



私の3冊

安部恵理子

後輩に薦める 2 冊

山根 寛 (著)

ひとと作業・作業活動—作業の知をとき技を育む【新版】

三輪書店, 2015 年発行

予期せぬ病や障害、避けられない老いにより、失った生活との関係性を取り戻すときに、生活行為として行われる作業活動と人との関係をシステムとして捉え、その作用を意図的に用いるための知と技が詰まっています。人の生活行為や作業活動に対する著者の丁寧な実践に裏打ちされた視点は、作業療法士以外の専門職にとっても、作業がもつ本質的な作用を理解するために役立つと思います。

Mihaly Csikszentmihalyi (著), 今村浩明 (訳)

フロー体験—喜びの現象学 世界思想社, 1996 年発行

一つの活動に深く没入している状態を表す、フローという概念を提唱した心理学者である著者の集大成といえる本です。日々の習慣から仕事や対人関係に至るまで、社会環境や身体欲求に依存しない自己目的的な経験のなかに喜びを見出すことで内的秩序を維持し、生活の質を高めていくための条件が明示されています。直面した問題にその人自身が意味を見出し、人生の新しい価値に気づくプロセスを支援するときの手がかりが得られます。

自分の 1 冊

Ruth Zemke, Florence Clark (編著), 佐藤 剛 (監訳)

作業科学—作業的存在としての人間の研究 三輪書店, 1999 年発行

作業療法の学問化を目指して生まれた作業科学を初めて日本に紹介した本です。社会科学や文化人類学といったさまざまな切り口から、人間の生活を構成する作業と環境との相互作用をとおして、生活への適応を捉えるための視点が示されています。作業的存在としての人間の豊かさに気づくことは、障害がより適応的な自己組織化を生じさせる可能性を信じることであり、作業のもつ意味の多様性に立ち返ることができます。

■ あべ・えりこ 作業療法士 11 年目 国立障害者リハビリテーションセンター自立支援局

これまで主に、障害福祉領域の現場に携わってきました。現在は、障害者総合支援法に基づく自立訓練（生活訓練）のなかで、高次脳機能障害のある方が地域でその人らしい生活を送るための支援をしています。日々の支援を振り返り、人の生活を形づくる「作業」のもつ意味や価値について考えるときに手に取る、道標となるような普遍的な魅力を感じる本を選びました。