

山崎裕司（編）

理学療法士・作業療法士のための できる！ ADL 練習

濱 口 豊 太
(埼玉県立大学, 作業療法士)



行動分析の理論に貫かれた運動療法と ADL 練習の方法論書が山崎裕司氏によって公刊されたのは 2008 年である。これにより、われわれ理学療法士と作業療法士は刺激を受け、対象者への介入効果を最大限に引き出すための具体的手技を磨き続ける端緒となった。この書は 2012 年に改訂され、版を重ねている。ADL 動作を紙面に示すという困難な作業に挑みながら、ADL 練習方法を強度、時間、頻度の要素から、まるで処方箋のように解説した氏らはついに次の見地に立った。

行動分析理論を基盤とした ADL 練習方法を解説した本書は、前書とフェーズを変えて、われわれ作業療法士に心眼を開かせる。本書ではまず、ADL 障害が①知識の問題、②技術の問題、③後続刺激の問題、④身体機能の問題、に分け直されている。たとえば脳卒中片麻痺患者が車いすからベッドへ移乗するとき、麻痺側がベッド側にあつてうまく移乗できない現象を「知識の問題」として本書は解説する。この課題は、対象者が麻痺のないほうをベッド側にすることを知らないだけなら、知識としてこれを与えることで解決できるという。

次に、知識だけでは改善できない動作障害について、現在できて

いる部分、学習によって変化できる部分、身体機能の問題によって不可能な部分、に分けている。学習によって変化できる部分こそ動作練習の標的になるわけだが、対象者に ADL 動作を獲得させるために行動を誘導する手がかり刺激（プロンプト）をつくり、対象者が刺激に頼らずに自発的に行動ができるようスモールステップの課題によって仕組まれ、行動の最終目標まで導く。こうした障害の理解までおよそ 3 歩で導く本書の内容は、前書から一貫して読みやすい。

読みやすさはさらに磨きがかかる。本書では、切れ長で垂れ目の短髪理学療法士達が、5 人の若手理学療法士を相手に ADL 練習の仕組みを軽妙に解き明かす。ややおとほけお下げの実習生 S、ショートヘアで好奇心旺盛な 1 年目の H、意味もなくフランス人の落ち着きを醸し出す 2 年目の M、自信をみなぎらせた 3 年目の女性理学療法士の I、前衛的なリーゼントヘアなのに態度は慎重な 4 年目の K、いずれも人間味のあるセラピストたちだ。彼らは筆者らのいずれかがモデルであろうと邪推しながらも、読者が教員なら達人になりきり、学生または若手になりきって吹き出しを読むと、まるでその場で臨床教育を受けている

かのような臨場感を覚える。

本書には序章から 3 章まですべてに練習場面の動画があり、インターネットに接続できるスマートフォン、携帯電話等の端末で QR コードを読み込んで閲覧できる。対象者の行動と心理を読み取り「先行刺激 A」により「行動 B」を促し、「後続刺激 C」でさらに良好な状態へと導く応用行動分析の介入法が、どんなプロンプトやコマンドで行われているかを音声入りで確認できる。本書はデジタル版のハイブリッド教科書にも進化するだろう。

「ちょっといいこと」があつてずっと続けてきたこと、誰にでもそんな素敵な行動が一つはある。筆者らには患者と共に日々繰り返してきた ADL 練習に正の強化刺激があつた。そして行動分析理論に基づく ADL 練習方法論を紡いだ。その指導書が後進に受け継がれて新知見を育み、個体の限界を集団で超えていく英知に集積する仕組みまでになった。その結晶の一滴が私たち作業療法士の目の前にある。

〔 A4 判 152 頁 3,800 円 + 税 〕
南江堂 刊
☎ 03-3811-7239