

北海道本別町の介護福祉施設における余暇活動としての実践事例

記入日：2023年10月13日

永末 透威

1.はじめに

私は北海道本別町歴史民俗資料館(以下、資料館と記す。)の業務を担当しており、町内の介護施設ほんべつつじの園(以下、つつじの園と記す。)から「余暇活動として植物観察を実施してほしい」と依頼を受けたため、資料館協力事業としてネイチャーゲームを実践した。

つつじの園は中川郡本別町向陽町に位置し、町内で暮らす障がい者の自立を目指し、地域の中で充実した日常生活を送ることができるよう支援する施設である。1994年に小規模通所作業所として開所し、2006年に特定非営利法人を取得、2010年10月から就労継続支援B型事業所に移行し、運営している。

つつじの園では利用者の個性に適した各種作業を提供するほか、余暇活動や地域の方との交流を通して、地域コミュニティへ積極的に参加している。余暇活動として町内の散歩や図書館見学、スポーツ体験などを行なっているが、担当者は課題として、余暇活動の内容の恒常化を挙げている。

そこで余暇活動の新規開拓、身近な自然を知る・楽しむ・体験することを目的として、2023年7月に2回ネイチャーゲームを実践した。2回の実践のうち1回は野外で行い、1回は猛暑日であったことを考慮して屋内で行った。本稿では、介護福祉施設におけるネイチャーゲームの実践事例として、アクティビティの内容や流れ、実践時の様子、考慮すべき課題について紹介する。

2. 当日の実践内容

つつじの園の利用者を対象に2023年7月12日、同月26日にネイチャーゲームを行った。いずれも「森の色あわせ」「木のシルエット」の2種類のアクティビティを実践した。12日は義経の里本別公園(以下、公園と記す。)を散策しながら野外で実施し、26日は猛暑日だったため、急遽つつじの園施設内での屋内実施とした。

12日は公園に集合、ひとりひとりに教材を配布し、「公園内で色々な緑色を探してみよう。」と声をかけアクティビティが始まった。散策路を歩きながら、公園内の樹木や芝生などの緑色を教材に記された6種類の緑色と見比べ、「これは何番の緑色と似ているかな。」と個々に聞いたり、挙手制で共有した。単に見比べるだけでなく、ヤマモミジやトドマツなどの葉を手に取り、実際の自然物に触れながら森の色あわせを実践した。その道中、同時に木のシルエットを組み込み、変わった樹形を真似て身体で表現してみせた。

26日はつつじの園施設内で、森の色あわせ、木のシルエットの順序で実践した。木のシルエットを屋内でも実践できるよう、事前に公園にて樹木の写真を複数撮影しておき、A3サイズで印刷しておいた。12日と同様、森の色あわせ用の教材を配布し、この日は事

前に用意した樹木の写真も合わせて配布した。なお、樹木の写真はひとりひとり樹形が異なる。「みんなが暮らす本別町には、色々な色や形の植物があります。今日は色を探してみたり、形を真似したり、樹木とお友達になってみましょう。」と声をかけアクティビティが始まった。まずは、樹木の写真と教材を見比べ、写真の中に何番の色があるか、教材にない色があるか探してもらった。「何番の色を見つけた人いるかな。」「他には何色があったかな。」と声をかけ、みんなで見つけた色を共有した。その後、木のシルエットに移行し、配布した写真に映る樹木の形を身体で、特に腕を使って表現してもらった。ひとりひとり樹木の写真が異なるため、他の参加者に写真を見てもらい「〇〇さんの樹木はこんな形をしてました。〇〇さんはこの形をこのように身体で表現してみたい。(実際に〇〇さんに見せてもらう)」「みんなの形とは違うね。では、みんなで〇〇さんの樹木の形を真似してみましょう。せーの！」という流れで複数の樹形を共有した。

両日共に、自然には様々な色があり、特に緑色は1色ではないこと、樹木の形も様々で1本1本に個性があることを発見できたことを共有し、今後も日常生活の中で目の前にある色を数えてみたり、樹木を見つけたら形を真似してみようと伝えてまとめて代えた。

3. アクティビティ実践時における参加者の様子

両日共に普段の余暇活動とは異なる内容で新鮮だったのか、楽しみながらも真剣な眼差しでアクティビティに取り組む様子が見られ、私としても嬉しかった。

12日の野外実践時は、森の色あわせにおいて教材を対象物の横に並べて見比べるだけでなく、実際の樹木の葉に触れながら、視覚のみならず触覚をも活用して体験していた。一方、木のシルエットでは私の方で樹形を表現し、真似てみようと呼びかけたが、その形を参加者自身が真似て表現する様子は少なかった。私が表現した際の反応は良かったのだが、参加者の表情から照れくささがあつたのだろう。また、この日は雨上がりだったため、実践中の降雨に備えて傘を所持しており、自由に身体を動かせる状況でなかったことも要因の1つと考えられる。

26日の屋内実践時は、森の色あわせにおいて「〇番っぽいな。」「青色があつた。」などと声を発して教えてくれる参加者が多く、自発的な反応が見られた。木のシルエット用に事前に準備していた樹木の写真を用いたことで、色を探す範囲が限定され、取り組みやすかったのではないかと考えられる。木のシルエットは12日の反応とは異なり、写真に映る樹形を繰り返し真似ていた。また、笑みを浮かべながら自身が表現した形と他者が表現した形を見比べ、樹木の形が1本1本異なること、個性があることに気づく様子が見られた。この日は猛暑日であり、急遽屋内での実施に変更したのだが、普段作業をしている慣れ親しんだ施設内での実施だったこともあり、参加者の多くが自然体でアクティビティに取り組めたものと考えられる。

4. 考慮すべき課題

つつじの園における2回の実践を終えて、生じた考慮すべき課題を2つ紹介する。1つは最も大きな課題として、施設利用者が有する障がいの種類や程度が異なるという点である。ネイチャーゲームハンドブックに記されている手順通りに進行することは困難に近く、かつ個々の障がいの程度すべてに適した進行を試みることも難しかった。そのため、

専門用語は極力使わず、簡単な言葉でゆっくりと話す、野外実践時は歩行ペースを合わせるといったように、実践時における基本的な配慮を徹底する必要があるだろう。また、利用者の特性をよく知る施設職員にサポート役として同行してもらうことが充実した活動に繋がるだろう。

もう1つは、参加者が受け身であることが多かった点である。とはいえ「○番の色を見つけた人！(挙手)」「自分の樹木の形を表現してみよう！せーの！」などの問いかけや合図に対する反応は良かったため、それほど問題視しているわけではない。しかし、参加者自身の発見を伝える・共有することにおいて、全体あるいは個々への問いかけや合図の重要性を痛感した。これは私自身の経験の浅さに伴うリーダーとしてのスキル不足も否めないため、今後の課題である。

5.本報告を参考にされる方へ

私は、介護福祉施設における障がい者への実践は、障がいの種類や程度が異なる方が混在しているため、実施できるアクティビティにかなり制限があるのではないかと感じていました。しかし、今回実践した木のシルエットのように野外での実施に限らず、写真を印刷するなどのちょっとした工夫を施すことで屋内での実施も可能であり、そんな制限はないと気づかされました。難しい言葉は使わない、身振り手振りを活用しながらゆっくり話す、歩行ペースを合わせるなどの実践時における基本的な配慮を徹底することで、障がいをもつ方であっても十分にアクティビティを楽しむことができます。個人的には10名未満の少人数制で行うことをオススメします。

本稿におけるつつじの園の事例のように、余暇活動の充実や新規開拓、体験的な活動の実施を求める介護福祉系の施設は多いのではないのでしょうか？ちょっとした工夫を施しつつ、施設利用者をよく知る職員さんにサポート役として手伝ってもらうだけでも、十分にネイチャーゲームを実践可能です。また、何度か同じ施設で実践していると、自身と利用者との距離が縮まっていきます。私はたった2回の実践でしたが、1回目よりも2回目、名前を呼んでみたり逆に名前を覚えてくれていたり、コミュニケーションが充実していました。それに伴って実践時の反応が良かったり、笑顔が増えたことが何よりも嬉しく、アクティビティ内容の充実にも繋がりました。

介護福祉施設での実践の際は、事前に施設利用者の特性を聞き、その特性に配慮した工夫を施しましょう。この実践事例を参考に、今以上に介護福祉施設における実践が増えることを願っています。

6.活動写真



写真1) 森の色あわせで使用した教材
葉や土の色の多様性に気づくため、緑色
および茶色系を6色ずつ抜粋し、オリ
ジナルの教材として作成した。



写真2) 2023年7月12日の活動風景①
エゾムラサキツツジの葉の色を教材に記
した6種類の緑色と照らし合わせている
様子。



写真3) 2023年7月12日の活動風景②
ヤマモミジの葉を実際に触りながら色を
見比べ、視覚と触覚で体験する様子。



写真4) 2023年7月12日の活動風景④
樹形を身体で表現する私を見ながら、真
似ることを恥じらう様子。



写真5) 木のシルエットで使用の樹木写真
彼が手に持つ樹木写真は、事前に撮影し
たものであり、裏にも表とは異なった樹
木写真が印刷されている。



写真6) 2023年7月26日の活動風景①
樹木写真の中にある様々な色を森の色あ
わせ教材と見比べながら探す様子。



写真 7) 2023 年 7 月 26 日の活動風景②
他の人の樹形と身体で表現したポーズを共有し、「せーの！」の合図で一緒に表現する様子。



写真 8) 2023 年 7 月 26 日の活動風景③
2 種類ある樹木写真のうち、自身が気に入った樹形を繰り返し、身体で表現する様子。