

まんがでみる -がんの作業療法-

ひばりの

さぎょうりょうほう

にっき

作業療法 日記



がんになっても、生活しやすくなるように……

リハビリテーションのひとつに作業療法があります。



ごあいさつ



こんにちは。この度は、まんがでみる-がんの作業療法-「ひばりの作業療法日記」をお手にとっていただき、ありがとうございます。

さて、これまで、“作業療法”という言葉聞いたことがあるでしょうか?? 作業療法は、障害とも折り合いをつけながら、自分らしさを取り戻すための、こころとからだのリハビリテーション¹⁾。

そして、作業療法士は「作業」を通してリハビリテーションを行う専門職です。作業療法でいう「作業」とは、食べたり、お風呂に入ったり、家事や仕事、趣味活動など、その人にとって大切な活動を意味しています。病気やけが、認知症などでその人らしい生活が行えなくなった時に、「作業」=その人の生活に焦点を当て、様々な「作業」ができるようにサポートを行うことが作業療法士の主な役割です。

今回のまんがで取り上げる、がんを患った方も作業療法の対象となります。今、日本人の二人に一人が、一生のうち一度はがんになるというデータがあります²⁾。がんにおいては、がんや治療の影響により、様々な症状や生活上の困難が現れます。その時、よりその方らしい生活を取り戻せるよう、お手伝いをするのが、作業療法士の役割となります。今回の物語では、がんによる骨転移で足が動かしづらくなった方とそのご家族に対して、作業療法士がどのようなサポートを行うのか、具体的にお伝えできればと思っています。主人公のひばりの活躍を通して、作業療法士の活動について、ご理解いただき、みなさまの生活にお役立ていただけますと幸いです。

-登場人物紹介-



はる やま

春山 ひばり (23才)

今回の物語の主人公。病院に勤める
2年目の作業療法士。いつも明るく
前向き、一生懸命!!



さとむら ゆうと

里村 優人 (30才)

ひばりの職場の先輩。
9年目の作業療法士。いつもせたく
ひばりをサポートしている。



もり もと

本本 すみれ (70才)

家族 おもいじやさしい。今回の入院で
作業療法を受けることに…。



もり もと

本本 なぐな (38才)

すみれの娘。母親であるすみれを
大切におもっている。

おはよう
ございます!!

春山 ひばり (23才)
リハビリテーション科
作業療法士 (2年目)

病院

ナースステーション

リハビリ
してほしい
患者さんが
いらっしやるのよ

豊中 美希子
乳腺外科
医師

おはよう
おはよう

豊中先生!

あ!
ちようど
よかった!
ふたりとも...

おはよう
春山さん!
今日も
元気だね!

里村 優人 (30才)
リハビリテーション科
作業療法士の先輩

作業療法士
担当一覧

作業療法処方箋

氏名: 森本 すみれ 様 年齢 70歳

診断名: 乳がん (末期)

経過: 〇〇年×月×日()

受診時に

末期がん
?!

痛みがコントロール
できたら
自宅退院を
目指せると
思うの

足の一部が
麻痺していて
将来的には
車いすの
生活になると思う

そう...
乳がん末期の方で
腰の骨にも
転移があるわ

リハビリとして
作業療法と理学療法を
処方したから
よろしくね

作業療法は
春山さんに
お願いします

あ
はい!!

末期がんの方の担当は
はじめてだと思うけど

フォローするから
何でも相談してね

理学療法科
作業療法士
春山ひばり

おはよう
おはよう

ありがとうございます
ございます!!

そうだよ
もう二年目
頑張るぞ!!

森本

失礼します

ー…はい

森本すみれです
よろしくお願
い
します

はじめまして
リハビリテーション科
から来ました
作業療法士の
春山ひばりです

リハビリテーション

こちらが
リハビリ室です

私、リハビリって
はじめてです

当院のリハビリは
3つに分かれていて

今回、私と行って
いただくのは
作業療法です

リハビリテーション (略してリハビリ)

理学療法

作業療法

言語聴覚療法

へえ、
そうなのね...

そんなこと
ないですよ!!

私はもう
良くならないし
やっても意味が
ないんじゃないか...

でも...
リハビリって
回復するための
ものよね?

仕事や家事



身のまわりのこと



余暇活動



作業療法で行うこと

作業療法では
病気や怪我などで
できなくなった
ことを

方法や用具を
工夫して行いやすく
することも
目的としています

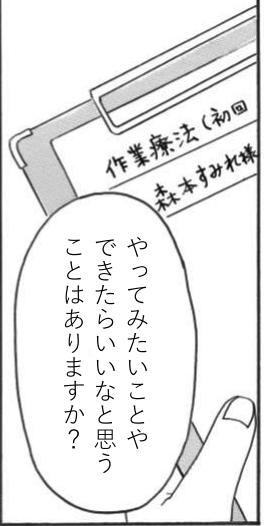
行うことは
そんなに
難しいこと
ではないです

それなら
ちよつとだけ
やってみよう
かしら...



もう少し楽に
車いすに移ったり
トイレに行けると
いいんだけど…

足が麻痺したせいで
色々できなくて
家族に迷惑かけちゃって…



やってみたくことや
できたらいいなと思う
ことはありますか？



他に「自宅では
どのようなことを？」

家では
家族のために
お料理
していました

孫も娘夫婦も
おいしいって
言ってくれて
私、お料理が大好き
なんです



でももう
できないわね
お料理…

自分のことも
ままならないのに
料理なんて…

まずは身のまわりの
ことから
お願いします

わかりました



あのっ 作業療法で
お料理したりも
…

森本さんと私は
身のまわりのことから
練習をはじめた

ベッドを
高くしてから
立ち上がり
ましょう

車いすに移る練習

◎筋力テストなどを行い、
楽な方法を提案し練習!!

あら、
立ち上がり
やすいわあ

☆お机を
設置
☆かかとを引く

↑
☆ベッドの高さを上げ、
立ち上がりやすく!

☆方法(手順)の工夫を
することで楽に行えるように…!

トイレに 行きやすくする練習

◎体に合った
用具や方法を提案し
一緒に練習!!

座ったままある程度
ズボンを上上げてから
立ち上がりましょう

立ち上げる
時間を短く!

☆補高便座を使い
座面の高さを
上げることで
立ち上がりやすく!



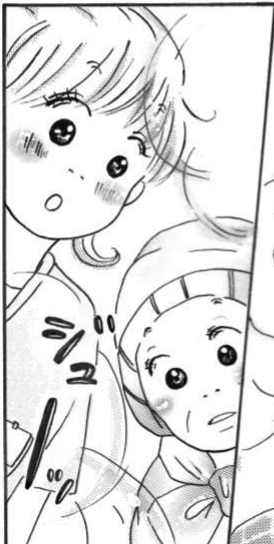
数日後

作業療法室

身のまわりのこと
できるようになっ
てきて
よかったわあ

そうですね!

ふわあ



作業療法室

あらっ
お料理してる！
楽しそうねえ！！

森本さんも
やって
みませんか？

私は遠慮
しておくわ
ここは家とは
違うもの

がスコロロ
ないし…

そうですか…

翌日

森本さん
お料理の話の時は
表情がいいんだけどなあ
病院じゃやりたくないのかな
退院して家なら…

森本 すみれ様

だから家には
帰らないって
言ってるでしょ？！

森本

えっ…
もめてる？！

どうして？！
お母さんの
分からずや！！

まさか森本さん

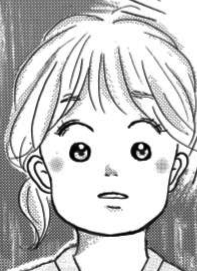
だっ
大丈夫よっ

わかってないのは
なすなの方でしょ

あなた
子どもだって
いるのよ？！
無理よ！

家に帰れない？！

この間、介護が
心配って言ってた
じゃない！！
それは…



カンファレンス室

森本さん

このままだと自宅退院
難しそうね——…

サポートが
必要だわ…

ええ…

まずは
ご本人の気持ちね

どう過ごしたいのか
自宅退院についても

もう一度
伺ってみましょう

それから

ご家族が
安心できるように
ケアや介助の方法を
伝えていきましょう

ケアについては
看護師から伝えるわ

介助方法は
作業療法で
お伝えします

身のまわりのこと

あとは…

カンファレンス室

だけど…
もし、森本さんが
自宅に帰れなかったら…

もう二度と

私、
お料理が
大好き
なんです

お料理
できなかつ
たら…

あー!!

里村さん
!!

あー
春山さん!

そんなの——…

はいどうぞ

ありがとうございます…



森本さん
本当にもうお料理
しなくていいのかなあって

大好きなお料理なのに
病院ではしないって…

だから…

家でなら
できるかなって
思ったんですけど

もしかしたら
自宅に退院できない
かもしれないって…

そっだね

春山さんがもう一度
料理をつて思う
気持ちは分かるけど

単に料理ができれば
いいわけじゃ
ないんじゃないかな？

料理をすることに
どんな意味があつて
どんな方法でしたいのか

森本さんの料理には
森本さんらしさがあるよね

人生の最後に
本当にやりたい作業を
支援するのも
作業療法士の役割だよ

春山さん
頑張つて！

はい！！





こんにちは

失礼します

こんにちは
失礼しますね

あ、
もしかして
差し入れ
ですか？

カゴ
カゴ

えっ、あ
そうそう



わあっ

肉じゃが!!

おいそう
ですね!

カゴ
カゴ

娘が持って来て
くれたんです



ひらっ
ひらっ

あら
外はもう
春なのね



お外出て
みましようか？



ただ
味がね……

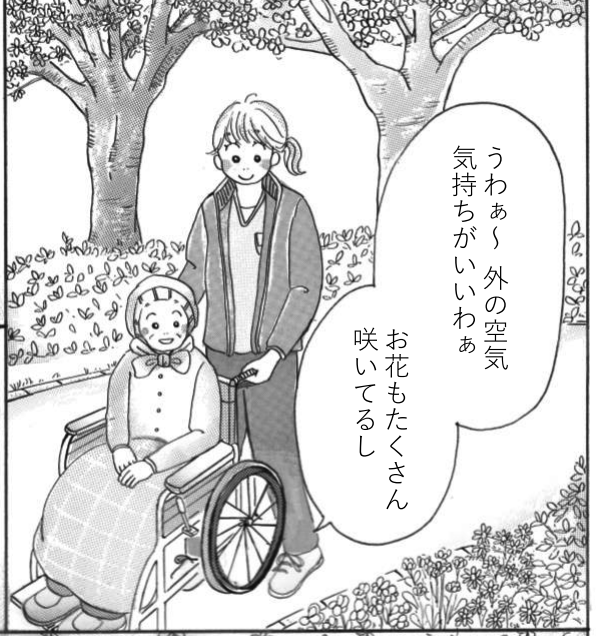
まあ
仕方ないわね……

カゴ
カゴ



あら
本当!

すみれも
咲いてますね



うわあ、外の空気
気持ちがいいわあ

お花もたくさん
咲いてるし



すみれ…
懐かしいわ



私の料理好きは
母親譲りなの…

「すみれは
料理が上手」って
いつもほめて
くれてね

だから私も娘にとって
思ってたけど

伝えられてない
ことばかりで…

それに
「なすな」は不器用な
ところがあるから
…

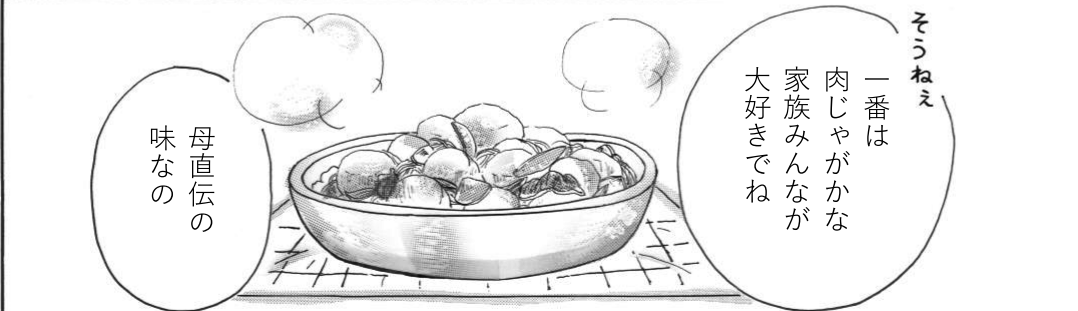


娘が…
心配



あの...
森本さんの
得意料理って
何ですか？

えっ
得意料理？



そうねえ
一番は
肉じゃがかな
家族みんなが
大好きでね

母直伝の
味の
な



もしかして
さっきの肉じゃが
...

頑張ってるみたい
だけど...
ちよっと味が薄かった



特別な道具や
作り方のコツは
ありますか？

愛用の
鍋と木べら

それから
火でしつかり
炒めることね



色々伝えるにも
ここ
病院じゃ限りがあるし
でも仕方ないわね...

介護が大変だろうし
もう家には
帰れないもの



味付けは目分量で
だからかな...
娘にはちよっと
難しいみたい...

お家で
伝えてみませんか？

肉じゃがの味

え、でも…
家族の迷惑に
なっちゃうし…

作業療法では
お家で生活しやすく
なるよう

ご家族に介助方法を
お伝えしたり
ご自宅環境への
アドバイス等も
行っています

もう一度
娘さんと相談
するのはいかが
でしょうか？

そういうのも
あるのねえ…

お母さん!!

看護師さんが
色々アドバイスを
くれて

作業療法も
見てみてって
教えてくれたの

私
頑張って
見ようと思うの

なずな!
帰ったんじゃ
なかったの?!

お母さん
お家に帰ろう

介助方法の アドバイス



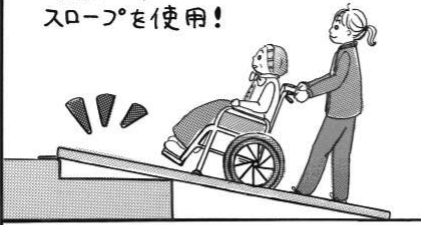
★ご本人・ご家族と一緒に練習します

支えれば
いいんです
ね!!

方向転換を
介助すればOK
です!

その後は
「家でのお料理」を目標に
作業療法を行った

◦玄関前の段差には
スロープを使用!



物品は
レンタルも
できますよ
!!

ご自宅の環境への 提案

★ご自宅に伺い、**シロ**段差などを確認し生活しやすくなるよう工夫をお伝えします

◦車いすに座って
料理ができるよう
テーブルを用意!



なるほど!!

お料理をする ための工夫

支えていけば
少しの間
立っていられるので
お鍋の中を
見られます

アドバイス
できますよ!

それなら
味付け教えて
もらえるね

そうね!

★ご本人ができること、
手伝った方がよい
ことなど、
方法の工夫をお
伝えします



手放しで立っているのは
難しいので
炒めるのは娘さんが
行ってください

数日後

森本さんは
自宅に退院した

作業療法室

里村さん！
ありがとうございます
ございました

あとは
実際にお家で
お料理できていると
いいのですが…

きっと
大丈夫だと
思うよ

森本

ちよこいわね
そしたら
ザラメを
入れましょう

なるほど！
この
タイミングで
そのくらい
入れるんだね！

ばあば
あたし
やるー！

おじまう

いただきます

わあ
おいしい〜！
お母さんの
肉じゃがだ

あら
よかった！
本当
おいしい？！

ばあばの
あじ！！

はろ

おじ

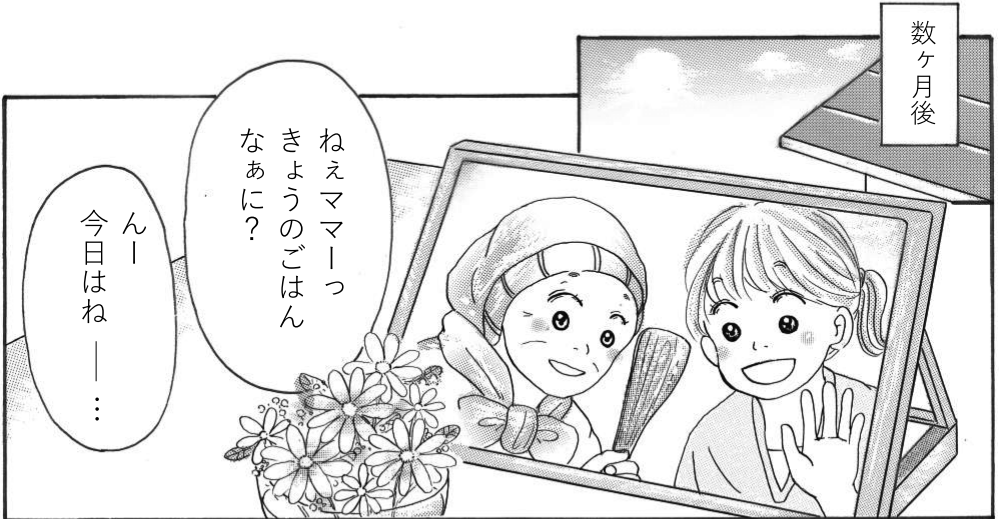


私、
頑張ります！

がんと生活する方の
役に立てるように

お、
やる気だね！

期待
してねよ



数ヶ月後

ねえママーっ
きょうのごはん
なあに？

んー
今日はね
……



いつも
誰かの日々に

ばあばの味の
肉じゃが

寄り添える
ように
……

● 参考情報 ●

この度は、まんがをお読みいただきありがとうございました。
よろしければ、以下の情報も参考にさせていただけたらと思います。

【参考サイト】

- 国立研究開発法人 国立がん研究センターがん情報サービス
URL : <https://ganjoho.jp/public/index.html>
QR コードは右の通り。



- 茨城県のがんの情報
がん対策～総合がん情報サイトいばらき～
URL :
<https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/yobo/sogo/yobo/cancergrop/catop.html>



- 一般社団法人 日本作業療法士協会ホームページ
URL : <https://www.jaot.or.jp/>



- 公益社団法人 茨城県作業療法士会ホームページ
URL : <http://ibaraki-ot.org/medical/>



【参考動画】

- がんのリハビリテーション ～生活を支える作業療法～
この動画は、茨城県作業療法士会のホームページ内
「県民の皆様へ」からご視聴いただけます。
URL : <http://ibaraki-ot.org/medical/citizen/>
 - この動画は茨城県の令和2年度企画提案型がん対策推進事業の補助金を受け、作成しました。



● 引用文献・出典 ●

- 1) 一般社団法人 日本作業療法士協会：作業療法ってなんですか？. パンフレット：p.2.
- 2) 国立がん研究センターがん情報サービス：はじめに. がん情報サービス
がん情報編集委員会・編, がんの冊子 がんを知るシリーズ 科学的根拠に基づくがん予防
第1版, 国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター, 2021, p.1.
https://ganjoho.jp/public/qa_links/brochure/pdf/301.pdf.
(参照 2023-03-04).

まんがでみる
-がんの作業療法-

さぎょうりょうほう にっき

「ひばりの作業療法日記」

- このまんがの内容は、茨城県作業療法士会のホームページ内「県民の皆様へ」からダウンロードいただけます。

URL : <http://ibaraki-ot.org/medical/citizen/>

- この冊子は、茨城県の令和4年度企画提案型がん対策推進事業の補助金を受け、作成しました。



- このまんがの内容は、動画版でもご視聴いただけます。

URL : <https://youtu.be/D1yeBa1Ybww>

- この動画は、茨城県の令和3年度企画提案型がん対策推進事業の補助金を受け、作成しました。



このまんがはフィクションであり、
実在の人物・団体・事件などとは一切関係がありません。
本冊子の無断転載、販売はご遠慮ください。

制作：公益社団法人 茨城県作業療法士会
がんの作業療法対策委員会
発行日：2023年3月発行