



24時間スケジュール分析

OT推進チーム 評価・訓練班

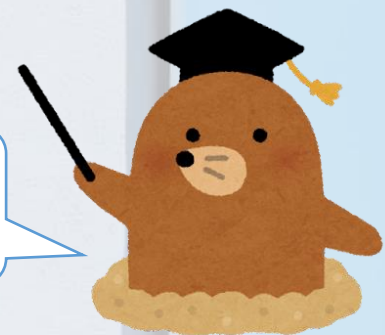
はじめに

作業療法はクライアントの作業についてお話を聴きます。今回はその際に有用な「24時間スケジュール分析」の活用方法を紹介します。

24時間スケジュール分析の項目を埋めるだけでは作業療法とは呼べません。

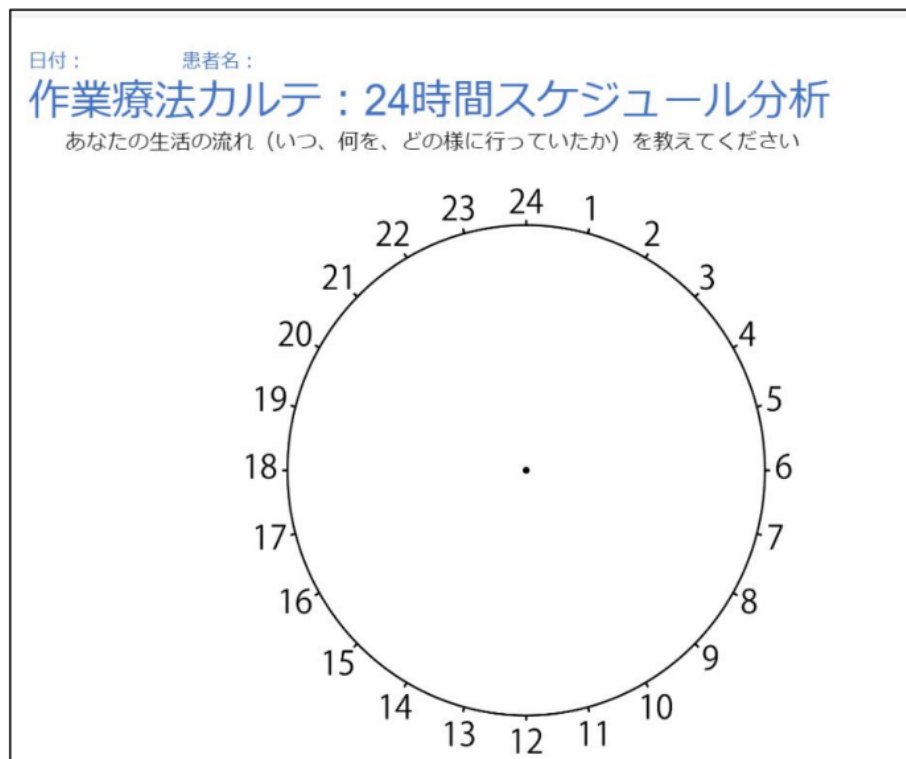
この評価を実践に活かすためのポイントをおさえてみましょう！

クライアントへの説明や結果の読み取り方についても少しだけ紹介するよ！



24時間スケジュール分析とは？

- 作業バランスを**所要時間の量**で評価するツール
- 病前と現在のバランスを聞き取る
- 平日と休日で過ごし方が異なる
→ 別々に聴取する
- できるだけ本人から聴取、難しい場合
→ 本人の暮らしを把握していた方から
聞き取りをする



24時間スケジュールの聞き取り方

- リハビリの具体的な目標を決めるために体調を崩す前の話を聞かせてください。
- 平日と休日で一日の過ごし方は異なりますか？
- 朝起きたらまず何をしますか？
 - 一緒に紙を見ながら時系列に聞いていく
- この作業はあなたにとって以下のどちらに当てはまりますか？
 - 作業をひとつずつ4色のマーカーでセルフケア・仕事・レジャー・休息に色分けする

セルフケア	身の回りのこと。生活を維持するために必要な行い。
仕事	報酬(金銭・感謝)を目的とした行い。
レジャー	楽しみにしている行い。するかどうかを自分の意思で決める。
休息	心や体を休める行い。



やってみたいけど...



そんなことよりリハビリ(運動)をしてほしいと言われてしまう。

話が脱線してしまって時間がすごくかかる。

面接の中で作業的ニーズを発見するに至らない。

こんなお悩みもあるのではないのでしょうか...?

わかりますよ! 24時間スケジュール分析は意外と難しいんです。

作業的ニーズが明確になった時点で
作業療法の8割は完了している。

と言われるくらい作業的ニーズを見つける過程は大切なので頑張ってください!
この後は実践に有用なポイントを紹介します。



24時間スケジュール分析をする理由

1

作業療法というリハビリテーションの範囲を共有する

2

クライアントの作業観に触れる

3

クライアントの作業バランスを分析する

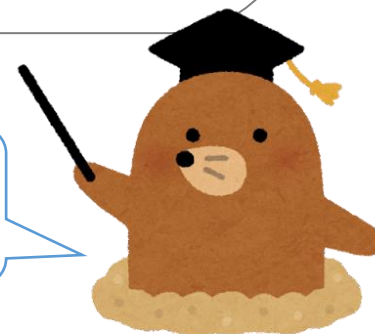
1

作業療法というリハビリテーションの範囲を共有する

- 機能訓練を受けてきたクライアントにとって「リハビリテーション＝機能訓練」とご認識かも知れません。
- しかし、作業療法は **作業をすることで健康と幸福の増進を図るリハビリテーション**であり、機能訓練は手段の一つに過ぎません。
- ヒトが持ちうる心身機能はほぼ同じですが、人の暮らしや大切な作業は人それぞれです。正解や不正解がある話ではないので、**聞かないとわかりません**。
- 元気な頃の生活を聞いてこれからの作業療法の課題を一緒に明らかにする過程が24時間スケジュール分析です。



これを参考に、クライアントへ説明してみよう。
介入開始時のインタビュー面接でできるといいね。



2

クライアントの作業観に触れる

- **作業に対する思い入れや認識**のことを**作業観**と呼ぶ



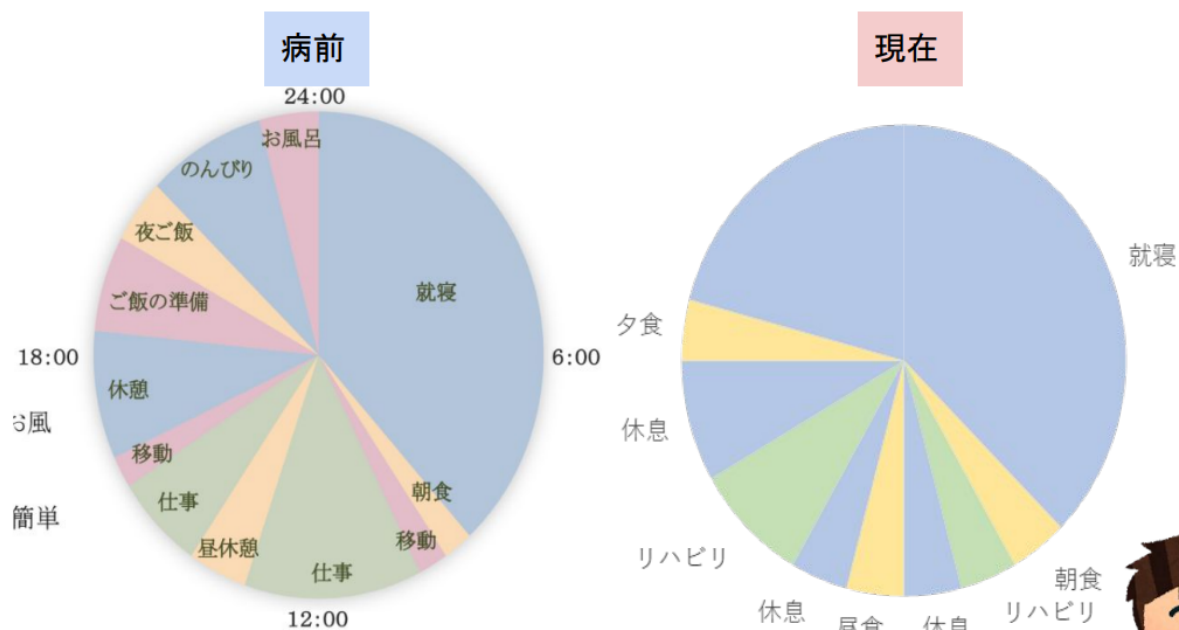
- **自分の作業観について話すのは信頼関係が要る**
 - 大っぴらに話せることばかりでもない
 - なんでも話していいんだという雰囲気づくり
 - **脱線した話の中にクライアントの話したいこと (=作業観) が隠れていることも**
- **認知機能が低下しているクライアントでも極力本人から聴く**
 - 現実と整合性はないかも知れないが**作業観を知ることで介入のきっかけになる**
 - 実際の暮らしはキーパーソンから別途聴取する (ギャップも支援ニーズになる)

3

クライアントの作業バランスを分析する

結果を分析してみよう

- セルフケア・仕事・レジャー・休息の均衡はとれているか？
- 病前と現在で作業の量と均衡はどのように変化したか？
- この作業バランスを本人はどう捉えているか？



休息が多く、レジャーが全く無いな。

今はリハビリが仕事の役割をしているけど、退院した後にできる仕事を探さないと。

「メリハリがない」と話していたから気分転換になるアクティビティを提供してみよう。



おわりに

クライアントの作業観を知るには対話が必要です。

24時間スケジュール分析は対話形成のお手伝いをするために作成しました。

24時間スケジュール分析に慣れてくると、次第にその形式がなくても暮らしに焦点をあてた介入ができるようになってきます。

対話のスキルアップのために、ぜひご活用ください。

印西総合病院 作業療法士 田染佐夏