

わが国におけるレクリエーション学の体系化に関する研究

レクリエーション行動, レクリエーション 指導を中心として

話題提供者 今村 浩明(千葉大学)
 大堀 孝雄(東海大学)
 千葉 和夫(財・日本レクリエーション協会)

コーディネーター・報告者
 松原 洋三(立教大学)

日本レクリエーション学会第5回研究集会は、昭和58年9月20日、立教大学に於て開催された。連続シンポジウムの第5回目にあたるこの研究集会では、レクリエーション行動全般について今村浩明先生に、健康障害者のレクリエーション行動について大堀孝雄先生に、そしてレクリエーション指導については千葉和夫先生に、それぞれ考察をお願いした。以下に各先生のお話を要約する。

今村浩明氏

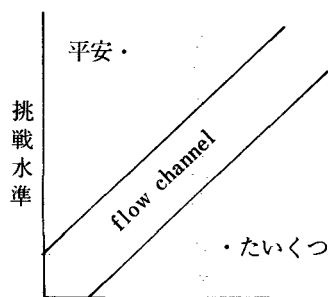
テーマは「レクリエーション行動の構造機能分析」ということであったが、もう少し現在の関心に引きよせて話題を提供したい。

まず最初にレクリエーションの意味と問題点であるが、レクリエーションというのは、①余暇において楽しさを求める行動であり、②拘束的生活への心身の活力の補充、再適応という意味あいをもつ行動である。そのようにとらえたレクリエーションの問題点としては次のようなことが指摘できよう。いわゆる拘束的生活が独立変数として扱われ、余暇における楽しい活動が従属変数として扱われる。従って、レクリエーションには拘束的生活領域のパタンを維持する機能が期待される。こういうところに問題があるのではないか。というのは、われわれは拘束的生活によって消耗するが、レクリエーションを通してそれを回復してゆく。それが結局同一平面上を循環してゆき、その結果レクリエーション効果が減滅していったり、あるいは消滅してしまう。従って、拘束的生活(主として労働)それ自体を楽しめるものに再編成してゆくことがやはり必

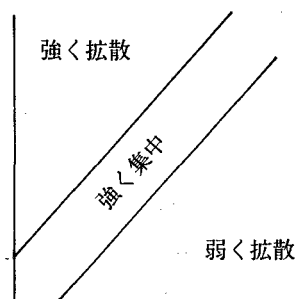
要であろう。これは、レクリエーションの拘束的生活への浸透の問題だととらえることができる。

レクリエーションが楽しさを求める行動であり、しかもそういう楽しさを社会的に浸透させることが重要だということになると、ここで必要になるのは、楽しみというもの基本的な構造を明らかにしておくということであろう。

チクセントミハイの研究を手掛りとして、楽しさを生む条件を挙げていくと、①排感水準と技能水準とが釣り合っている(第1図)こと、②限定された刺激領域へ注意が集中されている(第2図)こと。③自らの



第1図 flow



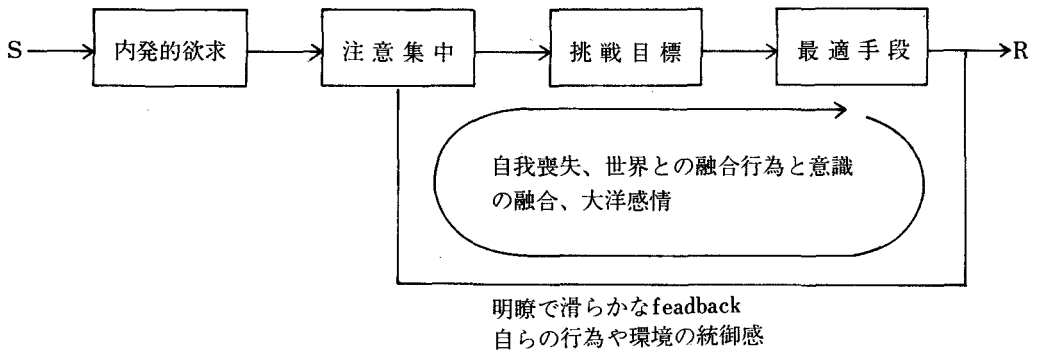
第2図 注意状態

行為や環境をうまくコントロールしているという感じがあること、④明瞭で滑らかなフィードバック、⑤自我の喪失、世界との融合、⑥行為と意識の融合、⑦過程志向（いつまでも続けたいという意味合い）、そして⑧内発的な報酬を志向しているという八つの条件が認められる。しかしこういう条件は、列挙するよりも第3図のブロック・ダイアグラムのように関連連させて考えた方がよいであろう。

次に、楽しさと生きがいとの対応を考えると、「楽しさ」は時空的に限極されたもの、「生きがい」は楽し

表 1 楽しさと生きがいの対応

	continuum	
	楽しさ	生きがい
空間	個人	自己
時間(目標)	短期・瞬間	長期
目標水準	手頃	やや高い
フィードバック	滑らか	やや抵抗感
欲求	内発的	内発的
欲求の統制	注意	価値意識



第3図 楽しい行動の diagram

さが時空的に拡大されたものである。さらに、空間、時間、目標水準、フィードバック、欲求、欲求の統制という観点から、「楽しさ」と「生きがい」とを比較してみると、第1表のように整理することができよう。

われわれは、楽しさについての理解から逆に集団や主会を解釈したり批判したりすることができる。現代社会は、例えば外発的な報酬が過剰に追求される社会として、あるいは過程よりも結果を重視する社会としてとらえられる。また情報過多や役割の多様化が、われわれの注意の集中を非常に困難にするという事実がある。さらに現代の巨大な社会では個人の相対的な比重はどんどん小さくなるから、フィード・バックが弱まってくる。

逆に、楽しさという視点から、望ましい集団・社会というものを構想することができる。それは、①成員の自発性を抑圧しない集団・社会、②成員の注意の焦点(規範)の明確な集団・社会、③成員にとって達成可能な目標が明確である集団や社会、④目標達成の最適手段の豊富な集団・社会、⑤フィード・バックの明確な集団や社会、⑥個人の喜びが他者の喜びにつらなる集団・社会、⑦現在の努力が未来の確かな喜びにつ

らなる集団や社会として構想することができるだろう。

さらに立ち入って、楽しさの構造と社会の構造の基本的な対応を考えてみよう。

まず、構造ということばは、「あるシステムの中で安定的にくり返し現われるパターン」を意味している。システムの常数的要素といってもよいだろう。したがって、社会の構造としては、比較的安定しているパターンとして、「制度あるいは規範的な価値」を想定することができる。それが、社会や集団の秩序を維持するのである。他方、楽しみ行動の構造としては、「自発的で統制された注意集中」を想定することができよう。それが、楽しみ行動のノン・ランダムネス (non randomness) を維持しているのである。

われわれは「注意」という概念を通して、社会をより深いところから理解していくことができる。制度とは、社会の大多数の成員の注意が組織化されたものとして理解することができるし、期待された役割の交換も、注意の相互交換としてとらえることができるであろう。また、社会化(規範の内面化)という概念は、レクリエーション指導にとっても重要な概念であるがこれも、個人の注意構造の組織化・再編成としてとら

えなおすことができるであろう。

われわれは、レクリエーション研究などを通して、自発的で統制された注意集中を可能にする条件は何かということを探求していくことができる。これはむしろ機能分析といわれるものであるが、要するに、楽しい行動のコアである注意の集中を生みだしそれを維持する条件は何かということの研究して、いろいろな知見をうることができる。そうするとそのような知見を利用して、われわれは集団や社会または拘束的な生活領域というものを、より望ましいものに、自己実現が可能なものに、逆にリクリエイトしてゆくことができるのである。拘束的な活動をそのままにしておいて人間をリクリエイトするのではなく、発想の転換をしてわれわれがレクリエーション行動を研究してえられる楽しい行動の知見を動員して、そういう社会や集団を逆にリクリエイトしていくという試みが可能になるであろう。

大堀孝雄氏

「健康障害者のレクリエーション行動」というテー

マで、主として実践の報告を中心に話題を提供したい。

某医療機関における実践からの報告ということなのだが、どのようなことをしているのかということについては、資料①と資料②からある程度わかっていただけたらと思う。

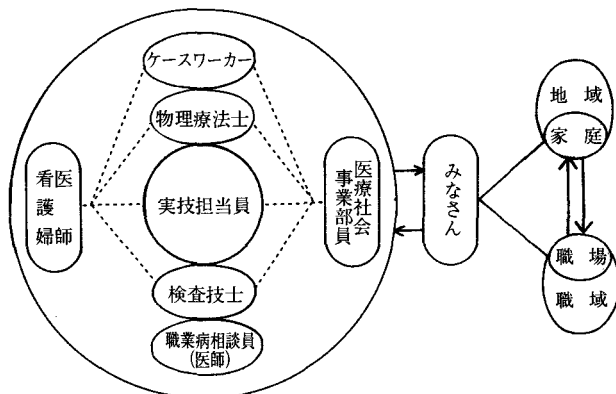
その中で今日は健康体操教育をとりあげたが、資料③および資料④から、めざしていることや活動内容がわかっていただけたらと思う。

この報告での「健康障害者」というのは、「いわゆる腰痛症」、「過労（疲労）性腰痛症」、「頸肩腕障害（症候群）」、「過労性症候群」といわれる人たちに限定している。非常に治りにくく再発しやすいという特性がある。原因にも個人的な原因と社会的な原因の両方が関係している。

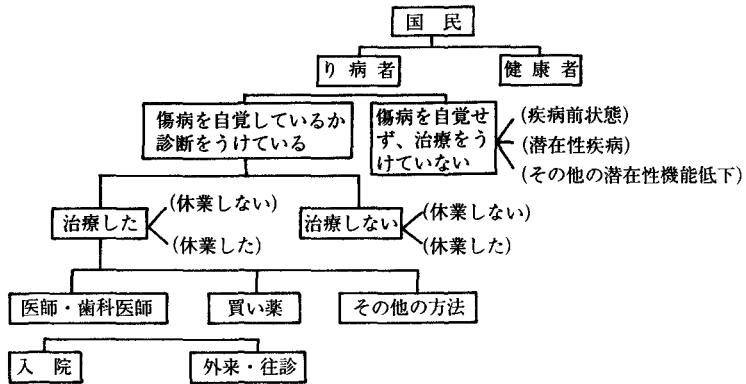
リハビリテーションの概念については、WHOで三つにわけて移段している。ひとつは impairment（障害そのもの）、ふたつめは disability（障害のための能力低下）、三番目はhandicapped person（能力低下による社会的不利）であるが、私が接している人たちはこの三つが重なっている場合が多い。

- 資料① 健診（人間ドック、老検）、訪問看護、公害をなくす運動、職業病調査研究（労働衛生相談）、保健学校
- 52. 3 健康体操教室（健康障害者、中・高年）
 - 53. 4 ひまわり教室（脳卒中、難病）
 - 56. 4 たんぼば教室（糖尿病・高血圧症、高令者）
 - 57. 10 コスモス教室（高令者）
 - 57. 10 シャボン玉教室（ダウン症児）
 - 56. 10 にちようひまわり教室（心身障害児）
 - 54. 4 風の子村（普通児、心障児）
 - 50. 7 健康合宿（年1回）
 - 57. 11 障害者列車ひまわり号（年1回）

資料② みなさんと教室の関係

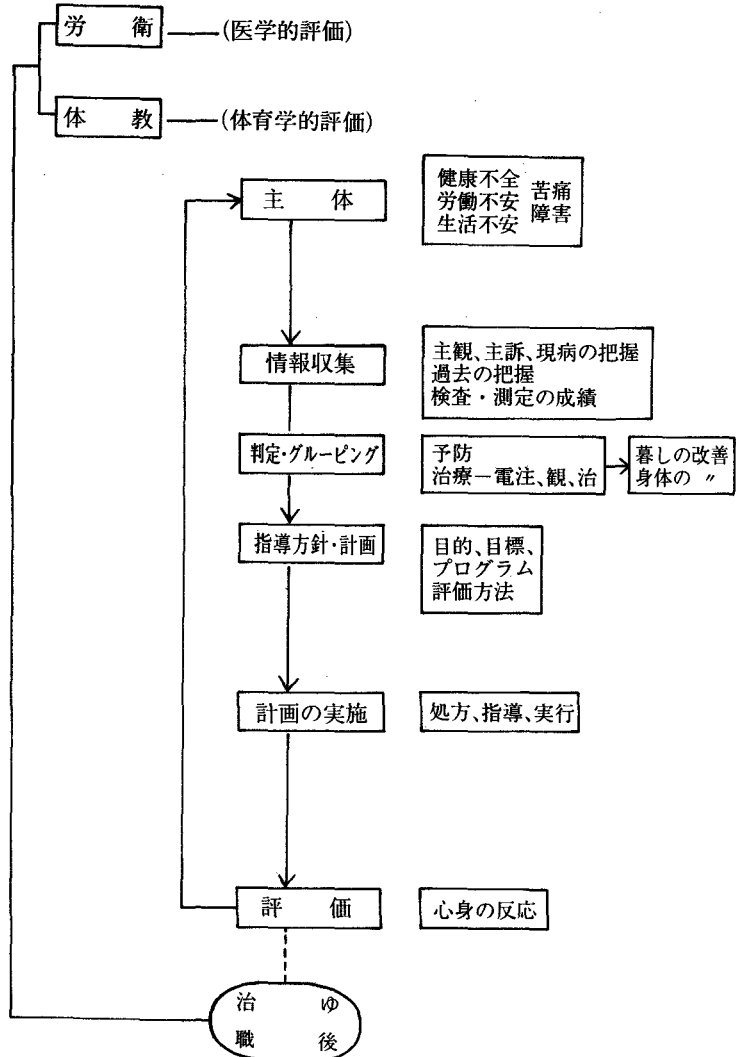


資料③



傷病の構造 (国民健康調査)

資料④



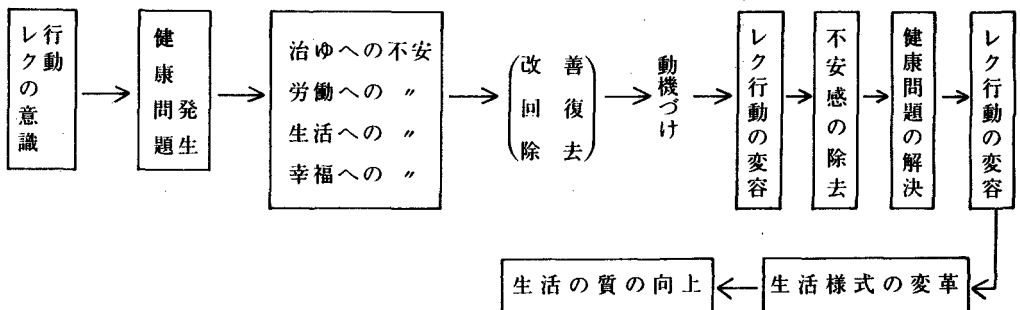
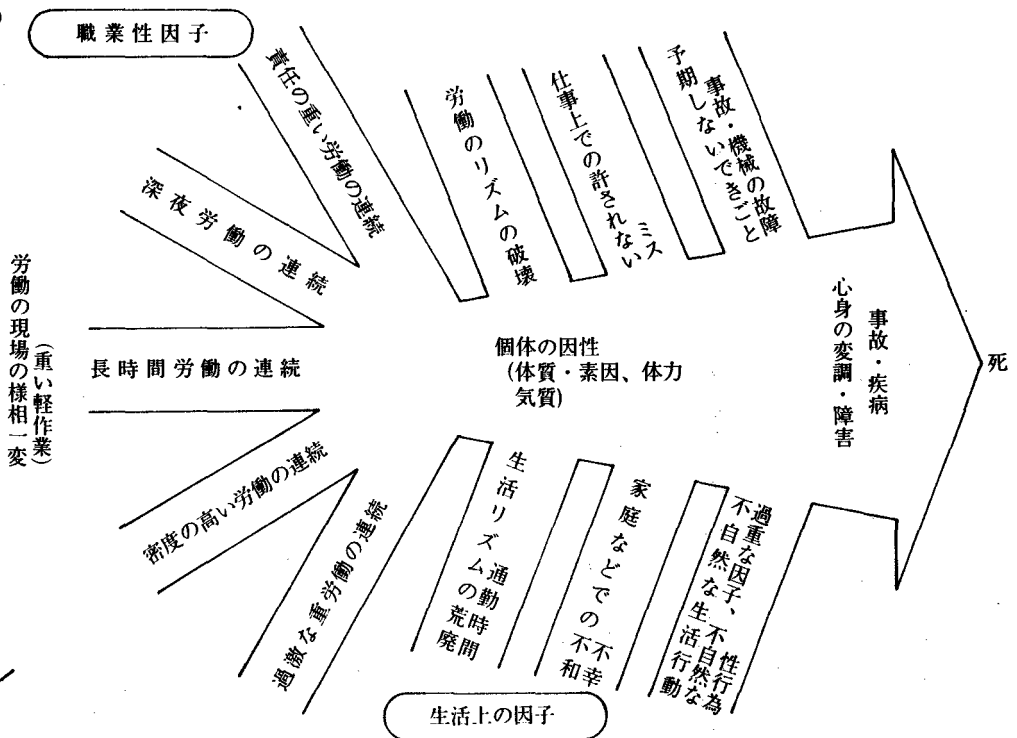
これらの障害には、資料⑤からうかがえるように、職業的因子が大きく影響している。端的に言えば、労働の場における極度の機械化や合理化、あるいは労働密度の過重という因子が、生体のリズムや生活のリズム、生きかたや生きていく力のくずれに非常に大きく影響しているのである。

最近の機械化の進行による労働態様の変化の特徴は一言でいえば図に表現したように「重い軽作業」の増大ということであろう。昔のように肉体を一杯使った重労働というのではなく、肉体はあまり使わない「重い軽作業」というところに、現代の労働の特徴がある。図の「深夜労働の連続」というのは、夜交替替制の職業についている人たちのことであるが、こういう人た

ちの生活というのは、文字通り夜業昼眠ということになっている。また「長時間労働の連続」の中には、通勤時間を含めてとらえるみ方が大切である。

そういった労働態様の変化が、いわば労働の疎外、あるいはレクリエーションからの疎外ということにつながっていく。そのようなことを深く掘り下げてゆきそこからレクリエーションのありようとかレクリエーション行動のありようを考えていくことが大切であろう。職業病とか労働災害という言葉聞きなれない人もいると思うが、最近「半健康人」や「半病人」と表現される人たちは、間違いなく増えている。そういう事実をふまえたレクリエーション研究が、もう少しおこなわれてもいいだろう。

資料⑤



日頃の実践を通してレクリエーション研究について考えていることをまとめると、ひとつは、この領域の学問が複合性をもつということ、したがって周辺領域との連携を組んだアプローチが必要だということ、二つめは、対象には非常に個人差があるので横断的処方ではなかなかそれは解明されていかないということ、三つは、対象を実験化するのが非常にむづかしいという問題があると考えている。こういった視点からどんな課題が検討されなければならないかということについては、次の三つの課題が考えられよう。ひとつは人間の労働とはなにかということ、逆にいえば機械化された労働とはなにかということ、二番目は、労働においてどう人間性を回復するのか、三番目は、まさに今日の高齢化社会のなかでの労働のありかた、この三つが働く人たちのレクリエーション行動を検討してゆく上での基本的な課題であるといえるであろう。

労働と生活に根ざしたところからのアプローチ、ひとりひとりの要求に根ざしたところからのアプローチが、いろいろな角度から検討されていかなければならない。レクリエーション行動を考えていくうえで、働く人たちにおおいかぶさる矛盾、その社会的原因を除去していくというレクリエーション行動なりレクリエーション活動なりレクリエーション運動というものにより一層明らかにされてゆく必要があると思う。一言でいえば、個人のレクリエーション行動と集団のレクリエーション運動、この関連からの実践とか研究がもっと深められていくと、一層レクリエーション学というものが前進するのではないかと考えている。

千葉和夫氏

「レクリエーション指導を通じた健康教育への展望」というテーマで、レクリエーション指導（者）論にひとつの考え方を提示する方向で話題を提供したい。

まずレクリエーションの概念としては、「自由時間に行なわれる自発的な活動で、喜びを伴ない生活を豊かにする活動」（経企庁レクリエーション委員会）という見解をとり、とりわけ生活を豊かにする活動というところに力点をおいて考えている。このようなレクリエーション概念を基盤に、今日のテーマである「レクリエーション指導」の概念としては、構造面から次のように考えている。「レクリエーション指導とは、レクリエーションを可能にするさまざまな文化財（遊戯、音楽、舞踊、スポーツ、野外活動など）とレクリエーションを行なおうとする人々（レクリエーション主体）との間に立って両者を結びつけ（組織し）、レクリエーション主体が多様なレクリエーションを自ら実行できるように素材の提供、技術の指導、活動の援助等を行なうことである。」（日本レクリエーション協会）このうち後半の部分の、レクリエーション主体が自ら実行できるように援助する、支援するという視点が重要であるが、そのための体系の整備が現状ではまだ遅れているといえるだろう。

レクリエーション指導者の機能については、二つの側面が考えられる。ひとつは、レクリエーションを可能にするさまざまな文化財は、それを共に実践する人々の人間的交流（交流分析におけるC-Cの関係、相互の受容・承認）を促進するという側面がある。もうひとつは逆に、人間的交流から得られる喜びをかなり意識した指導面も考えられる。現実のレクリエーション指導者は、主として後者の方で大きな機能を発揮していると考えられる。いずれにしても、レクリエーション指導者は人間的交流の演出者である。

先にあげたレクリエーション指導の概念に忠実に考えていくと、「ある人のレクリエーションをしたいという欲求を刺激し、その結果生じてくるレクリエーション動機を自らの責任において遂行するよう指導援助する人」がレクリエーション指導者ということになる。この場合、レクリエーションワーカー（援助者・支援者）という言葉のひびきがよく似合うように思われる。

先にあげたレクリエーション指導の概念に忠実に考えていくと、「ある人のレクリエーションをしたいという欲求を刺激し、その結果生じてくるレクリエーション動機を自らの責任において遂行するよう指導援助する人」がレクリエーション指導者ということになる。この場合、レクリエーションワーカー（援助者・支援者）という言葉のひびきがよく似合うように思われる。

高齢者レクリエーション等においては、このような考え方が特に重要であろう。多くのレクリエーション指導者の価値観は、「レクリエーション体験そのものが人間の成長発達に貢献する」ということのみしか考えていなかったように思う。それをふまえながらも、これからのレクリエーション指導は「人間が自らのレクリエーションを自立させていく過程への援助」という視点を認識し、実践していくことが大切である。高齢者レクリエーション界においても、レクリエーションは、適当な運動であるし、イライラを解消してくれるし、場合によっては新しい友だちができたりますので、肉体的、精神的、社会的老化防止につながるという程度の考え方が大勢であったように思われる。もちろんそうしたことを否定するのではないが、さらに一歩進めて「生きる喜びづくり」としてのレクリエーション指導を確立していかなければならない。

レクリエーション指導のモデルとしては、医療モデ

ル、保護管理モデル、治療的環境モデル、教育・訓練モデル、コミュニティ・モデルがある（G. S. オモロウ）が、高齢者レクリエーション指導の場合は、施設にあては、保護管理モデルから治療環境モデルに移行してもっており、また地域社会の場面では、一応治療環境モデルが認識されてはいるものの、教育・訓練モデルにはまだ相当の距離があるというのが現状であろう。

レクリエーション自立への援助については、手がかかりとして健康教育・余暇教育の考え方を導入してみてもどうかと考えている。「生活を楽しく豊かにする行為、活動」と考えられるレクリエーションは、それを実践する過程において“健康水準”を上げていく可能性が高く、またそれは主として余暇時間充実と深い関係があると思うからである。

健康教育というのは「健康に関する信念、態度、行動などに関する個人や集団、地域社会などの諸経験とさらに健康上必要な場合には、これらの信念、態度や行動の変容の過程についても研究して、その変容を起こさしめる努力的活動である」（WHO健康教育専門委員会）と定義されている。山本幹夫氏はこのWHOの定義を次のように解説している。「健康教育は、人々の信念や態度、行動などについて、保健上具合が悪い場合には、それを変容させ、なおしてゆく努力が含まれているとされており、現在では特にこのようにして、健康生活を人々に実現させるための保健活動のすべての段階における専門家の教育的援助的活動である」健康教育は知識教育に終始するのではなく、行動変容に結びつく教育が大切であろう。

そのような考え方は余暇教育に結びつけていくと、余暇教育は、「生きる喜びに満ちたくらしの実現」という観点から、余暇に関する信念、態度、行動などについて、その望ましい変容を起こさしめる教育的援助的活動過程であると考えられる。レクリエーションが自立していくときに、健康教育とか余暇教育という考え方にもとづいて、自立への援助過程を考えていくと体系化へのステップがえられるのではないと思われる。

現実の「レクリエーション指導」と言われている場面に、健康教育、余暇教育の要素を少しでもとり入れてみる試みとしては、次のようなことが考えられる。第1は、「シリーズ」で指導に当れる機会をつくらなければどうにもならないのではないかとすることであ

る。2時間1回程度の単発のものではなく、10回程度のシリーズで、ディレクター的な役割をも果していくことが望ましい。第2は、学習方法を工夫することである。例えば講義は1時間で、あとの1時間は実技をした後、講義と実技についての小集団による話し合いを設定してフィードバックをはかっていくようにすれば、自主的な学習グループが数多く育ってくる。第3は、プライベートな生活と講座をいかに有機的に結ぶかということである。それには毎回宿題を出して持ち返ってもらいプライベートな生活と講座を結びつけていく「宿題方式」が考えられる。話し合いとか宿題によって、自由時間を考えなおそうというひとつの「気づき」がつかめるのではないだろうか。

最後に子供たちや青年や働く人々や、主婦、老人、障害者へ、体系的レクリエーション・ワークをサービスしていくプロのレクリエーション指導者（ワーカー）の養成が、これからの課題として考えられることを強調して、むすびにかえておきたい。