



作業療法の学び直し！

24時間スケジュール分析

教育班

田染 佐夏

はじめに

作業療法面接を行う上で、どうすれば作業に焦点が当たるか悩んだことはありませんか？

対象者がしたい作業を介して治療を行う作業療法にとって、協業と作業療法面接が不可欠です。

それを実現する方法が…

24時間スケジュール分析



24時間スケジュール分析とは

作業療法面接を円滑に進めるツール

作業バランスを24時間内の所要時間の量で評価するツールです。病前と現在を比較することで作業バランスの変化を可視化します。

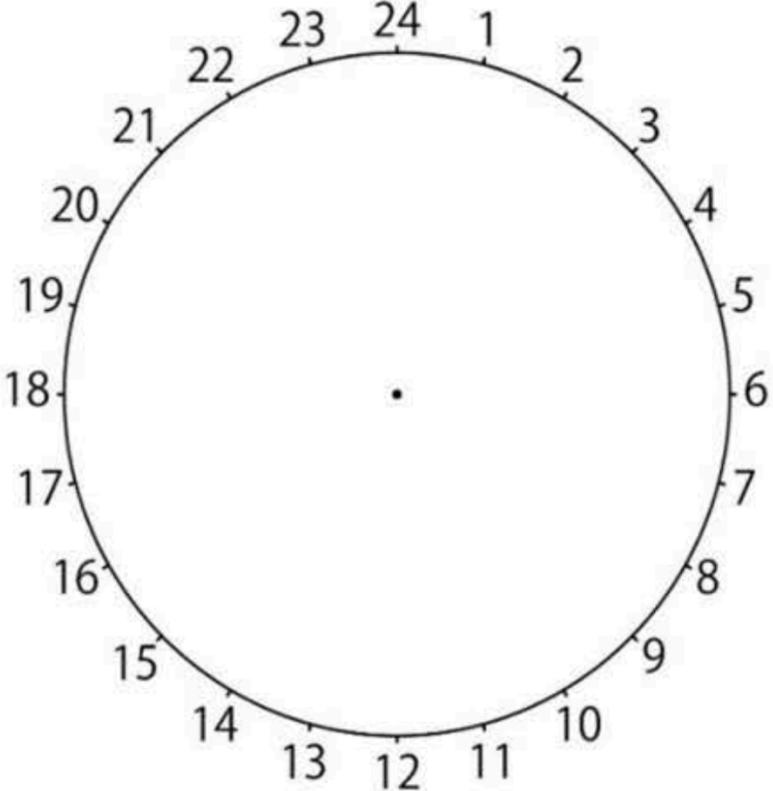
できる限り本人から聴取しますが、聴取が難しい場合は家族やパートナーなどクライアントの価値観を理解している方に作成を依頼します。

印西総合病院の作業療法にて取り入れているので、その実践を踏まえてご紹介します。

日付: _____ 患者名: _____

作業療法カルテ：24時間スケジュール分析

あなたの生活の流れ（いつ、何を、どの様に行っていたか）を教えてください



印西総合病院にて用いているシート（※一部割愛）

24時間スケジュール分析とは

具体的な聞き取り方

- **体調を崩す前の暮らしについて聞かせてください**
必要に応じて現在の暮らしも聴取します
- **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きます
- **この作業はあなたにとってどの作業分類に当てはまりますか？**
セルフケア・仕事・レジャー・休息について説明しつつ
4色のマーカーで色分けします



分析を行う理由

作業療法の
範囲を明らかにする

クライアントの
価値観を知る

作業バランスを
可視化する



各クライアントで異なる価値観を明らかにして、
したい作業の従事に向けた課題抽出ができる

作業療法の範囲を明らかにする

作業療法は作業をすることで健康と幸福の増進を図ります。機能訓練は手段の一つに過ぎません。暮らしや大切な作業は人それぞれ。正解や不正解がないので、聞かないとわかりません。

24時間スケジュール分析を作業療法介入開始時に行うことで作業従事することにウエイトを置いたリハビリテーションが展開されることをクライアントと共有することができます。



クライアントの価値観を知る

- その作業のどんなところに楽しさややりがいを感じているのか？
- その作業に従事するきっかけは？
- クライアントの役割と関連があるか？

「料理をする」という作業で考えてみます。
自分が必要とする栄養素を摂りたい（セルフケア）
完成するまでの工程を楽しみたい（余暇）
家族に必要とされている（生産活動） など、
人によって作業がもつ意味合いは異なります。
どんな要素によって行動しているのか面接を通して
明らかにしましょう。

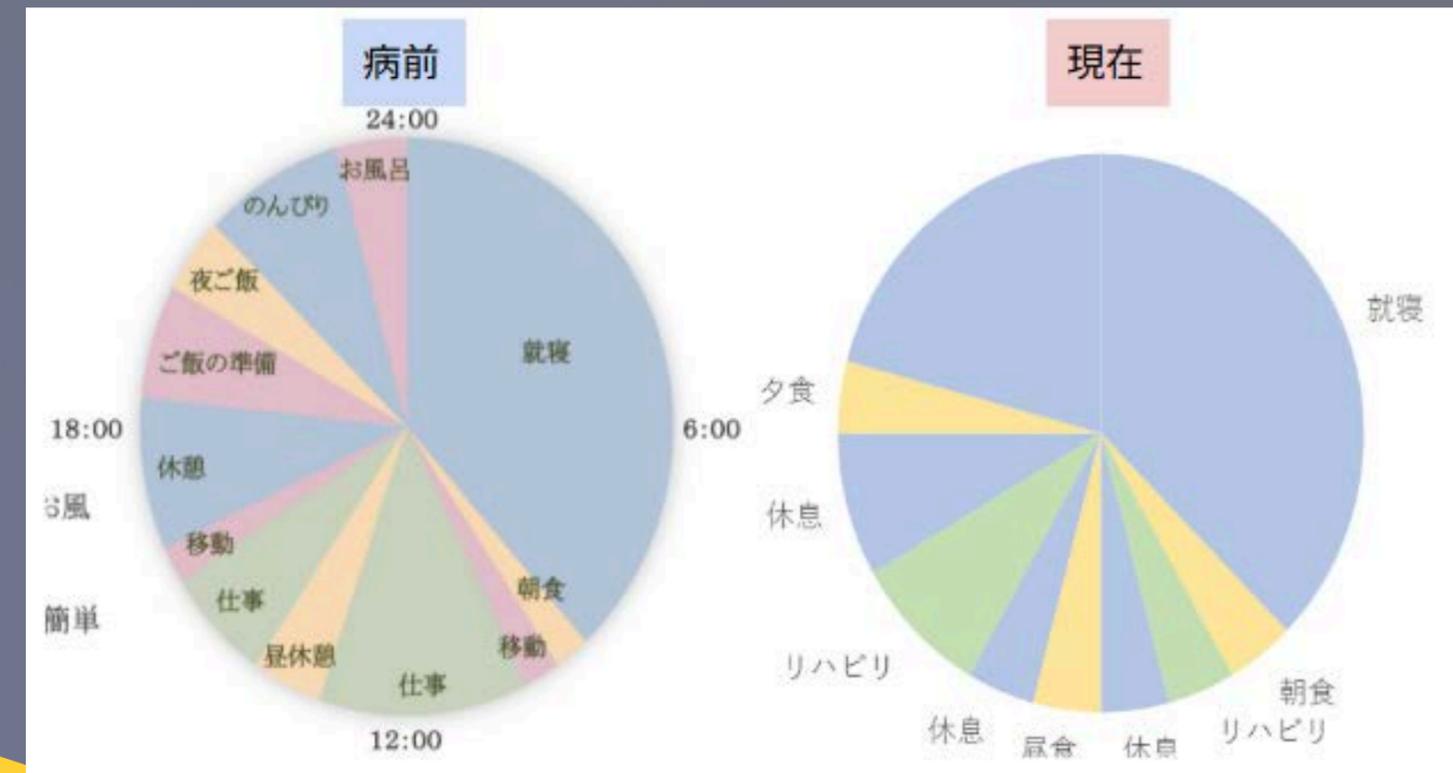


作業バランスを可視化する

- セルフケア・余暇・生産活動・休息のバランスはとれているか？
- 病前と現在で作業の量とバランスはどのように変化したか？
- 現在の作業バランスを本人はどのように捉えているか？

【右図の分析】

休息が多く、レジャーが全く無いな。
今はリハビリが生産活動の役割をしているけど、
退院した後にできる生産活動を探さないとな。
「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。



聴取した一例

(黄色：余暇、緑：生産活動、青：休息、赤：セルフケア)

おわりに

様々な裏付けを用いて作業療法実践の糧にしましょう。

EBMが基盤となる医療の中で作業に焦点を当てた介入を協業で実現するには手段が必要です。ぜひ、24時間スケジュール分析を介してコミュニケーションをすることでクライアントと作業従事について考える時間を作ってみてください。

印西総合病院 作業療法士 田染 佐夏



読んでいただきありがとうございました