

自宅や職場で気軽にできる余暇活動に関する研究 - 知的障害特別支援学校における「ナンプレ」を活用した実践から -

和田 充紀¹

Study on the Casual Leisure Activities at Home and Workplace : Case Study of “Sudoku” at Special Schools for Intellectual Disabilities

Miki WADA

概要

余暇活動の選択肢が少なく、職場の昼休みの過ごし方に困難を示す実態が指摘されている知的障害者にとって、学校在学中から、家庭生活や職場の昼休みなどの短時間に気軽にできる余暇活動を身に付けることが望まれる。本研究では、知的障害特別支援学校における余暇活動の実践を通して、本人の「やりたい・できる」という視点に加えて、家族の希望と両者のライフスタイルを考慮することで、知的障害者が家庭生活や職場において適応的に過ごす姿につながった。また、学校在学中から、多様な状況に応じた余暇に関する内容を教育活動に位置付けることや、余暇活動の選択肢を増やすことの必要性についても示唆された。

キーワード：知的障害、特別支援学校、余暇活動、ナンプレ

Keywords : intellectual disabilities, special school, leisure activities, and sudoku

I. はじめに

余暇については労働や生活と共に大切なことと捉えられ、障害児・者にとっても生涯にわたって余暇活動の充実が望まれている。特に、知的障害・発達障害者の余暇活動の充実に向けた取り組みとして障害者スポーツへの取り組みや地域行事への参加、地域生活支援事業の一環などの「休日の行事的な余暇活動」を支援する動きが増えている（今井, 2011, 畑原他, 2016）。一方、平日の帰宅後や休日に家庭で過ごす時間における「日常的な余暇活動」はパソコン, DVD, テレビの頻度が高く（細谷・大庭, 2009, 武蔵・水内, 2009）、選択肢の幅が限られていることがうかがえる。

一言で余暇といっても様々な状況や条件があり、それぞれの余暇の活動内容は多様であると考えられる。筆者は、余暇を表1のように状況や条件に応じて分類し、図1に示す通り具体的な選択肢を想定する必要があると考えている。つまり、「休日の行事的な余暇活動」は「B：休日に・b：外出して・①：ひとりで」や「B：休日に・b：外出して・③：友

達や仲間と一緒に」などに分けて考えられる。また「日常的な余暇活動」は「A：平日に・a：自宅で・①ひとりで」や「A：平日に・a：自宅で・②家族と一緒に」など様々な状況や条件に応じた余暇のあり方を考える必要があり、その活動内容についても固定した一つに限らず複数の選択肢が必要と考える。

近年、余暇活動を含むソフトスキルへの注目が高まり、梅永（2017）は、障害者の離職の原因は仕事そのものの能力を意味するハードスキルよりも、対人関係能力・コミュニケーション能力・余暇活動・職場での休憩時間の過ごし方など仕事以外の能力を意味するソフトスキルが多いと述べている。障害者職業総合センターによる「障害者の就業状況に関する調査」（2017）では「人間関係・コミュニケーションに問題を抱えている」現状や、「発達障害者の職業生活への満足度と職場の実態に関する調査研究」（2015）では、職場で「休憩時間に一人で休む場所がなく、大勢と一緒に困っている」（14.7%）といった結果が示されている。また、知的障害や発達障害者においては職場での昼休み時間の不適切な過ごし方が原因で離職につながる現状や、昼休みに話の輪に入ることができず背中を向けて過ごす、テレビの

¹ 富山大学人間発達科学部

音量を大きくしてしまう、休憩室にいたることができずにトイレで昼食をとる、うろうろと歩き回る等、離職に至らないまでも就労先における休憩時間の環境や人間関係に困難を抱えている問題も指摘されている。

これらの現状から、何もせずに休憩することやぼんやりして過ごすことを苦手とする知的障害者に

とって、仕事と仕事の合間のすきま時間を適切に過ごすとともに、快適に、自分らしく過ごすことができるようになるための余暇の過ごし方を身に付けることが大切であると考えます。そのためには、余暇の重要性を理解し、早期から学校教育に意図的に取り入れ、家庭生活や職業生活につなげていくことが喫緊の課題である。

「A：平日，a：自宅で，①ひとりで」気軽にできる余暇活動の充実には「c：職場の昼休み時間に，①ひとりで」適切に過ごすことのできる余暇活動となり得る可能性も考えられる。

知的障害特別支援学校において余暇を重視する傾向はうかがえるが、実践研究の多くはカラオケやボウリングなどどちらかといえば、「休日」の余暇活動の充実重点をおいた実践が多く、自宅や職場での休憩時間の適切な過ごし方などすきま時間の余暇活用を志向した実践研究や報告は見当たらない。

そこで本研究では、自宅や職場の休憩時間の適切な過ごし方につながる余暇活動をどのように捉え、身に付けていくことが求められるのか、また、学校の教育活動にどのように位置付け、どのように育てていけばよいのかについて検討することを目的とする。

表 1 状況や条件に応じた余暇の分類

	状況や条件
いつ	A：平日
	B：休日
どこで	a：自宅で
	b：外出して
	c：職場で
だれと	①：ひとりで
	②：家族や支援者と一緒に
	③：友達や仲間と一緒に
どのように	イ：お金をつかわずに
	ロ：お金をつかって

II. 方法

1. 対象者について

Z 知的障害特別支援学校 高等部生徒（3年生，男子）T 男 1 名

(1) 対象者の余暇に関する実態について

- 学校卒業後は一般企業就労を希望している。対人関係面での受け答えはパターン化しており、会話が苦手である
- 休日には、友達と一緒にカラオケや、家族と一緒に買い物に行くことを好む
- 自宅では、テレビ視聴で過ごすことが多く、料理や洗濯なども好んで行う。「A：平日・a：自宅」で行う余暇活動の選択肢は限られている
- 何もしないでのんびりする過ごし方は苦手であり、やるべきことがある方が安心できる
- 音楽を聴くことは好む。人前ではイヤホンをつけて聴くことはできるが、音楽に合わせて大きな声で歌い出す
- 本を読むことは好きである。漫画を読むと大きな

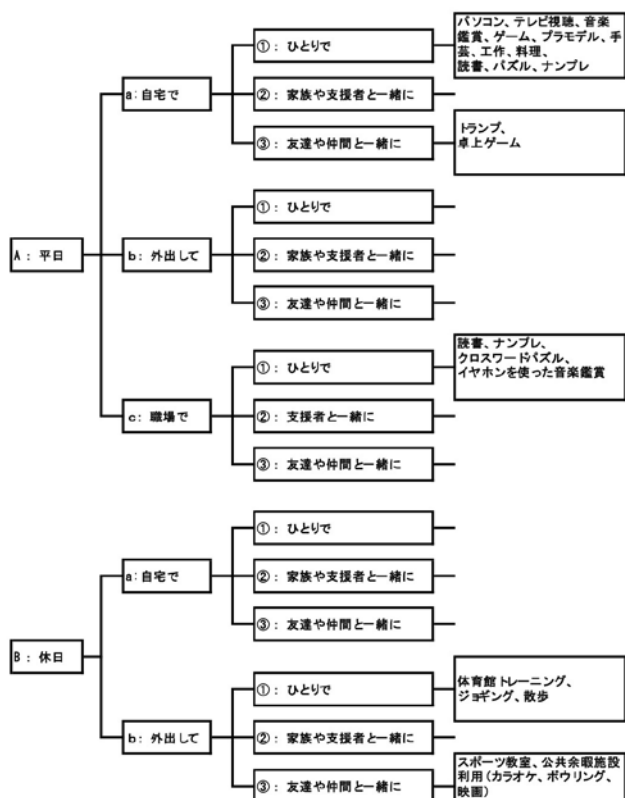


図 1 状況や条件別の余暇活動の選択肢（一例）

声を出して笑いだすこともある

- 数学が好きで、数字を使ったパズルを考
えることが好きである

以上の実態から、「A：平日・a：自宅」「c：職場の昼休み」につながる余暇活動として、数字を使ったパズルの1種であるナンプレ（以下、ナンプレ）の活用が望ましいと考えた。

(2) 本人や家族にとっての余暇活動の意味

余暇活動にナンプレを行うことが、本人とその家族にとってどのような意味があるのかについてまとめたものが表2である。具体的には、T男にとってその余暇活動が必要か（必要性）、T男がその余暇活動を継続して行うことができるか（実行性）、T男がその余暇活動をどのように感じているか（好み・価値観）、またT男のライフスタイルにあうか（ライフスタイル）に関するアセスメントである。ナンプレを余暇活動として行うことは、T男と家族の両者にとって、必要性や実効性があり、好みや価値観ライフスタイルに合っており、「やりたい（必要性・好み）、できる（実行性・ライフスタイル）」視点から、相応しい選択肢の一つであると考えられた。加えて、ナンプレは将来的に職場の昼休みの短時間を過ごすための余暇活動にもつながる可能性があると考えた。

表2 本人や家族にとっての「気軽にできる余暇活動」の意味

観点	本人にとっての意味	家族にとっての意味
必要性	○(必要性がある) 「平日、自宅で、ひとりで」する余暇活動としては、テレビをみることやパソコンでのゲームが主である。選択肢を増やすことが必要である	○(必要性がある) 本人にとって年齢にふさわしい余暇活動に取り組んでほしいと思っている テレビ以外の余暇活動の必要性を感じている
実行性	○(実行可能である) 気軽にできる余暇活動にひとりで取り組むことができる ドリルの購入も自分ででき、継続実施が可能である	○(実行可能である) ひとりでできる活動のため、ほとんど支援は必要としない。ドリル購入時の見守りやアドバイスなどの支援が可能である
好み 価値観	○(好みにあう) 脳トレ、クロスワード、パズル、ナンプレなどの余暇活動に興味関心があり、それらの活動を新しく始めたいという気持ちがある。数字や計算が好き	○(好みや価値観にあう) 本人にとって年齢にふさわしい余暇活動に取り組んでほしいと思っている
ライフ スタイル	○(ライフスタイルにあう) 休日は外出を楽しんでいる。平日の余暇の選択肢が増えれば、生活が充実する	○(ライフスタイルにあう) 平日の夜は家族全員、仕事や学習、読書などで過ごすことが多い

(観点は、富山大学人間発達科学部附属特別支援学校研究紀要第27集を参考)

2. 実践について

ナンプレを活用した余暇活動が「学校での学習時間→休憩時間→家庭生活→職場の昼休み」へと繋がるための指導を実践することとした。期間は、20XX年4月～20XX+1年5月とし、具体的には次

のStep 1からStep 5で行った。

(1) Step 1 (20XX年4月～5月)

- ①目標：学校生活の休憩時間において、気軽にできる余暇活動について知る
- ②指導場面：数学科、日常生活の指導
- ③具体的手立て：
 - 日常生活の指導の時間などを利用して、ナンプレを含む様々なドリルを見せ、本人の関心を探る
 - ナンプレに対して関心を示す場合には、本人の理解度に合わせてやり方を説明する

(2) Step 2 (20XX年5月～8月)

- ①目標：市販されている問題を簡単にしたナンプレに学校生活の休憩時間に取り組む
- ②指導場面：数学科、日常生活の指導
- ③具体的手立て：
 - ナンプレに取り組むための学習は数学科の時間で行う。数学科の時間において、課題終了後の5分間を数学的な内容を含む余暇につながる時間として位置付け、年間を通して実施する
 - 数学科の時間から徐々に休憩時間への活用へと時間を広げるようにする
 - 楽しみながら継続して行うことができるように自分で解くことができる簡単な問題から徐々に市販の問題へと段階的にすすめる

(3) Step 3 (20XX年9月～)

- ①目標：市販されているナンプレに、学校の休憩時間や下校時のバスの待ち時間などに取り組む
- ②指導場面：数学科、日常生活の指導
- ③具体的手立て：
 - 市販されている本を購入するまでは、問題を印刷して取り組めるようにする
 - 学校での活用に慣れてからバス停での活用へと活用の場を広げるようにする

(4) Step 4 (20XX年10月～)

- ①目標：市販されているナンプレ本を購入し、家庭での余暇に取り入れる
- ②指導場面：数学科、特別活動、家庭
- ③具体的手立て：

- 校外学習の機会を利用して、ナンプレ本をさがし、購入を促す
- 自分で購入することで、家庭生活にも積極的に結び付けることにつなげる

(5) Step 5 (20XX+1年1月・4月～5月)

目標：市販されているナンプレ本を活用し、職場の

休憩時間を過ごす

指導場面：就業体験、職場

具体的手立て：

- 就業体験の機会を利用して実施し、卒業後につなげるようする
- 職場の担当者の必要性などを考慮しながら実施する

3. 評価について

(1) 20X X年4月～20XX+ 1年3月（在学中）

気軽にできる余暇活動に対する T 男本人の取組の観察と記録をもとに、筆者と担任、学部内の担当者として評価を行う。T 男の感想の聞き取りもあわせて行う。家庭生活の様子については保護者からの聞き取りをもとに家庭生活における余暇活動の充実と定着について成果と課題を検討する。

(2) 20XX+ 1年4月～5月（卒業後）

T 男の感想の聞き取りを行う。保護者や職場の担当者からの聞き取りをもとに、学校卒業後の家庭生活や職場における余暇活動の充実と定着について成果と課題を検討する。

具体的な T 男の様子と変容について以下に示す。

(1) Step 1（20XX 年4月～5月）

①目標

学校生活の休憩時間において、気軽にできる余暇活動について知る

② T 男の様子

休憩時間には座席にいて周りの様子を眺めて過ごすことが多く、友だちや教師から促されると会話に加わる程度であった。教師が示す脳トレやクロスワードパズル、ナンプレの問題には興味を示し、特にナンプレの問題を見て、「むずかしそうです」「（でも）やってみたいです」と話した。

そこで、ナンプレのルールについての学習の機会を設定した。縦・横・四角の枠内に1から9までの数字を1つずつ入れるルールについて、図2に示す視覚的ツールを用いることで、比較的短時間で理解することができた。難しいと感じていたルールの理解ができたことで、もっとやってみたいという関心が高まり、容易に次のステップに進むことができたと考える。

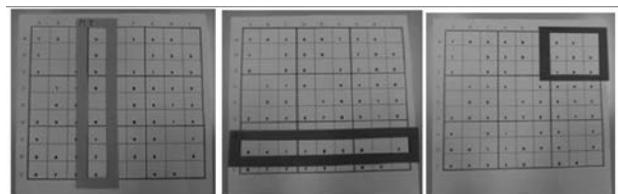


図2 ルールの説明で使用した「たて」「よこ」「しかく」の枠

Ⅲ. 結果と考察

1. 指導の経過と結果

各 Step における目標の評価は表3に示すとおりであった。

表3 「気軽にできる余暇活動（ナンプレ）」に対する取組の経過と対象者の変容結果

時期	取組の項目	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
Step 1 (20XX年4月～5月)	ナンプレの解き方の理解	—	△→○												
Step 2 (20XX年5月～8月)	ヒント付きのナンプレの理解と活用		△	△→○	○	○	○								
Step 2 (20XX年5月～8月)	ヒント付きのナンプレを活用した学校の休憩時間等での取組		—	△	△→○	○	○								
Step 3 (20XX年9月～)	市販のナンプレ本の理解と活用				×	×	△→○	○							
Step 3 (20XX年9月～)	市販のナンプレ本を活用した学校の休憩時間等での取組					—	△	△→○	○	○	○	○	○		
Step 3 (20XX年9月～)	学校以外の場所（バス停）での取組					—	△	△→○	○	○	○	○	○		
Step 4 (20XX年10月～)	ナンプレ本の購入						—	△	○	○	○	○	○	○	○
Step 4 (20XX年10月～)	家庭での取組						—	—	○	○	○	○	○	○	○
Step 5 (20XX+1年1月・4月～)	職場での取組										—	—	—	—	○

<評価の基準>○:ひとりで行える・自分から行う △:支援を受けてできる ×:できない —:機会がない

(2) Step 2 (20XX年5月～8月)

①目標

市販されている問題を簡単にしたナンプレに学校生活の休憩時間に取り組む

②T男の変容

ルールの理解は容易ではあり、本人の意欲も高かったが、市販のドリルでは「難しい」状況であった。そのため、まずは、一人でも最後まで仕上げることができること、そして、「できた」「楽しい」「またやりたい」と感じることができるよう、教師作成による「ヒント付きナンプレ」(図3)を導入した。T男の実態に合わせて、「ヒント付きナンプレ」には、空欄に①→②→③のように解く順序を示す丸数字のヒントや、縦・横・四角のいずれの枠に注目すればよいかの手掛かりとなるヒントが記入してある。ヒントの量やレベルの異なる内容の「ヒント付きナンプレ」を準備することで、T男が自分からヒントの有無や問題の難度について選りながら取り組むことができた。「次はヒントなし(のプリント)に挑戦します」や「レベルアップ(のプリントに挑戦します)」と言いながらヒント付きナンプレを何枚も仕上げる様子が見られた。「数字が好き」「難しいけど

できた」「またやりたい」などの発言もあった。

なお、この実践は主に数学科の時間に継続して実施した。数学科の年間指導計画には「ナンプレ」などの余暇につながる指導内容が設定されているわけではなかったが、数学科の授業時間において毎回5分間程度を「余暇タイム」として設定した。

継続することで、数学科の時間には自分から取り組む様子が見られたが、休憩時間に自分から取り組む様子は見られなかった。休憩時間に退屈そうにうろろろする様子が見られた時には、教師から「ナンプレをしてもいいよ」と声を掛けられて、取り組む姿が見られるようになった。7月には、友だちがパソコンで過ごしているときや会話をしているときに、その様子を見て、自分からナンプレに取り組むなどの変容がみられた。

数学科の毎回5分間という短時間ではあるが、教科の学習の中にも余暇を意図した学習を位置付けたことで継続した取り組みにつながり、T男にとっては楽しさとできる自信が実感できたと考えられる。

(3) Step 3 (20XX年9月～)

①目標

市販されているナンプレに、学校の休憩時間や下校時のバスの待ち時間などに取り組む

②T男の変容

市販されているナンプレに抵抗なく取り組むことができるように、また携帯することができるように、「ヒント付きナンプレ」をA4サイズから市販されているナンプレの大きさと同じA6サイズの用紙に印刷することにした。はじめは、市販されているナンプレの問題を難しいと言い抵抗を示していたが、「ヒント付きナンプレ」の難度を徐々に上げて段階的に取り組む中で、市販されているナンプレと同等の問題を解くことができるようになった。

Step 2と同様に、数学科の時間に継続して取り組み、自信をもつことができるようになると、自然に休憩時間への取組へとつながった。「やりたい・できる」という自信があることで円滑な目標達成につながったと考える。

一方で、T男は通学手段としてバスを利用しており、下校後にバス停での待ち時間が長く暇な時間には、以前からバス停周辺を歩き回っている課題が指摘されていた。そのため、8月までは、バス停で待つのではなく、学校で音楽を聴いたり、パソコンのゲームをしたりしてバス時間間際までの時間を過ご

ナンプレ 数字パズルに挑戦!!

No.1-②

たて、横、□の中には、それぞれ1から9の数字がひとつずつ入ります。
さあ、どんな数字が入るでしょうか。①→②→③→の順番に、考えていきましょう。

月 日 ()

氏名 _____

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
あ	7	6	3	8	9	1	2	5	①
か	1	⑤	5	2	6		7	9	3
さ	4	⑦	9	5	④	7	1	8	6
た	⑩				⑨				
な	①	1	7	9	5	4	6	8	
は	②	9	6	⑥	1	3	5	7	2
ま	2	5	4	6	7	8	3	1	9
や	5	⑧			④			⑩	
ら	9	4	1	7	8	2	6	⑤	
	6	7	2	3	5	③	8	4	②

<ヒント>
 ①:よこ、②:たて、③:よこ、④:四角、⑤:たて、⑥:よこ、⑦:四角、⑧:よこ、
 ⑨:たて、⑩:四角、⑪:よこ、⑫:たて、⑬:四角、⑭:よこ、⑮:四角

図3 ヒント付きナンプレ(※1)例

していた。9月からは教師からの促しを受けて、ナンプレをして過ごす日もみられるようになった。ナンプレの面白さに集中していた時期であったため、ナンプレをして待ち時間を過ごすことが増えた。腕時計でアラームを設定し、時刻を確認しながらナンプレをするため、バスに乗り遅れる心配もなく、また、有意義に待ち時間を過ごすことができるようになった。

このような学校での様子を受けて、次は、バス停でナンプレをしながらバスを待つことを目標として取り組んだ。教師に促されてバス停でナンプレを見る、教師の見守りを受けてナンプレを見る、という支援を受けた後は、バス停でナンプレを広げて楽しむことができるようになり、バス停周辺をウロウロと歩きまわる危険な行動が改善した。

(4) Step 4 (20XX年10月～)

①目標

市販されているナンプレ本を購入し、家庭での余暇に取り入れる

②T男の変容

市販のナンプレ本を印刷して使っていたが、本人専用のナンプレ本を購入し、バス停での利用や家庭生活での余暇時間に活用できるようにしたいと考えた。10月の校外学習の機会に100円ショップに行く機会があったが、ナンプレ本を自ら購入する様子は見られなかった。教師から、ナンプレ本を購入することをすすめられ、友人が購入する様子を見ることで、他に選んでいたものと合わせて購入した。自分から進んで探して購入するには至らなかったが、促されることで購入することができた。家庭の様子について保護者に尋ねたが、購入したナンプレ本を家庭で使用する報告はなかった。100円ショップで購入したナンプレ本は学校の休憩時間に使用した。

ナンプレ本の問題をすべて解き終わる頃に、家族と一緒に本屋に行き、T男が自分の小遣いでナンプレ本を購入した。また、購入したその日の夜に家庭で取り組んだと保護者から報告があった。また、翌日からは学校にも持参した。学校では、小遣いで本を購入したことを友達や教師から褒められて笑顔がみられた。教師の促しがなくても、休憩時間や下校時のバス停で活用するようになった。

保護者からの報告では、「家庭においても自分からナンプレをする姿が見られるようになった。夕食

後に両親が仕事を、兄姉が勉強を始めると、T男もリビングでナンプレをしている」、「テレビを観て過ごしているだけでも構わないと思っていたが、テレビを観たり、ナンプレをしたりと、自分の好きなことをして過ごすことのできる選択肢が増えてよかった」、「自分が解いたナンプレの問題を兄に見せて自慢することもある」、「私(母親)も教えてもらい、一緒に解くこともあるが、(T男の解く速さには)かなわない」とのことであった。

「A：平日・a：自宅で・①：ひとりで」の短時間のすきま時間に、テレビ視聴だけではなく、ナンプレを行うようになった。

校外学習で購入した本と比較してT男が自ら購入した本は、T男にとって好きな時間に楽しみとして使いたいと考えたため、家庭での余暇活動として位置付いたのではないかと推察される。保護者にとっても、負担なく、望ましい過ごし方となったことがうかがえる。

(5) Step 5 (20XX+1年1月・4月～)

①目標

市販されているナンプレ本を活用し、職場の休憩時間を過ごす

②T男の変容

1月に高等部3年生対象の就業体験期間があり、T男は卒業後に就労が予定されている職場での就業体験を行った。昼休みにすることが特になく退屈な時間があると考え、ナンプレを導入することを予定していた。しかしながら、就業体験中は昼休みの時間が短く、また本人の緊張感もあったため昼休みの過ごし方に問題はみられなかった。そのため、ナンプレを導入して昼休みの過ごし方を確認するには至らなかった。

しかしながら、卒業後1か月経過後にはT男が昼休みに職場を歩き回るようになった。職場の担当者から保護者に相談があり、保護者は、T男がナンプレを持参し、昼休みの休憩時にナンプレをして過ごすことができるように依頼した。翌日からはT男が日常使用しているナンプレ本を持参し、昼休みが退屈な時間にはナンプレを解いて過ごすことで、ウロウロと歩き回るという行動がすぐになくなった。

保護者が本人の気軽にできる余暇活動について把握しており、適切に対応したため、職場での早急な課題の改善につながった。

(6) 本人・保護者、職場の担当者からの聞き取り

卒業後に T 男と保護者、職場の担当者からそれぞれ聞き取った内容を次に示す。

①本人からの聞き取りより

- ・ ナンプレは面白いので続けている
- ・ 夜は、ナンプレをしたり、テレビを見たりしてくつろいでいる
- ・ 100 円ショップは安いので、自分でナンプレを買っている
- ・ 家族に教えた
- ・ 卒業後には、職場での昼休みにもナンプレをしている
- ・ 職場の方から「すごいね」とか「教えてよ」と言われた

②家族からの聞き取りより

- ・ 年齢にふさわしい余暇につながった
- ・ 自分の小遣いで安く買うことができるので長続きする
- ・ 本人だけでなく、家族の余暇にもつながった
- ・ 職場の昼休みにうろうろする課題がみられた。食事後にナンプレをして過ごすように本人と職場の方に話したところ、休憩室で落ち着いて過ごせるようになった。職場の方からも安心したといってもらっている

③職場の担当者からの聞き取りより

- ・ 保護者の方から提案してもらった方法で本人に注意をする必要がなくなり安心した。
- ・ 本人も楽しそうにしているので安心した。難しいナンプレを楽しそうにとっても早く解いている。凄いと思う。私たちも老化防止に役立つので、教えてもらおうと思っている。

本人と家族の「やりたい(必要性・好み),できる(実行性・ライフスタイル)」を大切に余暇活動(ナンプレ)の選択と取組が、家庭生活における余暇活動とともに、卒業後の職場での休憩時間にも適切に取り入れられた。職場の担当者や同僚(職場での支援者)にとっての必要性とも一致したことによる成果であると考えられる(表4)。

表 4 職場の方にとっての「気軽にできる余暇活動」の意味

観点	職場の方にとっての意味
必要性	○(必要である) 本人に対して、昼休みの時間は落ち着いて過ごしてほしいと希望している。そのため、本人が「気軽にできる余暇活動(ナンプレ)」をして過ごすことは、職場の方にとって必要性がある。
実行性	○(実行可能である) 「気軽にできる余暇活動(ナンプレ)」は、本人が一人でできる活動のため、周囲の支援はほとんど必要としない。そのため、職場の方の負担は少なく実行は可能である。
好み 価値観	○(好みや価値観にあう) 本人が落ち着いて過ごすことで、職場の方にとっても安心できる。職場でナンプレを話題にすることもできる。そのため、職場の方の好みや価値観にあっている。
ライフ スタイル	○(ライフスタイルにあう) 本人が落ち着いて過ごすことで、職場の方も休憩時間を確保することができる。そのため、職場の方のライフスタイルにもあっている。

観点は、富山大学人間発達科学部附属特別支援学校研究紀要第27巻を参考)

IV. まとめ

本研究結果から次の3点の重要性が示唆されたと考える。

- (1) 本人・家族の「やりたい(必要性・好み),できる(実行性・ライフスタイル)」の視点をもとに余暇活動の選択肢を選定すること
- (2) 状況と条件に応じた余暇活動の選択肢の充実を図ること
- (3) 卒業後の職場での過ごし方を見据えたうえで、学校生活時代からの余暇活動の充実と余暇活動に関する学習を教育課程に位置付けて実施すること

今回の実践では、本人と家族の「やりたい,できる(必要性,実行性,好み)」を大切にすることで、「平日,自宅で,ひとりで」行うことをねらった実践が自宅だけではなく、卒業後には、「職場で」の余暇にもつながる成果が得られた。丸山(2016)が「障害者の余暇の充実は、本来、家族や援助者の余暇の充実と統一的に考えられる必要がある」と述べているように、「本人・家族・本人を取り巻く支援者」の視点を考慮することが重要である。

また、在学中から卒業後の余暇を想定し、段階的に取り組んだことや、授業の中に時間と内容を位置づけて継続的に実施したことも有効であったと考えられる。

様々な状況や条件に応じた余暇活動の選択肢を増やすように、余暇の充実を志向した教育内容をより多くの学校において教育活動に位置付けていくことが望まれるとともに今後の課題である。

謝辞

本研究をすすめるにあたり、ご協力くださいました本人と保護者、職場の皆さま、また聞き取りにご協力いただいた担当の先生方に深く感謝いたします。

引用・参考文献

- 畑原幸貞・成田泉・島田明子・水内豊和（2016）：
自閉症スペクトラム障害成人に対する余暇支援—
適応行動の状態並びに自己選択・自己決定を尊重
した活動実践から—。とやま発達福祉学年報，7，
11-22.
- 丸山啓史（2016）：知的障害者の余暇をめぐる状況
と論点。障害者問題研究，44（3），162-169.
- 武蔵博文・水内豊和（2009）：知的障害者の経済的
自立と家庭での役割や余暇活動の実態に関する調
査研究。香川大学教育実践総合研究，19，39-48.
- 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。上越教育大学特別支援教育実践研究セン
ター紀要，15，11-14.
- 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 障
害者職業総合センター（2015）：発達障害者の職
業生活への満足度と職場の実態に関する調査研
究。
- 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 障
害者職業総合センター（2017）：障害者の就業状
況等に関する調査研究
- 今井優香（2011）：軽度知的障害者へのグループホー
ムにおける余暇支援の在り方。滋賀大学大学院教
育学研究科論集，14，49-57.
- 梅永雄二（2017）：発達障害者の就労上の困難性と
具体的対策—ASD者を中心に。日本労働研究雑誌，
685，57-68.
- 富山大学教育学部附属養護学校（2006）：児童生徒
が地域社会で主体的に活動するための支援はどう
あるべきか—家庭や関係機関と連携して—。富山
大学教育学部附属養護学校研究紀要，27，5-10.

（2018年5月21日受付）

（2018年7月19日受理）