楽しくリハビリ～認知症対策のアイテム製作～　　生活福祉

「作業」について

入浴、排泄、食事、着替えなど。日常生活で何気なく行っている動作一つ一つを、「作業」といいます。私たちは何の支障もなく生活していますが、病気や事故、認知症により、障害を負い、これらがうまくできず、生活に支障がおきてしまった人たちもいます。

きっかけ

将来の目標でもあるＯＴにも関係があり、私の趣味である絵を描くことを生かしてデイサービスセンターへ手作りのリハビリセットを還元しようと思いました。利用者の方に喜んでもらうために、絵に重きを置いたリハビリセットを作りました。

製作内容　・　効果

1 日付セット：見当識障害の予防　時間感覚がわからなくなってしまうのを防止

2 単語並べ：言語障害の予防　失語という、読む、書く、話す、聞くといった機能低下の防止

3 単語つなぎ：手首のトレーニング、記憶力、創造力、探索力の向上

4 パズル：脳のトレーニング、記憶力、探索力、の向上

5 日常の動きセット：リボン結び、ボタン掛け、箸で物をつかむ動作
日常で行う動きをリハビリに！！色をカラフルに見ても楽しくできるように

課題研究を通して学んだこと

１．相手を考えること

自分がいらいらしてしまったり、相手を急かしてしまうと相手にとってストレスとなり、やる気をなくしてしまうかもしれません。 私たちがするべきことは、相手の立場になって考える。ということです。 相手を受け入れることで相手も落ち着いてリラックスした状態で、リハビリすることができます。

2．尊厳を傷つけないこと

リハビリをする人の大半は高齢者です。しかし、リハビリをサポートするのは、何歳も若い私たちのような若者です。 施設での立場は私たちが上でも、相手は人生の大先輩です。そのため、老人センターやデイサービスセンター等でも、「赤ちゃん言葉」や「若者言葉」はタブーとされています。相手を敬う気持ちを忘れないことは、リハビリにおいてもとても大切なことです。

3．楽しくやること

患者の方々は少しでも自分の力でできることを目指してリハビリをしています。
そこでリハビリに重きを置くべきことは、「楽しみながら回復を目指す。」ということです。
楽しみながら取り組むことで、やるきがあがり、心のケアにもなります。

まとめ

これからの日本は、高齢者人口が増え続け、2.5 人に１人が６５歳以上、４人に１人が７５歳以上になるといわれています。 医療や看護に目指さなくても、将来、お父さんやお母さんなど、身近な人を介護する日が来て、自分自身がされる側になる日も来ます。リハビリ、介護は他人事ではなくなります。

今のうちから知識を少しでも増やしておくことで、自分のためにも、将来の社会のためにもなるのではないでしょうか。

私は卒業後、作業療法について学ぶ学校で国家資格を取得し作業療法士になり、この課題研究で学んだことや、この総合学科で得た福祉の知識、進学先で得た技術を、家族や地元に還元していきたいです。

【単語つなぎ】

【パズル】

【単語並べ】

協力団体紹介　　老人福祉施設　せせらぎ緑風苑

２４番　三島　夢夏