

四国放送ラジオ スタジオ生中継 10月27日(水) 16:10~15

徳島県作業療法士会

出演：理事 大浦 江美子（オオウラ エミコ）

連絡先：☎ 090-7629-8046

※太字：アナウンサー

※細字：出演者

(アナ) 今日**は**徳島県作業療法士会より**理事の大浦 江美子（オオウラ エミコ）**先生にお越し頂いております。大浦先生今日はよろしくお願ひします。

(大浦) お世話になっております。徳島県作業療法士会の大浦です。よろしくお願ひいたします。

(アナ) **大浦先生は作業療法士会でどのような担当や活動をされているのですか？**

(大浦) はい。認知症推進委員会を担当しています。市町村と協力しあい認知症予防の活動などを行っています。

(アナ) **介護予防は体が弱るのを予防するだけでなく、認知症予防も大切ですね！実際にはどのような活動を行うのですか？**

(大浦) はい。どんな状態になっても、自分らしく健康に過ごすために、必要なこととお話させて頂いたり、当士会で開発、作成した新しい介護予防ツール『ラシーサカード』の活動を行っています。

(アナ) **ラシーサカード・・・どのようなものなのか、詳しく教えて頂けますか？**

(大浦) はい。ラシーサカードの『ラシーサ』の由来は『自分らしさ』から名前をつけました。自分らしさを知ることと仲間づくりこそが認知症予防に大切であると考えており、ラシーサカードを作成しました。すごろく方式と

神経衰弱方式、ババ抜き気方式で行います。カードには体や頭の体操の課題の他、自分の好きな事に関する質問などが書かれています。仲間と一緒にとても楽しい時間を過ごししながら、コミュニケーションを取り合い、大切にしている事を伝え、知ってもらおう事で『自分らしさ』を作っているものは何かを知る事ができます。

(アナ) **なるほど。自分自身を再認識する事と、周りの方に伝える事で大切にしているものを知ってもらおう事が出来ますね！**

(大浦) はい。周りの方とのコミュニケーションを取るツールとしても大変盛り上がります。先月のラジオ出演の際にお話させた頂いた10月29日の鳴門市主催第5回いきいき百歳大交流大会でもラシーサカードを紹介させて頂く予定です。

(アナ) **そうなんですね。先月のラジオでも徳島県作業療法士会と地方の自治体が協力して地域住民向けに介護予防の活動などを行われていると言われていましたね。**

(大浦) はい。当士会では、専門職の団体として地域で生活されている方々がいきいきと楽しく毎日を過ごして頂けるよう様々な活動を行っています。昨年は、阿南市主催のいきいき百歳交流大会でラシーサカードを紹介して、参加されている地域住民の方から、『これは、どこで手に入るん？』、『はよやってみたいなあ。』など嬉しい言葉を頂きました。

(アナ) **そうですか。実際に参加された方からのそういうお言葉嬉しいですね！**

(大浦) はい。また、阿南市からの要請で当士会と富岡西高校の学生さんとで、介護予防DVDを作成しました。内容はラシーサカードの課題を初級から上級に分けて学生さん達に行ってもらいました。学生さん達の素敵な笑顔で観るだけでも元気をもらえそうなDVDが出来ました。

(アナ) **すごいですね！是非みなさまも『自分らしさ』を見つめなおしてみませんか？今日は徳島県作業療法士会の理事 大浦先生にお越し頂きました。大浦先生ありがとうございました。**