

知的障害児（者）の余暇活動と生活の質（QOL）に関する研究 —スポーツ・レクリエーション活動の活動群と非活動群の比較—

○南條 正人（仙台大学非常勤講師） 仲野 隆士（仙台大学） 小池 和幸（仙台大学）

I. はじめに

現代社会の特徴の一つとして、人口の高齢化があげられる。わが国における、65歳以上の高齢者の割合は、2004年では19.5%であったが、2025年には、30%程度まで上昇すると予想されている。この高齢化の問題は、知的障害者でも同様である。知的障害者をはじめ発達障害がある人たちの生命予後は、国民の平均寿命に比べれば短い、時代とともに延びている。特にダウン症の平均寿命に関しては、今日では50歳ないし60歳代を迎える人も珍しくない（正木,1999）。知的障害者の入所更生施設の利用者のうち、60歳以上の比率は1985年では2.3%であったが、1999年には8.8%まで上昇している。また、1999年度の「日本知的障害者福祉協会」の調査によると、更生施設1068ヶ所のうち、高齢化が問題となっている施設は763ヶ所あり、全体の71.4%を占めると報告している（発達障害白書2002）。

これまで、医療の分野や高齢者福祉の分野では、知的障害児（者）を対象とした、生活の質（QOL）の測定の試みがなされている。そこでは、知的障害児（者）に関しては、大きな関心が向けられているものの、定量的に測定するという試みはあまりされていない。日本における研究に着目した場合、河東田らの（1999）「知的障害者の生活の質に関する日瑞比較研究」があり、会話によるコミュニケーションがある程度可能な知的障害のある人たちを対象とした生活の質（QOL）の調査を実施している。その結果、入所施設のような本人の意思や主体性が生かしくい生活形態では、生活の質（QOL）の評価が著しく低いという実態を明らかにしている。末光ら（2000）の「高齢知的障害者の日本版QOL質問紙簡易版に関する研究」においては、Schallock&Keith（1993）らが開発した「生活の質・質問紙」を用いて、入所施設利用者の生活の質（QOL）を調査している。具体的には、入所施設利用者の本人回答、通所者・入所施設利用者の本人回答、そして職員回答との比較を実施している。その結果、入所施設利用者の本人回答と職員回答の比較において、5%水準で有意な差が認められたと報告している。

障害者の余暇活動に関する研究では、これまでのレクリエーション活動の経験が少ない上に、種目選択が限定されていると報告されている。また、FirthとRapley（1990）は、障害者が参加する活動は一人で行う活動が多いことを発見し、障害者の活動を制限しているのは能力ではなく、機会の欠如だと指摘している。また、富安（1990）は、地域の中でのレクリエーション活動に関して、一般的にレクリエーション活動には障害のある人々だけが集められていると指摘している。

このような研究は、知的障害児（者）を対象にアプローチされてはいる。しかし、生活

の質 (QOL) へのスポーツ・レクリエーション活動の影響という視点からのアプローチした研究はみられない。

そこで、本研究は、スポーツ・レクリエーション活動に着目し、知的障害児 (者) の生活の質 (QOL) との関連を明らかにすることを主たる目的とした。

II. 研究方法

1) 調査対象

本研究のサンプルを得るため、宮城県仙南地区における在宅知的障害者、知的障害者入所施設、知的障害者通所施設、グループホーム利用者及び養護学校高等部に調査の協力を依頼した。そして、協力が得られた施設、学校において調査を実施した。その際、知的障害児 (者) を対象に実際に生活の質 (QOL) を測定する場合、問題となるのは言語理解及び表出言語である。そこで、本研究では先行研究を参考に、会話によるコミュニケーションが可能で、質問の内容に対して適切な言語理解及び表現ができる療育手帳 B の軽度知的障害児 (者) を対象とし、施設職員並びに学校職員により抽出された者を調査対象とした。なお、本研究では、ACSM (アメリカ・スポーツ医学会) の基準を参考にし、「一回の活動を 20 分以上、週に 3 回以上」をスポーツ・レクリエーション活動の活動群と規定した。

2) 調査方法・手順・回収

調査方法は、対面の個人面接法を採用した。調査期間は平成 15 年 7 月より開始し、9 月に終了した。施設職員及び学校職員により抽出された対象者には、本研究の主旨や面接内容の説明を行い、承諾を得た対象者と面接日時を決定した。なお面接時には、守秘義務の説明を行った後に面接を開始した。面接時間は 1 人あたり 30 分から 40 分であった。

個人面接法においては、面接者と対象者間のラポール形成が重要であると言われている。そこで、面接者である筆者は、対象者が普段の生活の中で多くの時間を費やしている施設または学校に出向き、その形成に努めた。そうすることによって、対象者が緊張せずに話すことのできる環境づくりに配慮した。

施設職員、学校職員によって抽出された 171 名のうち、質問に対して適切な言語理解ができていると判断された 153 名が本研究の対象となった。なお、回収率は 89.5% (153 件) である。

III. 結果

生活満足度要因として設定した 13 の質問項目により、活動群と非活動群を比較してみた。その結果、活動群が非活動群に比べ、すべての質問において高い数値を示した。13 の質問のうち 9 項目で統計的に有意な差が認められた。また、生活満足度全体の平均でみても有意差 ($p < 0.01$) が認められた。この結果は、スポーツ・レクリエーション活動が日常生活に良い影響を与え、生活が活性化されているということを示唆するものである。

次に、8項目の質問を用いた社会参加・活動による活動群と非活動群を比較してみた。その結果、すべての質問において活動群が高い数値を示し、8項目の質問のうち6項目で有意差が認められた。また、社会参加・活動全体の平均でも有意差 ($p<0.01$) が認められた。

さらに、9項目の質問を用いた自立・自由度による活動群と非活動群を比較してみた。その結果、9項目の質問のうち6項目の質問で有意差 ($p<0.01$) が認められた。

以上のことから、活動群と非活動群の違いをみると活動群が全体的に高い数値を示し、30項目の質問のうち21項目の質問で有意差が認められた。このように、知的障害児(者)がスポーツ・レクリエーション活動をライフスタイルに取り入れることは、生活満足度、社会参加・活動及び自立・自由度に影響を与え、知的障害児(者)の生活の質(QOL)の向上に寄与するということが明らかとなった。

生活の質(生活満足度)	上段 平均値 下段 標準偏差		t検定 (男女混合)
	活動群 n=82	非活動群 n=71	
全体として、現在のあなたの生活には。	2.27 0.61	2.03 0.63	*
日常生活でどれぐらい、楽しみや娯楽がありますか。	2.24 0.66	1.77 0.70	**
年を重ねることにより、楽しみや娯楽が増えると思いますか。	2.30 0.66	2.01 0.71	*
昔よりも身体の健康に不安がありますか。	2.18 0.70	2.10 0.68	
昔よりも住環境で不自由を感じることはありますか。	2.51 0.73	2.23 0.78	*
他の人に比べて抱えている問題は多いですか。	2.17 0.76	1.99 0.84	
1ヶ月に何回ぐらい孤独を感じますか。	2.38 0.66	2.04 0.78	**
回りの人は年を重ねることでより大切にしてくれますか。	2.55 0.53	2.27 0.68	*
他人と比べて、よい暮らしをしていると思いますか。	2.48 0.53	2.04 0.76	**
あなたと家族の間はうまくいっていると思いますか。	2.52 0.65	2.17 0.68	**
今後、家族との関係は変化すると思いますか。	2.18 0.54	2.01 0.60	
昔よりも生活上の心配はどうか。	2.10 0.70	2.01 0.67	
悩みや困った時、相談出来る人が身近にいますか。	2.18 0.70	1.90 0.74	*
生活	2.31	2.04	**

** $p<0.01$ * $p<0.05$

生活の質(社会参加・活動)	上段 平均値 下段 標準偏差		t検定 (男女混合)
	活動群 n=82	非活動群 n=71	
年をとるに従って、やりたいことが出来るようになると思いますか。	2.45 0.75	2.11 0.85	*
毎日の作業や活動はあなたにとって、意味があると思いますか。	2.42 0.62	2.08 0.67	**
現在参加している日中の活動は気に入っていますか。	2.61 0.64	2.10 0.81	**
日中活動から得られる技能や経験に満足していますか。	2.30 0.66	1.96 0.71	**
現在参加している日中活動は誰が決めていますか。	2.44 0.81	2.18 0.85	
昔よりも地域へ出かけことに制限を受けることがありますか。	2.37 0.80	2.25 0.81	
地域の友人との行き来はよくありますか。	1.86 0.80	1.55 0.71	**
地域へ買物・遊び・趣味等で外出することはありますか。	2.41 0.67	2.06 0.79	**
社会	2.36	2.04	**

** $p<0.01$ * $p<0.05$

生活の質(自立・自由度)	上段 平均値 下段 標準偏差		t検定 (男女混合)
	活動群 n=82	非活動群 n=71	
買物の時、お金の使い方は誰が決めていますか。	2.65 0.72	2.39 0.85	
起床・就寝・食事など日常的なことについて、どの程度の決定権がありますか。	2.25 0.75	2.28 0.81	
衣服・装飾品・化粧品・持ち物での制約はありますか。	2.82 0.46	2.10 0.83	**
嗜好品 (たばこ・お酒・コーヒー等)を適宜に楽しめますか。	2.30 0.82	1.69 0.80	**
あなたは保護者ないし後見人を信頼していますか。	2.69 0.55	2.24 0.82	**
家族との連絡(外泊・面会・手紙・電話)で制約を受けることがありますか。	2.63 0.64	2.20 0.84	**
あなたに危害、迷惑、怒りを及ぼすような人と一緒に暮らしていませんか。	2.63 0.64	2.49 0.75	
これからの生活について自分の意見を聞いてもらっていますか。	2.38 0.68	1.94 0.75	**
総じてあなたの生活は。	2.72 0.51	2.11 0.77	**
自立	2.56	2.16	**

**p<0.01 *p<0.05

IV. おわりに

今回実施した調査から、知的障害児(者)がスポーツ・レクリエーション活動を積極的に実施することは、「生活の質(QOL)」の向上に総合的に寄与するということができた。一方、障害者のスポーツ・レクリエーション活動を支援する組織は、いまだに少ないという実態が明らかになっている。よって、今後の障害者のスポーツ・レクリエーション活動を支援する組織の設立や環境づくりが必要不可欠の課題であるという事を改めて認識し改善されなければならない。

最後に、本研究の対象者を知的障害児(者)としたことに伴い、言語理解及び表出言語が問題となった。今後は、知的障害児(者)の「生活の質(QOL)」を測定する際の信頼性をさらに高める測定方法を検討していきたい。そして、知的障害児(者)のスポーツ・レクリエーション活動の重要性を明らかにするためのデータをさらに蓄積していきたいと考えている。

<文献>

- 1) Landesman, S 「Quality of Life and Personal Satisfaction : Definition and Measurement Issues」 *Mental Retardation*, 24, 14-143, 1986
- 2) 正木基文「生命予後」*保健の科学*, 41, (3), 167-171, 1999
- 3) Robert L, Schalock, Kenneth D, Keith, Karen Hoffman, and Orv C, Karan 「Quality of Life : Its Measurement And Use」 *Mental Retardation* 27, 1, 25-31, 1989
- 4) 末光茂, 笹野京子, 菊池達男「高齢知的障害者の日本版 QOL 質問紙簡易版に関する研究」*岡山県老人保健強化推進特別事業報告書*, 2000
- 5) 富安芳和「グループホームをめぐるサービスシステム」*発達障害研究*, 12 (2), 81-87, 1990