

# 武蔵野市における視覚障害者の レクリエーション活動

土信田 敦子, 尾形 真樹\*, 伊藤 真由美\*\*,  
 箭田 祐子\*\*\*, 小田 浩一  
 東京女子大学現代文化学部コミュニケーション学科,  
 東京都盲人福祉協会\*  
 武蔵野市障害者福祉センター\*\*, 武蔵野市役所\*\*\*

## 1. はじめに

中途視覚障害者は施設などで生活訓練を受けることで、ある程度身の回りのことには不便はなくなる。しかし、受障前に比べ、一人でできることが限られたり、また、受障したことへの挫折感から、ものごとに対して消極的になり、活動範囲が狭まり家に閉じこもりがちになってしまうことがある。

家の中では、テレビを見たりラジオを聞いたり、家族との会話で一日の大半を過ごしている。彼らが、毎日そのような単調な生活を楽しんでいるのなら問題はない。しかし、他にすることを見いだせずに、ただなんとなくそういうふうにごろごろ過ごしてしまっているのではないだろうか。

東京都の武蔵野市障害者福祉センターでは、中途視覚障害者に対して、レクリエーション活動 - いろいろの会 - を実施している。このグループの活動は、レクリエーションをきっかけに、活動範囲を広め、趣味や生きがいを見つける場を提供することを目的としている。

## 2. 武蔵野市で実施しているレクリエーション活動

1999年の6月から現在に至るまで東京都の武蔵野市障害者福祉センターで、毎週一回、午前中に半日のプログラムで実施している。

対象者は武蔵野市在住の中途視覚障害者9名、そのうち全盲が4名、弱視が

表1 参加者概要

	性別	年齢	障害の程度	備考
Aさん	男性	70代	全盲	家族と同居、毎回奥さんと共に参加、家の中で過ごすことが多い
Bさん	男性	70代	弱視	体調不良により8月以降参加できず
Cさん	男性	30代	全盲	家族と同居、マッサージの仕事をしているが、それ以外はあまり外出せず
Dさん	女性	70代	弱視	一人暮らし、他の体操やダンスのグループにも参加している
Eさん	女性	70代	弱視	家族と同居、一人で家事や買い物こなす
Fさん	男性	60代	弱視	家族と同居
Gさん	男性	70代	全盲	体調の関係で1回しか参加できず
Hさん	男性	70代	全盲	家族と同居、2000年2月からグループに参加
Iさん	女性	60代	弱視	一人暮らし、2000年2月からグループに参加、一人で出歩くことはない。

5名である。表1は、その対象者の詳細を示している。この活動に参加している人は60歳以上の高齢者がほとんどである。また、肢体不自由や内部障害など視覚障害以外に、障害が重複している人もいる。そのため、外出することに不便があるので、家に閉じこもりがちな傾向のある人ばかりである。

この活動に携わったスタッフは4名で、視覚障害専門職、看護婦、ボランティア2名である。

## 2 - 1 レクリエーション活動の内容

表2にはこのグループで実施したレクリエーション活動の内容を示している。野外活動や調理、クリスマス会などのとき以外は、基本的参加メンバーが活動内容を各自で決めている。特にやりたいことがなかったり、自分で決められないという人にはスタッフが活動を提供している。

個人でレクリエーションを行う利点として、他のメンバーとの作業の遅れを感じることで、焦ったりやる気をなくしてしまうことがないということが

挙げられる。しかし、会話が作業を手伝うスタッフとの間に限られ、他のメンバーとの会話が少なくなってしまった。そのため、グループ内のコミュニケーションを活発にし、メンバー同士の関係を強めて、グループとしての一体感が感じられるようにメンバー全員で楽しめるレクリエーションを個人でできるレクリエーションと平行して進めていった。

クロスワードパズルはメンバーの話をひきだし、会話を発展させるきっかけとなった。また、クリスマス会や調理実習も計画の段階でどういうことをするか皆で相談することによってグループ内の会話を活発にした。また、全員で一つのことを成し遂げることによってグループの結束を強めることができた。遠足で行った六都科学館も、実際に手で触れたり、体を使って体験できるものがあり、障害程度の差に関係がなく皆で楽しみを共有することができた。

表2 活動内容

	レクリエーションの内容
工作	紙粘土...小物入れや花瓶などをつくる 折り紙 アンデルセン...広告を細く丸めたものでかごを編む 牛乳パック...和紙をはって箸置きや小物入れを作る
野外活動	遠足...バスで六都科学館に行く フリスビー...新聞紙で作ったフリスビーで遊ぶ 散歩、お花見
室内活動	ゲーム...輪投げ、クロスワードパズル クリスマス会...手作りのクリスマスカードとプレゼントの交換
調理実習	けんちゃん汁、サンドイッチ...皆で材料を少しずつ持ち寄って、センター内にある調理室で作った

## 2 - 2 メンバーの参加状況

図1は1999年6月から2000年3月までの、月ごとの参加延べ人数を示している。この10ヶ月間で参加者の延べ人数は127人であった。1999年8月と2000年1月に参加人数が少ないのは、月に2回しか活動を実施しなかったためである。2000年の2月以降、参加人数が増加したのは、新しいメンバーが2名加わったためである。

メンバーが継続して参加するようになった理由として、受障してから、趣味や生きがいがなく、生活の中に喜びや楽しみを見いだせなかったが、ゲームや工作などのレクリエーションをする

ことによって楽しさを感じるできるようになったことがあげられる。また、同じ障害をもつ人のグループにいて同じ悩みを相談できることも続けてグループに参加するようになった理由であろう。

継続してグループに参加することで、今まで外出することも少なく、家の中でただただと過ごしがちだったメンバーにとって、活動がある日は、バスの送迎の時間に合わせて起床したり身支度をしたりすることで、時間の感覚を取り戻し、メリハリのある生活を送るためのリハビリテーションの一つになっている。

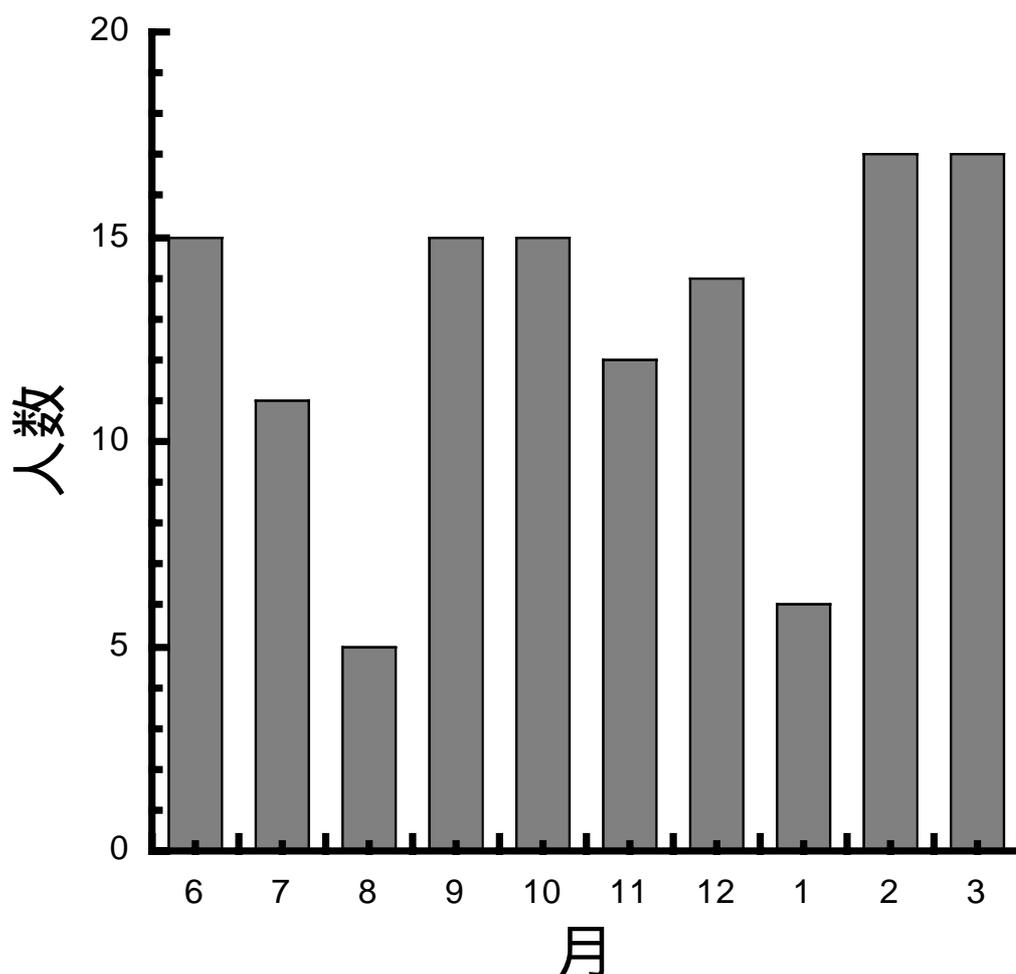


図1 参加延べ人数

## 2 - 3 レクリエーション活動の成果

グループが始まった頃は、メンバーはスタッフが話しかければ話す程度で、自発的に話すことが少なかった。だから、スタッフが積極的に話しかけたり、全員でできるレクリエーションを通して他のメンバーと話をする機会をつくることで、スタッフが問いかけなくても自分から話をしたり、他のメンバーと話すようになり、グループ内の会話が活発になっていった。グループに参加することで、他者とのコミュニケーション能力を取り戻してきたことがうかがえる。

メンバーのレクリエーションに対する取り組み方の変化として、はじめはスタッフが提供するレクリエーションを受身的にしていたり、指示されるのを待っているなど、レクリエーションに対して消極的だった。しかし、メンバーがグループに慣れてくるようになると、スタッフの手をあまり借りずに自分の力で成し遂げようとする前向きな姿勢がみられるようになってきた。

Eさんのように牛乳パックでイスを作りたいと、一部のメンバーは自分の興味のあることを主張するようになり、スタッフがレクリエーションを準備しなくても、家から牛乳パックを集めてもってきて自発的に作業に取り組むようになった。また、Aさんは他のメンバーが作業をしていても皆と話をしているだけだが、とてもいきいきして楽しそうである。いままで家族以外の人と話をする機会が少なかったAさんにとって、グループに参加して話をすることに楽しみを見だし、それ自体がレクリエーションになっている。

ゲームをしたり、何かを作るということだけがレクリエーションなのではなく、その人が楽しいと思えるものは何でもレクリエーションになりえるのである。

以上のように、メンバーが継続してグループに参加し、自発的にレクリエーションに取り組んでいることから、レクリエーションを通して得られた楽しさや喜びの感情が、ものごとに対する積極性や、外出したり、他者とコミュニケーションをとったりする社会復帰のモチベーションを高めるきっかけとなっているのである。

## 3 . 活動の今後の課題

現在、メンバーはグループがあることで、週に1回外出する機会があり、また、レクリエーションをする機会があるが、活動のない日は、依然として家の中で過ごしてしまうことが多く、活動のない日にレクリエーションを自分で見つけて実行するという段階にまでは至っていないようである。これからの課題として、グループに参加しなくても、自由にメンバーがしたいレクリエーションが実現できるように条件を整えたり、レクリエーションに関する情報を提供して、レクリエーションの幅が広がるようにメンバーをサポートする必要がある。