

活動報告

福島県作業療法士会が行った支援活動 作業を通して身体と心をほぐす

一般社団法人 福島県作業療法士会

【士会として大切にしたこと】

福島県では震災による被害が各地域によって大きく異なっていたために、当県士会の方針として災害支援活動を各支部単位で行うこととした。当時は、原発事故の影響で浜通りの住民が多数県内陸部に避難したため、各地区で避難者への対応が求められていた。そのため、会員にあまり負荷をかけることなく各支部でその地域に合った支援活動を行ってもらうよう要請した。

当時大切にしていた考え方として、被災者への支援活動も大事だが、その前に「我々県士会員も被災者の一人であり、まずその我々が通常の生活を取り戻し、職場の仕事も正常化し、休日にはしっかり休んで気分転換をすること」というものがあつた。そのため、県士会をあげて大々的に「支援活動を行おう!」と呼びかけることはなく、各支部で余力のある人が集まり、支援できる避難所で支援できる回数だけ支援するという形をとった。

【支援活動の目的】

震災後の県士会としての活動は「会員の安否確認」の他に、災害支援活動の指針をどのように定めるかが重要であり、震災後約1ヶ月後に開催された理事会で、次の3項目を確認した。

- ①まずは会員個人の生活の安定、事業所業務を正常化・強化する。
- ②ボランティア活動は余力のある人・組織が可能な範囲で、各支部単位で行う。
- ③支部が崩壊している相双地区は日本作業療法士協会に支援依頼を行う。

そして、具体的な避難所を訪れる際の当初の目的を次のように考えた。

- ①私たち理学療法士・作業療法士が持つ知識や特性を生かし、活動性が低下している高齢者の廃用症候群を予防するきっかけをつくる。
- ②避難所で生活を強いられている方の楽しみや癒しの機会をつくる。

しかし実際に避難所を訪れてみると廃用症候群の予防は結構広く知られており、体操や運動などの指導は別の団体や個人によって既に行われていた。そのため、改めて次の3点を目標として避難所へ向かった。

- ①障害や高齢のために生活に支障をきたしている方、転倒や生活機能低下（廃用症候群）の危険性がある方に対して転倒予防や生活上の助言、可能な範囲で福祉用具（杖、リハシューズ、シルバーカーなど）の提供を行う。
- ②作業（主に創作活動）を行う場を提供する。
- ③作業に誘う、作品を見ていただく、一緒に行う等、作業を通し活動性が低下した高齢者とコミュニケーションを図る。

【支援活動の内容】

1) 避難所への支援活動

各避難所の状況は千差万別であり、いろいろな形で支援活動が行われたが、ここでは最初に避難所を訪れ始め



た会津・南会津支部での活動を紹介する。

4月の休日を利用して一次避難場所に「なにか困ったことはありませんか？」と会津支部長らが聞いて回り始めた。するとほとんどの避難所で「体操は保健師さんが朝晩とラジオ体操をしてくれます」「歩けているので問題ないです」という、予想外の言葉が数多く返ってきた。確かに阪神淡路大震災や新潟県中越地震の教訓から、生活不活発病予防、エコノミー症候群予防という視点は多くの保健師、ボランティアらが意識しており実践もしっかり行われていたようだった。このため、「では、なにかあったら連絡してくださいね」と言い置いて避難所を後にし、しばらく何もしない日が続いた。しかし、これが後に大きな間違いだったと気付かされることになる。

日が経つにつれ「なにか作業療法士として支援したい」「楽しみのためにも作業を届けたい」との気持ちが徐々に強くなり、支援の目的を変え、避難者の気晴しでもいので「とにかく避難所に作業を届けよう」とお手玉づくりの材料や折り紙、塗り絵などを用意し、再び5月の連休に避難所に向かった。

当初の参加者は少なかったものの、作業をしながらお互いに打ち解けてくると「実は5年前に軽い脳卒中になって手の動きが本当じゃないの。避難所では家事仕事もしないからなお動かなくなった」「避難所ではスリッパだから、歩きにくくてつまずきやすい。先日もトイレで転んでしまって痛かった」「家ではベッドだったが、ここでは床に敷いたマットから立ち上がるので大変」などの問題を一気に語り始めた。あわてて我々が簡単な手の機能評価やバランス能力をチェックしてみるとほとんどの方がなんらかの問題を抱えているのがわかり、本当に驚いた。「大丈夫だ」と言っていた人たちは、実は大変な状況にあり、この前まで問題ないと言っていた人たちが「作業」を通じて、体がほぐれ、気持ちもほぐれ、いろいろなことを語り始めてくれたのだ。そしてそんなやりとりをしているところへ保健師さんもやってきて、「実はあの方の歩き方が気になっている」などと心配に思っていることを伝えてくれた。いきなり避難所を訪れて、ただ単に「困ったことはありませんか？」と聞いても、本当のことは聞き出せなかったのだ。まさに「作業」がコミュニケーションの媒介となってくれた。この日をきっかけに、急遽予定を変更し、ゴールデンウィーク中は毎日避難所を訪問することになった。歩きにくい、転びやすいというすぐに対応しなくてはいけない問題に対しては、杖やシューズなどの福祉用具を持参して避難所

を訪れるようにした。移動能力に関することなので、急遽福島県理学療法士会や職場の義肢装具士にも声をかけて協力を要請し合同での避難所訪問が始まった。

2) 二次避難所での支援活動

日を追うごとに、徐々に一次避難所である体育館などからホテルや旅館などの二次避難所へと避難生活の場は移っていった。支援活動でも一次避難所に加え、二次避難所に足を運ぶようになった。ホテルや旅館ということで生活環境



は格段に良くなっているものの、避難者が各自の部屋にこもってしまうために、二次避難所での支援活動は保健師や社協の担当者と共に、対象者の各部屋を回るような支援活動となった。

3) 仮設住宅での支援活動

仮設住宅への支援は、まず手すりや段差解消などのハー



ド面に対するアドバイスから始まった。玄関先の大きな段差やまったく使えない浴室の手すりなど多くの改善点があり、理学療法士会と協同で指導させていただいた。

次にサポートセンターなどで行われる介護予防や閉じこもり予防の事業に協力した。このサポートセンター等での支援事業は長く継続され、現在に至るまで多くの仮設住宅で行われている。

4) 福島県相談支援専門職チームのメンバーとしての活動

そうこうしているうちに、相談支援専門職チームの活動が始まった。これは県内の「介護支援専門員協会」「社会福祉士会」「医療ソーシャルワーカー協会」「精神保健福祉士会」「理学療法士会」「作業療法士会」の6つの相談支援の専門職が連携して、チームを編成して支援活動にあたるもので、福島県からの委託事業としてスタートしている。

事業として纏まるまでに各支部で混乱があったようだが、各職種が単独で動くのではなく連携して動ける仕組みとして徐々に機能し始め、その後のよりよい連携活動へつながっていった。

5) 南相馬市への支援活動

当県士会では先に述べたように各支部で支援活動を行うという方針だったが、南相馬市を中心とした相双支部では会員の多くも県内外に避難したため2名の会員しか残っていない状況だった。本来であれば他の支部から応援に行くところであるが、県内全般で支援活動が行われていたことや、県士会全体が自分たちも避難した方が良かったのか迷いながらの支援活動だったのに加え、自分たちが本来勤務する事業所の運営にエネルギーを注がねばならない状況であったため、日本作業療法士協会に全面的な支援をお願いした。各団体が放射線の影響を理由にこの地域に支援活動を行わないと発表している中で、日本作業療法士協会は2011年11月～2012年3月の間、支援いただいた。日本作業療法士協会並びに他県士会の皆様には本当に多くのご支援をいただき、心よりお礼申し上げます。

6) その他

①「冬の暮らし方」のパンフ作成と指導講座

福島県は広く、気候風土も被害のあった浜通り地方と内陸の会津地方では全く違う。特に冬雪の降らない浜通り地方から豪雪地帯の会津地方へ避難された方々は、雪



道を歩く、雪を片づけるなど、慣れない雪国での生活を送るにあたり、立ち往生する状態であった。このため、当士会は理学療法士会と協力して「冬の暮らし方」と題したパンフレットを作成するとともに、雪が降る前にその指導講座を行った。

②冊子「OTの知恵袋」の作成と配布

すべての仮設住宅へ作業療法士を送ることが現実的に難しいことから、サポートセンターなどで少しでも役立ててもらえるように、「OTの知恵袋」というレクリエーションや各種手工芸、体操などのHow toの冊子を作成し、仮設住宅で日々支援している町や社会福祉協議会のスタッフさんたちに無料配布させていただいた。



大変好評をいただき、すぐに増刷する結果となり、地元の社協広報誌でも取り上げられ表紙を飾った。

【まとめ】

今回、当士会の活動を振り返りまとめる作業を通じて改めて考えることは、本当の災害支援や復興への対応で重要なのは「これをやりました」「あれをやりました」というような事業やイベントを行うことではなく、日々の業務をいかに通常通りの業務に戻すか、日々の生活をいかに普通の生活に戻すかであると思う。

とにかく、この福島の地に腰を据えること。復興に向けて普通の生活と仕事を普通に行っていくことこそ、本当の災害支援、復興支援であると考えている。