

## (4) 余暇生活の変容をめざす「レクリエーション・ワーク」の体系化についての研究

～老人ホームでの実践をふまえて～

千葉和夫

(日本レクリエーション協会)

### 1. はじめに

三浦は、老人ホームの新しい機能を、次のように述べている<sup>①</sup>。

—老人ホームはただ単に家庭で生活できない老人に生活の便宜を与えて老後を安らかに過ごさせるものであるかどうか、筆者は老人ホームにたいしてより積極的な機能を期待したのである。すなわち老人ホームというのは、単に家庭で生活できない老人を収容し保護することだけではなく、これらの老人の自活能力を妨げている各種の障害を取り除き、可能なかぎり家庭への復

帰をはかる物的および人的資源と考えることができるのである。とすると老人ホームの中心的機能は、老人たちのもつ維持、開発可能な諸能力を発展させるための治療・訓練・教育などを効果的に行うところにあり、これらの機能を発揮するための条件としての生活の場の提供が行われるものと考えられるのである。—

そして、現実には老人ホームで次のような処遇（サービス）が日常的に繰り広げられているのである<sup>②</sup>。

<ニード>	<生活行動>	<処 遇>	
(1) 日常的生理的ニード (日常生活を維持する 基礎的ニード=食・衣 ニード)	①日常的基礎的生活の準備 行動 ②日常的基礎的な身辺自立 行動(日常生活行動の自 立)	(a)基礎的生活の準備的処 遇(調理、洗濯など) (b)基礎的生活の介護・介 助的処遇(飲食・排泄 ・入浴など)	開 発 的 処 遇
(2) 健康保持のニード	①日常生活を維持し、身 体的条件を保持する健康 ・保健 ②病気を治し、病弱になっ た身体を回復する治療	(c)健康管理、保健衛生、 体力増強 (d)看護、治療、リハビリ テーション	
(3) 経済的安定のニード	①生活資料(所得)を得、 自己を発揮する労働	(e)就労援助、生活づくり	
(4) 自己実現のニード (自己の発揮、役割、 知的精神的向上)	①知的精神的生活を維持し、 豊かにし、深める学習 ②自己を発揮し、精神的情 緒的生活を豊かにする余 暇	(f)学習活動の援助 (g)クラブ・レクリエーシ ョン、文化活動、趣味、 娯楽(アクティベージ ョン)、スポーツなど	
(5)精神的情緒安定のニード (社会参加)	①精神的情緒的生活を維持 し安定させる。人と人と の関係を保ち、広げ、深 める行動	(h)人間関係、社会関係 の維持拡大のための処 遇(家族、友人、地域 など)	

この処遇体系でのレクリエーションという言葉は、正確な意味で使われていないように思われるが、筆者なりにレクリエーションと関係が深いと思われる処遇を列挙してみるとc, f, g, hときわめて多くのものがあげられる。したがって老人ホームでは、レクリエーションは欠くことのできない活動となっているのである。

しかし、老人ホーム入居者のこうした数多くのレクリエーション経験が、その人々の「自立的余暇生活」の変容へ貢献しているのか、という点になると明言はできないだろう。受動的な余暇生活の意識や態度はそう変化していないのではないかと想像される。

そこで、老人ホームにおけるレクリエーション関連処遇を、「入居者が自立的に余暇生活を実現させるための援助過程——レクリエーション・ワーク」という観点から再構築することを試み、そのモデルをより客観化、一般化することによって、老人ホームのような社会福祉施設はもとより、地域、学校、企業、医療、保健等の分野にも応用する可能性を期待しようとするものである。

以上が本研究の動機、ねらいである。

なお、本研究では、レクリエーション・ワークに関して、いわゆるハードな援助は除き、ソフトなプログラムサービスに限定して論ずることを断わっておく。

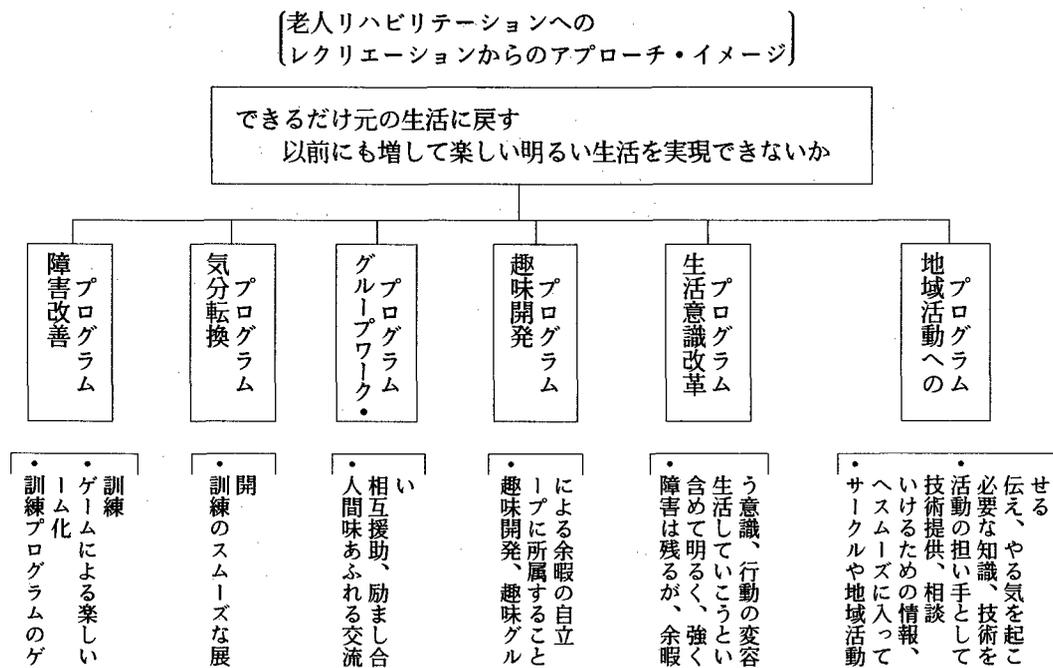
## 2. 老人ホームにおけるレクリエーション・ワークの体系化と位置づけ

先に老人ホームの機能に対する三浦の主張を紹介し、さらに老人ホームで現実に行われている処遇を概観したが、要するに老人ホームが生活の場であると同時にリハビリテーションの場であるということである。

リハビリテーション (rehabilitation) という言葉は、「生活する」「参加する」等を意味するhabilitusに「再び」を意味するre-がついて出来あがったものである。したがってその意味は、病気や障害によってそれまでの生活を維持することが、不可能になった人々に対して、治療、訓練、社会的・経済的な各種の援助等によって、再び元の生活あるいはそれに近い生活に戻すことをである。言い換えると、病気や障害によって失われた生活をもう一度立て直すものと言える<sup>9)</sup>。

さて、リハビリテーションの第一の目標は、食事、排泄、歩行(移動)、洗面、入浴、着替え等、いわゆる「身のまわりのこと」に自立することである。一般的に言われるところのレクリエーションが関与してくるのは、そこから先である<sup>9)</sup>。

ここでは、社会心理的な援助を中心として、次のようなアプローチがイメージされる<sup>9)</sup>。



次に、余暇生活変容への援助過程を念頭に置きながら、これらのプログラムを経時的に整理してみる。

＜動機づけ過程＞

(1) グループワーク・プログラム

主として、グループで遊ぶことを体験させながら、情緒的に動機づける。

(2) 趣味開発プログラム

色々な趣味活動を体験し、それらの中から継続してやっていけそうなものを見つけていく。主として知的技能的に動機づける。

(3) 生活意識改革プログラム

「余暇を大事にした暮らしが重要なんだ」というような意識改革をめざしたプログラム。主として論理的に動機づける<sup>®</sup>。

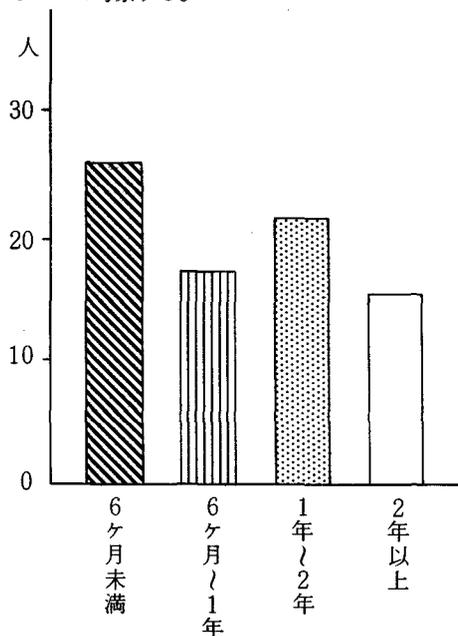
＜自立への過程＞

(4) クラブ・地域活動へのプログラム

ホーム内のクラブ活動や地域活動に入って、継続していけるよう情報、技術、相談等を援助していく。情緒的、論理的なものを含んだ総合的な援助過程である。

3. グループワーク・プログラムの内容についての考察

ここでは、動機づけ過程の最も重要なプログラムのひとつと考えられる「グループワーク・プログラム」にしばって考察する。



死亡者の在園期間

(1) 目標

浅野は、老人ホームにおけるグループワークの目標を次のように挙げている<sup>®</sup>。

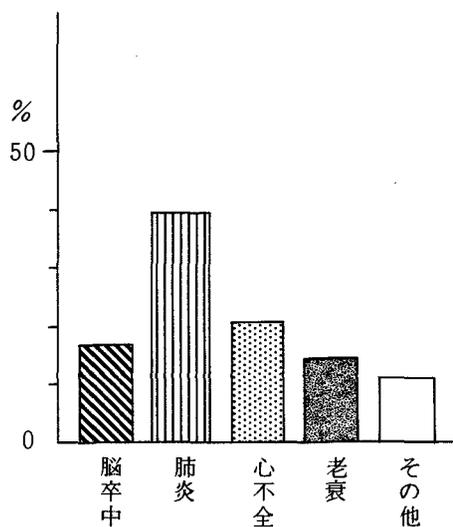
- (a) 話し合い、コミュニケーションの確立
- (b) 積極的に生きるための動機づけ
- (c) 記憶力の回復
- (d) 社会的技術の学習
- (e) 自制心の養成
- (f) 役割の遂行
- (g) 自主性の涵養

筆者らも、レクリエーションの内容に、こうした目標を盛りこみながらプログラミング、指導しているのが現状である。

なお、(b)の「積極的に生きるための動機づけ」に関連して興味深い指摘がある<sup>®</sup>。それは老人ホームでの死亡者と在園期間との関係について論述したものである。

この老人ホームは、定員100名であるが、開設後4年半の間に78名の方が亡くなっている。その方々の在園期間をみると、最も多いのが1年以内で、特に6か月以内が多いということである。

次に、入所後6か月以内に亡くなった方々の死亡原因をみると、脳卒中はひとまずおいて、その他はすべて「不活発」な生活を原因としているのである。新しい生活環境への適応が遅れ、生きる気力を失い、ついつい



6ヶ月以内死亡者の死因

ベットに寝ている時間が多くなり、心臓や呼吸機能を急速に弱め、こうした病気にかかり死にいたるということであろう。

筆者は、この事実に対して入所後6か月以内に新しい生活環境への適応をめざしたレクリエーション・プログラムが提供されるべきであると考え。前述した「グループワーク・プログラム」「趣味開発プログラム」等が効を奏するのではないかと思われる。

(2) プログラミング

プログラムは、前項の目標を念頭に置きながら組み立てられなければならない。筆者らが、1983年11月に都内老人ホームで実施したときには、次のような流れを意図した。

<全体のながれ>

- (a) まず心身をリラックスしていただく
- (b) 多くの人と気軽に交流していただく
- (c) 他の人と協力してひとつのことを成し遂げることを経験していただく

(d) 自らの持っている面を伸び伸びと出していただく

(d) グループの中での役割を積極的に発見し、遂行することを経験していただく

<各回のながれ>

- (a) 心身の軽いウォームアップ  
楽しい音楽にのった体操、リズムあそび等
- (b) メインプログラム  
その回のねらいに積極的に接近していくプログラム
- (c) 整理と予告  
今日やったことの意義を軽くおさえて、大事なことを確認しておく、次回の内容を簡単に紹介し、期待をもたせる

(3) 実施例

前項と同様に、1983年11月に都内老人ホームで実施した時のプログラムについて、全体の骨子と第一回目ものを紹介しておく。

実施プログラム

	月 日	時 間	テ ー マ	プログラム内容
1	11月10日(木)	2:30~3:30	今日からよろしく	趣旨の説明、メンバーとふれあいながら楽しく運動
2	11月14日(月)	2:30~3:30	楽しくグループをつくろう	清正ジャンケンなど
3	11月17日(木)	2:30~3:30	力を合わせよう	都道府県四目ならべなど
4	11月21日(月)	2:30~3:30	われわれ意識を高める	記憶力ゲームなど
5	11月24日(木)	2:30~3:30	みなさんが先生	なつかしいあそびなど
6	11月28日(月)	2:30~3:30	役割の発見・遂行	ファッションショーなど
7	11月30日(木)	2:30~3:30	ごろうさんパーティー	お茶、おかし、うた合戦などで楽しく終了

第1回 11月10日〔テーマ〕今日からよろしく

	プログラム	内 容 概 略
ウォームアップ	1. あいさつ	明るくあいさつをかわす。
	2. スタッフ紹介	スタッフとアシスタントを紹介
メインプログラム	3. 趣旨説明	高齢者の健康づくりの運動を考えているので、協力してほしい旨、話す。
	4. 参加メンバーの自己紹介	
	5. 背中さすり	少し肩の上げ下げをした後、となりの人の背中をさする。
	6. となり組体操	昔なつかしい「となり組」の歌に振り付けた体操。
整理・予告	7. まとめ	毎日、少しずつ身体を動かすことの大切さを述べる。
	8. 宿 題	背中さすりゲームの練習をするように話す。次回の最初にやってもらうことを告げる。メンバーの名札をプレゼント。

(4) 評価

このプログラムが、どのような影響を持っていたかについて、シートによる観察結果を紹介しておく。

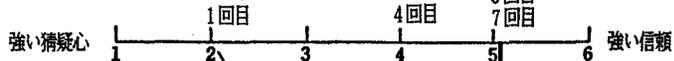
これは、この時の参加者13名全体を複数の観察者が

観察した結果であるが、回を追うごとに評価が右側へ移動している。参加者がスムーズに心を開き、グループへ参画していった様子が伺える。

<全体の観察結果>

- 1回目 (11/10)  
<背中さすりゲーム>
- - - 4回目 (11/21)  
<教員採記憶力>
- - - 5回目 (11/24)  
<お手玉、おはじき>
- ==== 7回目 (11/30)  
<紙のお皿づくり、おしゃべり、うた>

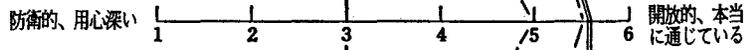
1. 相互の信頼の度合



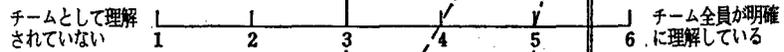
2. 相互支持の度合



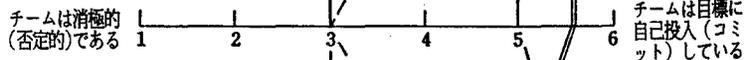
3. コミュニケーション



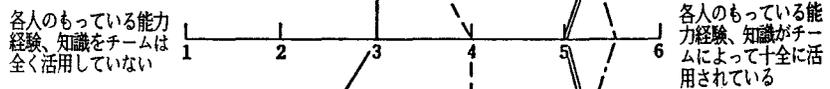
4. チームの目標



5. 目標に対して



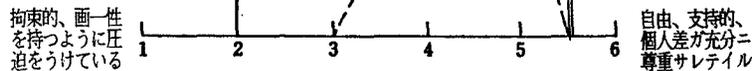
6. 各人のリソース(資源)の利用度



7. コントロールの方法



8. 組織的状况



#### 4. まとめ

要するに、余暇生活の変容をめざす「レクリエーション・ワーク」は、動機づけ過程と、自立過程に大別されると考えられる。

そして、これらの過程を現実の老人ホームでの生活の中に実現させるとすると、感覚的ではあるが、次のように整理できよう。

第1期 グループワーク・プログラム 4～6月  
このプログラムによって、遊びによる人間交流を体験し心をひらく。

第2期 趣味開発プログラム 7～9月  
第1期のプログラムを再度体験しつつ、色々な趣味活動を初歩的レベルで学習し、趣味開発へのキッカケとする。

第3期 余暇改革プログラム 10～12月  
個別に余暇生活を診断、目標設定をする。  
そして自立へのスケジュールをつくる。作業は、グループでおこなう。

第4期 自立プログラム 1～3月  
日々の体操、庭の手入れ、週1～2回の趣味クラブへの参加、さらに年中行事への積極的参加等、自立的余暇生活が実現されていく。

本研究では、余暇生活の変容をめざす「レクリエーション・ワーク」の大枠についてのみ筆者の考えるところを述べたが、今後の課題としては、これらの4つのプログラムの細部について、老人にも理解しやすく工夫されたものを開発し、それを実際に行い、効果があがったのかどうかをチェックしていかなければならない。そして、余暇生活の変容事例をより正確に分析、検討する作業を積み重ね、「レクリエーション・ワーク」の体系をつくり出したいと考えている。

#### <参考文献>

- ① 全国社会福祉協議会『老人ホーム処遇論』
- ② 全国社会福祉協議会「福祉寮母講習会テキスト」
- ③ 竹内孝仁・千葉和夫『楽しく遊べるリハビリゲーム』中央法規出版
- ④ 垣内芳子は、月刊誌「レクリエーション」1981年2月号の“社会福祉とレクリエーション”と題した論文の中で、食事等も含むレクリエーション論を展開している。
- ⑤ 日本レクリエーション協会「高齢者を対象とした

レクリエーション指導の可能性」

— 昭和58年度高齢者レクワーカー養成セミナー報告 —

- ⑥ 今井毅 月刊誌「レクリエーション」1985年9月号“余暇生活の考え方と実際”
- ⑦ 浅野仁 「老人の福祉と保健」1977年4月号“老人のグループワーク”
- ⑧ 全国社会福祉協議会『福祉寮母基礎講座』