

< 総説 >

医学系データベース「医中誌 Web」における
レクリエーションに関する論文の特徴
— 2007-2011 年の公表論文を対象として —

本多卓也¹ 上岡洋晴² 北湯口純³ 鎌田真光³ 渡邊真也⁴

Characteristics of papers on recreation in a medical database, Ichushi Web
— A study of papers published between 2007-2011 —

Takuya Honda¹, Hiroharu Kamioka², Jun Kitayuguchi³,
Masamitsu Kamada³ and Shinya Watanabe⁴

Abstract

This study reviewed papers published in the period from 2007 to 2011 containing the word "recreation" in the title, using a medical database, Ichushi Web, to describe the characteristics of recreation studies (study design, content of recreation, target disease or other characteristics of participants, and efficacy), and to discuss development of the Japan Society of Leisure and Recreation Studies and the field of recreation studies.

Study design was investigated based on study designs for clinical and epidemiological studies, as well as other types of studies. Reviewed studies were not limited to specific diseases, and studies with healthy participants were also included. All particulars (types) of recreation that authors described in the papers were included. Language was unrestricted. The search was conducted between June 27 and 30, 2011 using Ichushi Web. Purposes, subjects, characteristics of recreation, study designs, and conclusions of the studies were summarized in an evidence table, and characteristics of the subject studies were summarized and discussed.

The results showed that many of the studies on recreation that appeared in Ichushi Web were conducted by nurses and caregivers of hospitalized patients and patients with mental disorders in whose duties were to introduce recreation as a complementary therapy to enhance quality of life (QOL) of the patients. Accordingly, these results demonstrated the significance of awareness about and public relations for the Japan Society of Leisure and Recreation Studies as a place for discussion about methodology for recreation intervention.

Many study designs that were in place were interventional without a control arm, and this limited our ability to assess the evidence. It is suggested that the extent of activities treated as recreation should be clarified, and that study design should be optimized in advance of study conduct.

1 東京大学大学院教育学研究科 Graduate School of Education, The University of Tokyo
2 東京農業大学地域環境科学部 Faculty of Regional Environment Science, Tokyo University of Agriculture
3 雲南市立身体教育医学研究所うんなん Physical Education and Medicine Research Center Unnan
4 公益財団法人身体教育医学研究所 Physical Education and Medicine Research Foundation

1. 緒言

2010年11月に発刊された日本レジャー・レクリエーション学会の歩み～その2～：1996-2010(特別企画)において、「レジャー・レクリエーションの研究をめぐる動向と将来展望：企画のねらい」の中で麻生¹⁾は、「レジャー・レクリエーション研究の流れを社会的・学問的背景を踏まえながら定期的にレビューし、さらに新しい時代を見据えた研究の課題や方法論を展望することは、学会に課せられた最も重要な使命である」と述べている。

その特別企画の中のレビューでは、「歴史と言論」²⁾、「意識と行動」³⁾、「活動とプログラム」⁴⁾、「サービスと運営管理」⁵⁾、「資源と空間」⁶⁾、「医療と福祉」⁷⁾の6研究分野で、それぞれの研究動向や今後の課題が述べられている。

「医療と福祉」⁷⁾の中では、2009年3月時点において、1990年から2009年の20年間で、レクリエーションという用語が各データベース中の論文タイトルに含まれている数は、「Web of Science」が343件(平均17.2件/年)、「PubMed」が242件(平均12.4件/年)、「JDream II」が135件(平均6.8件/年)、「医中誌 Web」が365件(平均18.3件/年)であったことを報告している。しかし、レクリエーションがどのような内容であるのか、どのような疾患や対象者についての介入なのかについては示されていない。

国内においては、上岡ら⁸⁾が「レジャー・レクリエーション研究」の中で、1993年から2007年の期間に公表された疫学的研究論文のレビューを行っているが、その他の国内雑誌におけるレクリエーションの発表状況の詳細はわからない。さらには、2007年から現在までの過去5年間の最新の動向も不明である。

そこで、本研究は、医学データベース「医中誌 Web」を活用して、2007年から2011年の期間に公表されたレクリエーションを題目に含む論文をレビューし、医学データベースに掲載されているレクリエーション研究の特性(研究デザイン、レクリエーションの内容、対象疾患あるいは参加者特性、効果)を明らかにし、日本レジャー・レクリエーション学会や、レクリエーション研究分野の発展のための考察を行うことを目的とした。

2. 研究方法

1) レビューに含まれる対象研究の基準

(1) 研究デザイン

臨床・疫学研究の研究デザインを基本とし、それ以外のデザインも対象とした。

(2) 参加者の特性

特定の疾患に限定せず(無制限)、健常な参加者も含めた。

(3) レクリエーションの種類

各論文の著者がレクリエーションとして記述した事項(種類)をすべて対象とした。

(4) 言語

日本語で記述された論文に加え、ヒットした論文の言語は無制限とした。

(5) 使用したデータベースと検索方法

2011年6月27日から30日の期間に「医中誌 Web」^(註1)を用いて、システムティック・レビューを含む臨床・疫学研究の検索に熟練した図書館司書1名が実施した。検索テーブルは、「レクリエーション/TI or recreation/TI and (DT=2007:2011 PT=原著論文) Bibliographic database」であった。

2) レビューの方法

(1) 論文の選択

検索で抽出された論文を「1) レビューに含まれる対象研究の基準」によってスクリーニングを行った。除外した論文はその理由とともに付録に示した。

(2) 研究の要約

エビデンス・テーブルとして、研究目的、対象者、レクリエーションの特徴、研究デザイン、結論を示した。介入研究では、8項目からなる構造化抄録で示すことが多いが、より簡潔でレクリエーション独自の内容が把握しやすくなるように改編を行った。さらに、対象となった研究の特性を整理し、考察を行った。

(3) 研究の質評価

本研究は、エビデンスを吟味する目的ではないため、研究の質の向上のために開発されたランダム化比較試験^{9) 10)}や観察研究^{11) 12)}の声明・チェックリストや質評価のためのチェックリストによる対象論文の評価は実施しなかった。

(4) メタ分析

本研究は効果を定量化することを目的としてい

ないので、類似した研究内容のデータの統合などの統計分析は実施しなかった。

3. 結果

表1は、適格基準に合致した論文¹³⁾⁻⁵⁰⁾のエビデンス・テーブルである。表2は、リサーチ・クエスションに基づいて、表1で示した論文の特性を把握しやすいようにまとめ直したものである。

適格基準に合致した論文は、2007年12編、2008年8編、2009年8編、2010年9編、2011年1編（2011年6月30日まで）の合計38編であった。

雑誌では、看護系雑誌が最も多く19編（50%）、次いで大学や研究機関の紀要9編（23.7%）、リハビリテーション医学系雑誌4（10.5%）と続いていた。

研究デザインでは、コントロール群のない介入研究が19編（50%）、コ・メディカル（ここでは医療従事者とその学生としている）への教育介入7編（18.4%）、症例報告4編（10.5%）の順となっていた。

対象疾患あるいは対象者では、健常な中高年者が5編（13.2%）、看護学生や看護職員を対象とした研究が合わせて7編（18.5%）で多く、その他、精神疾患患者や入院患者、要介護者、認知症者など多種の疾患や身体状況の者を対象としていた。論文からは鑑別ができないことと、基礎疾患が重複する可能性が高いため、各論文の記載の名称に留め、それ以上の統合は行わなかった。

レクリエーションの特徴では、特に種目を限定的でない様々なレクリエーションが22編（57.9%）と最も多く、次いで音楽療法（レクリエーション）が4編（10.5%）、それぞれボール・絵画・スポーツが2編ずつ（5.3%）となっていた。

4. 考察

1) 研究の傾向と実施者

2011年を除き、過去4年間の傾向として、医中誌 Web には、ほぼ毎年8から12編程度のレクリエーションに関する論文が搭載されていた。その中で、看護系の雑誌が約50%を占め、看護師によるレクリエーションの研究が高い比率を占めていることを明らかにできたことが本研究の最も

大きな成果であった。

レクリエーションをテーマにした研究に興味を抱く看護師が潜在的に多いことを示唆している。このことは、看護系や紀要だけでなく、レクリエーションによる患者教育や介入の成果を、日本レジャー・レクリエーション学会（本学会）の場で発表してもらうことの意義を示す十分な根拠になったと考えられる。臨床場面で共通認識し合う看護師間でレクリエーションの効果を議論することも重要だが、レクリエーション研究（方法論）の専門家が多い本学会での議論（学会発表・論文）は、看護を専門とする研究者に対して多くの示唆を与えるとともに、反対にコ・メディカルではない多くの本学会員にとっても、臨床におけるレクリエーションの活用を学ぶ有益な機会になると考えられる。

2) 研究デザイン

研究デザインとしては、コントロール群のない介入研究が50%であった。多くの研究が目前の患者や対象者のために、レクリエーションを介して、その効果を確かめようとする試みであった。しかし、コントロール群（比較対照群：レクリエーションを行わない群）がなければ、何らかの反応があっても、その介入だけからもたらされた効果だと確認することは不可能であり、その介入の重要性が過剰に述べられる恐れがある⁵¹⁾。より具体的に述べれば、レクリエーションではなく、その他の治療による成果かもしれない、あるいは時間が経過したからそのような結果になったかもしれない、という疑問を取り除くことはできない、ということである。

コンビニエンス・サンプルとして、コントロール群のない研究は実施しやすいが、エビデンスを語る上では、決定的な弱さがあることも踏まえて結果を解釈する必要がある。本研究では、コントロール群を設定したのは1編だけであり、それはランダムに参加者（患者）を割り付け、真実を示す可能性が最も高いとされるランダム化比較試験（RCT）ではなく、任意に意図をもって介入群とコントロール群に振り分ける非ランダム化比較試験（nRCT）であった。

研究デザインとして、看護師や看護学生のレクリエーションを通じて得られる教育効果をみる研

表1 対象となった論文のエビデンス・テーブル

| No. | 代表著者 | 雑誌 | タイトル | 目的 | 対象疾患/参加者 | レクリエーションの特徴 | 研究デザイン | 主要な結果または結論 |
|-----|------|---------------------|---|--|-------------------|---|----------------|---|
| 13 | 岩本久生 | 理学療法の臨床と研究 (2011) | レクリエーションを取り入れた運動による介護予防教室の取り組みとその効果 | 特定高齢者を含む対象に週1回、3ヵ月の遊びや踊りなどのレクリエーションを中心とした介護予防教室を行った。このような教室が高齢者の身体機能や生活機能にどのような影響を与えるか、その効果について検証することを目的とし、今後の取り組みへ生かしていくこととした。 | 高齢者 (特定高齢者を含む) | 平衡性や敏捷性の要素を含む遊びやトレーニング、歌謡曲にあわせて踊り | コントロール群のない介入研究 | 週1回、3ヵ月と頻度、期間ともに少ない運動介入であったが、運動習慣の増加と相俟って、身体機能の向上が認められたと考えた。生活機能の向上は認められなかったことから、長期間の運動を継続する必要性が考えられた。介護予防教室に対し満足度は高く、継続した運動を啓発させることができた。 |
| 14 | 高橋和文 | 金城学院大学論集 (2010) | フライングディスクを用いたレクリエーションの心理的効果: 「なごや健康カレッジ」の参加者を対象として | フライングディスクを用いたレクリエーションの心理的効果について、「なごや健康カレッジ」の参加者を対象として検討した。 | 健康な中高年者 | フライングディスク (frisbee) を用いたディスクゴルフ | コントロール群のない介入研究 | レクリエーションは、「疲労 (F)」は高くなったものの、「緊張不安 (T-A)」を軽減し、「活気 (V)」を高める傾向を有している点において、参加者によって中程度の運動強度であったと推察される。 |
| 15 | 飯尾尚子 | 日本精神科看護学会誌 (2010) | 統合失調症慢性期患者への音楽療法的レクリエーションによる社会性の向上に対する効果: 家庭用コンピューターゲームにより自己表現・対人交流拡大をめざした新しい試み | 統合失調症の慢性期患者の多くは無為・自閉状態にあることから、レクリエーション (以下レク) への関心が低く、また、他者とかかわることに恐怖感を抱き、対人交流が少なかったため孤立した毎日を過ごしがちである。一方、福祉・介護領域では高齢者に対するゲームの有効性が注目されていることから、家庭用コンピューターゲームを使ったレクで自己表現と対人交流を改善することは、彼らの社会性が向上することになると考え、レクを考え、実施した。 | 統合失調症慢性期患者 | 家庭用コンピューターゲームと音楽ゲームソフト | コントロール群のない介入研究 | 対象者はレクを通して自分の表現が受け入れられた経験をし、自己表現に対する抵抗が徐々に和らいだという結果につながったのではないかと考える。よって、本研究の結果、社会性の向上に影響する自己表現力、対人関係力の改善が今回のレクによって得られたことがわかった。 |
| 16 | 渡部弘子 | 日本精神科看護学会誌 (2010) | 認知症患者への音楽療法に取り組み、音楽療法で学んだことを活用して | 音楽療法という非薬物的介入が、認知症患者にどのような変化をもたらすかを明らかにすることを目的とし実施したのでここに報告する。 | 認知症患者 | あいさつや呼吸・発声運動、お手玉体操、なじみの歌、季節の歌を歌う、リズム運動などの音楽療法 | コントロール群のない介入研究 | 音楽療法という非薬物的介入により認知症患者の精神的安定が図れた。しかし、19名から得られた結果であり研究としては限界がある。今後は対象者を増やし介入群と未介入群の比較をし、統計的に分析する必要がある。 |
| 17 | 小池和幸 | 仙台大学紀要 (2009) | 介護予防教室における目的別レクリエーションプログラムの開発と効果に関する研究 | 介護予防教室におけるレクリエーションプログラムの構造の特徴を活動分析の手法を用いて分析した。また、従来のレクリエーション素材の介護予防教室への活用方法についてまとめた。 | 高齢者 | 健康講話と筋力トレーニング、レクリエーション、レクリエーション、レクリエーション | レビュー (概念の整理) | 予め、転倒予防や認知症予防に必要な要素を抽出して、既存のレクリエーション財の「楽しみ」の要素を損なわないよう工夫して変化 (modify) させることによって、介護予防に効果的かつ容易に動機付け可能なレクリエーションプログラムを創造することができると思われる。 |
| 18 | 齋藤梢 | 岩見沢市立総合病院医誌 (2010) | 高齢透析患者の気分転換と残存機能の維持・向上をめざしてレクリエーションを活用して | 高齢透析患者にレクリエーションを取り入れて入院生活に刺激を与えれば、気分転換や残存機能の維持・向上につながるのではないかと考え、試みた。 | 高齢透析患者 | 「新聞紙で玉を作る」「この玉を使った当てゲーム」「玉入れゲーム」「玉転がしゲーム」「歌謡曲にあわせて上半身を動かす踊り」「歌謡曲にあわせて下半身を動かす踊り」「風船パレー」「童謡にあわせて歌う」など | コントロール群のない介入研究 | 終了後に参加者の感想を聞き取り調査した結果、気分転換に有効であったことが確認された。残存機能の維持・向上に有効であったかどうかについては、研究期間が短かったため明らかにできなかった。 |
| 19 | 片野真 | 帝京平成看護短期大学紀要 (2010) | 精神科病棟実習に学生企画・実施のレクリエーションを導入しての一考察 | 精神科病棟実習において、複数数の患者との関わりを作る会として学生企画のレクリエーションの導入を行った。そこで、学生がレクリエーション企画・実施を通して学んだこと、そこからの見解と今後の課題について報告した。 | 精神科病棟の患者をケアする看護学生 | 学生企画のレクリエーション | コ・メディカルへの教育介入 | レクリエーションの導入により「レクリエーションに関わる看護師の役割」「患者の持っている力、健康的側面への着目」「集団への働きかけ」「患者との関係を形成する」を学ぶことができた。さらに、学生の精神科に対する意識の変容に繋げていくことができたという展望を得ることができた。 |

表1 つづき

| | | | | | | | | |
|----|-----------|---|---|---|---------------------|--|----------------|---|
| 20 | 梅谷幸代 | 新田塚医療福祉センター雑誌 (2010) | 治療的レクリエーション導入により見えてきたレクリエーションにおける診療報酬請求率100%を目指して | 精神科レクリエーション(以下レク)において、平成18年度までは、レクを「娯楽」と考える患者が多く、治療の報酬請求率として参加者全員の診療報酬請求率であった。そこで、レクの企画や運営にも患者が携わる機会を提供するという、治療的レクの導入を図り、それに伴い作業療法(以下OT)診療内にレクを位置付けた。 | 精神科患者 | レク(インドア運動会、福井病院祭り、交流試合、リエゾン杯ゲートボール大会) | 診療報酬分析 | 平成20年度のレクにおける診療報酬請求率は100%となり、診療体制の確立が図れた。 |
| 21 | 津端飛鳥 | 日本精神科看護学会誌 (2009) | 精神障がい者の自己表現を育む絵画レクリエーションの効果 | 絵画レクリエーション(絵画レク)が精神障害者の豊かな自己表現にもたらす効果と看護上の示唆を得ることを目的に、小グループをつくり、週1回約75分間の絵画レクを9回行った。 | 躁うつ病の男性、統合失調症の女性の3名 | 絵画レクリエーションを行い、感想を語り合う | コントロール群のない介入研究 | 絵画レクは絵画による自己表現が他者に共有される体験であり、自己受容や豊かな自己表現、他者につながる力や喜びが生まれ、更には楽しさが再び絵画表現への原動力となる正の循環が起きていると考えられる。精神科看護者は看護の視点を絵画レクに活かすこともでき、更には発見できた患者の様々な側面を日々の看護に役立たせることも可能である。 |
| 22 | 大山由香 | 日本看護学会論文集：老年看護 (2010) | 余暇歴・生活歴をとらえたレクリエーション | うつ状態にある老年期妄想症の70歳女性症例に、レクリエーション(レク)の実施を試みた。 | うつ状態にある老年期妄想症の女性 | 「抒情歌を聴くこと」とし、「歌はみんなで楽しめる」という言葉より他の患者もレクに参加できるようにした。 | 症例報告 | 標記レクにより、余暇活動の向上が導かれ、また、人との関わりを肯定的に受け止められる様になり、日常生活の質も向上すると考えられた。 |
| 23 | 城幸子 | 日本看護学会論文集：老年看護 (2010) | 療養病棟におけるレクリエーション活動の効果と集団活動評価表を用いて | 療養病棟の入院患者がレクリエーションに参加すると、心身にどのような効果もたらされるか検討した。 | 療養病棟の入院患者 | 運動動作系と歌系のレクリエーション | コントロール群のない介入研究 | 評価表の項目別得点比較では運動動作系では注意持続が上昇、動揺・不安が軽減し、歌系では注意持続と集団協調性が上昇していた。以上より、継続的なレクリエーションは心身の活性化に効果があると思われる。 |
| 24 | 光延明里 | 中国四国地区立病院機構・国立療養所看護学会誌 (2009) | 認知症高齢者に音楽レクリエーションを試みて音楽による行動と気持ちの変化 | 音楽レクリエーション(音楽レク)を週2回、約30分行った。 | ハンセン氏病を有する認知症高齢者 | 音楽レクリエーション | 症例報告 | 参加後の感想は、「良かった」等で、笑顔や活き活きした表情、積極的・自発的行動が、回を重ねる毎に増えていった。なじみの歌を歌い過去を思い出している一瞬一瞬が、その人らしく安心できる時間に繋がったと思われた。 |
| 25 | 松嶋理恵 | 旭川荘研究年報 (2009) | 竜ノ口寮における小グループでのレクリエーション取り組みについて：絵画教室を通してのQOLの向上 | 著者等の寮では2006年度からレクリエーション活動を小グループで行うように変更、様々な利用者で自己表現しやすい絵画に焦点を当て取り組むこととした。 | 障害者 | 描く絵のテーマを決めて本人が描きたいまま表現し、最後に絵の題名をつけてもらった。更に描いた絵を廊下の展示スペースに貼り、利用者、職員や来寮者に見てもらった。 | コントロール群のない介入研究 | 絵画教室は利用者対職員だけでなく、利用者同士のコミュニケーションの場となり、自分の作品だけでなく他の利用者の作品を見ることによって刺激となり、自分自身に対する自信に繋がることがもたらされた。以上より、絵画教室は単なる作品作りの場で終わることはなく、最終的には個人個人の自己実現への道を切り開き、利用者自身が意欲を持ち、生活の場を広げることが必要と考えられた。 |
| 26 | Koyama M. | Journal of Medical and Dental Sciences (2009) | 高齢者における趣味の音楽作りによる免疫反応と心的状態の変化 (Recreational Music-Making Modulates Immunological Responses and Mood States in Older Adults) | 65歳以上30名(高齢群)と65歳未満33名(若年群)に、趣味の音楽作り(RMM)を1時間行わせ、その前後の血液サンプルの調査と心的状態に関するアンケート調査を行った。 | 高齢者 | 趣味の音楽作り(RMM) | 非ランダム化比較試験 | 両群で生じた免疫学的変化には有意差はみられなかった。RMMにより両群において心的状態に改善がみられたが、両群間で有意差はみられなかった。音楽作りは高齢者において健康改善に有用であることが示唆された。 |
| 27 | 寺司雅樹 | 大分県リハビリテーション医学会誌 (2008) | 介護老人保健施設におけるPTが行なうレクリエーションの効果について | 当施設(介護老人保健施設)で平成20年8月～10月に行ったレクリエーション(作業系、運動系、音楽系、頭脳系)について、理学療法士の視点からその効果を検討、報告した。 | 要介護高齢者 | レクリエーション(作業系、運動系、音楽系、頭脳系) | コントロール群のない介入研究 | レクリエーションの効果として、手指の運動、上下肢の運動、半開空間無視の改善、顔面筋の運動、呼吸筋の運動、脳活性化、難床時間の延長などが挙げられ、認知症等のため体力・理解力が低下した入所者の認知機能・身体機能の維持向上に効果があると考えた。 |

表1 つづき

| | | | | | | | | |
|----|-------|--------------------------------------|---|--|------------------------------|-------------------------|----------------|---|
| 28 | 木下香織 | 新見公 立短期 大学紀 要 (2008) | 健康教育とレクリエーション・リハビリとの合同演習の各段階での学生の学び | 地域看護学と老年看護学で実施した健康教育とレクリエーション・リハビリの合同演習の計画・実施・評価段階での学生の学びを分析し、合同演習の教育効果と教育上の課題について検討した。 | 看護学科 2年生65 名 | レクリエーション・リハビリ | コ・メデイカルへの教育介入 | 学生は、対象者との援助的人間関係やヘルスプロモーションの視点など、従来の演習方法での課題を挙げており、既習の知識と技術の応用や統合などの教育効果を確認できた。一方で、計画・実施段階での問題点も明らかになった。 |
| 29 | 池田利章 | 介護福祉学 (2009) | レクリエーション活動における認知症高齢者の楽しみの構造：フロー理論による、グループホームにおける風船バレー参加者の発話分析を通して | グループホーム（GH）のレクリエーション活動における認知症高齢者の楽しみの構造を明らかにすることを目的に、GHを利用している98歳の女性（脳出血後に認知症症状を発現）が、レクリエーションとして要望することが多い風船バレーをしている時の発話を、参与観察者である調査者が聴取し、内容分析を行った。 | 認知症高齢者 | 風船バレー | コントロール群のない介入研究 | その結果、利用者のレクリエーション活動中の発話から、1) 内発的動機づけにかかわる領域、2) 自己の活動に対する管理的な要求の領域、3) 自己の活動を客観視してとらえる領域、4) 外発的動機づけにかかわる領域、を表明する言葉が表出されていることが分かった。 |
| 30 | 福坂恵子 | 日本看護学 会論文集 ：老年 看護 (2009) | 高齢者の感覚に訴える効果的なレクリエーションの要素：ボールを用いて、大きさ、動き、色、音の異なる、音が及ぼす影響の検討 | 介護療養病床入院中の自立度ランクB～Cで長谷川式簡易知能評価スケールが10点以下、30分以上座位保持可能な患者13例（60～90歳代）を対象に、材質、大きさ、色、音の有無など種類の違うボールを用いて各例のボールへの反応の程度を点数化し、高齢者が取り組む意欲が高まるレクリエーションの要素について検討した。 | 高齢介護 患者 | ボールを使ったレクリエーション | コントロール群のない介入研究 | 高齢者にとって大きさや取り扱やすさは非常に重要で、暖色系で扱いやすい大きさ、かつ音の発生する用具の使用とその要素を取り入れたレクリエーションの工夫により、高齢者の積極性やそれに取り組む意欲が高まるのではないかと推測される。 |
| 31 | 木下香織 | 日本看護学 会論文集 ：看護 教育 (2009) | 健康教育とレクリエーション・合同演習の教育効果の分析から | 老年看護学と地域看護学の2領域合同の学内演習として、対象者への健康教育とレクリエーション・リハビリの集団指導を企画・実施・評価する合同演習を行い、その効果を、A短期大学看護学科2年次生64名の演習記録の自己評価表の自由記述の内容分析から検討した。 | A短期大 学看護学 科2年次 生64名 | レクリエーション・リハビリ | コ・メデイカルへの教育介入 | 健康教育では、学生は集団指導の実践の場と対象者との関わりを疑似体験することで、【雰囲気づくり】【参加者の反応の確認】【参加者の交流】の重要性を学び、対象者の生活像を描きながら【生活行動への継続性】を目指した計画の立案につなげることができていた。また、レクリエーション・リハビリでは、対象に設定した高齢者の老化に伴う機能低下や特徴的な健康問題を含めた【専門的知識】をもとに、プレゼンテーション能力やリスクマネジメントの意識など、既習の知識と技術を応用・統合した企画・実践を学ぶことができていた。 |
| 32 | 濱田秀子 | 日本精神科 看護学 誌 (2008) | 活気ある病棟づくりに向けてのレクリエーション：鳥唄・鳥踊りを取り入れて | 鳥唄・鳥踊りを取り入れたダンスレクリエーションを継続実施し、患者の入院生活における活動意欲、対人交流の効果を検証する。 | 入院患者 全員 | 鳥唄・鳥踊りを取り入れたダンスレクリエーション | コントロール群のない介入研究 | 馴染みのある鳥唄・鳥踊りを取り入れたダンスレクリエーションで、懐かしさやリズムが心を刺激し、「楽しみ」という感情・情緒が引出され、患者が積極的に参加できたのではないかと考える。今回は、他のレクリエーションには興味を示さなかった患者や臥床をちてであった患者が継続してダンスレクリエーションに参加する姿が多く見られた。患者と看護者がいっしょに踊り、ともに笑い、ともに楽しむことで、一体感・連帯感が生まれる病棟全体に活気が見られるようになっていく。また、夏祭りやクリスマスパーティーで発表するという目標が、意欲の向上に繋がったと考える。 |
| 33 | 馬場眞由美 | 日本精神科 看護学 誌 (2008) | 閉鎖病棟におけるレクリエーション活動の効果：音楽リトミックを通して | 慢性期精神障がい患者の活動性を高め、かつ患者とのコミュニケーション活動の効果を観察する。 | 慢性期精 神障がい 者 | 音楽やワンパックリトミック | コントロール群のない介入研究 | 病棟レクリエーションを行って、表情が豊かになり、集中力の上った者、患者間の交流が多く見られるようになり、病棟レクリエーションの効果があったと考えられる。今後、病棟レクリエーションを週間予定に組み込むことで、日常化をおよびさらに離床へ導くため、有効なものにしていくことが今後の課題と考える。 |

表1 つづき

| | | | | | | | | |
|----|-------|-----------------------|---|---|------------------------|--|----------------|---|
| 34 | 麻殖生和博 | 日本整形外科学会雑誌 (2008) | 内視鏡下除圧術を施行した腰部脊柱管狭窄症患者のスポーツ・レクリエーション活動 | 内視鏡下除圧術を施行した腰部脊柱管狭窄症患者146例を対象に、アンケートを用いて術前後の活動性やスポーツ・レクリエーション活動(スポ・レク活動)に対する活動性・意欲の変化について検討した。 | 内視鏡下除圧術を施行した腰部脊柱管狭窄症患者 | スポーツ・レクリエーション活動 | 横断研究(患者) | 1)術後に活動性が改善した人は116例(79.4%)であった。また術後1週間以内の早期に108例(74.0%)が外出可能となった。2)術前にスポ・レク活動をしていた人は46例で、うち術後よりスポーツを楽しめるようになったのは31例(67.4%)であった。3)術前にスポ・レク活動をしたかったができなかった47例のうち、スポ・レク活動のためにも手術を希望した人は38例(80.9%)であり、うち25例(65.8%)がそのスポ・レク活動を行えるようになっていた。 |
| 35 | 河野あゆみ | 日本精神科看護学会誌 (2008) | 精神科リハビリテーションとしてのレクリエーション療法の再生と評価に関する研究 | 本研究の目的は、精神科病棟に入院中の精神疾患患者の様々な集団に適切で、臨床看護師が実践可能な治療的要素をもつレクリエーション療法をプログラミングして実践し、それを患者の視点から評価することである。 | 精神疾患患者 | 様々な集団に適切で、臨床看護師が実践可能な治療的要素をもつレクリエーション療法 | レビュー(概念の整理) | レクリエーション療法の評価に関する762のコードから97の項目を抽出した。項目から<運営者の態度><計画性><効果>カテゴリーを抽出し、それぞれ否定的項目と肯定的項目に分類した。<効果>の項目は、更に<生理的効果><心理的効果><社会的効果>のサブカテゴリーに分類した。患者は<運営者の態度>に敏感に反応しており、<運営者の態度>を改善し評価する必要性がある。患者はレクリエーションの参加に抵抗を感じている場合があり、これを軽減する配慮が必要である。<生理的効果><心理的効果>は、社会復帰の際に必要な要素になっていた。<社会的効果>は、他者との交流を促進させる最も強力なリハビリテーションになっていた。これらの項目を基に、より治療効果の高いレクプログラムを作成し、評価項目を洗練させる必要性が示唆された。 |
| 36 | 大山由香 | 日本精神科看護学会誌 (2007) | 対象者の資質をとらえたレクリエーション・アセスメントシートの活用 | 高齢者のQOLの維持・向上につながるレクリエーションのアセスメント方法を検討する一助とする。 | 入院患者 | レクリエーションアセスメントシートから、対象者と検討して対象者のレクリエーションを散歩と音楽鑑賞とした。 | コントロール群のない介入研究 | 入院生活中のレクリエーション内容の決定に際して対象者の意見を重視したことで対象者がレクリエーションに「楽しみ」「満足」を感じ、「達成感」が得られたと考えられる。それが対象者の自信につながりレクリエーションのイメージが、「運動」から「心の開放」に変化したと考える。レクリエーション実施後「入院生活で精神的安定が得られる」の設問に「大変そう思う」、「入院生活の不安」の設問に「看護師がいるので不安はない」と回答した。レクリエーションにより看護師が常に対象者の傍に居るため、「不安がない」となり、精神的安定につながったと推測される。 |
| 37 | 吉田起美代 | 日本精神科看護学会誌 (2007) | レクリエーション活動の効果：ベッドから離れた日常生活を指して | 入院患者が日常生活に楽しみを持ち、活動性が向上することを目的とし、ぬり絵とリズム体操を実施してその効果を明らかにした。 | 入院患者 | ぬり絵とリズム体操 | コントロール群のない介入研究 | 37名中、30名(約81%)が好ましいと感じ、楽しみと捉えていた。また、ぬり絵とリズム体操の参加者がそれぞれ見学も含めて増加した。 |
| 38 | 早稲本勝世 | 日本精神科看護学会誌 (2007) | 閉鎖病棟における患者主体のレクリエーション活動の効果 | 病棟入院患者のレク活動参加人数・レクリエーション自己参加度の変化や、あすなろ会メンバーのレク活動を通しての意識や行動の変化から、患者主体のレク活動の効果を検討する。 | 統合失調症患者 | 小運動会、七夕会、カラオケ大会などのレクリエーション活動 | 横断研究(患者) | 患者主体のレクリエーション活動は1.達成可能な目的の設定やメンバーの役割を明らかにすることにより、グループのメンバーの成長につながる。2.他患者との効果的な相互作用をもたらす。3.看護師が支持的なサポートをすることで患者の主体性が高まる。以上の効果が病棟の活性化につながる。 |
| 39 | 青木律子 | 日本看護学会論文集：老年看護 (2008) | 老年看護学演習における高齢変化および障害擬似体験による学習効果：「レクリエーション企画・実践」演習後のレポート分析から | 本学では老年看護学教育の一環として、高齢者理解とレクリエーションの援助における看護師の役割の理解を目的に「集団レクリエーションの企画・実践」と「擬似体験」を取り入れた演習を実施している。今回、本演習を行った学生43名が演習終了後に提出した課題レポート「演習を通して学んだこと」を意味内容毎に整理・分析し、カテゴリー化を図った。 | 医学部看護学科学学生 | レクリエーション | コ・メディカルへの教育介入 | 擬似体験内容のカテゴリーとして【感覚遮断】【運動障害】【加齢変化】が抽出され、擬似体験を除く学習内容のカテゴリーとして【レクリエーション実践時の援助内容】【障害がある人への援助の在り方】【体験したことから発展した気づき】【効果を意図した援助方法】【新しい学びへの意欲】が抽出された。 |

表1 つづき

| | | | | | | | | |
|----|-------|-----------------------|---|--|----------------------------|-----------------------------------|----------------|--|
| 40 | 木下香織 | 新見公立短期大学紀要 (2007) | レクリエーション・リハビリの企画における高齢者の健康問題への看護学生の意識：高齢者援助技術「身体可動性障害」演習の教育評価 | 本学における高齢者援助技術「身体可動性障害」の演習方法は、学生が高齢者のためのレクリエーション・リハビリ(以下レクリハ)を企画・実施し、高齢者役の学生と援助役の学生および観察者役の学生が相互評価を行うようにしており、2006年度からは新たに設定の高齢者に関連した健康指導の課題を追加した。今回、この課題追加の効果を検討するため、2006年度に演習を行った学生60名が提出した実習記録の中の「レクリエーションの目的の設定は適切だったか」についての自由記述内容を分析し、カテゴリー化を図った。 | 看護学生 | レクリエーション・リハビリ | コ・メデイカル教育介入 | 【状況設定との関連】【健康指導との関連】【レクリハ内容との関連】【状況設定とレク方法との関連】【全般評価】というカテゴリーが抽出され、健康指導の課題を追加したことで学生は高齢者の健康問題を意識したレク・リハ企画を行っていたことが確認された。 |
| 41 | 安達佳子 | 日本看護学会論文集：看護総合 (2007) | 看護師による病棟レクリエーションの効果：ストレス評価指標(唾液アミラーゼ)を用いて | 当回復期リハビリ病棟では、患者の活動性向上とストレス軽減を目的に週1回、看護師によるレクリエーション(以下レク)を実施している。今回、レクによるストレス軽減効果を客観的に評価する目的で、レク実施日の唾液アミラーゼ(AMY)をココロメーターで測定し、非実施日の値と比較した。 | 回復期リハビリ病棟の患者 | レクリエーション | コントロール群のない介入研究 | レク実施日のAMY変動係数は38.0±15.8KIU/L、非実施日は30.0±17.1KIU/Lであり、レクの効果を示された。 |
| 42 | 水上静 | リハビリナース (2008) | 回復期リハビリテーション病棟における高齢者に対するレクリエーションの効果：ストレス評価指標(唾液アミラーゼ)を用いて | 回復期リハビリテーション病棟における高齢者に対するレクリエーションの効果を明らかにすることを目的に、A病院の当該病棟のレクリエーションに参加した65歳以上の入院患者13名を対象に、病棟レクリエーション実施日の起床時・レクリエーション直前・レクリエーション実施直後の計3回、および対照群としてレクリエーションのない翌週の同曜日に同じく計3回、唾液アミラーゼ活性値を測定した。 | 65歳以上の入院患者 | レクリエーション | コントロール群のない介入研究 | その結果、病棟レクリエーション実施直後に、交感神経活動の活性を示す唾液アミラーゼ活性値が上昇しており、レクリエーションが刺激の少ない入院生活を活性化させる効果を有することが示唆された。 |
| 43 | 福島美寿々 | 八千代病院紀要 (2007) | 療養病棟におけるボールレクリエーションの効果 | 著者らの病棟に入院した脳血管障害患者44名(男性18名、女性26名、平均年齢76歳、寝たきり度ランクA2が6名、B1が3名、B2が9名、C1が4名、C2が22名)を対象にボールレクリエーションを実施し、1ヵ月後の効果について検討した。 | 脳血管障害患者 | ボールレクリエーション | コントロール群のない介入研究 | 療養病棟入院患者に対するボールレクリエーションは、ADLおよび情緒面の向上に有用であることが示唆された。 |
| 44 | 橋本千明 | 日本看護学会論文集：精神看護 (2007) | 精神科病棟看護師のレクリエーション活動に対する関わりの変化：カンファレンスを通して | A総合病院・精神科女子閉鎖病棟に入院している患者の多くは日中も臥床しがちな生活を送っている。この問題を解決する一手段として、車椅子の高齢者でもできるストレッチ運動を取り入れたレクリエーションを実施しているが、患者への関わりが積極的な看護師と消極的な看護師がおり、関わる態度にバラツキがみられていた。そこで、レクリエーション活動に関するカンファレンスを週1回行うようにし、これにより関わる態度に変化がみられるか観察した。 | 精神科女子閉鎖病棟に入院している患者をケアする看護師 | 車椅子の高齢者でもできるストレッチ運動を取り入れたレクリエーション | コ・メデイカルへの教育介入 | 看護師はカンファレンスを通してレクリエーションに対する他者の知識・思い・経験を知り、自身の行動の振り返りができた。さらに、これが「自分たちにはできることは何か」を考える動機につながり、自己のモチベーションを高めることができたと思われた。 |
| 45 | 岡崎敬朗 | 日本健康医学雑誌 (2008) | レクリエーション支援技量が気分変容に与える影響：ジャンケンゲーム支援の技量差の違いが及ぼす影響について | レクリエーション支援、特にジャンケンゲームの技量差が感情の変容にどのような影響を及ぼすのか検討した。 | レクリエーション指導者養成講座の参加者 | ジャンケンゲーム | 教材研究 | ジャンケンゲームのプログラムは、指導技量に関係なく陰性気分を低下させ陽性気分を高揚させる効果があることが明らかになった。 |
| 46 | 雑賀浩子 | 公立八鹿病院誌 (2007) | 在宅療養でレクリエーションを取り入れて | 50歳代男性。12年前にオーリーブ橋小脳萎縮症(OPCA)を発症し、6年後より訪問看護を開始し、4年前から歩行障害の出現で寝たきり状態となった。日常生活動作は全介助で、日中独居で週6回のサービスで日中テレビだけを見て過ごすため「刺激がほしい」との訴えがあった。楽しみの観点から生活の質の向上を目的に大好きな自分の家で、その人らしく楽しく生活を送れるように、好きなレクリエーションをケアの中心に取り入れ支援を行い実施前と実施1ヵ月後と比較した。 | オーリーブ橋小脳萎縮症(OPCA)患者 | 好きなレクリエーション | 症例報告 | レクリエーションによるアクティビティは生活全般の活性化を促し、生活の快となることが示唆された。 |

表1 つづき

| | | | | | | | | |
|----|-------|----------------------|--|--|------------------|--|----------------|---|
| 47 | 左海厚子 | 日本看護学会論文集：老年看護(2007) | レクリエーション定着に向けての検討：スタッフに対する積極的な行動変容への取り組み | 療養病棟におけるレクリエーション定着に向けて、問題点を明確化を図り、スタッフが主体的に取り組めるようアプローチを行った。レクリエーションについて看護職員22名への意識調査を行い、その結果から問題点を明確化し、解決策を検討した。 | 看護職員 | レクリエーション | コ・メディカルへの教育介入 | 8項目のアプローチによりレクリエーションは病棟業務として定着し、責任と業務を明確にした結果、役割認識が生まれ積極的な行動変容へ至った。マニュアルを活用することで、効果的に仕事を進めることができ、新たな業務の創造や業務改善にまでつなげる事ができた。 |
| 48 | 涌井忠昭 | 総合ケア(2007) | 楽しいレクリエーション：あなたも私も今日は主役 | 患者の個性を活かしたレクリエーションとして、リハビリテーション病院の入院患者25名(平均年齢78.2±12.0歳)を対象に興味や好きな活動内容について聞き取り調査を行い、その結果をもとにレクリエーションプログラムを立案・実施し、その効果を、「セラピューティックレクリエーションカルテ」を用いた対象者のレクリエーション実施時の参加度調査、および実施後の聞き取り調査より検討した。 | リハビリテーション病院の入院患者 | 音楽プログラム(歌)、運動プログラム(風船バレーなど、集団で楽しめる運動)、趣味プログラム(ビデオ鑑賞、貼り絵、読書など)の3つのプログラム | 教材研究 | 対象の7割近くが好きなプログラムと楽しめたプログラムが一致していたほか、実施方法を工夫することで本来それほど好きではなかったプログラムも楽しんでもらえることが分かった。 |
| 49 | 横井和美 | 人間看護学研究(2007) | 効果的な認知症予防事業に関する実践的研究：音楽療法とレクリエーション活動の取り組みに対する比較検討 | 認知症予防活動の体験学習として提供した音楽療法とレクリエーションの体験は、認知症予防事業が住民に受け入れ易く継続した活動となり、かつ認知症予防として効果が期待できるものなのか、参加状況や事業開催前後の高齢者の総合力の比較から検討した。 | 高齢者 | 音楽療法とレクリエーションの体験 | コントロール群のない介入研究 | 認知症予防活動の体験学習として提供した音楽療法とレクリエーションの体験は、5ヵ月間という期間限定においては、音楽療法の方に改善の変化がみられた。体験教室の方法を吟味することで、いずれも体験教室後、自主グループの形成がなされ活動が継続され、認知症予防としての活動が地域に根付きかけた。 |
| 50 | 和田佐和子 | 作業療法(2007) | 単一事例研究法を用いた重度認知症高齢者に対するレクリエーションと音楽活動の効果の比較及び研究デザインの臨床的有用性の検討 | 単一事例研究法条件交代デザイン(ATD)はベースラインと交代操作介入期をもち、複数の介入の効果を比較することができる。しかし、本研究では倫理的配慮からベースラインを設定できなかった。そこで、ベースラインを設定しないオリジナルデザイン「ATD-W介入型」を提案した。 | 重度認知症高齢者 | レクリエーション(玉入れ、輪投げ、ボウリング、バタゴルフ)と音楽活動 | 症例報告 | 一般論としては、重度認知症高齢者でも介入方法の工夫により効果をあげる事が可能である。その検証に「ATD-W介入型」は有用である。今後対象者を増やし、多重ベースライン型を使用しながら、「ATD-W介入型」を作業療法の臨床に有用な研究法として確立するための検討を重ねていきたい。 |

究が7編あり、上述のように看護師においては、レクリエーションを研究することの意義や価値があることを裏付けていた。

症例報告は4編だったが、エビデンス・グレーディング(一般化可能性は低い)としては下位ではあるものの、個々の変化をより鮮明に示すのに適したデザインであるため、この蓄積も重要である。

3) 対象疾患あるいは対象者

対象疾患あるいは対象者は多岐に及んでいたが、総じて健康な中高年者や認知症を有する患者、精神疾患を有する患者に関する研究が多かった。医療福祉分野に関する先行研究⁷⁾では、「医療・福祉分野において、直接的に補完医療として、あるいは間接的に患者や心身に障害を有する者、健康者のメンタルヘルスや生活の質(QOL)の向上のための具体的な処方として益々期待が寄せられる」と述べられている。

しかし、補完医療としての位置づけでのレクリエーションによる介入研究では、臨床試験登録(UMIN-CTR)が必須⁷⁾で、とくに倫理面を配慮した綿密な事前計画が不可欠である。また、観察研究でも、レクリエーションの有効性を明らかにするためには、質の高い研究にする必要があり、国の疫学研究・臨床研究の倫理指針に準拠することと、研究デザインに応じた著名なチェックリストを活用するといった事前の十分な研究計画が不可欠である。^{8),52),53)}このような丁寧な準備の上で、より多くの研究の蓄積が期待される。

4) レクリエーションの特徴

レクリエーションの特徴では、様々な方法による広義のレクリエーションが多く、明確な定義づけがない傾向にあった。音楽療法は4編あったが、これは「レクリエーション」に含まれるのか、それとも独立して「音楽(療法)」なのか、捉える方向性によって議論が大きく分けられると考えられ

表2 レクリエーション研究の特徴の要約

| リサーチ・クエスチョン | 細目 | 該当論文数 | % (総数に比して) |
|------------------|---------------------|---------------|---------------|
| 発表年 | 全期間において | 38 | - |
| | 2011* | 1 | 2.6 |
| | 2010 | 9 | 23.7 |
| | 2009 | 8 | 21.1 |
| | 2008 | 8 | 21.1 |
| | 2007 | 12 | 31.6 |
| 雑誌の種類 | 整形外科学系雑誌 | 3 | 7.9 |
| | リハビリテーション医学系雑誌 | 4 | 10.5 |
| | 看護系雑誌 | 19 | 50.0 |
| | 福祉系雑誌 | 3 | 7.9 |
| | 紀要(大学・研究機関) | 9 | 23.7 |
| 研究デザイン | 非ランダム化比較試験 | 1 | 2.6 |
| | コントロール群のない介入研究 | 19 | 50.0 |
| | 横断研究(患者) | 2 | 5.3 |
| | 症例報告 | 4 | 10.5 |
| | コ・メディカルへの教育介入 | 7 | 18.4 |
| | 教材研究 | 2 | 5.3 |
| | 概念の整理 | 2 | 5.3 |
| | 診療報酬分析 | 1 | 2.6 |
| 対象疾患(者) | 健常な中高年者 | 5 | 13.2 |
| | 統合失調症患者 | 2 | 5.3 |
| | 高齢透析患者 | 1 | 2.6 |
| | 精神疾患患者(多疾患) | 3 | 7.9 |
| | 躁うつ病患者 | 1 | 2.6 |
| | 老年期妄想症患者 | 1 | 2.6 |
| | ハンセン氏病を有する認知症患者 | 1 | 2.6 |
| | 要介護者 | 2 | 5.3 |
| | 認知症患者 | 3 | 7.9 |
| | 入院患者(精神科・リハ病棟を含まず) | 3 | 7.9 |
| | リハビリテーション病院の患者(多疾患) | 4 | 10.5 |
| | 腰部脊柱管狭窄症患者 | 1 | 2.6 |
| | 脳血管障害患者 | 1 | 2.6 |
| | オリブ橋小脳萎縮症(OPCA)患者 | 1 | 2.6 |
| | 身体障害者 | 1 | 2.6 |
| | 看護学生 | 5 | 13.2 |
| | 看護職員 | 2 | 5.3 |
| | レクリエーション指導者養成講座の参加者 | 1 | 2.6 |
| | レクリエーションの特徴 | 様々なレクリエーション種目 | 22 |
| フライング・ディスク | | 1 | 2.6 |
| コンピューターゲーム | | 1 | 2.6 |
| 音楽レクリエーション | | 4 | 10.5 |
| 絵画レクリエーション | | 2 | 5.3 |
| 風船パレー | | 1 | 2.6 |
| ダンス・レクリエーション | | 1 | 2.6 |
| ボールを使ったレクリエーション | | 2 | 5.3 |
| スポーツ・レクリエーション | | 2 | 5.3 |
| 治療的要素を持つレクリエーション | | 1 | 2.6 |
| ジャンケンゲーム | | 1 | 2.6 |

* 2011年1月1日から6月30日までの期間に公表された論文

る。ひとつの考え方として、音楽の専門技術がないと指導できない、というように固有性が高い介入であるならば、それはレクリエーションの範疇ではなく、名実ともに音楽療法と称するべきだろう。一方、文部省唱歌や童謡・民謡、国民にとって馴染みのあるヒット曲（演歌・ポップス）などを患者や参加者と一緒に歌うといった、指導者に特別な技術がなくても可能な介入はレクリエーションとする取り扱いができるかもしれない。

5) 今後の課題

表3は、医療関連分野からみたレクリエーションの課題である。これは、本学会やレクリエーション研究分野の発展のための総合考察である。

まず、看護分野、とくに精神疾患患者に対するレクリエーション介入に興味をもつ研究者や臨床現場の看護師は相当数存在すると考えられるため、それをターゲットにした「レクリエーションとは？」という正しい啓発や広報活動、本学会への参加が期待される。一方で研究方法論としては、コントロール群の設定がない研究が多く、得られた結果は慎重に結論づけをしなければならない。継続して疫学・臨床研究の正しい方法論の啓発も必要である。精神疾患患者や中高年者の介護予防や生きがいづくり、QOLの向上においては、さらなるレクリエーションの研究の促進が必要である。臨床的・社会的なニーズも高くなるため、上述の方法論はエビデンスを構築する上で重要であることを強調したい。合わせ、音楽療法をはじめ、各種の「・・・療法」という新しい民間療法が多数あるが、レクリエーションによる効果、と言及する上では、その定義づけや範囲の示すコンセンサスが必要と考えられる。世界的なレクリエーション

学の有識者や関連領域（医療・看護・福祉・教育など）の有識者が参画し、デルフィー・コンセンサス法などを用いての検討を日本が先導的に行っていくことに意義があると考ええる。

6) 本研究の限界と弱点

本研究にはいくつかの限界と弱点がある。まず、情報バイアス（取りこぼし）として2点ある。1点目は、論文題目にレクリエーションという用語を含む研究を対象としたが、レクリエーションの固有の種目（例えば、仮称タイトルとして、「ターゲットバードゴルフ」が高齢女性の骨密度に及ぼす効果について、など）を記載している研究が除かれている可能性がある。2点目は、使用したデータベースは医学関連論文としては国内最大ではあるが、これに搭載されていない学術雑誌が除かれている。レジャー・レクリエーション研究も医中誌 Web に搭載されていないため、これに該当する。

さらに、本研究は各種チェックリストに基づいて研究デザイン別の論文の質評価を行っておらず、対象として取り上げた論文の臨床や教育効果のエビデンスを直接的に示すことができていない。

5. 結論

医中誌 Web に掲載されている研究は、看護師や介護者が職務として直面している入院患者や精神疾患患者に対して、補完療法あるいはQOLを高める効果を求めてレクリエーションを取り入れていることが多いことが明らかになった。こうした対象者へ、レクリエーション介入の方法論を議論する場として、本学会の活動を啓発・広報する

表3 医学関連分野からみたレクリエーションの課題*

| リサーチ・クエスチョン項目 | 今後の課題と展望 |
|-------------------|--|
| 報告された学術雑誌からのターゲット | 看護・介護研究分野へのレクリエーション学の意義の正しい啓発・広報 看護・介護研究者に対する本学会での活動促進 |
| 研究デザインからの課題 | 介入研究においてはコントロール群を設定しての結論の導出 コントロール群の設定が難しい場合には過剰にならない慎重な結論の記述 |
| 対象疾患あるいは対象者からの課題 | 精神疾患患者等の補完療法としてのレクリエーション効果の実証 中高年者におけるメンタルヘルスやQOLに関する研究の推進 |
| レクリエーションの特徴からの課題 | レクリエーションの定義・範囲のコンセンサス |

* 本研究から得られたデータに基づく主要な課題の意であり、すべてを包括しているものではない。

意義が示された。

実施されていた研究デザインとしては、コントロール群がない介入研究が多く、エビデンスを示すには弱点となっていた。レクリエーションとして取り扱う範囲の明確化とともに、事前の研究計画の適正化の必要性が示された。

補注

註1)「医中誌 Web」とは、特定非営利活動法人医学中央雑誌刊行会が作成する国内最大の医学論文情報のインターネット検索サービスで、教育機関・企業などの法人様向けに提供するサービスである。「医中誌 Web」では、国内発行の、医学・歯学・薬学・看護学及び関連分野の定期刊行物、のべ約5,000誌(随時、追加・更新中)から収録した約750万件の論文情報を検索することができる。

附記

本研究は、平成23年度日本学術振興会「科学研究費助成事業(学術研究助成基金助成金 基盤研究(C))「レクリエーションへの教育・健康増進効果に関するエビデンスとフィジビリティ(研究代表者:上岡洋晴、課題番号23500817)」の一部として実施した。

データベースに基づく検索において、東邦大学習志野メディアセンターの眞喜志まり司書、データ整理においては東京農業大学の東野理恵氏、峰岸弘輔氏、中田鈴夏氏のご協力を賜りました。この場をお借りして深謝いたします。

参考文献

- 1) 麻生恵、レジャー・レクリエーションの研究をめぐる動向と将来展望 企画のねらい、レジャー・レクリエーション研究、66:164、2010
- 2) 小田切毅一・佐橋由美、歴史と原論(歴史、思想・哲学)、前掲書1)、165-172.
- 3) 茅野宏明、意識と行動、前掲書1)、173-181.
- 4) 高橋伸、活動とプログラム、前掲書1)、182-187.
- 5) 土屋薫、サービスと運営管理、前掲書1)、188-197.
- 6) 田中伸彦、資源と空間、前掲書1)、198-210.
- 7) 上岡洋晴・鈴木英悟・小椋一也・本多卓也、医療と福祉、前掲書1)、211-218.
- 8) 上岡洋晴・鈴木英悟・栗田和弥ら、エビデンスの構築と研究方法論の向上を目的とした論文の質評価に関する考察:学会誌「レジャー・レクリエーション研究」における1993-2007年までの疫学的論文を対象として、レジャー・レクリエーション研究、62:3-19、2009
- 9) David Moher, Sally Hopewell, Kenneth F Schulz, Vivtor Montori, Peter C Gotzsche, et al. CONSORT 2010 explanation and elaboration: updated guidelines for reporting parallel group randomised trials. *BMJ* 340: c869: 2010
- 10) 津谷喜一郎・元雄良治・中山健夫(訳)、CONSORT 2010 声明:ランダム化並行群間比較試験報告のための最新版ガイドライン、薬理と治療 38:939-947、2010
- 11) Eric Elm, Douglas Altman, Matthias Egger, et al., The strengthening the reporting of observational studies in epidemiology (STROBE) Statement: guidelines for reporting observational studies, *Ann Inter Med*, 147:573-577, 2007
- 12) 上岡洋晴・津谷喜一郎(訳):疫学研究における観察研究の報告の強化(STROBE 声明):観察研究の報告に関するガイドライン. 臨床研究と疫学研究のための国際的ルール集(中山健夫、津谷喜一郎編集)、ライフサイエンス出版、東京、202-209.
- 13) 岩本久生・小迫祥也・松谷純子・亀井聡美・中塩仁士・遠山あづさ・新谷保貴・島俊也・片山信久・新谷幸仁・東谷年記、レクリエーションを取り入れた運動による介護予防教室の取り組みとその効果、理学療法の臨床と研究 20:27-32、2011
- 14) 高橋和文・時岡新・谷口裕美子・遠藤昌子・古寺浩・平林由果・亀山良子、フライングディスクを用いたレクリエーションの心理的効果「なごや健康カレッジ」の参加者を対象として、金城学院大学論集(自然科学編)7:1-7、2010

- 15) 飯尾尚子、統合失調症慢性期患者への音楽療法的レクリエーションによる社会性の向上に対する効果：家庭用コンピューターゲームにより自己表現・対人交流拡大をめざした新しい試み、日本精神科看護学会誌 53：238-242、2010
- 16) 渡部弘子・田中俊子・長峯由美子、認知症患者へのレクリエーションに取り組んで：音楽療法で学んだことを活用して、日本精神科看護学会誌 53：462-463、2010
- 17) 小池和幸・高崎義輝・橋本実、介護予防教室における目的別レクリエーションプログラムの開発と効果に関する研究、仙台大学紀要 41：57-66、2009
- 18) 齋藤梢・日黒典子・工藤里美・成田佳香・岩井昌子・森田美智子、高齢透析患者の気分転換と残存機能の維持・向上をめざして：レクリエーションを活用して、岩見沢市立総合病院医誌 36：53-55、2010
- 19) 片野真・寺田由紀子・竹内真弓、精神科病棟実習に学生企画・実施のレクリエーションを導入しての一考察、帝京平成看護短期大学紀要 20：37-39、2010
- 20) 梅谷幸代・佐々木梓穂・石津由紀子・坂井洋子・河崎芳行・加藤泰代・紙谷守克・今井孝・松本完治、治療的レクリエーション導入により見えてきたもの：レクリエーションにおける診療報酬請求 100%を目指して、新田塚医療福祉センター雑誌 7：49-52、2010
- 21) 津端飛鳥・千野友美・萩原正生・佐野弘昭・有泉康子、精神障がい者の自己表現を育む絵画レクリエーションの効果、日本精神科看護学会誌 52：390-391、2009
- 22) 大山由香、余暇歴・生活歴をとらえたレクリエーション、日本看護学会論文集：老年看護 40：102-104、2010
- 23) 城幸子・廣澤めぐみ・松永桂子・古川しのぶ、療養病棟におけるレクリエーション活動の効果：集団活動評価表を用いて、日本看護学会論文集：老年看護 40：36-38、2010
- 24) 光延明里・上岡節子・表紀子・永山智恵・山根由佳・中本佳子、認知症高齢者に音楽レクリエーションを試みて：音楽による行動と気持ちの変化、中国四国地区国立病院機構・国立療養所看護研究学会誌 5：169-172、2009
- 25) 松嶋理恵・森麻里子・大守清子・古厩和枝・齋藤七七恵、竜ノ口寮における小グループでのレクリエーション取り組みについて：絵画教室を通しての QOL の向上、旭川荘研究年報 40：129-130、2009
- 26) Masahiro Koyama・Masatada Wachi・Masanori Utsuyama・Barry Bittman・Katsui Hirokawa・Masanobu Kitagawa, Recreational Music-Making Modulates Immunological Responses and Mood States in Older Adults, Journal of Medical and Dental Sciences 56：79-90、2009
- 27) 寺司雅樹・上田和也・首藤美保・吉田留美・増井玲子・帆秋孝幸、介護老人保健施設における PT が行なうレクリエーションの効果について、大分県リハビリテーション医学会誌 6：20-22、2008
- 28) 木下香織・栗本一美・古城幸子・掛屋純子、健康教育とレクリエーション・リハビリとの合同演習の各段階での学生の学び、新見公立短期大学紀要 29：161-167、2008
- 29) 池田利章、レクリエーション活動における認知症高齢者の楽しみの構造：フロー理論による、グループホームにおける風船バレー参加者の発話分析を通して、介護福祉学 16：51-58、2009
- 30) 福坂恵子・船木幸子、高齢者の感覚に訴える効果的なレクリエーションの要素：ボールを用いて、大きさ、動き、色の違い、音が及ぼす影響の検討、日本看護学会論文集：老年看護 39：216-218、2009
- 31) 木下香織・栗本一美・古城幸子・掛屋純子、健康教育とレクリエーション・リハビリの合同演習の教育効果学生の演習記録の分析から、日本看護学会論文集：看護教育 39：394-396、2009
- 32) 濱田秀子・千田多摩希・元島明日香、活気ある病棟づくりに向けての取り組み：レクリエーションに島唄・島踊りを取り入れて、日本精神科看護学会誌 51：141-144、2008
- 33) 馬場眞由美、閉鎖病棟における病棟レクリエーション活動の効果 音楽やワンバックし

- りとりを通して、日本精神科看護学会誌 51：103-106、2008
- 34) 麻殖生和博・吉田宗人・中谷如希・中川幸洋、内視鏡下除圧術を施行した腰部脊柱管狭窄症患者のスポーツ・レクリエーション活動、日本整形外科スポーツ医学会雑誌 27：386-392、2008
- 35) 河野あゆみ・松田光信、精神科リハビリテーションとしてのレクリエーション療法の再生と評価に関する研究、日本精神保健看護学会誌 17：24-33、2008
- 36) 大山由香、対象者の資質をとらえたレクリエーション：レクリエーションアセスメントシートの活用、日本精神科看護学会誌 50：670-674、2007
- 37) 吉田起美代、レクリエーション活動の効果ベッドから離れる日常生活を目指して、日本精神科看護学会誌 50：396-397、2007
- 38) 早稲本勝世・保田智恵子・土床幸江、閉鎖病棟における患者主体のレクリエーション活動の効果、日本精神科看護学会誌 50：150-151、2007
- 39) 青木律子・服部紀子・安藤邑恵、老年看護学演習における加齢変化および障害擬似体験による学習効果：「レクリエーション企画・実践」演習後のレポート分析から、日本看護学会論文集：老年看護 38：294-296、2008
- 40) 木下香織・古城幸子、レクリエーション・リハビリの企画における高齢者の健康問題への看護学生の意識：高齢者援助技術「身体可動性障害」演習の教育評価、新見公立短期大学紀要 28：29-34、2007
- 41) 安達佳子・神谷千春・山本詠子・水上静・宮原百合子・中林美奈子、看護師による病棟レクリエーションの効果：ストレス評価指標（唾液アマラーゼ）を用いて、日本看護学会論文集：看護総合 38：361-362、2007
- 42) 水上静・安達佳子・神谷千春・山本詠子・畠山実鈴・押川なおみ・中林美奈子、回復期リハビリテーション病棟における高齢者に対してのレクリエーションの効果：ストレス評価指標（唾液アマラーゼ）を用いて、リハビリナース 1：219-222、2008
- 43) 福島美寿々・野々山志津江・永坂和子、療養病棟におけるボールレクリエーションの効果、八千代病院紀要 27(1)：50-51、2007
- 44) 橋本千明・岸聖子・原知子・斎藤のぶ子、精神科病棟看護師のレクリエーション活動に対する関わりの変化：カンファレンスを通して、日本看護学会論文集：精神看護 38：196-198、2007
- 45) 岡崎敏朗・杉浦浩子・井上真人・杉浦春雄、レクリエーション支援技量が気分変容に与える影響：ジャンケンゲーム支援の技量差の違いが及ぼす影響について、日本健康医学会雑誌 16：21-27、2008
- 46) 雑賀浩子、在宅療養でレクリエーションを取り入れて、公立八鹿病院誌 16：37-40、2007
- 47) 左海厚子・榊田綾子、レクリエーション定着に向けての検討：スタッフに対する積極的な行動変容への取り組み、日本看護学会論文集老年看護 37：248-250、2007
- 48) 涌井忠昭・堤雅恵・正木久美子・松本光江・高津智一・深井とみ子・中村晴美、楽しいレクリエーションあなたも私も今日は主役、総合ケア 17：96-102、2007
- 49) 横井和美・国友登久子・島田淳子・辻利美子、効果的な認知症予防事業に関する実践的研究音楽療法とレクリエーション活動の取り組みに対する比較検討、人間看護学研究 5：81-88、2007
- 50) 和田佐和子・鷺田孝保・山崎郁子、単一事例研究法を用いた重度認知症高齢者に対するレクリエーションと音楽活動の効果の比較及び研究デザインの臨床的有用性の検討、作業療法 26：32-43、2007
- 51) 吉田勝美監訳、一目でわかる医科学統計学 (Aviva Petrie et al. Medical Statistics at a glance, Blackwell Science Ltd., Oxford, 2000)、メディカル・サイエンス・インターナショナル、東京、p28、2004
- 52) 上岡洋晴・津谷喜一郎・高橋美絵・岡田真平・塩澤信良、温泉に関する研究の質を高めるためのチェックリストや声明の活用意義：疫学・臨床研究のエビデンス・グレーディングと研究デザイン、日本温泉気候物理医学会

誌 71 : 87-96、2008

- 53) Hiroharu Kamioka, Nobuyoshi Shiozawa, Hijiri Shimojima, Azumi Hida, Yuki Tada, Yukari Kawano, Significance of checklists for improving the quality of studies of health enhancement interventions: evidence grading and various study

designs of epidemiological and clinical studies, Int J Sport Sci Phys Educ 2 : 1-6, 2011

(受付 : 2011 年 8 月 22 日)
(受理 : 2011 年 10 月 27 日)

付録

除外した論文の一覧

| No. | 著者・雑誌(年) | タイトル | 除外理由 |
|-----|--|---|------------------------------------|
| E1 | Kaizaki Asuka. J Toxicol Sci (2010) | Recreational drugs, 3,4-Methylenedioxy methamphetamine (MDMA), 3,4-methylenedioxy amphetamine (MDA) and diphenylprolinol, inhibit neurite outgrowth in PC12 cells | 薬物の研究 |
| E2 | Suzuki Hiroshi. Int J Sports Denti (2010) | Necessity of Mouthguards for Football 7-a-side Athletes of the Cerebral Palsy International Sports and Recreation Association | 小児麻痺 7 人制サッカー選手に対するマウスガードの効果を調べた研究 |
| E3 | Suzuki Yoshie. J Nutr Sci Vitaminol (2009) | Effect of Ingestion of Medium-Chain Triacylglycerols on Moderate- and High-Intensity Exercise in Recreational Athletes | アマチュアスポーツ選手の運動生理学的研究 |

