

# 健康レクリエーション研究

Japanese Journal of Health Recreation

第 12 卷

(2016 年 4 月)

日本健康レクリエーション学会

Japan Health Recreation Association

---

# 健康レクリエーション研究

第12巻 (2016年4月)

## 目次

---

### 第1部 研究論文

- 臨床実習後のアンケート調査による学生の社会的スキルに関する一考察  
ーリハビリテーション養成教育における臨床実習指導の在り方についてー ..... 3  
◇ 小久保 晃・中根 英喜・金田 嘉清
- 職業訓練を受けている発達障害者の生育歴、健康観、生活の質についての基礎調査  
ー就労継続へのサポートの指針を目指してー ..... 9  
◇ 稲葉 政徳・小久保 晃
- レクリエーションの展開法の違いがストレス解消効果に及ぼす影響 ..... 21  
◇ 岡崎 敏朗・杉浦 春雄
- Verification of the Effects of Brain Training in Elderly Subjects ..... 29  
◇ Kazue Sawami・Yukari Katahata・Chizuko Suishu・Wakaya Fujii・Hirofumi Hirowatari
- POMS 得点の変動からみた大学生の組織キャンプ体験の効果 ..... 37  
◇ 杉浦 春雄・植屋 悦男
- 二重課題歩行時の注意分散が予期機構 (視覚情報) に与える影響 ..... 45  
◇ 山田 和政・木村 大介・古川 公宣・渡邊 和子

### 第2部 実践報告

- Action for 地域包括ケアシステム！理学療法士がとるべきイニシアチブ  
ー岐阜県御嵩町における介護予防ー ..... 53  
◇ 岸本 泰樹
- 大学生の児童養護施設におけるアダプテッド・スポーツ指導実習について ..... 63  
◇ 桑原 信治・小林 和典・中島 史朗

### [寄稿]

- 健康レクリエーション活動に資する援助過程・・・到達目標の設定に向けて ..... 69  
◇ 井上 真人

[PP. 3-8]

## 臨床実習後のアンケート調査による学生の社会的スキルに関する一考察

—リハビリテーション養成教育における臨床実習指導の在り方について—

小久保 晃<sup>1)</sup>, 中根 英喜<sup>2)</sup>, 金田 嘉清<sup>3)</sup>

1) 岐阜保健短期大学 リハビリテーション学科 理学療法学専攻

2) 岐阜保健短期大学 リハビリテーション学科 作業療法学専攻

3) 藤田保健衛生大学 医療科学部 リハビリテーション学科

**【要旨】** 本研究の目的は、学生に対して臨床実習後に自己評価アンケートを実施し、どのような事項について自己研鑽できたかを調査することである。集計総数は 45 名 (男性 25 名, 女性 20 名) の有効回答が得られた。回収率は 75%であった。アンケート項目について、社会的スキルに関する“やる気”や“対人関係”に該当する項目間に有意な相関関係を認めた。我々教員は、臨床実習の事前教育において、学生が対人関係を構築して、その過程をいかに円滑に行えるかを考え実行する要素と、障害や病態に対して興味を持ち、評価を実施させることに意義を感じることができると教授する必要があることが示唆された。

**キーワード：** 臨床実習, 学生自己評価アンケート, 社会的スキル

### 緒言

理学療法士・作業療法士養成教育のカリキュラムは、基礎科目、専門基礎科目、専門科目に大別されており、専門科目の項目に臨床実習が組み込まれている。療法士を養成する教育カリキュラムでは、臨床実習および国家試験に必要な知識や検査技術を習得した上で、学生を臨床実習へ参加させている。臨床実習は、療法士の養成教育を受けた学生が、実際の病院や介護老人保健施設等、配属された臨床実習施設で機能障害を有した患者を、初めて直接担当して実習指導者の指導の下に評価・治療を施行することである。臨床実習は、学生が臨床現場において療法士が経験する治療効果を検証する場としても設けられているカリキュラムである。

臨床実習は、実習開始年次と期間によって、臨床実習Ⅰ、臨床実習Ⅱと臨床実習Ⅲ・Ⅳが存在する。それぞれの臨床実習の概要について、

臨床実習Ⅰは、早期から病院や施設における業務内容を臨床現場にて見学を目的として行う実習である。臨床実習Ⅱは、臨床実習Ⅰの経験を踏まえて、実習指導者の指導の下に担当患者の評価と問題点の抽出や治療の目標設定を学ぶ実習形態である。臨床実習Ⅲ・Ⅳは、学年の最終年次に行われるカリキュラムであり、担当患者の評価、治療計画の立案から治療の実施を経験し、学内で習得した知識や検査技術の確認、および治療を実践する貴重な実習である。

臨床実習Ⅲ・Ⅳは、実習前に十分な知識・検査技術を獲得して実施できることが重要であり、養成校は臨床実習の事前教育を十分に行った上で学生を実習へ送り出している。しかし、養成校が「臨床実習は、実習前に十分な知識・検査技術を獲得して実施できることが重要であり、養成校は臨床実習の事前教育を十分に行った上で学生を実習へ送り出している。しかし、養成校が臨床実習と望ましい人間関係を保つことができる」、「評価に関する患者へのオリエンテーションや安全性への配慮が行える」との間に相関関係

---

[PP. 9-19]

職業訓練を受けている発達障害者の生育歴、健康意識、生活の質に関する基礎調査  
—就労継続を目指した行動指導へ生かすために—

稲葉 政徳<sup>1)</sup>・小久保 晃<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> 岐阜保健短期大学リハビリテーション学科理学療法学専攻

---

**【要旨】**本研究は、職業訓練を受けている発達障害者 43 名を対象に、生育歴、体力を含む健康面に対する意識、生活の質、職業訓練終了後の希望、自己効力感を併せて基礎調査を行い、対象者の全体像ならびに就労継続を目指した介入(行動指導)へ生かす指針を示すことが目的である。結果、共通点として、幼児期は活発であったとしても、就学後以降は体育が「嫌い」であり、その背景に学校生活にて人間関係の問題を抱えてきた人たちが多く傾向であることがわかった。また、一般的な自己効力感が低い、自身の希望する就労形態と比較して健康や体力面を認識することが苦手、大まかな日常の活動量が少なく普段の人間関係も狭いなどの共通事項が確認できた。

**キーワード：**発達障害者、生育歴、健康意識、生活の質、就労継続

---

### はじめに

近年、ハローワークに求職登録する精神障害者や、統計的には「その他」に位置づけられる発達障害をもつ求職者が増えている。それらの動きを背景に、障害者雇用促進法の改正により、2013年4月から民間企業の法定雇用率が2.0%に引き上げられ、雇用率制度の対象が50人以上規模企業に拡大された。さらには、2018年4月から精神障害者が雇用義務化されることになった(1)。近年は知的障害を伴わない発達障害者が障害者職業センターなど就労へ向けての支援機関の利用が急増している。その多くは「一般求職者(未診断)」として就職し、人間関係や業務の遂行で失敗して叱責されて退職をする。しかし、発達障害者の多くは自身を客観視することが苦手な特性をもつがゆえに、なぜ失敗したのかを十分に理解することができないまま再就職をするといった失敗を繰り返し、自己否定に陥る傾向にあることが

指摘されている。

また、発達障害者を含む「精神障害者」に対して企業は敬遠しているのが実情である。敬遠する主な理由としては障害特性が多様なうえに、心身共に体調を崩しやすく、欠勤や休職をする可能性が大きいこともある。

なお、就労を継続していくうえで普段から体力(持久力や筋力)をつけていくことは不可欠である。岩国市の障害者就業・生活支援センター事業では、基礎トレーニングの中に「就労基礎体力づくり」を盛り込み、就労継続のために基礎体力向上や病気との付き合い方についてのスキル習得を目指している(2)。このような就労に必要な基礎体力をつけるためのプログラムを、就労支援の場においても積極的に取り入れる必要があるといえる。

生育歴(生い立ち)については、平田ら(3)が自閉症スペクトラムの学生に対して調査した報

[PP. 21-28]

## レクリエーションの展開法の違いがストレス解消効果に及ぼす影響

岡崎 敏朗<sup>1)</sup>・杉浦 春雄<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 健康科学レクリエーション研究所

<sup>2)</sup> 岐阜薬科大学健康・スポーツ科学研究室

**【要旨】** 本研究の目的は、ジャンケンゲームの展開法の違いがストレス解消効果に及ぼす影響について検討した。対象者はレクリエーション指導講座に参加した女性 28 名 (展開法 1 : 11 名, 展開法 2 : 11 名, 展開法 3 : 6 名) であった。調査項目は, PANAS (ポジティブ感情とネガティブ感情), 自己効力感, 活動効果およびフェイススケールであった。その結果, 展開法 1~3 はそれぞれ PANAS 得点において, ポジティブ感情に良い影響を与え, 活動効果得点では情緒的および精神的項目に高い値を示し, また, フェイススケールに対しては, 展開法 1 と 2 が好影響を与えたが, その効果には違いがみられ, その相違はパーソナルスペースの違いからくるものと考えられた。以上の結果から, ジャンケンゲームは対象者のポジティブ感情を高め, 心理的側面に好影響を与えストレス解消効果のある可能性が示唆された。さらに, ジャンケンゲームの効果は, 展開法の違いやパーソナルスペースの違いにより異なることが明らかとなった。

**キーワード :** ジャンケンゲーム, PANAS, 活動効果得点, フェイススケール

### はじめに

レクリエーション活動, 特に三種の神器といわれているゲーム, ダンス, ソングは誰もが手軽にできる活動であり, 以前からストレス解消や疲労回復作用等があるといわれている (1)。しかし, その効果については, 現場の支援者の経験に依存している部分が多く, 主観的な有用性を示しており科学的に明らかにされているものは少ない。

著者らは, 様々なレクリエーションゲーム (レクゲーム) の効果を見いだすために, 特に心理的側面に及ぼす影響について調査・研究を進めてきた。その結果, ジャンケンゲームをメインとしたレク・プログラム体験後, 対象者の陰性感情の低下と陽性 (活気) 感情の高揚 (2-4), 自覚症状の軽減や脳波の $\alpha$ 波出現率の増加からリラクゼーション効果およびストレス緩和効果 (5) が認められたことを報告してきた。このように, レクゲームは, ストレス軽減効果とともに対象者のポジティブ感情を高めるものと思われる。しかし, なぜレクゲームは人のポジティブ感情を高めるのか疑問である。ノーマン (6) は, 笑いはポジティブ感情を喚起すると指摘している。また, 山崎 (7) や塚脇ら (8) も笑いとポジティブ感情には強い関連性のあることを報告している。このことから, レク活動によるポジティブ感情の高揚には, レクゲーム体験からくる笑いが大きく関与している可能性が考えられる。更に笑いやユーモアがストレス解消効果など, 心理的反応に好影響をもたらすことも明らかにされている (9-11)。

## Verification of the Effects of Brain Training in Elderly Subjects

Kazue Sawami<sup>1)</sup>, Yukari Katahata<sup>1)</sup>, Chizuko Suishu<sup>1)</sup>,  
Wakaya Fujii<sup>2)</sup> and Hirofumi Hirowatari<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Nara Medical University

<sup>2)</sup> Gifu Junior College of Health Science

---

**【Abstract】Purpose:** To verify the benefits of brain training in the elderly. **Materials and Methods:** Firstly, we compared the benefits between a group combining recreation; dual task exercise and memory training and a single-task; training only group. This was compared using the Montreal Cognitive Assessment at around six month's intervention. Secondly, as the majority of non-drug therapies for lowered cognitive functions are interventions that work on the emotional level, we clarified the relationship between mental health and cognitive function. We used the General Health Questionnaire 12 to evaluate mental health. **Result:** There were 201 participants (72 male and 129 female), with an average age of  $68.4 \pm 8.3$  years. Whereas both the dual-task group and single-task group showed significant improvements in cognitive function, this was effective for more items in the case of the dual task group. Next, in the relationship between cognitive functions and mental status, there was a correlation between multiple memory tasks and mentality state. **Conclusion:** Executing dual-task exercise before training topics is beneficial for brain training in terms of elderly people. In addition, it was suggested that effectiveness against cognitive function is higher if the emotion at intervention is comfortable.

**Keywords:** Brain-Training, Recreation, Dual-Task, Memory, Emotion

---

### Introduction

With the increase year by year in the prevalence of mild cognitive impairment (MCI) which is seen as a pre-dementia condition, we need to learn more about preventive methods<sup>1-3)</sup>. In the intervention, we particularly incorporated recreational dual-task as the movement exercise preparatory to study therapy. Dual-task adds the

element of thought as opposed to single-task which is movement alone, and dual-task has been reported to enhance memory performance<sup>4-5)</sup>. The first objective of this research was to compare the effectiveness between dual-task and single-task for six month brain training.

Next, majority of non-drug treatments for cognitive function in the elderly are methods to ive

## 高齢者に対する脳トレーニングの効果の検証

澤見一枝<sup>1)</sup>, 片畑由佳理<sup>1)</sup>, 水主千鶴子<sup>1)</sup>, 藤井稚也<sup>2)</sup>, 廣渡洋史<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 奈良県立医科大学

<sup>2)</sup> 岐阜保健短期大学

**目的:** 高齢者のための脳トレーニングの効果を検証すること。

**方法:** 第1に、レクリエーション ; dual-task-exercise と記憶課題の組み合わせを実施したグループと、学習のみ ; single-task を実施したグループとの間で、脳トレーニングの効果と比較した。検証は、6ヶ月間の介入の前後で認知機能テスト ; Montreal Cognitive Assessment を用いて比較した。第2に、認知機能低下に対する非薬物療法の大半は、音楽療法や園芸療法などの感情に働きかける介入であるため、メンタルヘルスと認知機能との関係を明らかにした。メンタルヘルスの評価には General Health Questionnaire 12 を用いた。

**結果:** 201人の参加者からテストの結果を得た。男性72人、女性129人で、平均年齢は  $68.4 \pm 8.3$  歳であった。dual-task 群・single-task 群ともに認知機能の有意な向上があったが、dual-task 群のほうが広い範囲で認知機能の向上が認められた。次に、認知機能とメンタルヘルスとの関係では、複数の認知機能項目とメンタルヘルスとの間の相関関係があった。

**結論:** 高齢者のための脳トレーニングにおいては、学習課題の前にレクリエーション ; dual-task-exercise を実施することが有効である。加えて、介入において感情が快適であれば認知機能に対する効果が高いことが示唆された。

**キーワード:** 脳トレーニング, レクリエーション, デュアルタスク, 記憶, 感情

## POMS 得点の変動からみた大学生の組織キャンプ体験の効果

杉浦 春雄<sup>1)</sup>・植屋 悦男<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 岐阜薬科大学健康・スポーツ科学研究室

<sup>2)</sup> 浦和大学総合福祉学部

---

**【要旨】**本研究の目的は、Profile of Mood States (POMS) 得点の変動から組織キャンプ体験の効果을明らかにすることであった。大学生を対象に組織キャンプ体験群 (体験群, 57 名) と組織キャンプを体験しない群 (対照群, 41 名) との 2 群に区分し、(POMS) 調査から検討した。体験群の「活気」得点は、体験前と比較して体験後に有意に増加した。体験後の陰性気分得点は、すべて有意に低下した。体験群の体験後の総合的不快感情 (TMD) 得点は、体験前と比較して有意に低値を示した。体験群の「活気」得点は、対照群と比較して有意に高値を示し、陰性気分得点は、すべて有意に低値を示した。体験群の体験後の TMD 得点は、対照群と比較して有意に低値を示した。体験群の体験後の活動効果得点では、「楽しさ」、「気分」、「充実・満足」、「達成感」、「睡眠」および「食事」が高い値を示した。体験群の体験後の活気得点の変化量と TMD 得点の変化量との間で有意な負の相関関係がみられたが、対照群では認められなかった。以上の結果から、本研究での組織キャンプ体験は大学生の感情変容に効果的であることが示唆された。

**キーワード :** Profile of Mood States (POMS), Total Mood Disturbance (TMD), 組織キャンプ体験

---

### はじめに

キャンプ体験が教育的効果を示す報告は多い (1-4)。ことに、教育的効果を期待して実施されている組織キャンプは、非日常的な環境下での共同生活を通して、経験的学びからいろいろな技術を習得し対象者の心理的側面に様々な効果をもたらすことが指摘されている (5-9)。最近の研究をみると、大学生を対象とした調査では、4 泊 5 日のキャンプ実習後に POMS の「緊張-不安」得点と「混乱」得点および総合的不快感情 (TMD) 得点が減少したことを報告しキャンプ実習の効果を示している (10, 11)。また、3 泊 4 日の組織キャンプ体験後に対人関係能力が高まったとする報告もある (12)。著者らは、大学生における組織キャンプの教育的効果を見いだすために 2004 年から特に心理的側面に及ぼす影響について調査・研究を進めてきた。その結果、組織キャンプ体験後、学生の状態不安の有意な軽減 (6)、陰性気分の低下と陽性気分の上昇 (7, 8)、ポジティブ感情の向上 (9) が認められたことを報告してきた。しかしながら、前述の報告 (10-12) と同様に著者ら (6-9) の研究も組織キャンプ体験の効果を経験前後の比較のみから検討しているため純粋にキャンプ体験のみによるものではなく、他の要因の関与を否定できない。さらに野外活動体験、特に組織キャンプ体験の教育的効果を検討した研究において対照群を設定したものは少ない。そこで、本研究では、組織キャンプを体験しな



---

## Effects of the Organized Camp Experience on the Mood in the University Students

Haruo SUGIURA <sup>1)</sup> and Etsuo UEYA <sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Laboratory of Health and Sport Science, Gifu Pharmaceutical University

<sup>2)</sup> Faculty of Comprehensive Welfare, Urawa University

**Abstract:** The purpose of this study was to clarify the effects of the organized camp experience on the mood in the university students. The university students were divided into two groups: organized camp experience group (Ex group, n=57) and non-experience group (control group, n=41). We assessed the pre- and post-organized camp experience mood with the Profile of Mood States (POMS). The vigor score in the post-organized camp experience was higher than that in the pre-organized camp experience of the Ex group. The negative mood scores in the pre-organized camp experience of the Ex group was significantly low in the post-organized camp experience. The total mood disturbance (TMD) score in the post- organized camp experience of the Ex group was significantly lower than that in the pre- organized camp experience. The vigor score of the post-organized camp experience in the Ex group was significantly higher than that in the control group. The TMD score of the post-organized camp experience in the Ex group was significantly lower than that in the control group. The effective activity points of the post-organized camp experience indicated a high value in enjoyable, comfortable, satisfaction, sense of achievement, sleeping and diet meal. There was a significant negative correlation between the variations of the vigor score and the variations of the TMD score in the Ex group, but not in the control group. These results suggest that the organized camp experience effectively decreased negative mood score and increased positive mood score in the university students.

**Key words:** Profile of Mood States (POMS), Total mood disturbance (TMD), Organized camp experience

---

## Short communication

[PP. 45-50]

### 二重課題歩行時の注意分散が予期機構（視覚情報）に与える影響

山田 和政<sup>1)</sup>・木村 大介<sup>2)</sup>・古川 公宣<sup>1)</sup>・渡邊 和子<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> 星城大学 リハビリテーション学部

<sup>2)</sup> 関西福祉科学大学 保健医療学部

---

**【要旨】** 人間は外界の情報の約 80%を目から得ている。本研究は、高齢者の転倒予防を考える予備的研究として、若年健常人を対象に、二重課題歩行時の注意分散が予期機構（視覚情報）に与える影響を明らかにすることを目的とした。結果、単一課題歩行時と比較して二重課題歩行時では、眼球の探索が減少し、視線を固定する傾向にあった。結論として、二重課題歩行時は、若年者においても予期機構に重要な役割を持つ視覚情報が減少し、外部環境への変化に対する注意が低下し、転倒リスクが高まる可能性が示唆された。

**キーワード：** 二重課題歩行, 注意分散, 予期機構, 視覚情報

---

#### はじめに

人間は外界の情報の約80%を目から得ており(1, 2), 歩行時, 視覚情報を利用することで, その先の環境情報を前もって把握し, 咄嗟の危険をいち早く察知して, 事前に歩幅や歩行速度の調整, 歩行軌道の修正などを行っている。歩行時のバランスは, 反応機構 (reactive system), 予測機構 (predictive system), 予期機構 (proactive system) のもとで動的に制御されている(3)。反応機構とは, 歩行時にバランスを崩した際, それを瞬時に修正するための機構であり, 予測機構とは, 歩行に先行して生じる支持脚への重心移動などをコントロールする機構であり, 予期機構とは, 歩行に先立って行われる視覚情報に基づく前方や周囲の状況把握とそれに伴う歩幅や歩行速度, 歩行軌道などの調整・修正に関わる機構である。

歩行時のバランスを評価する際は, これら3つの機構のそれぞれを評価することが望ましいが, 予期機構に基づく評価については十分になされていないとは言い難い。一方, 計算や語想起などの課題を伴いながらの歩行は, 体幹の動揺が増大して不安定になること, 歩行速度が遅延することが報告されている(4)。そのひとつの要因として, 注意資源における注意分散機能の影響が挙げられる(5, 6)。それは, ひとつの事象(計算や語想起などの課題)に注意が強制されると, もうひとつの事象(歩行課題)への注意量が減少し, その結果, 反応機構, 予測機構による体幹動揺の増大や歩行速度の低下として観察される。しかし, 転倒に対する予期機構の重要性はこれまでも指摘されているものの, 視覚情報が重要な役割を果たす予期機構における注意分散機能の影響を

---

## **The Effect of Dispersion of Attention on Proactive System (Visual Information) during Dual Task Walking**

Kazumasa YAMADA <sup>1)</sup>, Daisuke KIMURA <sup>2)</sup>, Kiminobu FURUKAWA<sup>1)</sup> and Kazuko WATANABE <sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> School of Care and Rehabilitation, Seijoh University

<sup>2)</sup> Faculty of Allied Health Sciences, Kansai University of Welfare Sciences

**Abstract:** Humans gain about 80 % of external information using the eyes. The purpose of this study is to clarify the effect of the dispersion of attention during dual task walking on proactive system (visual information) in young healthy people. The result of the comparison of the dual task walking with single task walking show a decrease in eye information search with a tendency to become fixed. In conclusion, the present study has demonstrated that important visual information for the proactive system is decreased during dual task walking even in young healthy people. Consequently, decrease of attention to changes in the external environment suggests an increased risk of falling.

**Key words:** Dual task walking, Dispersion of attention, Proactive system, Visual information

## Action for 地域包括ケアシステム！理学療法士がとるべきイニシアチブ

—岐阜県御嵩町における介護予防—

岸本 泰樹<sup>1)2)</sup>

<sup>1)</sup> 医療法人誠道会 各務原リハビリテーション病院

<sup>2)</sup> 公益社団法人 岐阜県理学療法士会 地域包括ケアシステム推進部

---

**【要旨】** 本稿は岐阜県可児郡御嵩町における介護予防の実践報告である。方法：地域の高齢者を対象に運動教室を実施し、運動機能（開眼片足立ち、ファンクショナルリーチ、長座位体前屈、Timed Up & Go, 1分間足踏み、握力）と日常動作の主観的変化（転びにくさ・身体の軽さ）を調査した。また役場担当者と協働し、町内における介護予防の普及啓発活動に積極的に関わった。結果（成果）：参加者の運動機能全てに有意な向上変化が見られ、この変化が日常動作の主観的変化との関連もあることが認められた。また町の介護予防施策として地元の県立高校と協働し、町独自の介護予防体操を作成した。さらに完成した体操を普及するため、介護予防啓発地域高齢者ユニット「MTK48」を誕生させ、地域の共助システム構築に貢献できた。考察：自治体の介護予防施策に対し理学療法士ができることの多様性を実感した。また行政に対し私たちの存在をアピールできたことは有意義なことであった。

**キーワード：** 地域包括ケアシステム, 介護予防, 御嵩町, 理学療法士

---

### はじめに

平成26年に入り、日本の75歳以上人口が1,500万人を超え、全人口の12.5%を占める時代が到来した。わが国における超高齢社会の問題は医療・介護・社会保障などをはじめ、あらゆる分野に多大な影響を与えている(1)。過去を振り返っても日本がかつて経験したことのないこの重大局面の中で、我々理学療法士に寄せられている期待は大きい。現在、構築が急がれている地域包括ケアシステムは「高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるような地域の包括的な支援・サービス提供体制」と定義されており、日本が抱える超

高齢社会の諸問題に対する切り札と言われている(2)。本システム構築に伴う全国各自治体の介護予防事業推進に関わる動向は、今後の理学療法士の未来を大きく左右すると言っても過言ではなく、当然のことながら私たちはこのことを強く意識し、システムに対応する準備を早急に進めなければいけない。そのためにも私たちの活動をアピールし、理学療法士を地域でより身近な存在に感じてもらうことは非常に重要である。なお本稿における「地域」とは、地域社会コミュニティを含めた概念を想定し、介護予防の対象となる高齢者、高齢者を支える住民、また行政に関わる自治体職員、理学療法士をはじめとする専門職種の間に関わる領域を意味している。地域に目を向けたリハ

[PP. 63-68]

## 大学生の児童養護施設におけるアダプテッド・スポーツ指導実習について

桑原 信治<sup>1)</sup>・小林 和典<sup>1)</sup>・中島 史朗<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 東海学院大学短期大学部

<sup>2)</sup> 愛知大学地域政策学センター

**【要旨】** 本研究は、初級障がい者スポーツ指導員取得を目指す学生を対象に、アダプテッド・スポーツ指導実習を実施した。その内容は、大学体育授業 15 回中 2 回を利用して、4 グループが、レクリエーション活動及びアダプテッド・スポーツ指導を、児童養護施設に在籍している年少から小学校 6 年生の児童に行った。その結果、子どもの状況を見ながらプログラムにおけるルールの変更及び用具の工夫等について、学生が自然と習得出来る様子がうかがえた。このように、障がい者スポーツ指導員実習としてスポーツ大会、ボランティア参加が多くの高等教育機関でなされているが、子ども達に指導するという方法も有効な手段の一つとして活用できることが明らかになった。また、本プログラムを継続していく上で、年齢に応じたスポーツプログラム内容、子どもとのコミュニケーション等について今後の活動に活かしていきたい。

**キーワード：**生涯スポーツ，アダプテッド・スポーツ，レクリエーション活動，アレンジ

### はじめに

現在、障がい者のスポーツ実技を取り巻く環境はインクルーシブ体育の実践が大きなテーマとされている。しかし、高橋ら (1) が行った「日本の国公立大学におけるアダプテッド・スポーツの実施状況に関する調査」によると、障がい学生のために特別コースを設置して指導をする傾向を示していた。一方で、障がいを有する者の国立大学への入学者数及び受験者数は、近年増加傾向にある。文部科学省は、21 世紀の特殊教育の在り方として、各人の要求に合うような教育支援計画の策定を求めている (2)。

アダプテッド・スポーツとは、身体障がい・知的障がい・身体能力及び年齢などにとらわれず、ルールや用具を工夫してその人に適合させて行うスポーツである。社会においてアダプテッド・

スポーツを行う場面では専門的知識を有していることが求められる。2020 年東京パラリンピックの開催に向け日本障がい者スポーツ協会でも「日本の障がい者スポーツの将来像」を策定するなど障がい者スポーツ指導員がこれからのビジョンにおいて重要な役割を担っていくと考えられ、人材の育成及び指導者の資質向上が求められている。公益財団法人日本障がい者スポーツ協会の報告では、障がい者スポーツ指導員（初級・中級）は、平成 27 年度認定校 12 月 31 日現在、中級 25 校、初級 175 校（大学、短期大学、専門学校）の 200 校であった (3)。また、日本障がい者スポーツ協会公認の指導員（上級・中級・初級）の登録者数は、現在 22,646 名である。その中におけるアダプテッド・スポーツ指導実習内容は、障がい者スポーツ大会ボランティアが多数を占

<寄稿>

[PP. 69-75]

健康レクリエーション活動に資する援助過程…到達目標の設定に向けて

井上 真人

(労働者健康安全機構) 岐阜産業保健総合支援センター

I : はじめに

昨年9月, 第一回日本健康レクリエーション学会大会には, 健康レクリエーション活動に携わる多職種の援助者の参加が得られた。大会開催後のミーティングにて, 今後, 学会としての, 学会員の学習支援, および, 到達目標の設定が望ましいものとされた。そして, 本年9月開催予定の当学会第二回大会に向けて, 当学会会長: 杉浦春雄先生より, 「健康レクリエーション活動を様々な現場で活用, 展開できる指導者, 人材を育成するための到達目標」が求められるとの教示があった。

筆者らは, 平成14年よりセラピューティックレク講習会として, 「健康レクリエーション活動に関する学習支援」に向けて, 一般目標, および, 行動目標の設定に取り組み, 米国NCTRC (National Council for Therapeutic Recreation Certification) 認定のセラピューティック・レクリエーション専門資格であるCTRS (Certified Therapeutic Recreation Specialist) を有する森 美和子先生より指導を頂いた。

セラピューティック・レクリエーション・サービスの援助モデルとしては, 余暇活用能力モデル, 健康維持/増進モデル, 自己決断と楽しさ向上モデル, サービス提供と結果モデルなどが挙げられている (1, 2)。

当学会では, 健康障害の予防, ならびに, 健康増進に関する幅広い援助活動をめざし, 健康維持/増進モデルに基づき, 援助環境の調査

(アセスメント, **Assessment**), 援助の目的・到達目標・援助手段の設定 (計画, **Planning**), 計画に基づいたプログラムの実施 (**Implementation**), そして 評価 (**Evaluation**) を行い, 相互にフィードバックを重ねる **A.P.I.E.** (1, 2) と称されるシステム・アプローチを活用する健康レクリエーション活動の推進を図っている。

平成16年9月, 筆者が臨床研修指導医講習会にファシリテーター, 実行委員として参加した際, 研修カリキュラムおよび指導ガイドラインの作成の過程に触れ, 翌17年5月, 健康レクリエーション研究会(当時)にて健康レクリエーション活動に関する学習支援: 一般目標 (GIO), 行動目標 (SBOs)<sup>(\*1)</sup> に関する案の作成に携った。

・健康レクリエーション活動に関する学習支援(案)(2005年当時)より

・一般目標 (GIO) : 1)

レクリエーション活動の意義と役割を理解する。

・行動目標 (SBOs) : 1)

①レクリエーションの効果を述べることができる。

②保健・医療・福祉の現場でのレクリエーションの活用を考えることができる。

③関係機関や諸団体との連携の中で, レクリエーションを行う必要性を述べることができる。

④レクリエーション活動時の事故への対処

# 健康レクリエーション研究投稿規定

## 〈投稿資格〉

1. 本誌への投稿資格について、投稿者は、全員が日本健康レクリエーション学会会員に限る。ただし、編集委員会が必要と認めた場合には、会員以外にも投稿を依頼することができる。

## 〈論文の種類〉

2. 原稿の種類は、総説 (Review)、原著 (Original article)、短報 (Short communication)、実践報告 (Practical report)、資料 (Note) に区分する。短報とは、「断片的であるため原著論文としてまとめることはできないが、公表することが健康レクリエーション (健康レク) 研究の発展に寄与するもの」、実践報告書とは、「健康レクの実践活動をまとめたもの」、資料とは、「会員に参考となる社会科学・自然科学に関する記録等」をそれぞれさす。
3. 和文、英文のいずれの原稿も受け付ける。

## 〈論文の採否と掲載〉

4. 原稿は、他紙に発表済および投稿中でないものに限る。
5. 総説、原著、資料、短報は査読を行う。
6. 論文の採否は査読者の評価を参考にし、編集委員会において決定する。

## 〈原稿ならびに執筆規定〉

7. 投稿は、電子メール添付で受け付ける。
8. MS-Word 形式の単一ファイルとして作成した電子原稿を、健康レクリエーション研究編集部のメールアドレスに電子メールの添

付書類として送付する。

9. 原稿は和文・英文ともに 10.5 から 12 ポイントの文字で A4 用紙にダブルスペースで印字し、(1 頁 400 字程度) 句読点は、「,」とする。
10. 第 1 頁にはタイトル (原著論文は英文タイトルを記載する)、著者 (全員をフルネームで)、全員の所属、連絡先住所、電話番号、電子メールアドレスを記載する。なお、和文原稿は和文で (英文を記載してもよい)、英文原稿は英文のみで記載する。原稿中の英文は、Native speaker のチェックを受ける。
11. 原稿の種類に関わらず、第 2 頁には 300 字程度の抄録とキーワード (3~7 語) を記載する。なお、和文原稿は、原稿末尾に英文抄録を記載してもよい。
12. 原著および短報の章立ては原則として以下のとおりとする。緒言 (Introduction)、方法 (Method)、結果 (Results)、考察 (Discussion)、文献 (References)。なお、結果と考察を 1 つの章にまとめてもよい。
13. 図表は、文献も含めた本文の後に、1 頁に 1 つずつ記載する。
14. 引用文献は、本文中の該当箇所に両カッコに入れた番号 (1) を順につけ、文献の欄にその番号順に記述する。
15. 引用文献の記述は以下の形式とする。  
(論文の場合)
  - 1) 杉浦春雄 他:健康レク研究, 10, 5-12 (2014).
  - 2) Brody EB et al. : J Sports Exerc Psychol, 10, 32- 44 (1988).(単行本の場合)

- 3) 鎌田尚子：学校保健マニュアル (改訂 7 版), 141-153, 南山堂, 東京 (2008).
  - 4) Reilly C : Selenium in food and health, 110-132, Blackie Academic and Professional, London, (1996).  
(インターネットの場合)
  - 5) 厚生労働省：平成 23 年度 (2011) 人口動態統計の概要, [http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakuteill/dl/01\\_tyousa.pdf](http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakuteill/dl/01_tyousa.pdf)
  16. 原稿中の単位は, 原則として国際単位系 (SI) に従う。ただし, ppm, dL, kcal, mmHg など, 慣用的に広く使われている単位の使用は構わない。なお, ℓ (リットル) は, 数字の「1」との誤認をさけるため, 大文字の「L」を使用する。
3. 本規程は平成 27 年 9 月 27 日に改訂。
  4. 本規程は平成 28 年 3 月 18 日に改訂。

#### <著作権>

17. 本誌に掲載された原稿の著作権, 本会に属する。

#### <倫理>

18. 倫理上の配慮が必要な研究を記述する場合, 配慮の具体的内容を論文に明記する。

#### <原稿送付先と連絡先>

〒502-8585 岐阜県岐阜市三田洞東 5-6-1  
岐阜薬科大学健康・スポーツ科学研究室内  
健康レクリエーション研究編集部 宛  
e-mail : sugiura@gifu-pu.ac.jp

#### <附則>

1. 本規程は総会の決議により改廃することができる。
2. 本規程は平成 27 年 4 月 1 日より発行する。



## 編集委員

岩田弘敏，杉浦春雄，井上真人，山田和政，  
杉浦浩子，植屋節子，岡崎敏朗

健康レクリエーション研究  
第12巻 <平成28年度版>

平成28年4月1日発行  
(会員頒布 非売品)

編集発行人 杉浦 春雄

発行所 日本健康レクリエーション学会

事務局 〒502-8585

岐阜県岐阜市三田洞東 5-6-1

岐阜薬科大学健康・スポーツ科学研究室内

日本健康レクリエーション学会

TEL. 058-237-8572