
ISSN 2188-3211

健康レクリエーション研究

Japanese Journal of Health Recreation

第14巻

(2018年9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14巻 (2018年9月)

目次

原著

- Bowling Practice as a Leisure Physical Activity and its Health Benefits in Elderly People 1
◇ Seyed Mohammad Mirbod・Haruo Sugiura
- 移動能力と生活空間のひろがりからみた介護予防事業「元気はつらつ教室」の効果 9
◇ 山田 和政・浜辺 祐介・今井 優利・長田 理乃
- 薬科大学新入生の声を出して笑う頻度と日常生活習慣および勉強ストレスの関係 15
◇ 井奈波 良一・杉浦 春雄
- Relationship between subjective satisfaction with activities of daily living and quality of life in elderly in ambulatory rehabilitation 25
◇ Yuri Kanayama・Keiko Tsuchiya・Kenichi Ono
- 医学生のポケモンGO実施状況と日常生活における自覚的ストレス度との関係..... 35
◇ 井奈波 良一・井上 真人
- Aged working population and the need for adopting sporting activities among those engaged in physically demanding jobs 43
◇ Seyed Mohammad Mirbod・Haruo Sugiura

資料

- 花火大会鑑賞者のポケモンGO実施状況と花火大会の効果および問題に関する意識の関係.. 53
◇ 井奈波 良一・加野 准子

実践報告

- 児童の基本的な生活習慣改善に関する事例的研究Ⅱ
—生活カードを活用した取り組み(小学校4年生)を通して— 63
◇ 山崎 功一

寄稿

- 健康レクリエーション活動に活かす協働的パートナーシップ
—援助過程の標準化と多様化に向けて— 75
◇ 井上 真人

(pp. 1-8)

Review :

Bowling Practice as a Leisure Physical Activity and its Health Benefits in Elderly People

Seyed Mohammad Mirbod ¹⁾ and Haruo Sugiura ²⁾

¹⁾ Department of Scientific English Studies, Gifu Pharmaceutical University

²⁾ Department of Health and Sport Sciences, Gifu Pharmaceutical University

【Abstract】 Recreational activity and physical exercise are important to the health of almost everyone, including elderly people. Amongst light to moderate physical recreational activities, bowling has one of the longest and richest histories of all sports. To our knowledge, this is the first study to address the health benefits of playing bowling in elderly people. This study was conducted using accessible relevant information on bowling practice and its health issues. Available data from Japan and other countries were reviewed and used as the basic material for this study. On the basis of the discussed material on the health benefits of playing bowling, including strengthening muscles of the upper and the lower body, losing weight, improvement in social behavior, stress relieving, and hand–eye coordination, elderly people are advised to get themselves engaged in physical leisure activity such as playing bowling at a regular time schedule. Those who keep themselves physically active can continue to do what they enjoy and sustain a healthy life as they age.

Key words: Recreation, Physical activity, Bowling, Elderly people, Health benefit

Introduction

Recreational activity and physical exercise are important to the health of almost everyone, including elderly people. Those who keep themselves physically active can continue to do what they enjoy and sustain a healthy life as they age. This is the reason why health specialists recommend elderly people to be physically active every day in order to maintain their health. Landi, et al (1) reported that regular physical activity modifies the age-related pattern of decline in physical performance, with greater benefits

observed for more intensive activities. They concluded that efforts are needed from health authorities and healthcare providers to promote the large-scale adoption of an active lifestyle throughout the life course. In another study (2), the benefits of regular recreational table tennis games for body composition, physical performance and muscle strength of older adult men were investigated. The researchers concluded that regular table tennis has beneficial effects on muscle strength, physical performance and body composition, and is a potent activity to

(pp. 9-13)

原著：

移動能力と生活空間のひろがりからみた介護予防事業 「元気はつらつ教室」の効果

山田 和政^{1,2)} 浜辺 祐介¹⁾ 今井 優利¹⁾ 長田 理乃¹⁾

¹⁾ 介護老人保健施設 寺田ガーデン

²⁾ 星城大学 リハビリテーション学部

【要旨】 本研究の目的は、介護予防事業「元気はつらつ教室」における取り組み効果を、移動能力と生活空間のひろがりから検証することとした。元気はつらつ教室に参加した 10 名を対象に、初回と 1 年後の TUG (Time Up and Go) test と LSA (Life-Space Assessment) の結果をカルテから収集し比較した。結果、平均値の比較では、TUG 遂行時間、LSA 得点とも初回と 1 年後で有意差は認められなかった。個々人でみると、いずれの対象者も初回、1 年後とも TUG 遂行時間は転倒予測のカットオフ値である 13.5 秒より速かったものの、LSA 得点は向上・低下・変化なしと個人差がみられた。以上より、元気はつらつ教室における取り組み効果は、いずれの参加者も転倒リスクのない移動能力を維持していたが、生活空間のひろがりについては狭小化した者や狭小したままの者も見受けられた。

キーワード： 介護予防, 移動能力, 生活空間

緒言

高齢化が進み、元気高齢者のみならず、認知症高齢者の増加 (1) やフレイル高齢者の増加が懸念されており (2)、2025 年を目途に、自分らしい暮らしを人生の最後まで送り続けられるよう、医療、介護、介護予防、生活支援、住まいを包括的に提供する地域包括ケアシステムの構築が、各市区町村で進められている。介護予防・日常生活支援総合事業 (以下総合事業) は、この中の生活支援と介護予防の分野を担っていくこととなり、平成 27 年より開始され、平成 28 年 4 月より全国の事業所にて運営が始まった。総合事業の趣旨として厚生労働省 (3) は「市区町村が中心となり、地域の実情に応じて住民等の多様な主体が参画し、多様なサービ

スを充実することで、地域で支え合う体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを旨とするもの」としている。

当施設は、総合事業である「元気はつらつ教室」を開催し、集団体操、レクリエーション、自主トレーニング指導、専門職によるミニ講義を、週 1 回の頻度で 1 年間実施した。そこで、本研究では、元気はつらつ教室における取り組み効果の検証を目的とした。

**Effect of Preventive Care Service “Genki Haturatsu Classroom”
Evaluated by Mobility and Life Space**

Kazumasa YAMADA ^{1,2)}, Yusuke HAMABE ¹⁾, Masatoshi IMAI ¹⁾ and Rino OSADA ¹⁾

¹⁾ Long-Term Care Health Facility, Terada-Garden

²⁾ Faculty of Rehabilitation and Care, Seijoh University

Abstract: The purpose of this study was to investigate the effect of The Preventive Care Service known as “Genki Haturatsu Classroom” by evaluating mobility and Life Space. The subjects of this study were 10. The results of TUG (Time Up and Go) test and LSA (Life-Space Assessment) at the beginning and after one year were collected from medical records and compared. The results showed no significance difference between TUG execution time and LSA scores at the beginning and after one year. For individuals, TUG execution time was faster than the cutoff value of 13.5 seconds predicting falling both at the beginning and after one year in all subjects. However, LSA scores improved for some, decreased for others, and did not change for yet others. In conclusion, the effect of the “Genki Haturatsu Classroom” was that mobility without risk of falling was maintained in all participants, but life space was narrowed in some participants.

Key words: Preventive Care, Mobility, Life Space

(pp. 15-24)

原著：

薬科大学新入生の声を出して笑う頻度と日常生活習慣および
勉学ストレスの関係

井奈波 良一¹⁾・杉浦 春雄²⁾

¹⁾ 岐阜大学大学院医学系研究科産業衛生学分野

²⁾ 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、薬科大学新入生の声を出して笑う頻度と日常生活習慣および勉学ストレスの関係を明らかにすることである。薬科大学新入生 125 名（男子 55 名，女子 70 名）を対象に無記名自記式アンケート調査を実施した。その結果，1. 自覚的ストレス度は，普段声を出して「ほぼ毎日」笑う群は，「週 5 日以下」の群に比べて，男女共に有意に低かった ($p<0.01$ または $p<0.05$)。2. 睡眠の質得点は，男女共に普段声を出して「ほぼ毎日」笑う群が，「週 5 日以下」の群より有意に高かった ($p<0.05$)。3. 「心理的勉強の負担 (量)」得点は，男子においてのみ普段声を出して「ほぼ毎日」笑う群が，「週 5 日以下」の群に比べて，有意に低かった ($p<0.01$)。4. 「活気」得点は，男女共に普段声を出して「ほぼ毎日」笑う群が，「週 5 日以下」の群より有意に高かった ($p<0.05$)。5. 周囲からのサポート得点は，男女共に普段声を出して「ほぼ毎日」笑う群が，「週 5 日以下」の群に比べて，有意に高かった ($p<0.01$ または $p<0.05$)。以上の結果から，薬科大学新入生の普段声を出して笑う頻度と日常生活習慣および勉学ストレスには何らかの関連があることがわかった。

キーワード：薬学生，笑い，日常生活習慣，勉学ストレス

はじめに

ここ数十年，経験的に知られていた笑いの健康に対する効果に関する研究が盛んに行われている(1)。著者ら(2,3)は，最近，病院女性看護師では，声を出して笑う頻度と勤務状況，日常生活習慣，職業性ストレス，ワークホリズム，ワーク・エンゲイジメントおよび出来事には何らかの関連があることを報告した。さらに病院女性看護師では，普段声を出して笑う頻度が高い者ほど，バーンアウト得点は有意に低く，また，「精神的に安定し心身とも健全である」者の割

合が大きく，「臨床的にうつ状態」の者の割合が小さかった(2)。したがって声を出して笑う頻度とバーンアウトの間には，何らかの関連があると考えられる。

著者ら(4)は，薬剤師のバーンアウト（燃え尽き）を予防するためには卒後だけでなく卒前の教育を含めた対策が肝要と考え，薬学生のバーンアウト状況および日常生活習慣について検討してきた。そこで，今回，著者らは，薬科大学新入生を対象に，声を出して笑う頻度と日常生活習慣および勉学ストレスの関係を検討したの

**Study on the Relationship of Mirthful Laughter with Lifestyle or Learning-related Stress
among Pharmacy New Students**

Ryoichi INABA¹⁾ and Haruo SUGIURA²⁾

¹⁾Department of Occupational Health, Gifu University Graduate School of Medicine

²⁾Department of Health and Sport Sciences, Gifu Pharmaceutical University

Abstract: This study was designed to evaluate the relationships between mirthful laughter and lifestyle or learning-related stress among pharmacy new students. A self-administered questionnaire survey on the related determinants was performed among 125 pharmacy new students (55 males and 70 females). The subjects were divided into two groups based on the frequency of mirthful laughs (approximately every day and five days or less a week).

The results obtained were as follows:

1. Both in males and females, degree of subjective stress among subjects who laugh mirthfully approximately every day was significantly lower than that among those who laugh mirthfully five days or less a week ($p<0.01$ or $p<0.05$).
2. Both in males and females, score of the quality of sleep among subjects who laugh mirthfully approximately every day was significantly higher than that among those who laugh mirthfully five days or less a week ($p<0.05$).
3. Only in males, score of quantitative study overload among subjects who laugh mirthfully approximately every day was significantly lower than that among those who laugh mirthfully five days or less a week ($p<0.01$).
4. Both in males and females, score of vitality among subjects who laugh mirthfully approximately every day was significantly higher than that among those who laugh mirthfully five days or less a week ($p<0.05$).
5. Both in males and females, score of support from surroundings among subjects who laugh mirthfully approximately every day was significantly higher than that among those who laugh mirthfully five days or less a week ($p<0.01$ or $p<0.05$).

These results suggest that there are some relationships between mirthful laughter and lifestyle or learning-related stress among pharmacy new students.

Key words: Pharmacy student, Laughter, lifestyle, Learning-related stress

(pp. 25-33)

Original :

Relationship between subjective satisfaction with activities of daily living and quality of life in elderly in ambulatory rehabilitation

Yuri Kanayama ¹⁾, Keiko Tsuchiya ²⁾, Kenichi Ono ¹⁾

¹⁾ Department of Rehabilitation, Faculty of Health Science and Technology, Kawasaki University of Medical Welfare

²⁾ Department of Occupational Therapy, Shimane Rehabilitation College

【Abstract】Introduction: We investigated the relationship between subjective satisfaction with activities of daily living (ADL) and quality of life (QOL) in elderly in ambulatory rehabilitation.

Methods: The participants were 48 elderly people in ambulatory rehabilitation. The subjective satisfaction with the ADL, the degree of independence in performing ADL and QOL were evaluated by the Satisfaction with Selected Activities of Daily Living scale (SSADL), the Functional Independence Measure (FIM) and the World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF). Spearman's rank correlation coefficient was used to examine the relationship of WHOQOL-BREF and its subscales with scores on SSADL and FIM.

Results: Significant positive correlations were found between scores on SSADL and the total WHOQOL-BREF ($r_s = 0.34, p < 0.05$), and between SSADL and physical domain ($r_s = 0.35, p < 0.05$). No significant correlations were found between SSADL and other WHOQOL-BREF subscales and between FIM and WHOQOL-BREF.

Conclusion: The independence degree of the ADL did not affect QOL in the elderly people in ambulatory rehabilitation. However, subjective satisfaction with ADL was connected with improvement in their QOL.

キーワード : Elderly, Activities of daily living, Subjective satisfaction

Introduction

The number of Japanese people aged 65 years or older reached 34,590,000 in 2016, and they comprised 27.3% of the total population. The aging rate would reach 38.4% in 2065, and approximately one of 2.6 people would be aged 65 years or older (1). In Japan, which is aging at a fast rate, whether the elderly spend their lives productively came to be

regarded as more important than mere longevity. In other words, improving the quality of life (QOL) of and obtaining satisfaction in daily life by the elderly people is considered to be meaningful.

However, the elderly people experience various illnesses as they grow older. Therefore, in the field of the rehabilitation, not only improvement of the QOL but also support for the activities of daily

通所リハビリテーション利用者を対象とした ADL の主観的満足と QOL の関係

金山 祐里¹⁾・土屋 景子²⁾・小野 健一¹⁾

¹⁾ 川崎医療福祉大学医療技術部リハビリテーション学科

²⁾ 島根リハビリテーション学院 作業療法学科

【要旨】 目的：通所リハビリテーションを利用している高齢者の日常生活活動（Activities of Daily Living：以下，ADL）に対する主観的満足感と生活の質（Quality of Life：以下，QOL）の関係を調査することである。

方法：対象は通所リハビリテーションを利用している高齢者 48 名である。ADL の主観的満足感 は、選択された ADL 満足感の評価法(Satisfaction of Selected Activities of Daily Living：以下，SSADL) を、ADL の自立度は機能的自立度評価表（Function Independence Measure：以下，FIM）を用いて 評価した。また，QOL は The World Health Organization Quality of Life26（以下，WHOQOL26）に て評価した。SSADL 及び FIM の得点と WHOQOL26（合計及び下位項目）の得点との関係を Spearman の順位相関係数を用い分析した。

結果：SSADL と WHOQOL26 の合計点($r_s=0.34, p<.05$)，身体的領域($r_s=0.35, p<.05$)の間に有意な正 の相関が認められ，その他の WHOQOL26 の下位項目との間には相関はなかった。FIM と WHOQOL26 の間には相関はなかった。

結論：通所リハビリテーション利用している高齢者では ADL の自立度は QOL に影響を与えなかつ た。しかしながら，ADL に対する主観的満足感 は QOL の改善に繋がること が示唆された。

キーワード：高齢者，ADL，主観的満足感

(pp. 35-41)

原著：

医学生のパokemon GO 実施状況と日常生活における自覚的ストレス度との関係

井奈波 良一・井上 眞人

岐阜大学大学院医学系研究科産業衛生学分野

【要旨】 本研究の目的は、医学生のパokemon GO 実施状況と日常生活における自覚的ストレス度との関係を明らかにすることである。医学生 216 名 (男子 89 名, 女子 127 名) を対象に無記名自記式アンケート調査を実施した。その結果, 1. パokemon GO をやっている者の割合は, 男子学生が 13.5% で女子学生 (4.7%) より有意に高率であった ($p < 0.01$)。2. 男子医学生においてのみ, 日常生活における自覚的ストレスが「ない」または「少ない」と回答した者の割合は, パokemon GO を「やっている」者で最も高率であり, 次が「やめた」者であった ($p < 0.01$)。3. 男子医学生においてのみ, スマートフォンによるネットコミュニケーションへの没頭得点は, パokemon GO をやっている者で有意に高かった ($p < 0.05$)。以上のことから, 男子医学生では, パokemon GO 実施状況と日常生活における自覚的ストレス度には何らかの関連があると考えられる。

キーワード： パokemon GO, 自覚的ストレス, ネットコミュニケーション

はじめに

スマホゲームの「パokemon GO」は, 2016 年 7 月 22 日に国内配信され, 社会現象を引き起こした。配信当初のアクティブユーザー数は 1000 万人を超え, 4 か月後までに半数程度に減少したが, その後, 2017 年 6 月まで 500 万人前後で推移している (1)。最近, 渡辺ら (2) は, 正規雇用労働者がパokemon GO を 1 か月以上実施したところ, 効果は小さいが心理的ストレス反応が減少し, また, 心理的ストレス反応得点は, パokemon GO 実施者が未実施者より有意ではないが低くなっていたことを報告した。このことから, パokemon GO 実施者では, 自覚的ストレスが低い可能性があると考えられる。

そこで, 著者らは, 今回, まず手始めに医学生を対象にパokemon GO 実施状況と日常生活に

における自覚的ストレスの程度との関係について検討したので報告する。

対象と方法

A 大学医学部の 2 年時, 3 年時の学生 (以下, 医学生) 382 名 (医学科 226 名, 看護学科 156 名) を対象に, 無記名自記式アンケート調査を実施した。

本調査に先立ち, 岐阜大学大学院医学系研究科医学研究等倫理審査委員会の承認を得た (承認番号 28-345)。

調査票の内容は, 性, 年齢, 1 日の喫煙量, 1 週間の飲酒回数, 平日・休日および試験前の睡眠時間, 日常生活における自覚的なストレス度 (「ない」「少ない」「ある程度感じる」「大変多い」), パokemon GO 実施状況, 戸田ら (3) の和

Relationship between Enforcement Situation of Pokémon GO and Degree of Subjective Stress in Daily Life among Medical and Nursing Students

Ryoichi INABA and Masato INOUE

Department of Occupational Health, Gifu University Graduate School of Medicine

Abstract: This study was designed to evaluate the relationship between enforcement situation of location-based game Pokémon GO and degree of subjective stress in daily life among medical and nursing students. A self-administered questionnaire survey on the related determinants was performed among 216 medical and nursing students (89 male and 127 female students). The results obtained were as follows: 1. Percentage of the active Pokémon GO players in male students (13.5%) was significantly higher than that in female students (4.7%) ($p < 0.01$). 2. Only among male students, percentage of subjects who answered to have no or small subjective stress was the highest in the active Pokémon GO players, followed by the former Pokémon GO players ($p < 0.01$). 3. Only among male students, sub-score of immersion in Internet communication in Wakayama Smartphone–Dependence scales (WSDS) was the highest in the active Pokémon GO players ($p < 0.05$). These results suggest that there are some relationships between enforcement situation of Pokémon GO and degree of subjective stress in daily life only among male medical and nursing students.

Key words: Pokémon GO, Subjective stress, Internet communication

(pp. 43-51)

Review:

Aged Working Population and the Need for Adopting Sporting Activities among those Engaged in Physically Demanding Jobs

Seyed Mohammad Mirbod ¹⁾ and Haruo Sugiura ²⁾

¹⁾Department of Scientific English Studies, Gifu Pharmaceutical University

²⁾Department of Health and Sport Sciences, Gifu Pharmaceutical University

【Abstract】 The issue of aging population is a subject of much attention in all over the world. Health care and science resources should be conservatively allocated to the Japan's aging population, focusing on providing quality to the aging years. The aims of the present survey are: (1) to outline the actual rate of the aged Japanese labor force from 1996 to 2016 with a special focus on those with the age of ≥ 65 years; (2) to address physical decline due to aging process; and (3) to recommend some low intensity recreational sporting activities in order to maintain the health of this important group of working people in a good condition. According to the latest published data from Japan, the percentage of people with the age of 65 or more is the highest (26.7%) in the world. The percentage of non-regular employees has been increased from 21.5% in 1996 to 37.6% in 2016. As for those aged ≥ 65 years, the percentage of regular employees was 48.2 % in 1996, 34.2% in 2006, and 24.9% in 2016. On the basis of the reviewed material, it is obvious that older workers more often experience cumulative trauma disorders. Retaining the aging workers who have valuable job experience has many positive aspects in the society. By a comprehensive health program for diagnosis of risk factors as well as implementation of practical measures against work-related disorders, such as exercise schedule, more success in workers' health conservation programs would be achieved.

Key words: Older workers, Physically demanding jobs, Health condition, Statistical data, Review

Introduction

The issue of aging population is a subject of much attention in all over the world. Health care and science resources should be conservatively allocated to the Japan's aging population, focusing on providing quality to the aging years.

According to the global supporting policies for aged people, older people should be enabled to continue to work according to their capacities and performances. In line with these policies, the

World Health Organization (WHO) has planned its active ageing policies in late 1990s (1). The aim is to prevent or delay disabilities and chronic diseases by improving the quality of life of the elderly by three pillars, health, participation, and security (Figure 1). On the basis of this policy and in order to make people enjoy both a longer quantity and quality of life, in general, the risk factors for chronic diseases and functional decline should be kept low while the protective factors should be

(pp. 53-61)

資料：

花火大会鑑賞者のポケモン GO 実施状況と花火大会の効果および問題に関する意識の関係

井奈波良一¹⁾・加野准子²⁾

1) 岐阜大学大学院医学系研究科産業衛生学分

2) 筑波大学医学医療系診断病理学研究室

【要旨】本研究の目的は、花火鑑賞者の共にストレス解消作用があると推定されるポケモン GO 実施と花火大会鑑賞の効果および問題に関する意識の相互関係を明らかにすることである。花火大会鑑賞者 101 名を対象に無記名自記式アンケート調査を実施した。その結果、1. 花火を見て得たものとして「鎮魂」と回答した者の割合は、ポケモン GO を「やめた」と回答した者が 9.1% で、他の状況より有意に高かった ($p<0.05$)。男性のみでは「ストレス解消」と回答した者の割合は、ポケモン GO を「やめた」と回答した者が 28.6% で、他の状況より有意に高かった ($p<0.05$)。2. 花火の煙は「鑑賞に邪魔で減らした方がよい」と回答した者の割合は、ポケモン GO を「やっていない」と回答した者では 13.8% で、他の状況より有意に低かった ($p<0.05$)。しかし、花火の煙は「吸うと危険である」と回答した者の割合には、ポケモン GO 実施状況による有意差はなかった。以上のことから、花火鑑賞者のポケモン GO 実施状況と花火大会の効果および問題に関する意識には意味ある関連性はみられなかった。

キーワード：花火大会，効果，問題，ポケモン GO

はじめに

花火大会の効果は、天野ら(1, 2)が花火大会鑑賞者を対象に実施した意識調査結果によれば「感動」「明日への活力」「ストレス解消」等、6項目であった。一方、花火大会の負の効果として、花火鑑賞者や屋台等の排出ゴミ、花火打ち上げによる玉皮や導火線等の残骸ゴミ、微小粒子状物質 (PM2.5)、騒音および人身事故等の環境や健康問題があげられる(3-9)。花火打ち上げによる健康問題として、具体的には、発生する PM2.5 による喘息発作や騒音による聴覚障害等があげられる(3,7,8)。

そこで著者ら(10)は、医学生および全国規模花火競技大会鑑賞者を対象に、花火大会の効果だけでなく問題点も含めた意識調査を実施し、花火大会参加回数の観点から検討した。その結果、女性医学生および花火大会鑑賞者では男女共に花火を見て得たものの第1位は「感動」であった。また医学生では花火大会に行った回数が多い群程「同行者間の一体感」および「開放感」と回答した者の割合が有意に高くなっていた。一方、医学生、花火鑑賞者共に約 10% の者からしか「花火の煙を吸うと危険」とあるという回答を得られず、さらに約 20% の者がゴミを「持

Relationship between Enforcement Situation of Pokémon GO and Attitude toward Efficacy and Problems of Fireworks Display among Fireworks Spectators

Ryoichi INABA¹⁾ and Junko KANO²⁾

¹⁾Department of Occupational Health, Gifu University Graduate School of Medicine

²⁾Department of Diagnostic Pathology, Faculty of Medicine, University of Tsukuba

Abstract: This study was designed to evaluate the interrelationship between enforcement situation of Pokémon GO and attitude of visitors at fireworks about the effects and problems of fireworks display. A self-administered questionnaire survey on the related determinants was performed among 101 persons of fireworks appreciation. The results obtained were as follows: 1. Percentage of the subjects who answered “Requiem” for the positive effect of fireworks display (9.1%) when they saw fireworks among real Pokémon GO player was significantly higher than those among other two groups (subjects who had not played Pokémon GO or stopped playing it) ($p<0.05$). Only in males, percentage of the subjects who answered “Stress-relieving” for the positive effect of fireworks display (28.6%) when they saw fireworks among subjects who stopped playing Pokémon GO was significantly higher than those among other two groups ($p<0.05$). 2. Percentage of the subjects who answered “The smoke of fireworks should be reduced because it is obstructive for fireworks viewing” among subjects who had not played Pokémon GO (13.8%) was significantly lower than those other two groups ($p<0.05$). However, there were no significant differences in the percentage of the subjects who answered “The smoke of fireworks is dangerous to breathe” among groups divided by the enforcement situation of Pokémon GO. These results suggest that there are not any significant relationships between enforcement situation of Pokémon GO and attitude toward efficacy and problems of fireworks display among fireworks spectators.

Key words: Fireworks display, Efficacy, Problems, Pokémon GO

(pp. 63-73)

実践報告：

児童の基本的生活習慣改善に関する事例的研究Ⅱ
—生活カードを活用した取り組み（小学校4年生）を通して—

山崎 功一

高知市立潮江南小学校

【要旨】 本研究は、小学校における児童の基本的生活習慣の在り方について、学校・家庭での生活に焦点をあてた継続的な研究である。生活アンケート及び生活カードを作成し、学校・家庭における取り組みから、児童の特徴や傾向を明らかにする。さらに、児童の基本的生活習慣の改善を要する点を検討することで、今後の児童の生活習慣の在り方の方向性を示唆することを目的とした。その結果、1) 生活カードを活用することで、実施後に生活習慣の向上が生まれる。2) 学力が上位群では、生活カードの達成率が高く、下位群ではその反対であることから、基本的生活習慣を改善することが学力向上につながる可能性がある。3) 生活習慣が定着することによって家族との会話が生まれ、家族の一員としての役割がはっきりし、家族の絆が深まる。ことが示唆された。

キーワード：生活習慣改善，生活アンケート調査，実施・未実施クラス間比較，達成率比較，生活習慣相関

緒言

深夜遅くまで寝ず、朝寝坊をし、朝も食わず、学校へ行っても学習に身が入らず、身体も動かさないというように、近年急激な生活環境の変化に伴い、子どもの生活習慣の乱れが指摘されている。このような指摘は近年繰り返されてきた。このため、国は「早寝早起き朝ごはん」を国民的規模での運動として展開してきた。これは、子どもたちの望ましい基本的生活習慣を育成し生活リズムを向上させるためである。このように、子どもの基本的生活習慣は国民的な課題とされている。

基本的生活習慣とは、学校教育辞典によると「生命を維持し、健康に生活するために、そし

て社会生活を営むために必要な習慣をいう。」

(1) とある。「基本的生活習慣」の確立は、子どもがその社会の一員として成長していく過程において、まわりの大人が「しつけ」あるいは「教育」として行うものと規定されている。しかし、急速な社会の変化によって、生活習慣形成のために子どもたちに示す価値観や考え方が不鮮明かつ複雑になってきている。

生活習慣に関して渡邊は「1980年代前半の基本的生活習慣に関する文献は、そのほとんどが幼児を対象にしたものであったが現代では小学生はもちろん、高校生や大学生の年齢層においても、基本的生活習慣が取り上げられている」(2) と述べているように生活習慣は今や子

(pp. 75-83)

寄稿：

健康レクリエーション活動に活かす協働的パートナーシップ ー援助過程の標準化と多様化に向けてー

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相談員

I：はじめに

昨年度(平成29年)、第3回日本健康レクリエーション学会大会の特別講演、愛知東邦大学教育学部教授：堀 篤実先生による、「カウンセリング入門とメンタルヘルス」(1)、において、カウンセリングとは、「心理学的な専門的援助過程」であり、「自分の力で社会の中で生きていくことを援助する『自己理解』『意思決定』を目的とすることが示され、カウンセラーに必要な基本的態度として、「相手を受け入れようとしている」、「理解しようとしている」、並びに、「誠実さを持って臨んでいる」ことが重要であることが示された。そして、対人援助職は感情労働の割合が大きく、「身体」・「考え方」・「感情」・「行動」の各側面において、「燃え尽き症候群」の兆候に注意が必要であり、「人との距離の取り方に注意する」・「(日常的な身近なこと)を活用したセルフケアが必要である」・「自分を大切にすること」の重要性についての教示がなされた。

また、同大会・基調講演においては、Kids Duo 淵野辺室長：森 美和子先生 (CTRS : Certified Therapeutic Recreation Specialist) より、レクリエーション療法士として、「レクリエーションを伝える」・「レクリエーションサービスを受けた人たちの生活をより豊かにする、そして活躍の場を増やす」ための専門職としてのチャレンジが提言された(2)。

現在、保健医療福祉領域において、援助過程の標準化が進められ、目標管理の観点から、達成すべき目標において、一般目標と行動目標の設定が進められている。既存の第三者評価の一例である、医療機能評価機構においても、本年(平成30年)4月から援助過程に関する新しい基準による評価 (3rdG : Ver.2.0) (3)による、援助過程のガバナンスの構築と継続的な質改善の仕組みの推進(4)が求められている。

他方、個別の援助過程の多様化に 대응するためには、援助者自身の自発性・内発性の促進援助が重要であるものと考えられ、同学会大会終了後の理事会においても、当学会の課題として、健康レクリエーション活動に係る「専門的援助過程」における、援助者自身の自発性・内発性の促進準備援助に資する教育支援、および、コーチングに関する討議がなされた。

II：援助過程の標準化と多様化に係る

「協働」の概念

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、健康維持/増進モデル、余暇活用能力モデル、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(5,6)などが挙げられている。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、

編集委員

杉浦春雄，井上眞人，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14巻 <平成30年度版>

平成30年9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 Email: sugiura@gifu-pu.ac.jp