です。作業療法士の活躍フィールドは、病院やリハビリテーションセンターといった医療機関を中心に、保健施設、福祉施設など、今後ますます広い分野に広がることが予想されます。



### 医療分野

- 病院  
入院用ベッドが20以上ある、診療・治療を行う施設
- リハビリテーションセンター  
総合的にリハビリテーションを行う施設。
- 精神科病院  
精神病床のみをもつ病院。

### 保健・福祉分野

- 介護老人保健施設  
在宅介護が困難な65歳以上の人々が利用できる施設。
- 肢体不自由児施設  
手や足などの機能に障がいのある児童を治療しながら、独立自活のための知識を学んだり訓練を行ったりする施設。
- 身体障がい者更生援護施設  
身体障がい者が入所して自立した社会生活を営むための治療・指導・訓練を受けるための施設。
- 訪問看護ステーション  
在宅の寝たきり高齢者などを対象として、家庭で安心して療養生活が送れるように訪問して看護やリハビリテーションを行う施設。
- 精神障がい者生活訓練施設  
精神障がい者を対象に自立生活への支援を行う施設。

### 教育分野

- 特別支援学校  
学校教育とし並行して生活指導や訓練などを行う施設。
- 療育施設  
障がいのある幼児の保育および療育と保護者への養育援助を行う施設。
- 教育現場  
ある一定期間、作業療法士としての経験を積んで、養成校での教員になることができます。

### 職業分野

- 共同作業所  
障がい者を対象とし、自立した生活を支援するために様々な作業を行う施設。

## 作業療法士のおもな仕事

作業療法士はオキュペイショナル・セラピスト (OT= 日常の作業をするための治療をする人=Occupational Therapist) と呼ばれ、「病気や障がいを持った人自身がしたいことは何か」を考え、「その人が自分でできるようになるため」の援助や精神ケアを行いながら、コミュニケーション機能・身体機能の回復を図り、日常生活へ戻してあげるのが仕事です。私たちが何気なく行っている日常生活活動 (洗顔、歯みがき、トイレ、入浴、着替え、食事など) や、携帯電話でメールを打ったり、パソコンを操作したり、買い物に出かけたり…といったごく普通の作業は、実際に身体機能

が制限されると、たいへん困難になります。しかし、当たり前に行っていたことなので、できないという状況は想像以上に苦痛でもあります。これら、日常生活が送れるように考え支援する仕事のほか、「自助具」と呼ばれる、患者さまの動作を助ける器具を考案・自作することもありますし、高度で専門的な知識が必要とされる「ハンドセラピー」や、高次脳障がいへの対応、生きるうえで不可欠な水分や食物を口から体内に取り込む動作「摂食・嚥下(えんげ)」の障がいへの対応なども重要な仕事です。

以下に表にしてまとめました。

日常生活動作訓練	障がいを持った患者さまが、それぞれの生活に戻れるように、入浴や洗顔などの日常生活における動作訓練を行います。身の回りの動作だけでなく、調理などの家事や買い物、車の運転、職場復帰など、社会生活に関わる応用的な活動訓練も行います。
作業活動	患者さま一人ひとりの希望や目的に沿って、手、指の訓練のほかに集中や注意などの機能を高めるために、革細工、陶芸、サンドアート、その他色々な作業を用いて訓練を行います。
療育指導	コミュニケーションや体の使い方が下手な発達障がいの子どもに対し、遊びを通して体の使い方を学ばせたり、環境や違う方法を工夫することを提案し、両親・保母さんと連携を取り、うまく成長できるよう促します。
高次脳機能訓練	認知症や、交通事故後の後遺症では記憶力や注意力低下、感情の抑制機能低下から脳の中で思考をまとめることができず、生活に必要な活動が行えなくなります。そのような見えない障がいを持つ患者さまに対し記憶や注意、集中力の向上のための訓練を行います。
ハンドセラピー	生活を営むための「手」は、複雑な機能構造になっており、外傷などで損傷すると拘縮 (関節が動かないこと) しやすく、たくさんの合併症を持ちます。そのため、特別な知識を持ち、「使える手」にするための機能回復訓練を行います。
えんげ (食べ物) 嚥下 (飲み込む) 訓練	食べ物を飲み込むことは喉の筋肉が複雑にタイミングよく動かさなければできません。患者さまの嚥下状態を評価し、食物の硬さの調整、適切な姿勢指導、食器やスプーンの選定などを行い、安定して食事ができるよう訓練を行います。

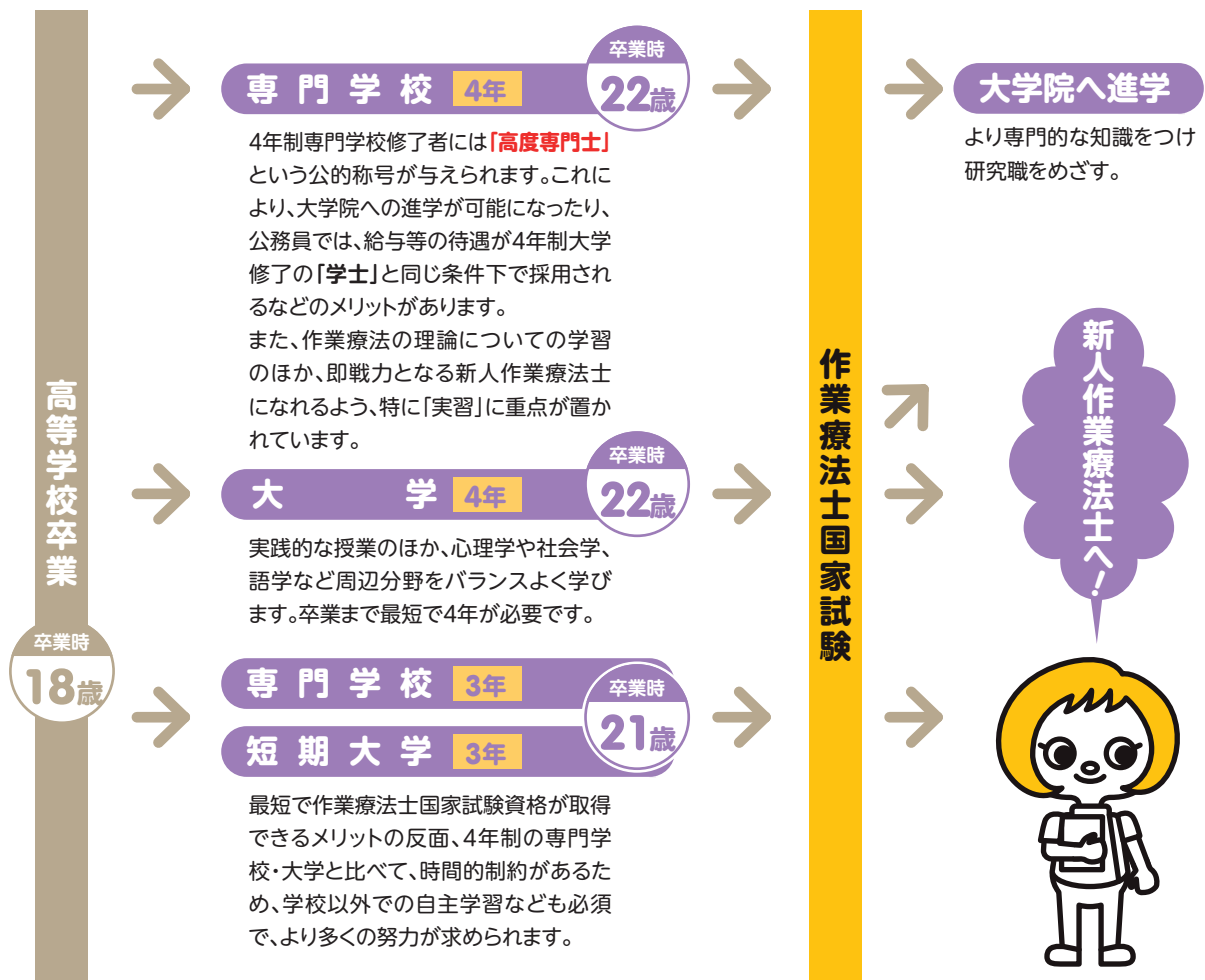
## 勤務体制

作業療法士は医療機関での常勤がほとんどで、次に多いのが福祉関係機関です。いずれも治療や援助といった臨床での勤務です。通常は昼間の8時間勤務が基本で、規則的な勤務体制というのは医療福祉分野では数少ない職業といえます。ただし、打合せや、器具の考案、実習生の指導など雑務も発生しますので、いわゆる残業などもあるでしょう。また常勤以外にも、非常勤講師としても活躍できます。一方、市町での療育に関する常勤採用が増加傾向にあります。休日についてですが、基本的に勤務先で設定する休日にしたがいます。土日や祝日、お盆や正月でも、勤務先が稼働する場合は出勤となります。

施設によっても異なりますが、養成校卒業後の初任給は、平均約 210,000 円<sup>※</sup>です。

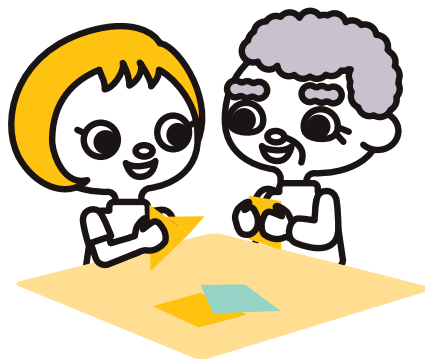
※平成23年度 ユマニテク医療福祉大学校 作業療法学科に寄せられた求人より

## 作業療法士になるためのルート



## 作業療法士養成校で学ぶこと

作業療法士は医師の指示のもと、障がいを持った患者さまがもう一度 自らの力で日常生活に戻れるように治療します。そのため講義や実習を通して、医学的知識や評価方法、治療技術を身に付けることはもちろん、それぞれの多様な価値観やライフスタイルに合わせて患者さまの抱える問題を解決するため、社会制度や福祉用具、家屋改修といった知識なども修得します。



## 4つのカリキュラム

養成校のカリキュラムには、大きく以下の4つに分けられます。

### 基礎分野

コミュニケーション能力を高めること、科学的論理的思考、問題解決、創造力を習得することを目的とした勉強を行います。

また、心理学、哲学、情報処理学などを学び、情報化社会に対応できる能力を高めます。

### 専門基礎分野

健康や疾病、障がいの概念を理解し、症候、診断治療について理解することを目的とした教科を勉強します。たとえば生活習慣病などを理解するための病理学や内科学、神経科学、整形外科学、小児科学などを勉強します。

また、正常な人体の構造を理解したり、どのような機能によって日常生活を営んでいるかを理解するために生理学や解剖学を学びます。

### 専門分野

作業療法学の枠組みの理解や、評価技術や技能、また、作業療法実践における知識・技術を修得します。検査、測定、動作分析学のほか、職業関連活動や家屋評価など、社会環境評価と関連した科目や、身体、精神、老年期、発達障がいの治療学を学びます。

### 実習

病院や・施設へ実際に行き、現場の指導者の指示をいただきながら、患者さまに評価を実際に行ったり、治療計画を立てるなどして、養成校で学んだことを現場で実践します。

養成校のカリキュラムにより、内容や期間・回数等は様々ですが、一般的には初年度に見学実習（1日～1週間程度）があり、最終学年の前年度に評価実習（3週間程度）があり、最終学年に総合実習（7～8週間程度が2回程度）があります。

## 作業療法士国家試験の合格状況

	受験者数	合格者数	合格率	備考
第47回作業療法士 国家試験合格状況	5,821	4,637	79.7%	一般問題を1問1点(160点満点)、実地問題を1問3点(120点満点)とし、次の合格基準のすべてを満たした者を合格とする。 ●総得点 168点以上/280点 ●実地問題 43点以上/120点
第46回作業療法士 国家試験合格状況	5,824	4,138	71.1%	一般問題を1問1点(158点満点)、実地問題を1問3点(120点満点)とし、次の合格基準のすべてを満たした者を合格とする。 ●総得点 167点以上/278点 ●実地問題 43点以上/120点
第45回作業療法士 国家試験合格状況	6,469	5,317	82.2%	一般問題を1問1点(158点満点)、実地問題を1問3点(120点満点)とし、次の合格基準のすべてを満たした者を合格とする。 ●総得点 167点以上/278点 ●実地問題 43点以上/120点

### コラム・column

### 右利きから左利きへ

あなたは右利きですか、左利きですか。

病気が原因で利き手が麻痺してしまった場合、残された手で日常動作を行うことになります。もし利き手が少しでも動かせるのであれば、治療訓練（機能回復のための訓練）を行いますが、全く動かせなかったり（「実用手」として機能回復ができない）、事故などで利き腕を無くしてしまった場合には、残された手の機能を向上させる訓練を行います（利き手交換）。一般に、書字動作練習（文字を書く訓練）では、①1日15～30分程度（1日1回でも可）②週5日以上③イライラせずに訓練を行うことで、3ヶ月程度あれば実用的な文字が書けるまでに向上すると言われています。

