

# リハビリ通信

## 理学療法と作業療法の違いって？

### みなさん、こんにちは

私たちは患者さんとリハビリ中に「**理学療法と作業療法って何が違うのですか？**」と質問されることがあります。そこで、今回はリハビリでの調理練習場面から、理学療法・作業療法の違いをお話しさせていただきます。

### ☆理学療法士(PT)と作業療法士(OT)の違いとは？

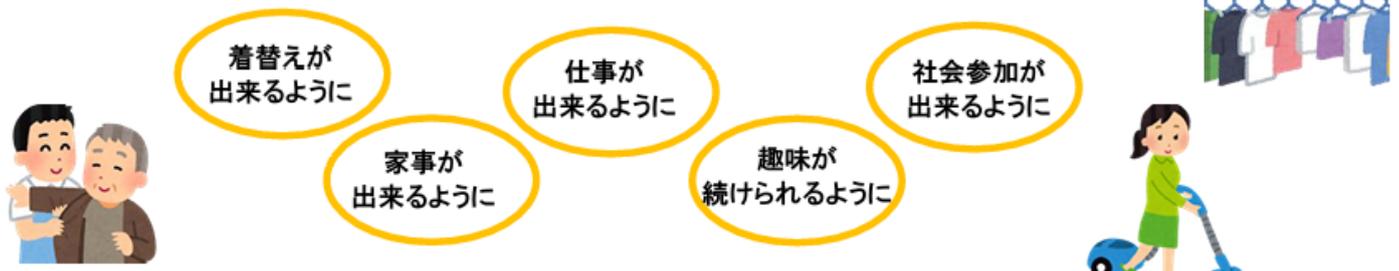
対象となる人 PT:身体に障害のある人

OT:身体または精神に障害のある人

PT 身体の「**基本的動作能力**」の回復を支援します。



OT 「**応用的動作能力**または**社会的適応能力**」の回復を支援します。



### ☆症例を通してPT、OTの違いを紹介します。



PT

「また家族に料理を作りたいです。」



キッチンまで歩けるだろうか？  
立って料理が出来るだろうか？

手順や準備が一人で出来るだろうか？



OT

## PT アプローチ

身体機能や姿勢・動作の確認を行います。

- ①身体機能(関節が動く範囲、筋力 など)
- ②姿勢(座っている・立っている など)
- ③動作(立ちながら動作を行う・歩く など)

## 治療・訓練内容

## ○動作練習

立ち上がる、バランスをとる、歩く など



それぞれの動作を安定させる為に筋力トレーニングも行います。

## ○歩行補助具の選定

必要に応じてその人にあった歩行補助具を選びます。

- ・杖や歩行器、歩行車 など



## ○退院後の生活を見据えて…

## ☆応用的な歩行練習

屋内での伝い歩き

屋外での歩行

坂道を歩く

買い物へ行くための体力づくり

## ☆環境調整

手すりの設置

伝い歩きがしやすいように家具配置の提案



## OT アプローチ

身体機能や姿勢・動作の確認を行いながら、目的に合わせた動作(今回は調理)の練習を行っています。

## ☆調理練習

- ①事前に調理に必要な動作の練習  
模擬的な包丁で切る練習  
食器運び、洗い物 など

- ②実際の調理動作へ  
献立立案  
調理動作、盛り付け  
配膳や片付け



リハビリ室の  
キッチンコーナー

一連の流れを通して、手順、物品の操作や、火の管理・調理を行っている時の姿勢・疲労感などを確認します。

## ○自助具や環境の提案

個々の能力に応じて安全に動作が行えるよう提案します。

- ・皮むきピーラー
- ・すべり止めマット
- ・まな板・包丁
- ・IH 調理器具 など

## ☆動作練習を通して

精神面にも関わっていきます。

- 病気による  
喪失感・不安感
- ・手足の自由が利かない
- ・家族に食事が作れない



成功体験で自己効力感が高まる

- 意欲の出現
- QOL の向上

- ・他にもチャレンジしてみよう。
- ・また家族に料理を作ろう

PT・OT それぞれ専門的な視点から、患者様の社会復帰・QOL の向上を支援しています。