



柏崎「まちの相談室」～暮らしの中の保健室～

大橋 夢子

OHASHI YUMEKO

1988年 長岡市出身

2009年 作業療法士の資格取得

2023年「柏崎 まちの相談室」をスタート

病院等で医師の指導の下、患者のリハビリテーション訓練を行うのは主に理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などの医療技術者。理学療法士は運動機能が低下した状態の人に対し運動機能の維持や改善を目的に運動療法や物理療法を行い、言語聴覚士は言語や嚥下（えんげ）に困難を抱える人への訓練や指導等を行う。一方、作業療法士は食事、排せつ、歯みがきといった一人一人の日常生活の動作や社会生活への適応を目指すための訓練や指導、援助を行う。

作業療法士として長岡市内の総合病院に13年間勤務したと話す大橋夢子さんは、少子高齢化に伴う社会変化や医療制度の変化により地域医療の重要性を痛感。個人への支援のみならず、個を取り巻く人、環境、地域、社会への介入や伴走支援とその仕組みづくりの必要性を感じて2023年6月に「柏崎 まちの相談室」を立ち上げ、スタートさせた。作業療法士という専門職が町の中、市民の暮らしの近くにいることで提供できることがあると考えている。

「まちの相談室」の働きの中には、暮らしや健康に関する「相談窓口」、在宅医療

や病気予防、障がいについて学ぶ「市民との学びの場」、おしゃべりやイベントなど「安心できる場」、学生や若い世代も活動に参加する「交流の場」、相談により医療や介護・福祉と連携し孤立を防ぐ「交流の場」、利用者が生活練習や社会経験を積み重ねる「育成の場」という6つの機能を備えている。

現在は毎月1回、西山いきいき館を拠点に「オレンジカフェ」を開催。まちの相談室が開催するオレンジカフェは認知症に不安のある方、何らかの病気や疾患を抱える方やその家族というだけでなく、年齢や性別を問わず誰もが気軽に茶饮のみに参加してもらえるところが魅力だと大橋さんは話す。

作業療法士は人、環境、活動（作業）の分析が得意。専門的な知識を生かして、何気ない会話から小さな困りごとを見つけて適切に医療へつないだり、公的制度や介護保険のサービスにつなぐことで生活の不安が解消されることも多いという。さらに大橋さんは「自費訪問サービス」の事業も今春スタートする。例えば、病院への通院同行、医師とのやりとりや受診結果を家族へ報告、遠方の家族の安否確認や短い時間の見守りなど、介護保険では補いきれない部分を自費のサービスを立ち上げて補うことで、介護保険と協業した地域包括支援の仕組み作りにチャレンジする予定だ。

「働く人が介護のために仕事を休んだり辞めたりするのではなく仕事を継続できる仕組みがあれば企業の価値も上がり人材も集まってくる。介護を専門職であるプロに任せ、家族は家族にしか作れない時間を大切に過ごしてもらいたい」と笑顔を向け、歩を進めている。

お問い合わせ・開催イベント情報

柏崎「まちの相談室」

☎090-5766-5338

✉52hz.kujira@gmail.com

オレンジカフェ（柏崎 まちの相談室主催）

西山町いきいき館2階休憩室

営業：毎月第4土曜 10時～12時

参加費：300円（申し込み不要）



Instagram