

自立支援局だより

国立障害者リハビリテーションセンター（所沢）

第54号 2026. 3 発行

個性が輝いたリハ並木祭

総合支援課

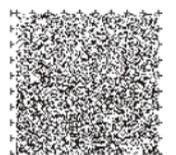
第46回リハ並木祭が10月4日土曜日に行われました。当日は、時折雨が降る中での開催でしたが、午後には日差しの暖かさを感じる時間もあり、800名以上の方々にご来場いただきました。今年度は、「人それぞれ 輝く一歩を」をテーマに、国立職業リハビリテーションセンターと共催のもと訓練紹介や体験、学院の学科紹介、研究所のオープンハウスも同時開催され、当センターの取り組みを地域の皆様に知っていただく良い機会となりました。昨年につき、感染予防対策にご協力をいただきながら、センターの企画やグルメストリートで地域福祉団体の出店を楽しむ来場者や利用者の姿を見ることができ、賑わいを見せたリハ並木祭となりました。

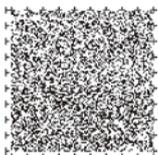


▲リハ並木祭の様子 生活訓練 ボッチャ体験の様子

音声コード掲載版

この冊子には、音声コード ユニボイスが印刷されています。奇数ページは右端上下（1Pのみ右端下）、偶数ページは左端上下に印刷されています。





リハ並木祭に参加した利用者の感想

〈Aさん（就労移行支援・養成施設）〉

第46回リハ並木祭が開催され、私は今年で3度目の参加となった。今年は、「たまごとひよこのあんま」という企画に参加し、来場された方々にあんま・マッサージ・指圧を一人につき20分ほど実施した。現在、私は、就労移行支援（養成施設）であんま・マッサージ・指圧師、はり師、きゆう師の資格取得を目指して日々勉学に励んでいる。今回の施術は、これまで学んできた技術を実際に活かす貴重な機会となった。20分という短い時間の中であっても、お客様に少しでも満足してもらえるよう、声かけや力加減に注意をしながら心を込めて施術を行った。その結果、「体が軽くなった」「楽になった」といった嬉しい感想をいただき、大きな達成感とともに、自分の成長を実感することができた。この体験を通して施術者として、技術面だけでなく、患者様と向き合う姿勢の大切さにも改めて気付くことができた。今後は、この経験を糧に、更なる技術向上を目指して努力を続けていきたい。そして、国家試験合格に向けて一層勉学に励んでいきたい。



▲Aさんが来場者にあんまの施術を行っている

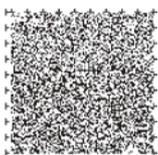
〈Bさん（自立訓練・生活訓練）〉

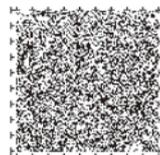
初めてリハ並木祭に参加しましたが、想像以上に多くの方に来場していただいたことに、私自身も大変驚き、楽しませていただきました。

生活訓練では、ポッチャ体験と訓練紹介を行いました。ポッチャ体験の司会の練習や訓練紹介に使用するパネル製作など、利用者全員が参加して事前準備を行い、あっという間にリハ並木祭当日を迎えました。当日、訓練紹介のブースでは、多くの方から訓練の内容や訓練場面での工夫の仕方など色々と質問され、あっという間に時間が過ぎました。また、実行委員の仕事として、開会と閉会のアナウンスも行いました。閉会のアナウンスが終わった後、生活訓練の利用者と職員が拍手で迎えてくれました。貴重な経験であり、忘れられない大切な思い出となりました。



▲実行委員のBさんが代表して開会と閉会のアナウンスをしている





▲「人それぞれ 輝く一歩を」をテーマにCさんが作製したポスター

今年度のリハ並木祭のテーマである「人それぞれ 輝く一歩を」を基に、国立障害者リハビリテーションセンターと国立職業リハビリテーションセンターの利用者にポスター製作を呼びかけました。数ある応募の中から投票でCさんのポスターが選ばれました。製作にあたりポスターに託した思い、リハ並木祭の感想をいただきました。

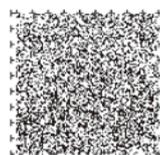
＜Cさん（就労移行支援）＞【リハ並木祭のポスターを製作して感じたことについて】

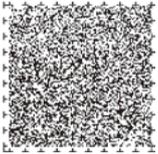
今回、初めてリハ並木祭に参加させていただきました。自分は普段、在宅にて事務系の就労訓練を受けているため、実際に国リハを訪れるのもほぼ初めてでした。活気あふれる雰囲気を感じながら、いつもはリモート越しにいる訓練生や講師のみなさんにも対面でお会いすることができ、またひとつ新鮮なものがありました。

リハ並木祭にあたっては、ポスターとパンフレットの表紙を製作させていただきました。訓練で学んだことを活かし、テーマを自分なりに咀嚼し、青空を基調として、空に伸びる階段と紙飛行機で「輝く一歩」を表現しました。光栄なことに、いくつかの中から自分が製作したものを採用していただき、それだけでもとても嬉しかったのですが、当日、来場者の方々が一様にそれらを手を持って観覧されている様子は、小恥ずかしくもどこか誇らしい気持ちになりました。

最後に、リハ並木祭が自分にとって特別な経験になったのも、担当ワーカーさんをはじめとして、訓練生や講師のみなさん、その他、リハ並木祭に関わっていたすべての人たちのおかげにほかなりません。とっても楽しい思い出をありがとうございました！

文責：安野 陽子





絆を深めた 秋の所外レクリエーション

生活訓練課

自立訓練（生活訓練）では、2025年11月20日、所外レクリエーションでガスミュージアム（小平市）とイオンモールむさし村山に行きました。今回は、利用者13名、職員13名が参加しました。ガスミュージアムでは、ガス事業の歴史やくらしとガスの関わりを紹介する展示を、皆さん興味深そうに見学していました。イオンモールむさし村山では、買い物や食事を楽しみました。いつもと違う雰囲気気分が和み、皆さんリラックスしたご様子で、会話も弾み、親睦を深めることができました。



見学の様子①

今回の所外レクリエーションに参加した方の感想をご紹介します。

利用者Dさん

ガスライトが綺麗で最高だった。ショッピングモールで服を見たりして、散策ができてワクワクしてとても良かったです。

利用者Eさん

同じグループの利用者さんや職員さんとお話ししながら散策できたのが嬉しかったです。非日常で、リフレッシュできました。他の人をよけながら歩いたり、段差や地面の状態に気をつけて歩いたりしなければならず、とても刺激の多い1日で良い疲労感がありました。ガヤガヤしているところで、人の話に注意を向けることが苦手になったという気づきもありました。

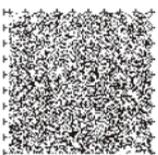
文責：金川 愛

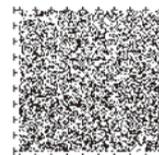


見学の様子②



笑顔があふれる皆さんの様子





自立訓練（機能訓練）の作業療法における 入浴訓練環境及び自助具の紹介

肢体機能訓練課

自立訓練（機能訓練・肢体）では、主に頸髄損傷等の四肢麻痺の方に地域や家庭、職場、学校などでより充実した生活を送ることができるよう支援しています。作業療法部門では一人一人の能力に合わせた動作訓練、自助具の紹介や作製、環境整備の支援を行っています。今回は、入浴訓練をしている浴室環境と、物を握ることや指を使うことが難しい頸髄損傷の方にとって便利な自助具を中心に紹介します。

①入浴訓練ができる環境について

○高床式浴室

足を伸ばして座った姿勢で入浴ができる浴室です。浴室は車椅子の高さに合わせてあり、車椅子を寄り付けて乗り移りができます。また、背もたれが付いているので、姿勢保持がしやすくなっています。



高床式浴室

○端座位式浴室（ベンチ式浴室）

足を下ろして座った姿勢で入浴と着替えができる浴室です。横方向への乗り移りができ、座る姿勢が安定している方が使用します。高床式浴室と比べると動作の難易度が上がりますが、省スペースで入浴ができます。



端座位式浴室

②入浴動作で役立つ自助具について

○ループ付きタオル：タオルの両端に手を通すためのループ紐を取り付けています。タオルを握れない方でもループ紐に手を通して使うことができます。

○洗髪ブラシ：指圧で髪を洗うことが難しい方は、市販で購入できるシャンプーブラシを使用し、必要に応じて持ち手を付けています。

○シャワーヘッド：手を通して支えられるように持ち手を取り付けています。また、手元に止水スイッチが付いており、簡単に操作ができるようになっています。

○浴室床マット：入浴時に褥瘡ができないように、お尻の下に柔らかいジェルクッションを敷きます。



ループ付きタオル



洗髪ブラシ

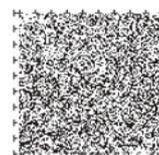


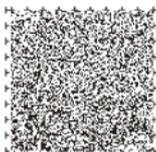
シャワーヘッド



浴室床マット

入浴は難易度の高い動作ですが、作業療法でこれらの浴室や自助具を用いて入浴訓練を行い自立した方の多くは、在宅でも自立して入浴しています。 文責：中川 由佳





『就労移行支援の作業訓練』

— 働くために 作業の受注から作成・納品までの一貫した実践的な訓練 —

自立支援局、訓練棟 1 階にある作業就労支援室では、就労を目指す利用者が訓練に励んでいます。作業訓練では、はじめに社会人としての基本となる「挨拶」「身だしなみ」「時間を守る」「ほう（報告）れん（連絡）そう（相談）」の説明からスタートします。働くこととは何か、ということ改めて考える時間を作り、仕事に対する意識や責任感を考え、高めていきます。また、自身の強みや苦手なこと、課題を知り、それに取り組むことを大切にしています。

就労移行支援課

働くために

- 社会人としての基本
 - ・あいさつ・身だしなみ・時間を守る
 - ・ほう(報告)れん(連絡)そう(相談)
- 作業の基本
 - 1 作業ポイントを正しく理解する
 - 2 正しく実行する
 - 3 正しくやり続ける
 - 4 正しく判断する
- 作業の心がまえ **なんぜん(完全)**
 - ・「正確」「正しい」「パーフェクト」「正確」
 - ・急ぐときほど「正しい」に
 - ミスを出さないことが一番早い

作業訓練の内容は、封筒作成、部品の仕分け、物品管理、花のメンテナンスなどがあります。日頃の訓練から、作業は正確かつ丁寧に行うことを意識して、質の高い商品を作成することが働くために大切です。1人1人の状況に応じて、市販の事務用品を補助具に使用したり、体の使い方や姿勢の保ち方といったことなどを相談しながら、誰もが同じ品質にできるように行います。

大きな特色として、センター内から作業の依頼を受けて行います。責任者を決めて、責任者を中心にして作業に取り組んでいます。依頼される作業は、封筒作成・ポリ袋作りなどがあり、今回は封筒作成について紹介いたします。

【封筒作成】（作業は複数人で実施）

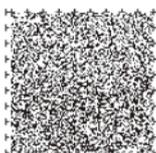
<受注管理> 封筒作成の発注書の受理後、責任者が ①受注品 ②納期 ③作業工程の確認を行います。次に、責任者及び職員から ④作業計画 ⑤作業工程 ⑥作業のポイントの説明後、各作業工程を練習し ⑦実作業 ⑧検品 ⑨納品の順で実施します。

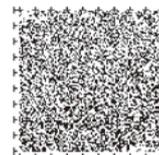


<作業工程> ①ゴム印押し ②宛名ラベル貼り ③書類の封入 ④封緘の順に行います。作業では、ゴム印やシール貼り作業が正確にできる力を身につけることが大切です。商品が完成後は、責任者は発注先への書類を作成し、電話でアポイントを取り、納品します。

作業訓練では、様々な作業を通じて、自身の得意なこと・不得意なことを確認していきます。利用者が自身の障害に合わせた、補助具などの利用や自身で工夫し作業ができる力を身につけ、就労につなげていけるように支援していきます。

文責：本田 真琴





はりきゅう応用実習Ⅰ

理療教育課

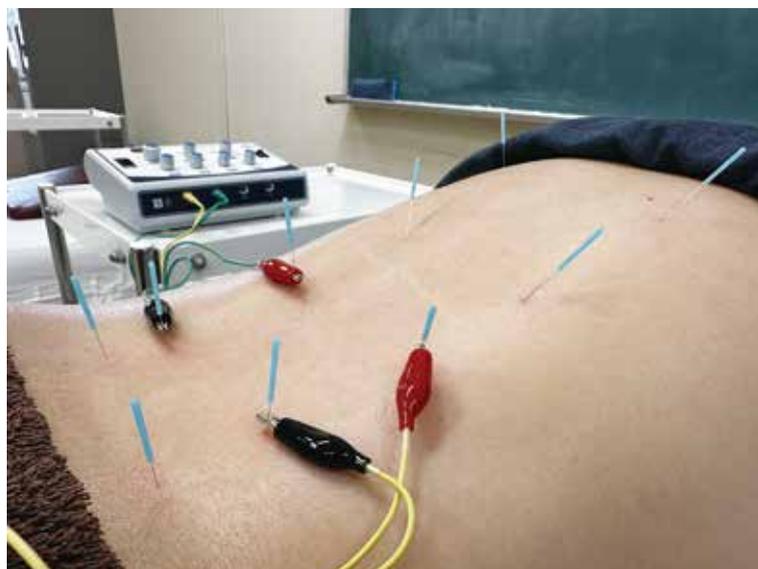
皆さんは「はり治療」と聞くと、どんなイメージをお持ちですか？「痛い」、「注射みたい」、「怖い」などと思う方が多いのではないのでしょうか。実はそのようなことはなくて、痛みはほとんどありませんし、鍼（はり）は注射針のような太い鍼ではなく、髪の毛とほぼ同じくらいの太さの鍼を使用します。

当センターの理療教育では、視覚に障害のある方に、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師の国家資格取得を目標に3年間勉強していただいております。

今回ご紹介する「はりきゅう応用実習Ⅰ」という科目は、2年生で学ぶ実技の科目です。1年生の「はりきゅう基礎実習Ⅰ」で学んだ内容を基に、3年生で行う「臨床実習」に向け、応用力を身に付けていくことを目標にしています。

授業では、身体に鍼を打つだけでなく、正しい経穴（ツボ）や凝っている筋肉に対して正確に鍼を打てるようにするための一つとして、触る力である「触診力」を鍛える工夫をしています。経穴を定めるときには、体表面から触れてわかる骨の突出部を目印にすることが多いので、その骨の目標を正確に触れられるように繰り返し練習します。

さらに、「臨床実習」を見据え様々な症状を想定し、各疾患に対する治療法も学びます。例えば、腰痛の患者さんを想定して、利用者さん同士でペアを組んで腰痛に効果のある経穴や筋肉に対して鍼を打ちます。また、治療の効果を高めるために、打った鍼に電気を流す低周波鍼通電や、乳幼児などへの治療に有効な、鍼を刺さずに皮膚表面を刺激する小児鍼の練習も行います。



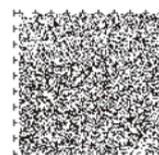
低周波鍼通電治療の風景

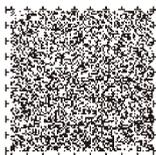
授業の最後には、次年度の「臨床実習」を想定して、一般の方にご協力いただき、模擬臨床実習を行います。患者さんの症状を聞き出す医療面接、その症状に応じた鍼治療を行

い、治療後にはどの程度効果があったのかを評価するなど一連の流れを経験します。

これらを経て、3年生の「臨床実習」へと繋がり、卒業時には一人で治療できるようになっています。鍼灸治療は、WHO（世界保健機構）でも多くの疾患に対して効果があることが認められています。もしも、腰痛や肩こりなど、つらい症状を感じた時には鍼灸治療をお試しになってはいかがでしょうか。

文責：小林 仁





利用者募集のご案内

視覚障害のある方の自立した生活に向けて

自立訓練（機能訓練）

視覚障害により日常生活や就労等を目指す上で困り事がある方に対し、白杖を使用した歩行訓練や点字訓練、日常生活訓練、学習や就労等で活用可能な音声パソコン、録音機器等の操作方法習得のための訓練等を提供しています。



就労移行支援（養成施設）

国家資格である「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師」の資格取得を目指し、授業（講義、実技実習、臨床実習等）の提供のほか、資格取得後の就労に向けた支援を提供しています。



頸髄損傷等の方の自立した生活に向けて

自立訓練（機能訓練）

主に頸髄損傷等による重度の肢体不自由の方が、地域や家庭、職場などで補装具や自助具の活用や環境を調整することによりできる動作を身に付け、より充実した社会生活を送ることができるよう、理学療法、作業療法、リハビリテーション体育、職能訓練等の訓練を提供しています。



高次脳機能障害のある方が自分らしく暮らすために

自立訓練（生活訓練）

高次脳機能障害に伴う記憶障害、注意障害、遂行機能障害等による生活課題に対し、メモリーノート等の代償手段の活用によりスケジュール管理等の生活能力を高められるよう、個々の生活状況に応じて支援します。個別又は集団で訓練を提供しています。



障害のある方の「働きたい」を支援します

就労移行支援

就労が見込まれる主に身体に障害のある方、高次脳機能障害のある方、発達障害のある方、難病等の方に、一般就労や復職に向けて、就労のための技能習得（事務、作業等）及び模擬的な職場体験訓練を提供しています。就職活動に向けては、職場見学や職場実習のほか、履歴書の作成や面接練習なども実施し、面接会の同行等の就職活動を支援しています。



※遠方のため通所で上記サービスを利用することが困難な方には、**施設入所支援**（**宿舍利用**）を提供しています。発達障害の方は通所利用のみです。

<問合せ先> 国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局 総合相談課

〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1 TEL: 04-2995-3100 (代表)

E-mail: rehab-soudan@mhlw.go.jp FAX: 04-2992-4525 (直通)

※利用相談は、平日日中（月～金 9:00～17:00）受け付けています。

国リハ HP は
こちら →



公式 X は
こちら →



公式 YouTube は
こちら →



国リハ HP : <https://www.rehab.go.jp/TrainingCenter/> 公式 X : https://x.com/NRCD_
公式 YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UCZaiYKaSUzvmjSgyoVFIfmg>

