

作業を中心とした教育プログラムの活用プロセス —地域在住高齢女性の事例研究—

伊藤文香¹⁾, 齋藤さわ子¹⁾, 岩井和子²⁾

1) 茨城県立医療大学保健医療学部作業療法学科, 2) 関西医療大学保健医療学部作業療法学科

要旨:本研究の目的は, 作業を中心とした教育プログラムに参加後, 得た知識や技能を自身の作業に活用した1人の高齢女性を情報提供者とし, その活用プロセスを探索することであった。参与観察および半構造化面接よりデータを収集した。分析の結果, 《作業に関する負担感》をプロセスの起点とし, 《今後の参考》, 《作業遂行の質向上》, 《作業遂行の質変化なし》, 《作業再開》, 《作業開始保留》を帰結とする5つの活用プロセスが浮かび上がった。作業を中心とした教育プログラムから得た知識と技能を活用し, 行動を変容させており, 従来の変容モデルとは異なっているプロセスもあることが理解された。教育プログラムで得た作業の知識や技能を活用していくプロセスには, プログラム中の体験と資源(人的支援, 制度, サービス)の実用性が関わっていることが示唆された。

作業科学研究, 10, 46-55, 2016.

キーワード: 作業, 教育プログラム, 行動変容, 活用プロセス

Research Articles

The process of utilizing an occupation-centered education program - A case study of a community-dwelling elderly woman-

Ayaka Ito¹⁾, Sawako Saito¹⁾, Kazuko Iwai²⁾

1) Ibaraki Prefectural University of Health Sciences Department of Occupational Therapy,
2) Kansai University of Health Sciences Department of Occupational

Abstract: The purpose of this qualitative study was to explore the process of knowledge and skill utilization in daily occupations by a participant in an occupation-centered education program. The participant was an 80-years old woman who lived with her husband in the community. Data were gathered through participant observations and semi-structured interviews. Through analysis “feeling a burden because of the occupation” was extracted as the starting point of the process. The following five processes followed: “for future reference”, “improvement of occupational performance quality”, “nochange of occupational performance quality,” “restarting occupations,” and “holding off on starting a new occupation.” The informant changed her daily life occupations; for this purpose she utilized the gained knowledge and skills. These findings differ from existing models of behavior modifications. Finally, these results suggest that the utility of practical experience with the program and its resources (human support, system, service) are associated with the knowledge and skills gained in regards to occupations.

Japanese Journal of Occupational Science, 10, 46-55, 2016.

Keywords: occupation, education program, behavior modification, utilization process

はじめに

ヘルスプロモーションとは、人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスであると定義づけられている(世界保健機関, 2005)。このプロセスの成功には、行動変容が必要であると述べられている(日本健康教育学会, 2003)。

国内外において、作業を中心とした教育プログラムの取り組みが、地域在宅高齢者に対するヘルスプロモーションとして報告されている。そのプログラム内容は、作業の知識と作業を通じた体験を提供しているものが多く、また、それらが高齢者のヘルスプロモーションに貢献できることは多くの研究で示唆されている(Clark 他, 1997, Fisher 他, 2007, Zingmark 他, 2014, Matuska 他, 2003)。作業中心の教育プログラムの具体的な効果として、作業遂行技能の向上や作業との結び付きを維持・促進することや(Fisher 他, 2007, Zingmark 他, 2014)、生活の質の向上、主観的健康観の維持・向上が示されており(Jackson 他, 2009, Yamada 他, 2010, 川俣他, 2012)、参加者の作業への行動変容や肯定的な心理的变化を生じているといえる。しかし、これらの作業を中心とした教育プログラムのどの知識や体験がどのようにして行動変容につながったのか、なぜ行動変容に活用ができたのかについて具体的に明示した研究は少ない。

プログラムと参加者の行動変容の関係について、高木(2011)らは、受講者がプログラムで得た知識を活用し、自身の行動・意識を変化させ、生活の中に活かしていたことを示した。この成果が得られた要因として、高齢者自身の経験に基づいて、作業の知識を理解できるようにし、作業の知識の活用を考え実施できるようにしたことであると考察している。しかし、作業の知識や作業を通じた体験を得た人がどのように自分の作業に活用していくのかについての先行研究はない。どのように知識や体験が活用されていくのかのプロセスが理解されれば、作業に焦点を当てた介入の精度を高めることに役に立ち、より効果的な作業を中心とした教育プログラムの改善や開発が可能となると考えられる。

本研究の目的は、作業を中心とした教育プログラム(以下、プログラム)に参加後、プログラムで得た作業の知識や作業を通じた体験を自身の作業に活用した1人の高齢者を情報提供者とし、どのように活用したかそのプロセスを探索することである。

本研究は、作業科学の以下の前提により分析を行った。1つ目は、人は、どのような作業で毎日を構成するかを選び、それを実行して、作業的存在としての自分を作り上げる(Yerxa, 1990)。2つ目は、人は一連の作業と結び

つだけでなく、自分が行った作業に象徴的意味を創造的に物語る(Clark 他, 1991)。

方法

1) プログラムの概要

プログラムは、約3ヶ月の期間で全10回、2時間のセッションで構成され、ある市の二次予防事業として行われたものであり、参加人数は、19名であった(表1)。その目的は、参加者が、自己の日常を作業的視点から捉えなおし、たとえ加齢による心身機能低下があっても地域の中で作業参加、作業との結び付きを維持、促進できることを支援することであった。プログラムの内容は、これまでの作業を中心としたヘルスプロモーションの研究を参考にし(Jackson, 1998, Fisher 他, 2007)、作業の知識の講義の他、作業を通じた体験やグループディスカッションを取り入れたプログラムであった。プログラムは、作業療法士3名と保健師1名で運営した。プログラムの企画・司会・進行は作業療法士3名が協働して施行した。保健師は、対象者との連絡や出欠確認、体調確認やプログラムの補助、対象者の送迎の管理といった役割であった。

2) 情報提供者

作業の知識や作業を通じた体験を自身の生活や作業に活用したプロセスを探求するために、①プログラムに参加し、②情報提供の同意が得られ、③プログラム参加中または、プログラム最終日に、プログラムで得た知識や作業の体験を活用していると肯定的に表出した地域在住高齢者であることを選定条件とした。

情報提供者の募集は、9回目のプログラム終了時に参加者全員に研究目的や手段を説明し行い、情報提供の同意を6名から得た。うち、選定条件に当てはまり、明確にプログラム参加中にプログラムで得た知識と体験を活用していると積極的に語っていた80歳前半の女性、晴子さん(仮名)を、本研究の情報提供者とした。晴子さんは、夫と1軒家に2人暮らしで、住宅の密集した市街地に住んでいた。子供は娘と息子の2人で、娘は近隣の市町村に在住で時々訪ねてくる関係であった。友人の誘いをきっかけに自ら市に問い合わせたプログラムに申し込みをしており、10回のプログラムのうち、8回参加した。

なお、本研究は茨城県立医療大学倫理審査委員会にて承認され実施した(茨城県立医療大学倫理審査委員承認第529)。

表1 晴子さんが参加したプログラム内容と目的

回	プログラム	目的
1	1) 自己紹介と名札づくり 2) 社交的活動・生産活動と健康の関係の講義 「人と関わるのに作業が必要」	<ul style="list-style-type: none"> ・ 塾の目的を知る ・ 互いに知り合う ・ 社交的活動・生産活動と健康との関係を理解する ・ 生活で工夫していくことを考える
2	1) 今している作業を継続する重要性の講義とグループワーク 2) 「作業をしなくなったら」を考える。今している作業を個人で考え、グループで共有 3) 作業の中で楽に立ち座り 体験と演習	<ul style="list-style-type: none"> ・ 今の自分の生活を認識し、その意味と価値を学ぶ ・ 起居動作の一般的な効率の良いとされる方法を学ぶ
3	1) 新しいことに挑戦することの意味の講義 2) 趣味や家事を楽しむためのグッズ体験 3) 作業の中での腰痛対策 講義と演習	<ul style="list-style-type: none"> ・ 新しく作業を始めることと健康への影響について学ぶ ・ 新しく何かを取り入れるタイミングを学ぶ ・ 趣味や家事に関する便利グッズを知る ・ 腰痛を予防する・付き合うコツを学ぶ
4	1) 料理・セルフケアに関するグッズ体験 2) 料理は脳を活性化することについての講義	<ul style="list-style-type: none"> ・ 料理とセルフケアに関するグッズを知る ・ 馴染のある作業である「料理」をすることと脳の活性化について学ぶ、料理体験の準備
5	電子レンジ料理体験と会食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 紹介したグッズを使っての料理体験とその有用性を考える ・ 交流を深める ・ 新たなことを自分の生活に取り入れることについて考える
6	1) 地域にあるサービスの講義と演習 地域の保健師からの情報提供 2) 地域サービスを利用して暮らす事例紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・ 身近にある資源について学習する ・ 利用することの意義と効果について学習する
7	1) リハビリテーション職の紹介、講義とグループディスカッション 2) 障害体験と作業ができるための解決法を考える演習(片麻痺でもできる更衣・包丁操作・車いす体験)	<ul style="list-style-type: none"> ・ リハビリテーションに関わる職種とその役割を知る ・ 具体的にどの職種に自分の要望を伝えたら良いのかを学ぶ ・ 障害があっても作業ができるための解決方法を見つける・アドバイスできるようになる
8	タブレット端末 講義と体験：タブレット端末でできること、入手方法の紹介と体験（ネットスーパーやインターネットでの買い物、地域サービスや情報の検索、脳トレゲームや便利な高齢者向けアプリケーションの体験）	<ul style="list-style-type: none"> ・ IT（携帯・タブレット・パソコン）の操作方法を知る ・ IT 機器は自らの生活をどのように豊かにするかを考える ・ 新しいことへの挑戦を体験する
9	1) 講義：作業バランスと幸福感 2) 自分で健康に良い作業を考える・したい作業を見つける演習とグループディスカッション	<ul style="list-style-type: none"> ・ 過去、現在、未来につながる作業について考える ・ 年を重ねても楽しめる活動の情報交換をし、新たに挑戦する活動の選択肢を増やす ・ 他者へアドバイスをする事で、自分自身への振り返りもする。 ・ 参加者同士で支え合う体験をする
10	1) これまで提供された知識と体験の復習 2) 茶話会をしながら、取り入れたいこと、取り入れることを話し合う	<ul style="list-style-type: none"> ・ このプログラムでの経験を整理してもらおう（感想、自身の生活を振り返る等） ・ 交流を楽しむ ・ 塾で学んだ作業と健康に関する知識を、日常生活の中で必要な時に活かせるように復習する

3) 手段とデータ収集

データは、参与観察および半構造化インタビューを実施し収集した。参与観察は、筆頭研究者がプログラムを運営し、情報提供者とプログラム中や休憩中に話をするなどのかかわりを持ち、観察者としての参加者という立場で行った。やり取りや出来事を観察し、観察メモを取り、フィールドノートにまとめデータとした。

半構造化インタビューの質問は、プログラム参加前後の作業参加・作業との結び付きの状況、プログラムで得たことは何か、得られたことがあるとすれば、以前から認識されていたものか、新たに得たものかの確認、プログラムから得たことをどのように活用しているか、活用している作業の意味や形態、参加後に作業参加・作業との結び付きが促進されていた場合、どのような過程で活用したか、であった。インタビューは、臨床経験 18 年の作業療法士であり、プログラムの企画・運営に携わっていた筆頭研究者 1 名が行い、IC レコーダーにて録音した。

4) 手順

なんらかの行動変容があることを考慮し、プログラム終了3ヶ月後に 1 回目のインタビューを行った。1 回目のインタビューの前に、改めて、インタビューによる情報提供の依頼を電話にて行い承諾を得て、1 回目のインタビュー当日、書面による同意を得た。晴子さんが馴染んだ環境でリラックスして話せるよう、晴子さんの自宅に研究者が向いてインタビューを行った。1 回目のインタビューの分析を行い、知識や体験を活用した作業を同定し、さらに作業の形態や意味を2回目以降のインタビューで語ってもらった。1, 2 回目のインタビューから作業に結び付こうとする試みの途中である語りが聞かれ、また行動変容の理論よると (Prochaska, 1979), 6か月以上期間が継続して

いることが明確な行動変容と定義されていることから、3 回目のインタビューはプログラム参加後6か月経過後に行った。インタビューは、合計 162 時間であった。データ分析後、晴子さん本人に分析した内容を説明し、結果に関して相違がないことを確認した。

5) データ分析

録音したデータから逐語録を作成し、自然なまとまりの切れ目目で切片化し、1つの切片に1つコードを付けるコーディングを行った。次に、コードを分類し、共通したものを集め、サブカテゴリーを作成した。本研究は、作業への活用プロセスに着目した研究であるので、晴子さんから語られた作業別に分析を進め、活用のプロセスに関するカテゴリー関係図を作成した。その際、晴子さんの作業の複雑さを整理する糸口として3つの問いかけを用いた。

- 晴子さんが活用したのは、なぜか？
- 活用プロセス中の作業の形態の変化はあるか？
- 活用プロセス中の作業の意味の変化はあるか？

晴子さんの作業別にカテゴリー関係図を作成したのち、作業間で比較するために佐藤 (2008) の事例 - コード・マトリックスを参考に作業 - コード・マトリックス (表2) を作成し、さらに分析を進めた。作業—コード・マトリックスは、晴子さんの各作業を縦軸、分析で浮かび上がってきたカテゴリー (例 活用の結果、作業への負担感、作業に対する有能性、作業の意味など) を横軸とした表であり、各作業間で共通するプロセスのパターンや条件を見出していくことに活用した。晴子さんの作業別のプロセスを 1 つに統合し、活用プロセスの概念図を構築した。分析は、インタビューを施行した筆頭著者とプログラムを一緒に運営し、質的研究の分析の経験のある作業療法士と一緒にを行った。

表2 晴子さんの作業—コードマトリックス

晴子さんの作業	作業の知識や体験の活用	プロセスの帰結	作業の負担感の高低	作業有能性	作業の意味 (人との交流)	作業の意味 (学ぶ意味)	作業体験の有無	代償法の有無	経済的な問題	社会的支援	家族や友人の支援
短歌会の参加		作業再開	高い	あり	あり	あり	なし	あり	なし	なし	あり
料理		今後の参考	低い	あり	なし	なし	あり	あり	なし	なし	なし
食事を作る回数	活用あり	作業遂行の質変化なし	高い	あり	なし	なし	なし	あり	なし	不十分	なし
上着の更衣		作業遂行の質向上	低い	なし	なし	なし	あり	あり	なし	なし	なし
タブレット端末の利用		作業開始保留	—	あり	なし	あり	あり	なし	あり?	なし	なし
書道		作業停止の継続	あり	あり	なし	あり	なし	なし	なし	なし	なし
車の運転	活用なし	作業停止の継続	あり	なし	なし	なし	なし	あり	なし	なし	なし
旅行		作業停止の継続	あり	あり	あり	あり	なし	あり	なし	なし	不十分

6) 研究の質の確保

質的研究の質を確保するため、以下の方法を取った。

①インタビューで得られた逐語録とフィールドノートの記録データから、語りや行動の矛盾点を吟味し、語りの真実性について確認した。②インタビューデータの分析を作業科学の質的研究、作業療法の経験のある専門家とともにを行い、分析の偏りを修正した。③分析結果を情報提供者に提示し、結果に語りとの違いがないかを確認した。

結果

晴子さんの分析の結果、それらの活用には5つのプロセ

スが浮かび上がった(図)。なお、得られたカテゴリーは《》、サブカテゴリーは〈〉で示した。得られたプロセスの内容を示す情報提供者の語りの例は、斜体太字で示し、下線は、語りの前後の文脈から筆者が補足説明を示した。

帰結のカテゴリー名から、《作業再開》プロセス、《作業遂行の質変化なし》プロセス、《作業開始保留》プロセス、《今後の参考》プロセス、《作業遂行の質向上》プロセス、と命名した。プロセスの起点は、《作業に関する負担感》であった。晴子さんがプログラムで得た知識や体験の内容と各プロセス名および、関連する作業名と活用の帰結は、表3に示した。

表3 晴子さんが参加したプログラムと活用された作業名と関連するプロセス名

回	プログラム	晴子さんの作業との関連	関連するプロセス名
1	1) 自己紹介と名札づくり 2) 社会的活動・生産活動と健康の関係の講義 「人と関わるのに作業が必要」	短歌会の参加	作業再開
2	1) 今している作業を継続する重要性の講義とグループワーク 2) 「作業をしなくなったら」を考える。今している作業を個人で考え、グループで共有 3) 作業の中で楽に立ち座り 体験と演習	短歌会の参加	作業再開
3	1) 新しいことに挑戦することの意味の講義 2) 趣味や家事を楽にするグッズ体験 3) 作業の中での腰痛対策 講義と演習	晴子さん欠席	
4	1) 料理・セルフケアに関するグッズ体験 2) 料理は脳を活性化することについての講義	晴子さん欠席	
5	電子レンジ料理体験と会食 簡単に安全に料理をする、電子レンジ料理の関連グッズを試みる	料理	今後の参考
6	1) 地域にあるサービスの講義と演習 地域の保健師からの情報提供 2) 地域サービスを利用して暮らす事例紹介	食事を作る回数	作業遂行の質変化なし
7	1) リハビリテーション職の紹介、講義とグループディスカッション 2) 障害体験と作業ができるための解決法を考える演習 (片麻痺でもできる更衣・包丁操作・車いす体験)	料理 上着の更衣	今後の参考 作業遂行の質向上
8	タブレット端末 講義と体験：タブレット端末でできること、入手方法の紹介と体験（ネットスーパーやインターネットでの買い物、地域サービスや情報の検索、脳トレゲームや便利な高齢者向けアプリケーションの体験）	タブレット 端末の利用	作業開始保留
9	1) 講義：作業バランスと幸福感 2) 自分で健康に良い作業を考える・したい作業を見つける演習とグループディスカッション	短歌会の参加	作業再開
10	1) これまで提供された知識と体験の復習 2) 茶話会をしながら、取り入れたいこと、取り入れることを話し合う		

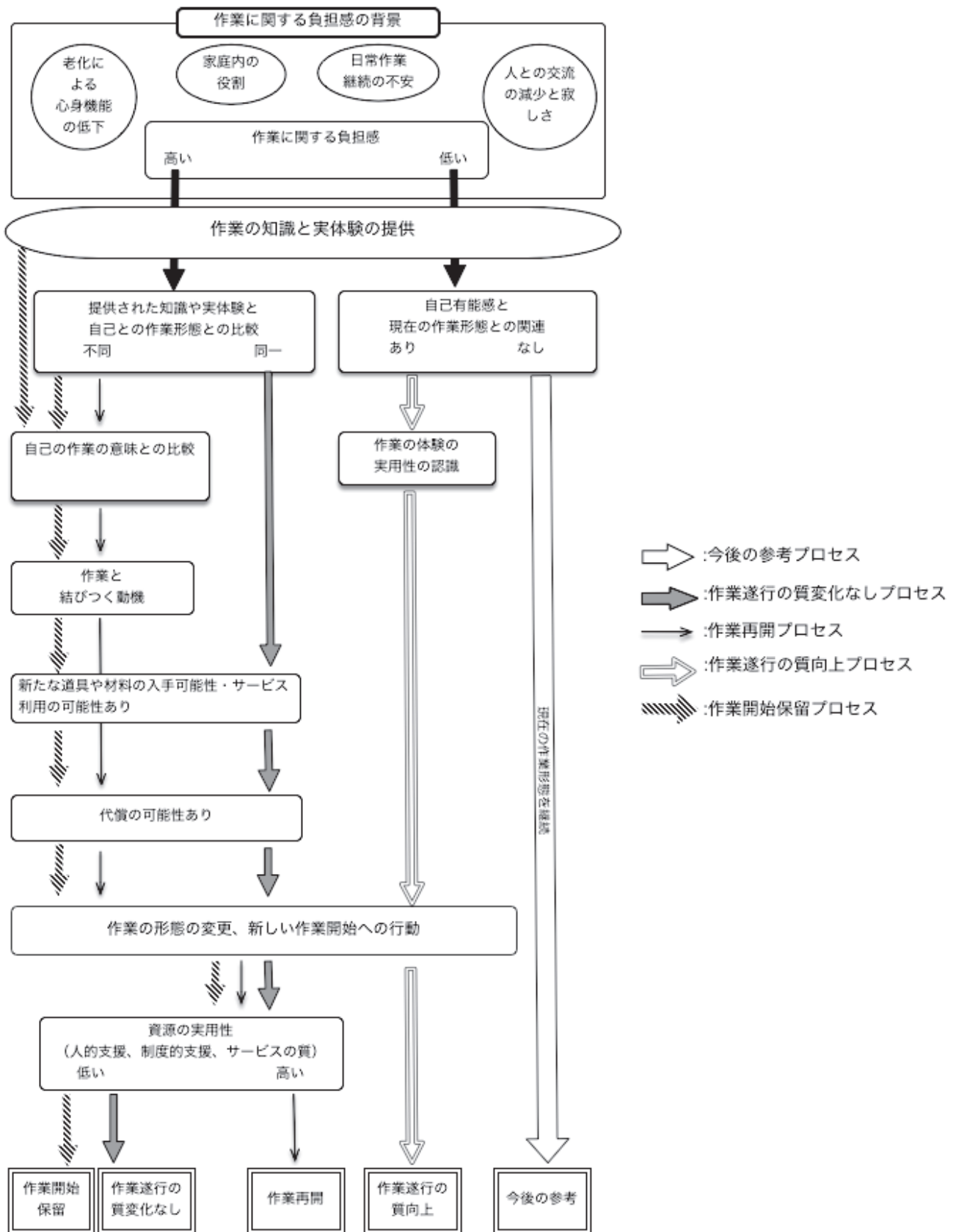


図 晴子さんの作業における作業の知識と体験の活用プロセス

1) 作業に関する負担感が高い場合の活用プロセス

作業に関する負担感が高い場合の活用プロセスでは、《提供された知識や体験と現在遂行している作業形態との比較》により、活用プロセスが異なっていた。

(1) 作業再開プロセス

一方、《提供された知識や体験と自己との作業形態の比較》により、講義で紹介された例と作業の形態が異なる場合、《自己の作業の意味と比較》し、《作業と結びつく動機》となるプロセスが語られた。このプロセスの例は、中断していた短歌会と再び結びつくプロセスであった。作業と健康との関連や社交的活動との関連といった講義を聞き、晴子さんは、「人と関わるためには作業が必要」という認識が高まり、「人との関わりが大事」という晴子さんの《信念と価値観》が《作業と結びつく動機》となり、再び作業と結びつくことを後押ししたプロセスを語っていた。

「短歌会を抜けて、たいへんだから抜きたいなあって・・・十項目、十項目歌わないと行けないのですよ。まあ、そのひと人によって、自分のことばかりを書く人もいれば、景色、草花とか散歩しているときのことを書いている人もいろいろだけど抜けないで、いたほうがいたほうがいいなって・・・」

再び短歌会と結びつくにあたり、代筆によって《代償の可能性》があることに気づき、代筆を家族に頼んだ。家族の協力体制も良く《資源の実用性》が高く、《作業再開》に至った。

短歌の書き取りについて「どんなに下手でもね、あまり書けなくなったので、(短歌を)作るのは作って主人に代筆してもらってするようにしている。」「升目の一つずつ入れれば書けるなとも思っているんですけど。右がほとんど見えないから。左だけだし。そんなに無理してもね。・・・誰も代筆嫌がらないし・・・」

(2) 作業遂行の質変化なしプロセス

知識や体験の内容やその時に説明される作業例が、晴子さんの作業の形態と類似している場合、即時に取り込もうとし、《代償の可能性》があると判断し、《作業形態の変更への行動》につながる活用プロセスであった。このプロセスの例として、頻回に繰り返される毎日、毎食の食事作りに負担感を感じており、プログラムで紹介された配食サービスや宅配弁当の利用に《代償の可能性》があると吟味し、配食サービスの申請準備やコンビニエンスストアの宅配弁当利用のために店に出向くといった行動が語られた。

「食事のことも困る(食事を作る回数)といったんですよ・・・医師の診断書をもらって 福祉のどこか申請すると週に一回

とか二回とか食事とれるんだとよって。それも新しく知りました。ああそうかと思ってね。あの申請しようかなって・・・」

《作業形態の変更への行動》を起こしたが、専門家の支援不足や宅配弁当のサービスエリア範囲外であるという《資源の実用性》が低かったため、《作業継続、遂行の質変化なし》となり、作業に対する負担感が高いままとなった。

「食事が大変だったら、なんか医師の診断書があったら有効に配達可能だよって聞いてたんで、診察に行った時に聞いたんですね。そしたら、それは市役所の方から用紙が来るんじゃないかなって先生言って、結局まだできてない・・・」

(3) 作業開始保留プロセス

晴子さんのインタビュー分析から、現在遂行している作業だけでなく、新しい作業との結び付きに関する語りがあった。プログラム8回目(表1)に、外とつながる1つの手段として紹介することを目的に、タブレット端末の操作や機能、アプリケーションの体験(例:テレビ電話、ネットでの買い物、ゲームなど)があった。旅行に行くことは《作業の負担感》が高いが、《作業の意味の比較》により、したい作業(旅行)の代償となることを意味づけた。

タブレット端末でしたいことについて「頭使うんでね、前頭葉ね・・・ぜひ欲しいなあとあって・・・日本の国は温泉の数が一番多いそうなので・・・そんなの行けないけど、あまり歩けないから・・・ついていけないからね、だから(老人会の旅行に)行けなかったけど、・・・そういう温泉の数とかこういうところにどうだったてね・・・そういうのを調べてみたいなど・・・」

《新たな道具や材料の入手可能性、サービス実用性》と《代償の可能性》を吟味し、《新しい作業開始への行動》としてタブレット入手について、家族に相談していた。しかし、家族からタブレット入手を支援してもらえず、《資源の実用性》が低いことで《作業開始保留》という帰結になった。

タブレット端末に対する支援「息子が来たから、どうだろうねっていったら「直接必要でないのなら、いいんじゃないの?」なんて言ってますけどね、・・・ほしいと思っています。」

2) 作業に関する負担感が低い場合の活用プロセス

作業に関する負担感が低い場合、《現在の作業形態と自己有能感との関連》により、活用プロセスが異なっていた。

(1) 今後の参考プロセス

現在の作業の形態と自己有能感と関連がある場合は、現在の作業の形態を継続することを語った。しかし、プログラムの知識や体験は、《今後の参考》になると語っ

た。このプロセスの具体的な作業として、料理についての語りがあった。

電子レンジ料理について「レンジで焼きそばとかやるのもよかったですよね、ただ、まだフライパンでやれるので。教えていただいたことは、覚えておいて……。あの一、参考になるなって……。知っているれば、応用できていいなと思っています。」

片手での包丁操作の体験について「自分よりもこういう不自由な人も他にたくさん、あの、おられるんだあって、そういう方は大変だろうなあと思いつつ、うん、なかなかうまくできなかったですけどね、でも、一つの参考になりますよね・・・」

(2) 作業遂行の質向上プロセス

プログラムで学んだ知識や体験の内容が《現在の作業形態と自己有能感との関連》がない場合であっても、作業の形態の変更により簡単で今まで以上に遂行が向上することを体験し、《体験の実用性の認識》が高い場合は、即生活の中に取り入れていることが語られた。《新たな道具や材料の入手可能性、サービス実用性》と《代償の可能性》の吟味を経て、《作業形態の変更への行動》となっており、《作業継続、遂行の質向上》に至っていた。晴子さんは上着の更衣方法について、このプロセスを語っていた。

片手での上着の更衣について「洋服の着方ね、よかったですよね、ああ、そうかそうかと思ってね、毎日の即つながりますよね、その不自由になったんじゃないでも、簡単に着られるなと思って、教わってきたのは早速使っています。こう、寄せてね(袖を寄せながら話す)……。不自由じゃなくても、そうやったら早く着替えられる」

3) 作業に関する負担感の背景

作業に関する負担感に影響する背景には、《老化による心身機能の低下》、《家庭内での役割》と《日常作業継続の心配》、《人との交流減少と寂しさ》の4つのカテゴリーが語られた。《老化による心身機能の低下》のサブカテゴリーは、〈視力・視野の低下〉、〈体力の低下〉であった。食器洗いへの影響や短歌会への参加を一部の作業工程(短歌を紙に書く)が困難で作業中断したことを語っていた。

「右の視力が悪くて、だから白いものが見づらいので、ちょっとあの一、食器を洗って、白いものを置いたのに、そこに置いていってね、かちゃん、かちゃんて、音させているって、言われるんですけどね・・・」

家事全般を担っている晴子さんは《家庭内での役割》、食事準備の頻度に負担感を感じ(家事の負担)、同居人からの協力も期待できなかった(家族の家事協力体制)。「家事一切やっているんです。」「困ったことがないですかと

聞かれて朝、昼晩の食事大変なんですよ、大変なの。」

作業中断や休止に伴う《日常作業継続の心配》と《人との交流減少と寂しさ》を語っていた。

日常作業継続の心配「なんていうのかな、料理のことだとか、あの一料理のこととあとは、なんとか……。まあ年取ってきて、生活していくのに、だんだんと心細くなりますよね」

人との交流減少と寂しさ「退職したらね、……。ご近所との付き合いもあんまりできなかったですもんね、どんなにさみしいだろうかって、思っていたんです。」

考察

活用プロセスの起点は、《作業に関する負担感(身体的・精神的)》であり、負担感の高低によってプロセスが異なっていた。ヘルスプロモーションの1つの理論である健康信念モデル(Becker,1974, Rosenstock,1974)は、危機感が行動変容の起点であるとされている。さらに、脆弱性(健康を損なう危険性に対する個人の主観的な認識)と重大性のレベルが高ければ、行動への力となり、利益を認識することで、望ましい行動をとる方法が明らかになるとされている。晴子さんは、作業に関する負担感、言い換えれば作業に対しての脆弱性や負担に思う重大性が活用の起点となっており、健康信念モデルの行動変容の起点と同様であったと考えられる。

作業に対する負担感が低い場合でも、片手での更衣の方法のように、作業の形態を変更し、簡単に遂行が向上することを体験した場合は、即生活の中に取り入れていることが語られていた(作業の質向上プロセス)。作業に対する負担感がなくても体験が活用され、行動変容していたことが晴子さんの語りから新たに理解された。作業を通した体験の中で、実用性を認識することが活用につながっていたと考えられる。このように、作業の知識だけでなく、作業を通した体験を提供することが活用のきっかけとして有効であることが理解された。さらに、現在の晴子さんにとって更衣は、作業の形態を変更しても作業として意味が変更されるものではないことも活用につながったと考えられる。

作業に関する負担感が高い場合で、自己有能感と現在の作業の形態の関連がある場合は、体験で実用性を認識していても、現在の作業の形態を継続し、行動変容にはつながらないプロセスがあることが理解された(今後の参考プロセス)。このことから、すぐには知識や体験を行動化しない場合があるが、作業継続への備えに活用されていると考えられる。

《作業に関する負担感》が高い場合、《提供された知識や体験と自己との作業形態の比較》で作業の形態が同

一の場合は、直に活用する行動につながっていた（作業遂行の質変化なしプロセス）。手本となるものがある程度、自分の状況に似ている場合、他者から最も学ぶといわれており (Bandura,1986), 作業の形態が同一であったことが、直ちに活用するという行動につながったと考えられる。

《提供された知識や体験と自己との作業形態の比較》により、プログラムで紹介された作業例と作業の形態が異なる場合のプロセスがあることも理解された（作業再開プロセス）。晴子さんは、プログラム（表 1, プログラムの 2 回目, 9 回目）で提供された知識において、野菜作りをしている人が野菜作りをやめた際に、社会的交流が途絶えがちになったという例から、自分の作業の形態とは異なるが、短歌会を休止したことで、社会的交流が途絶えがちになったという共通性を認識していた。さらに、プログラム中に紹介した事例が、作業（野菜作り）を通して、人とかかわっている意味があったように、晴子さんも短歌会を通して人とかかわるといった共通した作業の意味があることを認識していた。認識できた背景として、晴子さんの人とかかわるのは大事という信念や価値観が関与していることが考えられる。Dubouloz 他 (2010) は、真の作業的变化を起こすのは意味の捉え方を変容させることであると述べ、変容させる必要性に気づくように省察を支援することが重要であるとしている。提供された作業の知識や省察を促すプログラムは、晴子さんの短歌会に対する新しい意味の捉え方をガイドしたと考えられた。活用のプロセスに意味の捉え方の変容が関与したことが示唆された。

晴子さんの新しい作業（タブレット端末使用）に結びつこうとするプロセスも語られた（作業開始保留プロセス）。新しい作業を開始する動機には、旅行というしたい作業の代償となるという意味づけがなされていた。このことから、タブレット端末の機能は多岐にわたるため、高齢者が難しくなる作業の形態をバーチャルな視点からも補う可能性が考えられた。晴子さんは実際に体験したことが動機になったことを語っていることより、新しい作業としてのタブレット端末の使用には、実際の体験が特に重要であることが考えられた。

作業の形態を変更する行動につながったとしても、《資源の実用性》により、行動が促進、または阻害されていることが語られた。行動の実行の促進と促成には、利用できる資源、支援的政策、援助、サービスといった実現要因が関与していることが示唆されている (Green 他, 2005)。本研究の分析からも、高齢者の作業再開や新たな作業の開始には、豊かな資源や援助の必要性が示唆された。

作業を中心とした教育プログラムへの示唆

晴子さんの分析結果から、作業を中心とした教育プログラムの立案や運営の際に、以下の6つの配慮が考えられた。①参加者の作業負担感のある作業など作業ニーズをあらかじめ調査しておき、その作業に関連する知識や体験を提供すること、②直に知識や体験が活用されなくとも、《今後の参考》となることもあるので、高齢期の作業移行を支援する代償法などを紹介し、作業ニーズが満たされる状況を継続するようにすること、③講義の際は具体的な作業の例を提示し、イメージしやすくすること、④参加者が自分の作業を認識し、検討する機会を設けること、⑤自分の作業を検討する際には、作業の形態の代償法の提案だけでなく、個人的価値や信念といった作業の意味も考えさせる機会を設けること、⑥資源の実用性や支援もできる体制やネットワークを構築しておくことであった。

本研究の制限と課題

本研究は、作業の知識と作業を通じた体験がどのように活用されるか晴子さんそのもののプロセスを探索することに主眼を置いた事例の固有プロセスを理解したものである。しかし、高齢者が作業の知識や体験を自己の生活に活用するモデルケースとして参考になるであろう。プロセスの一般化や理論構築をするためには、今後、様々な作業中心の教育プログラムの参加者から多くの情報提供者を得て研究を進める必要がある。今回の分析では、価値観や信念が自己との作業の意味と比較し、作業と結びつく動機となる活用プロセスが語られた。本研究は、価値観や信念が活用プロセスにどのようにかかわるかに焦点を当てた研究ではないが、他のカテゴリーや背景に関係している可能性がある。今後、価値観・信念と活用プロセスの関連について理解を深めることは課題である。

引用文献

- Bandura, A.(1986). *Social foundations of thought and action : a social cognitive theory*, New Jersey: Prentice-Hall.
- Becker, M. H.,(1974). The Health Belief Model and Personal Health Behavior. *Health Education Monographs*, (2), 324-473.
- Clark,F.,Parham,D.& Carlson,M. E.,et al.(1991). Occupational science: academic innovation in the service of occupational therapy's future. *The American Journal of Occupational Therapy*, 45(4), 300-310.
- Clark,F., Azen,S.& Zemke,R.,et al.(1997). Occupational therapy for independent-living older adults: A randomized

- controlled trial. *Journal of the American Medical Association*, 16, 1321-1326.
- Dubouloz, C., King, J., & Ashe, B. (2010). The process of transformation in rehabilitation: what does it look like? *International Journal of Therapy and Rehabilitation*, 17 (11), 604-612.
- Fisher, A., Atler, K., & Potts, A. (2007). Effectiveness of occupational therapy with frail community living older adults. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 14(4), 240-249.
- Green, L., Kreuter, M. (神馬征峰・訳) (2005). *実践ヘルスプロモーション*. 医学書院.
- Jackson, J., Carlson, M., & Deborah, M., et al. (1998). Occupation in lifestyle redesign: the Well Elderly Study Occupational Therapy Program. *The American Journal of Occupational Therapy* :52(5), 326-336.
- Jackson, J., Mandel, D., & Blanchard, J., et al. (2009). Confronting challenges in intervention research with ethnically diverse older adults: the USC Well Elderly II Trial. *Clinical Trials*, 6(1), 90-101.
- Matuska, K., Giles-Heinz, A., & Flinn, N., et al. (2003). Outcomes of a pilot occupational therapy wellness program for older adults. *The American Journal of Occupational Therapy* , 57(2), 220-224.
- Prochaska, J. O., DiClemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47(9), 1102-1114.
- Rosenstock, I. M. (1974). The Health Belief Model and preventive health behavior. *Health Education Monographs*, 2(4), 328-335.
- Yamada, T., Kawamata, H., & Kobayashi, N., et al. (2010). A randomised clinical trial of a wellness programme for healthy older people. *The British Journal of Occupational Therapy*, 73(11), 540-548.
- Yerxa, E. J. (1990). An introduction to occupational science, a foundation for occupational therapy in the 21st century. *Occupational Therapy in Health Care*, 6(4), 1-17.
- Zingmark, M., Fisher, A. G., & Rocklöv, J., et al. (2014). Occupation-focused interventions for well older people: An exploratory randomized controlled trial. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 21(6), 447-457.
- 高木雅之, 吉川ひろみ, 近藤敏. (2011). 作業に焦点をあてた公開講座を通してのヘルスプロモーション人間と科学 県立広島大学保健福祉学部誌, 11(1), 71-77.
- 佐藤郁哉. (2008). *質的データ分析法—原理・方法・実践—*. 新曜社.
- 世界保健機関. (2005). *Bangkok charter for health promotion*. Geneva.
- 川又寛徳, 山田孝, 小林法一. (2012). 健康高齢者に対する予防的・健康増進作業療法プログラムの効果 ランダム化比較試験. *日本公衆衛生雑誌*, 59(2), 73-81.
- 日本健康教育学会編. (2003). *健康教育ヘルスプロモーションの展開*. 保健同人社.