第３章　介護老人保健施設におけるレクリエーションの実態～介護職員の意識調査～

現在の介護保険施設の現場では，利用者のニーズと個別性に合わせた支援が求められる．筆者が介護老人保健施設の職員として，利用者の生活の質を向上させるために，三大ケア（入浴・排泄・食事）の支援はもちろんだが，それ以外にどのような取り組みをしなければならないか考える必要がある．余暇時間，特にレクリエーション支援が不可欠である．しかし，レクリエーションをする時間の確保が難しい現状にある．さらに，利用者のニーズと個別性に合わせたレクリエーション支援をすることが求められるが，介護職員の都合に合わせたレクリエーションになっている現状がある．

こうした現状の原因としては，介護職員のレクリエーションに対する意識不足の可能性がある．介護老人保健施設のレクリエーションのあり方を改善するためには，介護職員のレクリエーションに対する意識を高めなければならない．そのために，現在の介護老人保健施設の介護現場における介護職員がレクリエーション活動に対して，どのような意識を持っているかを，アンケート調査により把握する．

第１節　研究背景

１．日本の高齢化の現状及び介護保険施設

日本の総人口は，2021（令和３）年 10 月 1 日現在，1 億 2,550 人となっている．65 歳以上人口は、3,621 万人となり，総人口に占める高齢化率は 28.9％となった．さらに，65 歳以上人口のうち，「65～74 歳人口」は 1,754 万人で，総人口に占める割合は 14.0％である．また，「75 歳以上人口」は 1,867 万人で，総人口に占める割合は 14.9％であり，65～74 歳人口を上回っている[1]．

高齢化率が進んでいる中で，厚生労働省（2023）介護保険事業状況報告 11 月分の月報によると，介護保険制度における要介護又は要支援の認定を受けた人は，第１号被保険者は 35,863,923 人となっている．この中で，要介護又は要支援者は，6,849,363 人となっており，第１号被保険者の 19.1％を占めている．

また，要介護者が上昇する趨勢中で，2021（令和３）年 10 月 1 日現在，全国の介護保険施設の施設数をみると，介護老人福祉施設が 8,414 施設，介護老人保健施設が 4,279 施設，介護医療院が 617 施設，介護療養型医療施設が 421 施設となっている．介護保険施設の種類ごとに定員をみると，介護老人福祉施設が 586,061 人，介護老人保健施設が 371,323 人，介護医療院が 38,159 人，介護療養型医療施設が 13,533 人となっている[2]．

全国の介護保険施設を利用する定員数からみると，1,009,076 人で，65 歳以上人口に占める割合は 2.8％であり，第１号被保険者の要介護又は要支援の認定を受けた人数に占める割合は 14.7％となっている．

２．埼玉県の高齢化の現状及び介護保険施設

令和２年国勢調査によると，埼玉県の総人口は約 734 万人で，高齢者人口は過去最高の約 198 万人で，高齢化率は 27.0％となっている[3]．

厚生労働省（2023）介護保険事業状況報告 11 月分の月報によると,介護保険制度における第１号被保険者は 1,971,552 人で,この中で,要介護又は要支援の認定を受けた人は,336,866 人となっており、第１号被保険者の 17.1%を占めている.

また,2022 年（令和 4 年）10 月 1 日現在,埼玉県の介護保険施設の施設数をみると,介護老人福祉施設が 444 施設,介護老人保健施設が 163 施設,介護医療院が 12 施設,介護療養型医療施設が 7 施設となっている.介護保険施設の種類ごとに定員をみると,介護老人福祉施設が 38,928 人,介護老人保健施設が 17,270 人,介護医療院が 1,062 人,介護療養型医療施設が 545 人となっている.

埼玉県の介護保険施設を利用する定員数からみると,57,805 人で,65 歳以上人口に占める割合は 2.9%であり,第 1 号被保険者の要介護又は要支援の認定を受けた人数に占める割合は 17.2%となっている.

３.介護保険施設職員の職種

介護保険法に定められた職員の職種について，まとめた.

（1）介護老人福祉施設

a.医師，b.生活相談員，c.介護職員，d.看護職員，e.栄養士，f.機能訓練指導員，g.介護支援専門員.

（2）介護老人保健施設

a.医師，b.薬剤師，c.看護職，d.介護職員，e.支援相談員，f.理学療法士，作業療法士又は言語聴覚士，g.栄養士，h.介護支援専門員，i.調理員，事務員その他の従業者.

（3）介護医療院

a.医師，b.薬剤師，c.看護職，d.介護職員，e.理学療法士，作業療法士又は言語聴覚士，f.栄養士，g.介護支援専門員，h.診療放射線技師，i.調理員，事務員その他の従業者.

第２節　研究目的と研究意義

１.研究目的

介護老人保健施設における生活支援は，利用者のニーズと個別性に合わせた支援が求められる．本研究においては，現在の介護老人保健施設の介護現場の介護職員によるレクリエーションの支援場面に着目し，レクリエーション支援をする時間がとりにくい原因，また介護職員に合わせたレクリエーションになってしまう原因などの実態を把握する.そのために,レクリエーション活動に対する介護職員の意識をアンケート質問票により把握することが目的である.

２.研究意義

このアンケート調査及び分析により，介護職員のレクリエーションに対する意識を高め，介護現場のレクリエーション支援に向けた新たな気づきにより，よりよいレクリエーション支援に繋がる.

また，自分の働いている介護老人保健施設のレクリエーション支援の改善につながる.あるいは介護老人保健施設全体を通し，レクリエーション支援の改善について提言ができる.

第３節　先行研究

１.レクリエーション用語定義

（1）『福祉レクリエーションシリーズⅠ　福祉レクリエーション総論』(2000）によると,「レクリエーションは,『遊びを基盤としており，主として余暇時間に行われ，基本的には自発的な行為・活動であり，楽しさや喜びといった感情を伴い，心身の健康や幸福な生活あるいは人生の開発に貢献する活動』」と記載されている[4].

（2）杉浦春雄（2018）によると,「レクリエーション（レク）という言葉は，昨今生活のなかで広く用いられている．一般的に使われているレクという用語は英語からきた外来語であり，仕事や勉強の疲れを癒すための休養，気晴らし，娯楽などの意味をもち，これらのために行われる具体的な方策やさまざまな内容をレク活動という」と述べている[5].

（3）「レジャー・レクリエーション用語集」(2020）によると，レクリエーションは「『単なる遊びから創造的活動までを含む一連の段階的な広がりの中にあって，①余暇（レジャー）になされ，②自由に選択され，③楽しみを主たる目的としてなされる，活動であり，歓娯（よろこび楽しむこと）の状態をいう』」と記載されている[6].

２.レクリエーションの役割と効果

吉田志保（2019）によると,「レクリエーションの効果として，生活の中に楽しみを提供しコミュニケーションを図ることで，施設等における QOL（生活の質）の向上や心理的ケア，生活意欲の向上にもつながり大変重要である」と述べている[7].

また，坂本将徳，佐藤三矢ら（2017）は「認知症の方における BPSD の改善または進行防止，さらには QOL の改善につながる可能性が示されたことは意義深いと考える．また，集団レクリエーション介入による BPSD の改善にともなって介護者における介護負担を軽減できる可能性を示唆できたことについても非常に意義ある．更に，認知症高齢者への非薬物療法としても有効であると考える」と述べている[8].

３.レクリエーションの意義・目的

森山千賀子，土井晶子ら（2009）によると,「余暇に行われる一元的な活動（レクリエーション活動）も余暇のひとつの定義と位置づけ，人間を成長させ，自由に，自分に秘められた創造力や能力を広げ，生活を豊かにしていく可能性のある活動を余暇と捉える」と述べている[9].

佐藤陽子（2004）は「レクリエーションの目的は,①身体を気持ちよく使うこと,②精神機能をほどよく刺激すること,③精神的な対人交流を楽しむこと,④日常生活や施設生活にめりはりをつけるなどが挙げられる」と述べている[10].

第４節　レクリエーションの課題から仮説及びアンケートの設問

１.人手不足の課題から仮説及びアンケートの設問

・課題：介護現場では人手不足や不規則な勤務形態からレクリエーションに対する十分な時間や意識を保つことが難しい現状があり[11],特に個別レクリエーションを支援していくにあたり,少なくとも職員１人が束縛された状態になってしまう[12].

・仮説：人手不足が原因でレクリエーションを実施することが厳しい場合,職員が多い施設はレクリエ

ーション支援がよくできていると推察される.
・設問：入所定員数及び職員配置について伺う.（アンケートの問４～問８）

２.利用者のニーズに合わせる課題から仮説及びアンケートの設問
・課題:利用者のニーズに合わせたレクリエーションを実施するために、アセスメントから利用者のニーズを探り出し[13],利用者の性別や年齢・趣味・嗜好に合わせ、レクリエーションの計画を立てることが重要である[14].
・仮説:計画されていないレクリエーションより,計画されているレクリエーションの方が利用者のニーズに合わせることができる確率が高いと推察される.
・設問:レクリエーション活動の計画及び実施形態について伺う.（アンケートの問 19・問 20）

３.レクリエーション専門知識の課題から仮説及びアンケートの設問
・課題:今の介護現場ではレクリエーションについて学んでいない介護職員が増えているが[15],レクリエーション活動の提供は,福祉サービスの質の向上における永遠の課題であることに間違いない,福祉現場からもレクリ エーション支援技術を必要とする声は多い[16].
・仮説:レクリエーション知識を学んでいない介護職員より,レクリエーション知識を学んだ介護職員の方がレクリエーション実施に対する意識が高いと推察される.
・設問:レクリエーション実施の必要性及びレクリエーション知識を学んだ経験について伺う.（アンケートの問 15～問 17）

４.社会資源の課題から仮説及びアンケートの設問
・課題：レクリエーションの実施にあたって,プログラムの内容だけでなく，空間的な環境や人員的な社会資源の活用などのマネジメントも含まれる[17].また,利用者にとってレクリエーションを通して介護職員やボランティア・地域住民と関わりを持つことは社会とのつながりを保ち続けるツールとなるため[18],社会資源の確保は,人員不足の高齢者施設において重要なポイントである[19].
・仮説：社会資源を活用していない施設より,社会資源を活用している施設の方がレクリエーションの実施がよくできていると推察される.
・設問：レクリエーションを実施するために,社会資源の活用について伺う.（アンケートの問 22）

５.目的が明確になっていない課題から仮説及びアンケートの設問
・課題：今の介護現場ではレクリエーションに対する不満があり,不参加の利用者が多い.その原因としては,目的がないままレクリエーションが実施されているためである.しかし,食べて寝て排泄することだけを支える福祉ではなく[20],レクリエーションの実施を通して,利用者は心から楽しんでいるとしたら,それだけで，そのレクリエーション活動は，大成功と判断しても良いと考える[21].
・仮説：目的がないレクリエーションを実施されるより,効果（目的）を与えられるレクリエーションの方が利用者は楽しんで満足できると推察される.
・設問：レクリエーション活動が入所者に与える効果及び利用者の満足度について伺う.（アンケートの

問 18・問 23)

第５節　研究方法

１.文献研究

文献研究により介護現場におけるレクリエーション支援の実態について,分析する.

２.アンケート調査の対象者・分析方法

（１)対象者設定：埼玉県介護老人保健施設協会の会員施設 141 ヶ所(前述協会会員施設は 142 ヶ所,データにバイアスがかかるおそれがあるため,調査者の勤務先を抜く.また,ユニット型と従来型の併設施設は１ヶ所とする)の各施設の介護職員１名に対してアンケート調査を実施する.

（２)対象者設定理由：埼玉県全域の介護老人保健施設は 163 ヶ所（ユニット型と従来型の併設施設は１ヶ所とする）があり,このうち埼玉県介護老人保健施設協会の会員施設は 142 ヶ所がある.この 142 ヶ所は（北部地方 - 22 ヶ所,西部地方 - 38 ヶ所,利根地方 - 25 ヶ所,中央地方 - 41 ヶ所,東部地方 - 16 ヶ所）埼玉県全域に分布されているので,埼玉県全域の介護老人保健施設を代表できると言える.

（３)分析方法：単純集計及びクロス集計.

（４)アンケートのプレ調査

アンケートの質問項目の妥当性と質問項目についての理解しやすさを確認するために,同じ職場内の５人の介護職員に１次プレ調査を依頼し,気づいた点を見直し,２次プレ調査を実施した.

（５)質問項目（大きな項目）

・第１部　回答者の所属する施設について（問１～問３）
・第２部　回答者の所属する棟（もしくはフロア、ユニットなど）について（問４～問８）
・第３部　回答者について（問９～問 14)
・第４部　レクリエーション活動支援の知識・効果などについて（問 15～問 18)
・第５部　レクリエーション活動実施について（問 19～問 25)

参考文献

・e-Gov 法令検索　介護医療院の人員，施設及び設備並びに運営に関する基準（平成三十年厚生労働省令第五号）https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=430M60000100005_20181201_430M60000100093&keyword，2022/02/27 閲覧
・e-Gov 法令検索　介護老人保健施設の人員，施設及び設備並びに運営に関する基準（平成十一年厚生省令第四十号）https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=430M60000100005_20181201_430M60000100093&keyword，2022/02/27 閲覧
・e-Gov 法令検索　指定介護老人福祉施設の人員，設備及び運営に関する基準（平成十一年厚生省令第三十九号）https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=411M50000100039_20180401_430M60000100004&keyword，2022/02/27 閲覧

・厚生労働省（2023）介護保険事業状況報告　月報（暫定版）｜厚生労働省（mhlw.go.jp），2023/02/26 閲覧

[1] 内閣府（2023）令和４年版高齢社会白書（全体版）（cao.go.jp）（2 頁 - 6 頁），2023/01/26 閲覧
[2] 厚生労働省（2023）kekka-gaiyou_1.pdf（mhlw.go.jp），2023/01/26 閲覧
[3] 彩の国埼玉県（2023）埼玉県の高齢化の状況について - 埼玉県（saitama.lg.jp），2023/02/26 閲覧
[4]（財）日本レクリエーション協会監修　園田碩哉，千葉和夫，小池和幸，浮田千枝子編集（2000）「福祉レクリエーションシリーズⅠ　福祉レクリエーション総論」中央法規，19 頁
[5]杉浦春雄（2018）「余暇（活動）の種類 - レクリエーションの福祉現場における有用性」『臨牀透析』第 34 巻 8 号，975-983 頁
[6]日本レジャー・レクリエーション学会　坂口正治，沼澤秀雄監修　前橋明編集（2020）「レジャー・レクリエーション用語集」大学教育出版，75-76 頁
[7]吉田志保（2019）「介護福祉施設におけるレクリエーション実践と介護福祉士養成校の学生に求められる知識・技術に関する一考察:認知症高齢者を中心に」『佐野日本大学短期大学研究紀要』第 30 号，13-25 頁
[8]坂本将徳，佐藤三矢，駒崎卓代，津田隆史（2017）「集団レクリエーション介入が認知症高齢者における行動・心理症状（BPSD）および QOL に及ぼす効果」『理学療法科学』第 32 号，487-491 頁
[9]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ー」『白梅学園大学・短期大学紀要』第 45 号，49-67 頁
[10] 佐藤陽子（2004）「高齢障害者のレクリエーション活動」『理学療法科学』第 19 巻 3 号，189-191 頁
[11] 古市孝義，金美辰（2020）「介護老人福祉施設におけるレクリエーションの現状と課題」『人間生活文化研究』第 30 号，194-201 頁
[12] 佐藤宏子，植木順子，吉岡尚美(2014)「個別レクリエーションの必要性とその効果について」『レジャー・レクリエーション研究』第 53 号，40-43 頁
[13] 前掲書 9
[14] 前掲書 11
[15] 田島栄文（2022）「福祉レクリエーションの歩みと課題」『名古屋経営短期大学紀要』第 63 号，59-74 頁
[16] 田島栄文（2013）「介護福祉士養成教育におけるレクリエーション学習についてー新カリキュラム導入前後の変化と取組みー」『甲子園短期大学紀要第』31 号，85-89 頁
[17] 前掲書 9
[18] 前掲書 11
[19] 前掲書 9
[20] 前掲書 16
[21] 前掲書 10

（李　相飛）