

## 高齢障害者を対象としたグループレクリエーションの選択

—能力に合わせたレクリエーションゲームについて—

松本あづさ（鶴巻温泉病院）

高齢者，グループ，ゲーム

### はじめに

高齢者の入院生活は「長期」「単調」「制限」の3つの言葉に代表される。高齢者の疾病は、治癒するまでには長い時間を必要とし、治療・訓練の繰り返しである。また、入院期間が長期化することでその生活は単調になり、行動範囲も狭小化する。そのような状況を克服するためには楽しみや、心理的ストレスの発散また、機能の回復を実感できる機会が大切となる。

そこで、当病院では自己の存在感を得る機会、生きがい作り、生活リズム獲得のため、レクリエーション（以下レクと略す）活動を行っている。レクの活動は現在クラブ活動、ロビー活動、グループ活動の3つに大別される。クラブ活動は自主的な参加者による趣味活動を日替わりで行っており、ロビー活動は歩行練習や、簡単な作業を行い、コミュニケーションの媒体を提供している。グループ活動は参加者の身体的・精神的レベルに合わせた分類によってグループを形成し、身体活動を主体にレクゲームを行っている。

今回は、グループ活動の中で最も人数の多い患者のグループ2つについてグループ内で行われているレクゲームについて調査し、対応の適切性を検討したので報告する。

### 対象グループについて

2つのグループの相違は表1に示すとおりである

表1 対象者およびグループレベル

グループ分類項目		Aグループ × 3 = 登録99名	Bグループ × 3 = 登録89名
身体的	歩行	不可	不可
	耐久性	W/C上座位2時間以上	W/C上座位1時間以上
	W/C操作	訓練レベルで可能	訓練レベル～不可
精神的	痴呆	正常～軽度痴呆	中等度～重度痴呆
	コミュニケーション	日常会話可能	簡単な受け答え、挨拶程度
	指示理解	3行程までの指示理解可能	1、2行程までの指示理解可能
日常生活動作	移動動作	軽度介助～全介助	中等度介助～全介助
	食事	自立	自立～半介助
	更衣	中等度介助～全介助	不可
	排泄	介助～オムツ使用	オムツ使用
目標	グループ 目標	コミュニケーションを取り入れた 交流型グループの育成	精神賦活を中心とした活性型 グループの育成

A・Bグループの目的は残存機能（特に上肢）の確保、身体活動時間の確保および活動意欲の向上である。それによる精神的賦活、活性化もねらいの一つである。

活動は週4回、1回に40分間で行っている。内容は、現実見当識訓練を兼ねた日付、その日の出来事、参加者の確認を行い、上肢を中心とした準備体操を行う。時間にして15分程度である。その後、グループで活動性のあるレクゲームを行っている。

## 方法

1994年4月から1995年3月までにA・Bグループで行われた各々約200のゲームの中から無作為に50ゲームずつ検索した。AグループとBグループの各50ゲームを①レク財(主財・補助具・自助具)、②ゲーム性(特性・偶発性)、③行程数、④ルール数、⑤運動特性(特性1, 2・動作分類1, 2, 3)の5項目(12種類)に分類し、その項目について検討した。レク財の主財はゲームの本態である。又、ゲームを補うために使用した道具を補助具とし、その種類数をカウントした。自助具はゲームを行う上で身体機能を補う目的で使用した道具であり、その使用をカウントした。ゲーム性は特性と偶発性に分け、特性は「達成感」「勝敗」に分類し、偶発性はゲーム内容によって起こりうる偶然をゲームの中に取り入れるか否かを3段階で表した。1;ほとんど取り入れていない、2;ある程度取り入れている、3;偶然をゲームの要素としている、とした。行程数は参加者のゲーム上必ず行われた動作を数に示し、ルールはゲーム内のルール数を示した。運動特性は、ゲームの中で得られる特性(協調性・敏捷性・巧緻性・筋力・持続性)の中から選択した。動作分類はゲーム中の行程の動作を簡易的(例;打つ・投げる・握る)に示した。

それぞれの項目においてA・Bグループでの相違について比較検討を行った。

## 結果

各グループの50ゲームの調査結果は表2に示すとおりである。

表2 レクゲーム調査分類表

	項目	Aグループ	Bグループ		項目	Aグループ	Bグループ
レク財 主財	テニスボール	6	14	ゲーム行程	1行程	26	41
	お手玉	10	5		2行程	22	9
	ボール	8	6		3行程	9	2
	フーセン	3	10	ゲームルール	1ルール	18	31
	はちまき	3	2		2ルール	21	18
	ビーズボール	3	0		3ルール	9	1
	その他	16	8		4ルール	2	0
レク財 補助具	0種類	5	7	運動特性	協調性+巧緻性	17	23
	1種類	17	21		協調性+敏捷性	9	14
	2種類	20	20		筋力+敏捷性	4	1
	3種類	4	2		筋力+巧緻性	4	2
	4種類	4	0		協調性+筋力	3	2
レク財 自助具	自助具	8	4	その他	13	8	
特性	達成感	28	27	特性	偶発性	2.18	2.06
	勝敗	22	23				

レク財の主財は50ゲームのうちその主財が何ゲーム使用されたかを記載した。各グループにおいて使用頻度の高い主財の種類についてはA・Bグループ共通なものであった。しかし、テニスボールの使用頻度が、Aグループ6ゲーム、Bグループ14ゲーム、フーセンではAグループ3ゲーム、Bグループ10ゲームと2倍以上の差が現れている。補助具は表2に示す。補助具にA・Bグループの差は見られなかった。しかし、4種類という多くの補助具を使用したゲームはAグループのみであった。自助具はAグループが8ゲーム/50ゲーム、Bグループが4ゲーム/50ゲームで使用されている。Aグループの方が自助具を必要とするゲームが多かった。ゲーム性の特性では「達成感」「勝敗」がA・Bグループともに2, 3ゲーム「達成感」の方

が多いが、ほぼ同数であった。ゲーム性の偶発性は3段階の平均値を求めた。Aグループ2.18, Bグループ2.06であり、差が見られていない。

行程数, ルール数は行程数, ルール数ともにAグループの方が多い。これはAグループがBグループより多くの行程, ルールをゲームの中に取り入れていることを示している。

運動特性は, A・Bグループともに「協調性+巧緻性」「協調性+敏捷性」の2項目が多かった。しかし, Aグループの「協調性+巧緻性」「協調性+敏捷性」2項目の全体に占める割合は52%と2項目以外の運動特性を取り入れているゲームが半数近くあり, Bグループは74%と集中している。

「協調性+巧緻性」「協調性+敏捷性」2項目それぞれについて動作分類と併せてA・Bグループを比較してみると図1のようになる。「協調性+巧緻性」では, A・Bグループともに「転がす」「投げる」「打つ」が多く行われている。A・Bグループとも上位3つの動作を基本としながらゲームを構成していることがわかる。さらに, Aグループでは「投げる」, Bグループでは「転がす」動作を多く行っている。「協調性+敏捷性」では「打つ」「投げる」が多く行われている。BグループはAグループでは見られない「受ける」という動作を多用しているところが特徴的である。

		協調性+巧緻性			
		投げる	転がす	打つ	その他
Aグループ		35.3%	29.6%	17.7%	17.6%
Bグループ		26.1%	43.5%	26.1%	4.3%
		協調性+敏捷性			
		打つ	投げる	受ける	その他
Aグループ		33.3%	22.2%	44.5%	
Bグループ		28.6%	14.3%	28.6%	28.5%

図1 運動特性における動作分類

以上の結果より, 実際のゲームの場面での観察を含めて考察をする。

## 考察

レク財の主財でテニスボールはBグループで多く使用されている。テニスボールは硬式用のもので, バウンド性の高いことから比較的力のない参加者が投げたり, 転がしたりしても距離, 高さ, とともに得られることが多用される理由である。同じく, フーセンも滞空時間の長いことや軽量であることが比較的力のない参加者が「打つ」ことができ, 多用される。A・Bグループでのテニスボール・フーセン使用頻度に差があるのは, Bグループでそのテニスボール・フーセンの特性が生かされ, ゲームの理解や動作の制限をテニスボール・フーセンの特性で補っているからと考えられる。Aグループは, Bグループのテニスボール・フーセンのように理解力, 身体能力を主財の特性で補うのではなく, 自助具の使用や自己判断によって介助部分を明確にする。Aグループの参加者が自分の能力を見極める「障害受容」に役立てるためである。補助具はゲームを楽しむために取り入れられるもので, A・Bグループ共通の要素と見られる。補助具の量はA・Bグループの差を明確にするものではなかった。行程数・ルールは多ければそれを理解する能力を必要とする。ゲーム行程の3行程でAグループ9ゲーム, Bグループ2ゲームや, ゲームルールの3ルールでAグループ9ゲーム, Bグループ1ゲームなどAグループの方がBグループよりゲームの理解がよいことがうかがわれる。特に, 行程・ルールの理解能力は, 質問方式痴呆

検査では現れにくい動作を伴う理解や、物事の解釈の食い違いを見ることができ、基準表に現れにくいAグループとBグループの差が、ゲームの理解能力によって明確にされる。

A・Bグループともに勝敗、達成感をほぼ同数で取り入れていることは、勝敗ゲームの明確さ、達成感に対する満足感を意図して行われていると考えられる。達成感が若干多いことは、患者に対し、満足と賞賛を多く与える機会を持つためのものと思われる。A・Bグループで偶発性の平均にもほとんど差がないのは両グループともに達成の機会を多くし、やりがいや楽しさの提供をしているためと考えられる。

運動特性はA・Bグループのレク活動目的である運動性の確保に対し、協調性を主体とした「投げる」「転がす」「打つ」等の活動で統一されている。高齢者に対して筋力や巧緻性、敏捷性を向上させることは困難であるも、「投げる」「転がす」「打つ」等の協調性の動作を入れることで参加者に対する負担を少なくすることが出来る。協調性の運動を主体とし、活動を増やすことで筋力、巧緻性、敏捷性は間接的な効果として期待できる。運動特性を考慮した上で動作分類を見ると、Aグループの動作は「転がす」「投げる」「打つ」を単一で使うことより、他の動きと組み合わせて使用するところが見られている。Bグループは動作を単一で使われることが多い。これは行程数の差より伺える。同じ運動特性を目的としてもAグループは特性を引き出すのに多くの動作を必要とし、Bグループにおいては単一の動作で特性を引き出せるという事である。よって、ここでも、Aグループの方が運動特性と動作分類から見て、A・Bグループの差が見られる。

## まとめ

1. 運動特性で、A・Bグループのような状態の参加者には「投げる」「転がす」「打つ」などの協調性を基本とした動作を行い、車椅子上で行えるゲームの提供が適切である。
2. レク財の主財は特性を把握し、対象者の能力に合わせて選択することで、人的援助ではない援助を与えることが出来る。
3. 行っているゲームの分類からA・Bグループの基準設定だけでは表しにくい差が明確となった。