卒業研究論文

知的障害児・者の余暇支援の充実に関する研究

引　山　沙也佳*
（石川ゼミ）

キーワード：知的障害児・者、余暇支援、保護者

Ⅰ．問題と目的

知的障害児・者にとって充実した余暇を過ごすことは、生活の質（QOL）を向上させるために欠かすことのできない要素であり、近年、障害のある人たちが家庭や地域でいかに充実した余暇を過ごすか、そしてその支援方法について様々な模索が続けられている。余暇とは一般的に空いた時間や余った時間を意味している言葉であるが、現代においては、余暇における活動が自分自身を成長させ、想像力や能力を広げ、生活を豊かにしてく可能性のあることが指摘されている（森山・土井，2009）。また、海外においては19世紀にすでにマルクスが「人間成長のための時間」として余暇を用いていたのである（伊藤・菅野・橋本・浮穴・勝野・片瀬，2007）。

レジャー白書の2006版から日本人の余暇の過ごし方を見ると、外食や国内観光旅行、ドライブの順に多く、多くの人が外出して余暇を過ごしていることが分かる。しかし、厚生労働省が平成17年に公表した知的障害児（者）基礎調査の結果から、知的障害者のひとりでの外出状況は、「ほとんど出かけない」が知的障害者では54.6%、知的障害児では34.7% と、多くの知的障害者が外出を行えていない実態が明らかになった。知的障害児・者を対象とした余暇の実態に関する先行研究をみていくと、余暇の実態からいくつかの共通した問題が報告されている。細谷・大庭（2009）は、知的障害者の年齢別に見た余暇の過ごし方では、児・者共に平日、休日問わずテレビの頻度が最も高いと報告している。また、武蔵・高畑・平野・安達（1997）は、精神薄弱養護学校を卒業して、地域で生活する知的障害者の家での生活は、テレビが中心となっており、家族と過ごす場合にテレビを見る（97.9%）や一人で過ごす時にテレビを見る（81.6%）というようにテレビが中心となった余暇を過ごしている実態を報告した。全日本手をつなぐ育成会（2004）が行った本人や親に対するアンケート・インタビュー調査でも、4割の人がテレビを見て過ごすと回答しており、家の中での過ごし方についての選択肢の幅が限られていることを報告している。

これらの先行研究の中では、障害児・者の保護者からも、希望する余暇の過ごし方、余暇を過ごすにあたっての悩みが報告されていた。例えば、「興味・関心が限られている」「気軽に参加できる活動が限られている」などがあった。よって、知的障害者の余暇の充実を図るためには、単に外出できる支援環境を整えるだけでなく、知的障害児・者の興味関心を広げ、気軽に参加できるような活動を充実させることが課題であるといえる。近年では、知的障害児・者の余暇活動の充実に向けた取り組みとして地域生活支援事業の一環で、休

*平成21年度卒業生

日の活動を支援する動きが都道府県レベルで行われるようになったが、知的障害児・者の余暇の過ごし方は、「家で過ごす」場合が多いという現状には依然として問題があるといえる。よって、知的障害のある者の余暇を保障するために、保護者のニーズを把握し、余暇支援を充実させることが喫緊の課題である。

よって本研究は余暇支援を利用している障害児・者の保護者のニーズを知ることで、余暇支援を充実さ一助とすることを目的とした。まず、余暇支援を利用していない休日は、どのように過ごしているのかを明らかにする。次に、余暇支援の活動内容の希望、利用する理由を把握することにより、保護者は余暇支援にどのようなことを求めているのかを検討し、余暇支援の内容を充実・改善の方法を提案する。

Ⅱ．方法

1. 調査の目的

本研究は、余暇支援のサービスを利用している知的障害児・者がより楽しく充実した余暇を過ごすにあたり、知的障害児・者の生活環境や休日の過ごし方、また余暇支援のサービスに対する保護者のニーズを明らかにすることを目的とした。

2. 対象と期間

地域生活支援センターの余暇支援を利用している、知的障害児・者の保護者40名を対象とした。調査期間は平成21年10月～11月であった。

3. 手続き

郵送回収による質問紙調査を行った。調査用紙と依頼状、切手を貼った返信用封筒を同封し、地域生活支援センターに利用者の保護者へ配布した。調査用紙には利用者の保護者またはグループホーム施設の職員が記入することを明記した。調査内容は①記入者の性別、②利用者との間柄、③職業、④年齢・家族構成、⑤利用者の性別、⑥利用者の年齢（記述）、⑦職業、⑧療育手帳の有無、⑨診断名、⑩土曜・日曜・祝日に過ごす相手、⑪余暇支援を利用していない休日によく行うもの、⑫利用者の休日の過ごし方について考えられること、⑬余暇支援を希望する曜日と理由、⑭余暇支援を利用したい時間帯と理由　⑮参加費はいくらまで出せるか、⑯活動内容の希望（5件法）、⑰余暇支援に求めるもの（5件法）、余暇支援を利用する際にあれば便利なサービス、以上の全17項目であった。

4. 倫理的配慮

質問紙調査は無記名で行うこと、データの入力や処理は調査者本人が行い、厳重に保管すること、公表する際は集団のデータとして数量的に処理し個人が特定されることはないことなど、個人情報保護の厳守を依頼文に明記した。調査用紙の返送をもって、調査への協力の承諾を得たと判断した。

Ⅲ．結果と考察

1. 対象者・利用者の属性

40通中21通回収し、回収率は52.5%であった。対象者の属性をTable 1に示した。アンケートの回答者は主に女性19人（母親17人）であった。居住形態からは両親と暮らしている利用者が多く、また母親の職業は専業主婦が11人であり、日常的には母親がそばにいることが多い様子が伺える。

利用者の属性についてTable 2に示した。利用者は男12人、女9人であり、年齢は20歳代が6人、10歳代と30歳代が5人とバラツキが見られたが、小学生から40歳代と幅広い利用者がいることが示された。職業では10人が福祉的就労と

Table 1　対象者の基本属性

項目	カテゴリー	N
回答者の性別	女	19
	男	2
利用者との間柄	父	2
	母	17
	支援者	2
職業	会社員	1
	自営業	2
	専業主婦	11
	パート・アルバイト	4
	その他	3
居住形態	両親	5
	両親と兄弟	10
	両親と祖父母と兄弟	1
	ひとり親	3
	ひとり親と祖父母	1
	グループホーム	1
父親の年齢	平均	58.9 歳
母親の年齢	平均	54.4 歳

Table 2　利用者の基本属性

項目	カテゴリー	N
性別	男	12
	女	9
年齢	0～9 歳代	2
	10 歳代	5
	20 歳代	6
	30 歳代	5
	40 歳代	3
	平均	26.2 歳
職業（学校）	一般就労	2
	福祉的就労	10
	通常学級	1
	支援学級	2
	支援学校	2
	その他	3
療育手帳	有	20
	無	1
診断名	知的障害	15
	自閉症	5
	ダウン症	3
	言語障害	1
	知的障害・身体障害	1

一般就労よりも多かった。

余暇支援利用者の年齢層は幅広いことが分かったが、その保護者の年齢も高いことが伺えた。親と同居している利用者が多いが、親の高齢化によっても活動の範囲が狭くなっている可能性が考えられる。

Table 3　余暇の時間を共に過ごす相手

過ごす相手	N
母親	7
父親	2
友達	3
1 人で過ごす	2
グループホームの職員	1

Table 4　休日によく行うもの

よく行うもの	N
テレビ	13
インターネット	6
買い物	6
昼寝	5
散歩	4
ビデオ・DVD	3
ゲーム	3
音楽鑑賞	3
習い事	2
その他	11

2. 利用者の余暇の過ごし方

余暇支援を充実させるにあたり、利用者が普段どのような余暇を過ごしているのかを知っておくことは重要であるといえる。調査結果から、余暇支援のない休日は主に休日を共に過ごす相手は母親が多いことがわかった（Table 3）。また、余暇支援を利用していない休日はテレビを見て過ごすが 13 人と多かった（Table 4）。ビデオ・DVD やゲームも含めると、約半数がテレビに関連する活動を挙げていることになる。先行研究（細谷, 2008；武蔵・高畑・平野・安達, 1997 など）と同様に、テレビ中心の余暇を過ごしていることが示されたといえる。体を動かす、家族以外の人との交流を図る、外に出て気分転換をする等の活動が少ない背景には、余暇をともに過ごす保護者の高齢化もあると推察される。一方、保護者自身もテレビ中心の生活を改善したいという希望があることが示された（Table 5）。これらのことから、余暇支援に対して、運動不足を補う活動や他者と

Table 5　余暇の過ごし方についての保護者の考え

保護者の考え
一人の時は、テレビや昼寝で一日が終わる。 運動不足。スポーツをして欲しい。 友達が少ない。友達がいない。 ガイドヘルパーを利用して過ごせるようにしたい。 休日は家族で過ごすようにしたい。 余暇支援に参加するのを楽しみにしている。

Table 6　余暇支援を希望する曜日と理由

希望する曜日	N	理　由
土曜日	7	疲れやすい為、土曜日に利用し日曜日は休息をする。 日曜日に家族の予定が入ることが多い。 日曜日に余暇支援がない。 日曜日は、体のリズムからか家でゆっくりと過ごしている。 土曜日利用したら次の日は日曜日なので気が楽。
日曜日	4	土曜日は習い事などがあり利用できない。 土曜日に家族で出かける事が多い。 土曜日は疲れが残っているためゆっくりさせたい。 土曜日は休日ではない時がある。
土曜日と日曜日	5	土曜日が仕事の時は、そちらを優先させる。 決まった日にするからどちらでもよい。 自営業のため、土日とも親が余暇に付き合えないため。
合計	16	

Table 7　余暇支援を希望する時間帯と理由

時間帯	N	理　由
午前	6	昼から本人も親もゆっくりできるから。 疲れて昼から昼寝をするため。 休日の午後はゲームをするのを楽しみにしているから。
午後	7	ゆっくりしたリズムで参加できるから。 休日は昼頃まで寝ている。 一番落ち着いて利用できる時間帯だと思うから。 長くもなく短くもなく、退屈せずに過ごせるのではないかと思う。午前中は何かと忙しいので、余裕をもっておくりだせる。 朝が親子ともゆっくりのため。 午後は時間をもてあますため。
夕方	2	学校が終わってから。
全日	2	自営のため、土日共親が余暇に付き合えないため。
早朝	0	
合計	17	

Table 8　参加費として許容できる金額

金額	N
300 円以内	5
600 円以内	5
1000 円以内	7
3000 円以内	2
3001 円以上	2
合計	21

の交流を補う活動も含むことが求められていると考えられる。

3. 余暇支援の利用

利用したい曜日についてはバラツキが見られた（Table 6）。土曜日を希望する理由としては、次の日が日曜日で休養がとれるため、日曜日を希望する理由としては、土曜日に他の用事があり利用しにくいという記述が主に見られた。希望する時間帯は午後が 7 人と一番多く、次いで午前が 6 人であった（Table 7）。午後を希望する理由としてはゆっくりとしたリズムで参加できるため、午前を希望する理由としては昼から本人も親もゆっくりするため、あるいは疲れて昼寝をするためという記述が見られた。曜日や時間帯の希望については、日常的な疲れとその回復を理由に選択していると推察された。就労もしくは通学など、平日に活動を行っている利用者も多く、日常的な疲れにも配慮した活動が求められているといえよう。参加費の質問に関しては、1000 円以内がもっとも利用しやすいようであった（Table 8）。必要に応じては利用者からの参加費を徴収することも視野に入れれば、余暇支援での活動内容の選択肢も広がるといえよう。

4. 余暇支援に希望する活動内容

活動内容の希望の結果における平均と標準偏差（以下，SD)、さらに対象者を障害児群（18 歳以下）と障害者群（19 歳以上）に分けて t 検定を行った結果を Table 9 に示した。全体的に見ると、「料理」(4.00 ± 0.82)、「運動」(3.95 ± 1.10)、「音楽活動」(3.94）の順で希望する程度の平均が高かった。しかし、年齢で分けてみると、障害児群では、「音楽活動」(4.76 ± 0.52)、「野外活動」(4.50 ± 0.55)、「運動」(4.50 ± 0.84）の順で高く、障害者群では「料理」(4.15 ± 0.81)、「日帰り旅行」(3.77 ± 1.12)、「運動」(3.71 ± 1.14）というように順位が異なった。また「音楽活動」は障害児群の平均が、「日帰り旅行」は障害者群の平均が有意に高かった（5% 水準)。料理という日常生活でも生かせる活動や、運動や音楽など家庭では行いにくい活動を希望していると考えられる。しかし、障害児群と障害者群では希望する活動内容の順位や程度には差があることから、内容の工夫が必要であると考えられる。

1）「料理」の活動について：活動内容の希望で一番高かったのは「料理」であった。有意差はなかったが、障害者群の希望が高かった内容である。よってお手伝い的な料理ではなく、自立に向けて練習する、一人で作れるようにさせたいというニーズがあると推察される。このニーズに応えるためには、切る、焼くなど一人でできる作業を身につける、ご飯を炊くなど、簡単な料理を作れるようになるなど、料理に対する自己効力感を高めるような活動が有効であるとあると考えられる。

2）「運動」の活動について：「運動」は全体で 2 位、年齢別では両群とも 3 位の活動内容であった。日常的にテレビ中心の生活を送っていることが多い利用者の保護者にとって、運動は日頃の運動不足の解消や体力の向上のために必要と考えられる活動であろう。また、障害者には肥満や生活習慣を背景とした病気になりやすいケースもあるため、健康増進のためにも有効である。競うための運動と言うよりも、誰にでも簡単にでき、体を動かすゲームを企画するなど、楽しく体を動かすことが活動として適していると考えられる。

3）「保護者の参加」について：一番希望が少なかったのが、「保護者の参加」であった。一方で、家族との時間を大切にしたいという意見もあり、兄弟も参加させたいという希望もあった。保護者の参加だけではなく、兄弟の参加も取り入れるようにし、他者との交流を図ることも大切であると考えられる。職員やボランティア以外の人との交流から新しい刺激を受けることは、障害の有無に関わらず必要であるだろう。

4）「音楽活動」と「日帰り旅行」について：

Table 9　活動内容の希望の結果

	全体の平均 ± SD	障害児の平均 ± SD	障害者の平均 ± SD	自由度	t 値
音楽活動	3.94 ± 1.00	4.67 ± 0.52	3.58 ± 1.00	16	2.48*
工作活動	3.28 ± 1.02	3.83 ± 1.33	3.00 ± 0.74	16	1.73
運動	3.95 ± 1.10	4.50 ± 0.84	3.71 ± 1.14	18	1.51
野外活動	3.76 ± 1.09	4.50 ± 0.55	3.50 ± 1.16	18	1.99
料理	4.00 ± 0.82	3.67 ± 0.82	4.15 ± 0.81	17	1.23
日帰り旅行	3.50 ± 1.05	2.83 ± 0.48	3.77 ± 1.12	18	2.00*
保護者の参加	2.67 ± 0.91	2.33 ± 0.82	2.83 ± 0.94	16	1.11
地域活動	3.30 ± 0.98	3.17 ± 0.75	3.36 ± 1.08	18	0.39

** : 1% 有意　＊：5% 有意

障害児群と障害者群では、「音楽活動」と「日帰り旅行」に有意な差があった。「音楽活動」は障害児群の希望が高かった活動である。子どもにとって音楽活動は楽器を演奏するだけでなく、音楽に合わせて体を動かしたりするダイナミックな活動でもあると考えられる。つまり、演奏や鑑賞だけでなく、リズム運動的な活動が求められているのだろう。障害者群でも運動に対する希望はたかいため、音楽を使って体を動かす活動を取り入れることが有効であろう。「日帰り旅行」は障害者群の希望が高かった活動である。障害児群の保護者の意見として、遠くに行かず近くで見て回れたらよいという意見があった。障害者群は、普段行けないような場所へ出かけたい、友達同士では遠くへ出かけられないなど、家族だけではなく、友達といつもとは違う場所へ出かけ機会をつくりたいと考えていると推察される。日帰り旅行を企画するのであれば、事前に行き場所のアンケートを取り、心配であれば保護者の引率も可能にするなど、計画を細かく立てておくことが大切であると考えられる。

5. 余暇支援を利用する目的

保護者の求めるものにおける結果の平均とSD、さらに利用者を障害児群と障害者群に分けてt検定を行った結果をTable 10に示した。全体的にみると8項目中6項目の平均が4以上となっており、余暇支援に対するニーズの多様さが伺える結果となった。年齢別に比べると、「興味・関心を広げる」は障害児群（4.83±0.48）と障害者群（4.13±0.74）であり、「コミュニケーションの取り方を教えてほしい」は、障害児群（4.83±0.41）と障害者群（4.00±0.85）であって、ともに障害児群の平均が有意に高かった。

1）「自立」「家庭ではできない活動」と「保護者の自由時間」の差について：余暇支援を利用する理由として、一番平均が高かったのは、「自立を促す」と「家庭ではできない活動をする」であった。一方、一番低かったのは「保護者の自由時間を得る」であった。このことから、保護者はレスパイト的な意味で余暇支援を利用しているのではなく、より積極的な意味合いで利用していると推察される。つまり、自立のための能力やスキルを身につけたり、家庭ではできないような有意義な体験を重ねることを期待して余暇支援を利用しているのである。余暇支援においては、楽しい時間を過ごすということだけでなく、スキルアップや新奇体験を目的とした活動も必要とされると考えられる。

2）「興味・関心」と「コミュニケーション」について：この2つの項目は障害児よりも障

Table 10　余暇支援に求めるものの結果

	全体の平均±SD	障害児の平均±SD	障害者の平均±SD	自由度	t値
自立	4.43±0.81	4.67±0.52	4.33±0.90	19	0.85
交友関係	4.20±0.95	4.67±0.52	4.00±1.04	18	1.48
興味関心	4.33±0.73	4.83±0.48	4.13±0.74	19	2.16*
コミュニケーション	4.24±0.83	4.83±0.41	4.00±0.85	19	2.28*
気分転換	4.05±0.69	4.17±0.74	4.00±0.68	18	0.49
家庭ではできない活動	4.43±0.60	4.50±0.84	4.40±0.51	19	0.34
健常者との交流	3.80±0.95	3.83±0.98	3.79±0.98	18	0.10
保護者の自由時間	3.41±1.12	4.00±1.10	3.09±1.04	15	1.69

**：1% 有意　＊：5% 有意

害者群の方が有意に高かった項目である。障害児群は学齢期ということもあり、子どもに対する成長や発達への期待は高く、そのために保護者の余暇支援へのニーズも高まると推察される。余暇支援においては、活動を通しての利用者の変化や成長の様子を家庭と共有することが重要であると考えられる。

6. 余暇支援に今後希望するサービス

希望するサービスは、主に車での移動サービスのニーズが多かった。利用者の送り迎えが余暇支援を利用しにくい状態にしていると推察される。保護者の都合により送迎できないときには、余暇支援への参加を諦める利用者もいるだろう。その他では、体育会系のクラブのような企画サービス、障害者のパソコン教室、将来の自立に向けて生活力を向上させるようなサービスという意見から、やはりスキルアップや新奇体験のニーズが伺えた。また、余暇支援のボランティアを増やして欲しい、療育支援の講座サービスといったニーズもある。利用者が自分の年齢と近いボランティアと活動できるようにして欲しい、活動範囲を広げられるようにしたい、療育支援のサービスでは知らないことがあり不安、利用者の気持ちをもっと理解できるようにしたいという、保護者の願いが背景にあると考えられる。

Ⅳ. まとめと今後の課題

本研究の結果から、今日における余暇の意味合いと同様に、余暇支援を通して生活を豊かにしたいという保護者のニーズが明らかになったといえる。つまり、余った時間を消費するという消極的な理由で利用しているのではなく、自立やスキルアップに向けた活動や家族だけではできないような有意義な活動が求めているのである。年齢によってもニーズの程度や種類は異なるため、利用者一人ひとりのニーズの実態把握も重要であろう。今後は日常生活の充実に有効なスキルや体験をより具体的に明らかにする必要があると考えられる。

引用文献

伊藤健・菅野敦・橋本創一・浮穴寿香・勝野健治・片瀬浩（2007）特別支援学校における余暇支援と社会参加に関する実態調査．発達障害支援システム学研究，6(2)，59–64.

厚生労働省（2007）平成 17 年度知的障害児（者）基礎調査結果の概要.
http : //www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/titeki/index.html.

全日本手をつなぐ育成会（2004）つどう　でかける　あそぶ　ハマる，知的障害児者余暇活動研究事業報告書.

細谷一博・大庭重治（2009）知的障害児・者を対象とした余暇活動支援事業におけるボランティアの役割．上智教育大学特別支援教育実践研究センター紀要，15，11–14.

武蔵博文・高畑庄蔵・平野道子・安達勇作（1997）知的障害者の家庭生活に関する基礎研究．富山大学教育学部紀要 A, 49, 43–50.

森山千賀子・土井晶子（2009）日本の高齢者施設における余暇活動の現状と課題－QOL の向上に効果的な余暇活動とは－．白梅学園大学・短期大学紀要 45, 49–67.

余暇創建（2006）余暇活動の実態調査の結果．レジャー白書.