



Gunma Association of Occupational Therapists

一般社団法人

群馬県作業療法士会ニュース

「からっ風通信」

第141号 2020年7月発行

## 巻 頭 言

### 今私たちにできること

地域作業療法推進部 部長 真塩敦士  
地域作業療法推進部 地域包括ケア推進グループ  
グループ長 小澤貴明

新型コロナウイルス蔓延に伴い、日本社会は完全に混乱した。経済活動の制限、学校休校、保育園・学童・放課後デイサービスの休止、医療崩壊、介護崩壊・・・私たちの生活も様々な形で影響を受けている。また、この混乱は多くの人々の健康に対しても影響を与えている。例えば、直接的に新型コロナウイルスに罹患することによる生命の危険、二次的に外出自粛要請による不活動になることでの心身機能低下(国立長寿医療センターの調査では、65歳以上の高齢者では身体状況に関わらず「1週間当たりの身体活動時間」は3割減少、時間にすると約60分減少していると報告されている)、生活リズムが崩れることや強制的な社会参加制約を受け孤立することによる精神状態の不安定化などが挙げられる。

私たち作業療法士は人々の健康に寄与する職業である。病院に入院している患者、介護保険を利用している利用者のみが必ずしも対象ではない。私が部長を務めさせていただいている地域作業療法推進部では、この混乱をみんなで乗り越えていこう!ということで「健康増進のためのワンポイントアドバイス」を地域の方々に届ける活動を5月に開始した(詳細は群馬県作業療法士会HP参照)。これまで地域包括ケア推進グループ、精神科領域推進グループ、発達支援推進グループがそれぞれのグループの特性を活かした、人々の健康に良い効果を与えるための情報を発信してきた。今後は認知症支援推進グループ(7月31日頃)が情報を発信する予定である。

今回の情報は広報部と連携しながら、FacebookといったSNSを用いて発信を行っている。SNSによる拡散もあり、一般の方や職能団体へも周知が行えてきている。「体操しようとは思ったけど、生活を見直すということは自分では気づけなかった」「他県と違いイラストを多用していない点が好ましい」「作業療法士会、頑張ってるね」などの感想が寄せられている。

しかし、こういった活動をより多くの方々に届ける、効果的に利用していただく点では、広報力、方法ともにまだまだ不十分である。この点に関しては私たち地域作業療法推進部のマンパワーだけでは限界があり、この記事を読まれている多くの県士会会員の皆様に協力していただくことが必要不可欠である。各々の勤務地に所属している作業療法士としてだけでなく、作業療法士の資格を有した地域住民の一人として、近隣住民、同僚や友人、家族などの身近な人、加えて時折顔を合わせる程度の関係の人に対してであっても、私たちができることを伝えていく必要がある。それが私たち作業療法士の視点を使って、人々に健康を届けるための第一歩だと考える。

日本においては徐々に自粛緩和の動きがとられてきているが、おそらくしばらくは新型コロナウイルスによる影響を受けながらの生活を続けなければならない。私たち作業療法士がどのような形で人々の健康に寄与することができるか、「Think Globally, Act Locally」という言葉を念頭に置き、新しい生活様式、新しい働き方の中で模索し続け、それぞれの地域で行動し人々の健康に還元していきたい。