

第2回年次研修会「お礼と感謝」

会長 目良幸子

会員のみなさま・参加して下さった非会員のみなさま 第2回終末期・緩和ケア研究会が無事に終了いたしました。この一年間、準備のためにエネルギーを注いで下さった 小林先生・中川先生・西久保先生に深謝いたします。また当日さまざまに役割を担って下さった理事・役員・会員・学生の みなさまにもお礼申し上げます。そして非会員として参加くださいましたみなさま。わざわざお越しいただき ありがとうございます。会員となっただき一緒に歩めることを願っています。

本当に幸いなことに、第1回は熊本で、第2回は千葉で、学校の 整った環境の中、ゆったりと教室を使わせていただき快適にプログラムを 実施できました。さらに講師陣にも恵まれて（もちろん企画・依頼がよいためですが）学術的な内容から人間味あふれる笑いと癒しの時間までありました。そして私が個人的に最も嬉しく、誇りに感じるのは、この研究会に 参加して下さる方々がみなさんととてもピュアで真面目な方だということです。今回も北海道から熊本・長崎まで全国から参加して下さった 方、お一人お一人がとても熱心で、「あー、こんなに素敵な仲間がいる！」と 心から嬉しく思いました。この想いはみなさんご賛同くださると思います。

会員数もこの2年（実質1年）で120人に増えました。昨年よりもメンバーの実践経験が積み重なっていることを実感しますがさらなる課題も見えてきます。基礎（ベーシックコース）、実務（アドバンス コース）とこの年次研究会を着実に積み上げて、私たちが実力をつけ、それが対象者の方やそのご家族、後輩やチームスタッフに還元できるように ここからまた進んでいきましょう。

来年の秋には大阪で島崎副会長を中心に年次研究会を予定しています。今年延期になりました宮城県仙台市でのベーシックコースを是非実現させ、アドバンスコースは田中理事を中心に三重県でと企画しています。また今日から実践と学びと準備が始まりました。今回参加出来なかった会員のみなさまも、どうか来年どこかでお会いして 知識や技術、想いを共有できますようにと願っております。

秋が深まってまいりました。みなさま、またお会いできる日まで どうかお元気で過ごしてください。一緒に進んでいきましょう！

◆◆感想◆◆

①「終末期の作業療法看取りについて」

「終末期の作業療法看取りについて」では、終末期の概要や作業療法士の役割についての講演でした。

残された時間をその人らしく生きるためにどのような作業療法を提供することが可能か。

また、その前提として、そばにいさせてもらえるような関係をもつ「関係作りの大切さ」を学びました。

そのためには、まずは傾聴することが大切であるということ。

それと、価値観の押し付けはせず、患者さんの価値観や生き方を重視したうえでの関わりを行っていくことが大切だと学びました。

また、作業療法の特徴でもある「こころとからだ両方に働きかけること」ができることで、より一層「その人らしさ」への働きかけに効果的であると思いました。

②シンポジウム「看取りの実際」

シンポジウムは、医師、保健師、チャプレンによるものでした。

大岩先生は医師の立場から、終末期の作業療法の意義は大変大きい、しかし、未だプログラムが明確化されていない部分もあるため、そのことも踏まえたうえでの今後の可能性について講義をしてくださいました。

保健師の板倉先生は在宅での看取りについて、いかにタイムリーに専門職として向き合えることができるかが重要であると、ご自身の経験談をもとに話してくださいました。最後にチャプレンの松田先生より、スピリチュアルケアについての基本を学びました。

また、タッチングによる効果や部位による違いを学びました。

今回のシンポジウムでは、他職種の先生方の話を聞き、チーム医療の大切さを再認識しました。

（徳島健祥会福祉専門学校 山橋 直美）

グループ演習1 地域別グループ「今までの看取りの経験」

1日目 16:00～18:00

地域別に9グループ（各8～9人）に分かれて自己紹介、看取りの経験などについて話をし、意見をまとめ発表を行いました。

私たちは近畿、中国、九州地方の病院、施設、在宅、教育現場などで働くグループで、「生前からご遺族に対するグリーフケアまで一貫して関わっているか」について意見交換しました。

臨床経験や個人的体験を、OTとして、医療者として、遺族の立場から、話し合うことができ、より深い気付きを得ることができました。

私自身、看護師や臨床心理士、医師、ボランティアの方との意見交換の経験はありましたが、OTという同職種で価値観や死生観などについて意見交換の場を得られたことはとても新鮮で、心強さを感じました。

また意見交換中やまとめで、コーディネーター役の研究会スタッフの方からアドバイスも頂き、本当によい時間を皆さんと共有することができました。

（山口県 下関リハビリテーション病院 酒井恵子）

～社会医学技術学院 作業療法士 深川明世先生「作業療法士の出来ること、考えること」～

深川先生はご自身の癌体験と訪問リハビリでのがん患者様への介入の経験から、作業療法士の視点とがんサバイバーの視点の両面からの作業療法士としての看取りへの関わり方、そして今後の終末期分野での作業療法士が何をしていくべきなのかということに対しての貴重なご講演をいただきました。

終末に関わる作業療法士はその人の生き甲斐を引き出し、環境を整え、他部門との連携を取りながら、最期まで家族や対象者に寄り添う・・・

作業療法士の役割はそういったところにあると先生は仰っており、終末分野での作業療法士の必要性の高さをより強く感じました。

又、作業療法士は自分自身を作業の道具として活用し、患者様だけでなくそのご家族の方に対しても身体面、心理面、精神面、社会面でのフォローを行うことが可能であり、それを行うためにはきちんとした医療の知識をベースとした上で各作業療法士の「個」を生かし、経験を積んでいってほしいとの事でした。

「個性というのは『これが良い個性』というものはなく、各作業療法士の『自分らしさ』を必要とする患者様が必ず現れる。」という言葉が私自身の心に響きました。

余談になりますが、私自身、深川先生には学生時代に実習で大変お世話になりました。

作業療法士になるべきかどうか迷っていた私に対して「あなたはこの仕事をするべきだ」と背中を押していただきました。

その時に仰っていた「自分らしさを忘れないでください」という言葉を胸に今まで作業療法士としてやってきましたが、もう一度その言葉の意味を考え直すいい機会となりました。（講演では感極まって号泣してしまい、皆様に多大なご迷惑をおかけしてしまいました・・・申し訳ありません。）

今回の研修を踏まえ、死と関わる作業療法士として、一個人として、患者様やそのご家族に対し、より質の高い最期を迎えることができるように

努力していきたいと思えます。貴重なご講演本当にありがとうございました。

（小千谷さくら病院 コメディカル部 リハビリテーション室 作業療法士 藤田亮）

グループ演習2 ～施設様式別グループ～ 題名：「看取りの実際」に作業療法士は何ができるだろう

内容：ターミナル(日単位)のレベルの患者さんを想定

- ・どう対応するのか
- ・どう連携するのか
- ・どうしていくのか

詳細：OTとして看取りで何ができるのか。

①他職種との連携・啓発(できている?できていない?どう対応する?)

②役割と実践

③個人因子(経験・死生観)

<グループ演習に参加した印象>

演習と聞くと、どんな話をしよう?困ったな?とってしまいます。しかし、今回の研究会のグループ演習は、グループディスカッションの前に、看取りの実際や作業療法士にできることなどの講演が後でしたので、自分自身の臨床を振り返った上で話すことができとても話しやすかったです。

特に、基調講演の深川明世先生は、自身の体験を通した話しであり、がん患者様への配慮した視点や姿勢を学ばせて頂きました。

そのこともあり、演習はとても話しやすい環境でありました。

実際のグループワークは、施設様式別になっており同じような環境で働いている諸先生の話の聞けることができ、共感できることが多く和気藹々とさせて頂きました。そのなかで自分自身の悩みを共有することもできました。和気藹々と話しながら、普段あまり話さない死生観といった踏み込んだ内容も、自然に話し合うことができました。諸先生が、どのように死をとらえながら、作業療法をしているのかを知る良い機会となりました。

また、作業療法士は、患者様をどの状態で見とどけたといえるのか、そんな話にも発展しました。ある先生は、お亡くなりになった後に患者様の整髪や化粧などを看護師さんと共にされていました。その話を聞くだけでも、とても勉強になりました。

その後、各グループの発表となりました。その中でも、緩和ケア病棟の先生方の多いグループでは、デスエデュケーションやエンゼルケアなど、その人の死後の状態まで踏み込んでいる施設もありました。また、看取りに近い状態から死後までシームレスな介入をしているグループもありました。

各グループの発表を聞くことで、自分の考えが何倍もふくらみ、今後の臨床場面に活かせることが多くありました。

グループワークに参加し得られたことは、作業療法士は生前だけの状態だけでなく、その人の死後の状況にも焦点にあてた関わりを考える機会となりました。

また、グループワークは、諸先生の臨床場面の話しを聞くことができ、有意義な時間を過ごせる貴重な体験でした。

各グループの発表を聞く中で、作業療法士ができる事の可能性を知る事ができました。是非、次回も参加させて頂きたいと思います。

(医療法人 洛和会 音羽病院 篠田昭)

「ストレスマネジメント」

日々の臨床の中では対象者やご家族の精神的な辛さや認知的な問題を評価し関わり方を考えることはありますが、自分のストレスや現在の状態について客観的に見直すことは難しく、自分にとってストレスを感じやすい状況や人物、そのようなストレッサーに対して自分が普段どのように対処しているかを振り返る機会は多くないと思います。

今回紹介されたバーンアウトチェックを用いて自分のこころの健康を確認してみて、自分のストレス反応がどのように出ているかを知ることができました。

また、講演を通して自分の認知のかたよりやストレス反応の傾向を改めて意識することができ、これからもストレスとうまく付き合いながら自分のこころも体も健康な状態を保つことの大切さを考える機会になりました。

(静岡がんセンター 藤井美希)