

知的障害者を対象とした地域生活支援教室 「クッキング教室」の試行

武蔵博文・土井しのぶ*・西本知代**・高畑庄蔵***・安達勇作

(1998年10月20日受理)

Developing Independent Cooking Skills in Community Classroom for Persons with Mental Challenged

Hirofumi MUSASHI, Shinobu DOI, Tomoyo NISHIMOTO,
Shozo TAKAHATA and Yusaku ADACHI

キーワード：知的障害，生活技能支援ツール，地域生活支援，応用行動分析

Key words : Mental challenged, Living skill support tool, Community support, Applied behavior analysis

I. はじめに

障害児者が地域で家族や隣人と一緒に生活し、教育を受けて、職場を得て働くというノーマライゼーションの理念に基づいて、発達障害を持つ個人の地域生活を支援するプログラムの開発がなされてきた。例えば、買い物（赤根，1995），料理（井上・飯塚・小林，1994；井上・井上・小林，1996；谷川・野呂，1998），食生活・運動習慣（高畑・武蔵，1998），日課活動（平澤・鈴木・近藤・了津・藤原，1994；青木・山本，1996），ゴミ出し（高畑・武蔵・安達，1998），ワープロ（有馬・岸松・武蔵，1998），バス乗車（渡部・上松・小林，1993）等である。

本研究では知的障害を持つ個人の地域生活を豊かにする標的行動の一つとして料理技能を取り上げた。料理技能は自立した生活環境でももちろん、居宅での家族との生活、グループホームや施設等のいかなる生活環境でも必要となる技能である。また、障害児者の多くが家庭や学校等で料理をした経験を持ち、料理技能のいくつかをすでに習得

している。個々の生活環境やニーズ等を考慮すれば、障害児者が生活の中で続けて取り組める可能性が高いと考えられる。

これまでの先行事例として、井上・飯塚・小林（1994）は料理カードとビデオを用いて発達障害者に料理指導を行い、家庭での般化を促進するために教室通信、ビデオ教材の配布、発表会の開催を通じて母親に対して介入した。結果、参加者は料理技能を獲得したが、家庭での料理活動の増加は以前から家庭で料理を行っている者に限られた。谷川・野呂（1998）は自閉症者に調理指導を行い、習得した料理技能が日常場面へ般化するための条件を検討した。家庭で料理のカードを選択することは訓練日以外ではなく、母親の指示を導入しても回数が増すことがなかった。その原因として、料理を行うことのコスト、生活パターン、母親の指示の機能等を上げている。

本研究は居宅で生活する中重度の知的障害者6名を対象として、地域生活支援教室「クッキング教室」を開催し、対象者が習得した料理技能を家庭で活用するかを報告、検討するものである。そ

* 富山県立富山養護学校，** 笠松刑務所，*** 富山大学教育学部附属養護学校

のために、対象者の生活環境やニーズを考慮して、家庭生活に役立つ料理技能を精選して指導を行う。手がかりを参照して、対象者本人が自分で最後まで行える料理技能の習得をめざす。料理技能を広く捉えて、対象者が周囲より評価を受けやすい工夫をする。

II. 方 法

1. 対象者

T市手をつなぐ育成会の青年の会での呼びかけに応じた中重度の知的障害者、男性2名、女性4名の計6名（表1参照）。対象者の年齢は27歳から31歳までで、養護学校高等部卒業後、居宅で保護者や兄弟と暮らし、4名が福祉作業所へ通所、2名が企業就労していた。

2. 地域生活支援教室「クッキング教室」の概要

クッキング教室は富山大学教育学部障害児教育研究室で開設する知的障害者を対象とした地域生活支援教室のプログラムの一つとして、96年5月から97年1月まで、およそ1回の間隔で計8回にわたり実施した。全体計画は表2に示すようである。

2.1. クッキング教室の実施計画

クッキング教室は1回、約3時間であった。毎回のタイムテーブルは対象者の家庭での料理の実施の発表・紹介、クッキングブック、ファイルやビデオを参照しながら対象者が自分で料理を行う指導、各対象者ごとの親子面接から成っていた。

2.2. 指導スタッフと役割分担

指導スタッフは富山大学の障害児教育を担当する教官および大学院生・学部生で構成した。教室長は教室運営の全体的な統括を行った。プログラムマネージャーはスタッフミーティングの運営、

表1 対象者のプロフィール

対象者	S1	S2	S3	S4	S5	S6
年齢	27	29	31	28	30	28
性別	女	女	女	女	男	男
障害	ダウン症候群	ダウン症候群	てんかん		ダウン症候群	ダウン症候群
就労先	製造業	福祉作業所	福祉作業所	福祉作業所	福祉作業所	製造業
家族構成	両親	両親 兄夫婦・姪	両親	両親 兄夫婦・姪	両親 妹	両親 妹

クッキング教室の開催を行い、対象者ごとの課題設定・指導計画の立案、支援ツールの開発・作成等を行った。指導担当者は各対象者ごとに1名から2名がつき、クッキング教室での援助、記録にあたった。また親子面接は、教室長とプログラムマネージャーが分担して担当した。

3. 料理技能の分析の視点と評価段階

対象者はいずれも居宅で生活しており、今後ともその生活が続く状況にあった。そこでは、対象者本人は主な家事従事者（保護者や兄弟、その妻）の監督の下で、家事を手伝うサブ家事従事者の役割を担っていた。料理を一人ですべて行うよりも、料理や食事時に必ず起こる準備や片づけ、料理の一部（例えば、材料を洗う）を手際よく手伝ってくれることが重宝がられた。また、出来映えや味

表2 地域生活支援教室「クッキング教室」の全体計画

月日	内 容	支援ツール
第1回教室	・クッキング教室の主旨・内容の説明	
5月11日	・参加者・スタッフの自己紹介 ・料理（フルーチェ） ・個別親子面接	
第2回教室	・クッキングブックの配布・説明・作成	↑ ク ッ キ ン グ ブ ッ ク
6月11日	・料理（ミルクプリン、ツナポテト） ・個別親子面接	
第3回教室	・クッキングブックの作成	↑ ク ッ キ ン グ ブ ッ ク
7月6日	・クッキングブックを使って料理の手順の説明 ・クッキングクイズ ・料理（麻婆ナス） ・個別親子面接	
第4回教室	・クッキングビデオ・クッキングファイルの説明	↑ ク ッ キ ン グ ビ デ オ、 ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
8月3日	・クッキングファイルを使って料理の手順の説明 ・料理（焼きそば、キュウリとワカメの酢の物） ・料理日記の記入の仕方の説明 ・個別親子面接	
8月末配布	・ツナとトマトのスクランブルエッグ、肉じゃがのカード	↑ ク ッ キ ン グ ビ デ オ、 ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
9月末配布	・大根の南蛮煮、さつまいもの甘辛煮のカード	
第5回教室	・8・9月の料理日記の発表・紹介	↑ ク ッ キ ン グ ビ デ オ、 ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
10月5日	・クッキングビデオを使って料理の手順の説明 ・料理（肉じゃが、さつまいもの甘辛煮） ・個別親子面接	
10月中配布	・豚汁、ご飯のカード	↑ ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
第6回教室	・クッキングビデオを使って料理の手順の説明	
10月26日	・料理（豚汁、ご飯） ・個別親子面接	↑ ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
11月末配布	・ちらし寿司、ジャガイモとワカメのみそ汁のカード	
第7回教室	・10・11月の料理日記の発表・紹介	↑ ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
12月7日	・クッキングビデオを使って料理の手順の説明 ・料理（ちらし寿司、ジャガイモとワカメのみそ汁） ・個別親子面接	
第8回教室	・8月から1月までの料理日記の発表	↑ ク ッ キ ン グ フ ァ イ ル
1月25日	・修了書授与 修了式 ・お茶会、意見発表	

の評価基準が高くなく、家庭にある料理器具を利用して簡単に作れる料理のほうが評価を得やすいと考えられた。武蔵・高畑（1997）は日常生活での障害者本人の行動の自発と維持についての条件を以下のようにまとめている。

- ・ 標的行動の障害者本人にとっての正の強化的価値
- ・ 実施機会の主体的設定と標的行動の自発の任意性
- ・ 社会環境側の負担の程度
- ・ 社会環境で要求される水準
- ・ 社会環境内での人間的位置関係

そこで、料理でよく使われる技能をピックアップし、上記のような点から対象者の家庭状況を捉え直し、優先順位をつけて整理した。その結果、今回のクッキング教室でねらいとする料理技能を「材料の下ごしらえ」「包丁やガスコンロ等の料理器具の使用」「台拭き・後片づけ」の3点に絞り込むこととした。それぞれについて、代表的な料理技能をあげて、それを4段階から7段階の評価段階に分けた。本研究で取り上げた料理技能と評価段階は表3に示すようである。

表3 料理技能と評価段階

	項 目
材料を洗う	⑤一人で材料をきれいに洗うことができる ④一人で材料を洗うことができる（すすぐことができる） ③家族と一緒に材料を洗うことができる ②調理する前に洗うという事は知っている ①できない
缶ジュース、缶詰を開ける	④缶詰の蓋片方（開えるものと開えないもの区别など）までできる ③缶詰を缶きりを使って開けることができる ②缶ジュース、缶詰のフタ（プル）を開けることができる ①できない
包丁を使う	⑥材料を料理に適した大きさに切ることができる ⑤一人で皮をむいたり、切ることができる ④家族と一緒に材料の皮をむいたり、切ることができる ③正しく包丁を持つことができる ②包丁の使い方、扱い方を知っている ①使えない
ガスコンロを使う	⑥いずれかの調理法を使って料理を作ることができる
電子レンジを使う	④実際に使って何か料理を作ることができる ③操作の仕方を知っている ②電子レンジの用途を知っている ①使えない
オーブントースターを使う	④実際に使って何か料理を作ることができる ③操作の仕方を知っている ②オーブントースターの用途を知っている ①使えない
食卓を拭く	⑤台拭きを洗い、かつ食卓もきれいに拭くことができる ④台拭きを使う前、使った後に洗うことまでできる ③食卓を拭くことができる ②食卓、食後には食卓を拭くということを知っている ①拭けない
食器を洗って拭く	⑦食器をきれいに洗って、拭くことができる ⑥食器を洗って、拭くことができる ⑤食器を拭くことができる ④食器を洗うことができる ③食器を水につけることができる ②使った食器は必ず洗わなければならないか分かる ①できない

4. 事前アセスメント

対象者の料理技能を評定し、家庭での料理活動の実態、保護者の要望を明らかにして、各対象者ごとに標的行動を選定した。そのために、保護者へのアンケート調査、1日の生活記録、親子事前面接、実際の料理での評定（第2回クッキング教室；ミルクプリンとツナポテト、第3回クッキング教室；麻婆ナス）を実施した。

4.1. 保護者へのアンケート調査（資料1）

アンケートの内容は対象者の家庭での料理活動の頻度・内容・家族の対応、表3に示した料理技能の習得度、対象者の料理活動に対する保護者の意識、保護者のニーズとクッキング教室への要望から成っている。料理技能の習得度は家庭での様子により4段階から7段階で評定する。保護者の意識は「対象者が料理をすることを保護者はどう考えるか」と「料理をしている対象者の様子をどう見るか」の2つの内容から成り、いずれも「思う」から「思わない」までの5段階で評定する。保護者のニーズと教室への要望は積極的に取り上げてほしい内容、取り上げてほしくない内容等をたずねた。

4.2. 1日の生活記録

1日の大まかな生活の流れとその日の食事の献立、誰の好みの献立か、参加した料理活動を記録する。実際に家庭の中でどのくらい料理に関わっているか、関わっている場合にその内容や程度を把握する。1週間継続して記録するように依頼した。

4.3. 親子事前面接

保護者へのアンケートをもとに、対象者の料理活動の実態、料理への意識・意欲を知り、保護者のニーズや教室への要望について話し合った。クッキング教室を進める上で参考とした。

4.4. 実際の料理での評定

第2回及び第3回クッキング教室において、保護者へのアンケートで調査した表3に示す料理技能を実際に確認、評定した。第2回教室のメニュー（ミルクプリンとツナポテト）は「材料を洗う」「缶詰を開ける」「包丁を使う」「電子レンジを使う」「オーブントースターを使う」「食卓を拭く」「食器を洗って拭く」の評価を、第3回教室のメ

ニュー（麻婆ナス）は「材料を洗う」「包丁を使う」「ガスコンロを使う」「食卓を吹く」「食器を洗って拭く」の評価を行うものである。

4.5. 標的行動の選定

上記の事前アセスメントに基づいて、対象者の料理技能や保護者のニーズ・要望に応じた料理技能と料理品目を選定した。第4回クッキング教室の親子面接で対象者と保護者に提案した上で、その後のクッキング教室において対象者への指導を進めた。

5. 介入手続き

クッキング教室では対象者本人が標的とした料理技能・品目を自分でできること、習得した料理技能・品目を家庭で実施するように促すことをねらいとした。そのために、個々の対象者にあわせて生活技能支援ツールを考案、作成して提供するとともに、料理指導時に生活技能支援ツールを活用する指導を行った。

5.1. 生活技能支援ツール

生活技能支援ツールは障害者本人が家庭場面で標的行動の自発し、それを長期にわたり維持ためのを手だてとなるものである（武蔵・高畑，1997）。標的行動の習得や実施を容易にする刺激プロンプトと、自己の行動を記録して障害者本人と周囲の人とが相互に評価し合う機会を提供する自己管理・相互強化から構成されている。

5.1.1. クッキングブック

料理の流れ・手順、料理器具の使い方を写真で説明したものである。市販のキャラクター帳（18cm×13cm）を使い、右ページに料理の手順や料理器具の使い方を簡条書きで示し、左ページに対応する写真を載せた。写真はSONYビデオプリンター（CVP-M1）で作成した2分割・4分割写真を使用した。

5.1.2. クッキングファイル（資料2）

クッキングブックと同様に、料理の流れ・手順、料理器具の使い方を写真で説明したものである。市販のカードバインダー（コクヨCD-B11，B6横サイズ）に、手順や使い方を説明したカード（以下、手順カード）を順次挟んで綴じていく。手順カードの右側に料理の手順や料理器具の使い

方を簡条書きで示し、カードの左側に対応する写真を載せた。写真はSONYビデオプリンター（CVP-M1）で作成した2分割・4分割写真を使用した。手順カードは各対象者の行う料理品目と料理技能にあわせて作成した。第4回クッキング教室以降、毎回の教室で配布し綴じ込んだ。

5.1.3. クッキングビデオ通信

クッキングファイルでは分かりづらい料理器具の使い方、調味料や火加減等を示すためのVHSビデオである。ビデオの内容は対象者への呼びかけ、メニューの紹介、料理の手順、料理器具の使い方、料理日記の書き方、社会的強化で構成されている。1本のビデオに2品のメニューを紹介した。手順カードに対応した説明を字幕で入れた。次の手順カードに移るところで約10秒間の「カードをめくる」というカットを挿入した。ビデオ編集はSONYビデオタイター（XV-T55F）を使用して行った。クッキングビデオは対象者の料理技能・品目にあわせて作成した。第4回クッキング教室以降、毎回の教室で手順カードといっしょに配布した。

5.1.4. 料理日記（資料3）

家庭で料理を行ったことを対象者が自分で記録するカードである。家庭で料理を行う毎に書き込んで、クッキングファイルに綴じ込み、カードの枚数を増やしていく。日記には料理をした日にち、作った料理、食べた人の一言、作った本人の感想を書く。1枚のカードに2回分の料理の記録が書ける。

5.2. 生活技能支援ツールを活用するための指導

対象者が家庭で、クッキングブック、ファイル、ビデオを見る→料理の手順を理解する→料理をする→料理日記を付けるという順序で料理活動を行うことを促すように指導した。クッキング教室での料理指導では毎回、1品から2品の料理を作った。①クッキングブック、ファイル、ビデオを使って料理の作り方を全員の前で例示する。②個々に分かれて、それぞれの対象者が自分の担当する料理品目をクッキングブックまたはファイルを参照しながら自分で料理する。③できた料理は全員で試食を行い評価し合う。④作った料理の品目名や感想等を料理日記に記入して発表する、という形

で進化した。

第2回及び第3回クッキング教室では指導者がクッキングブックを使いながら料理の手順を説明した。対象者は自分のクッキングブックと指導者の料理の説明とを対応させる練習をした。第4回クッキング教室からはクッキングファイルとクッキングビデオを使用して、ビデオを見ながら手順カードの説明を見て読む・めくことを指導した。対象者はビデオの説明に合わせて、自分のクッキングファイルの手順カードを対応させる練習をした。

対象者が料理を作るときは、指導者は料理の作り方について直接に指示をせずに、対象者がクッキングブックまたはファイルを参照しながら料理を進めるように促した。対象者が料理の手順が分からなくなったときは、つまずいたところに対応するクッキングブックまたはファイルの箇所を示して参照するように指示した。

料理日記は第4回クッキング教室から導入した。教室で実際に作った料理を記録することで記入の仕方を練習した。さらに、家庭で料理をしたときはかならず料理日記に記録するように対象者を指導した。同様に保護者にも、対象者が家庭で料理をしたときは料理日記をつけるように声かけすることを依頼した。クッキング教室では各対象者の記録した料理日記を発表・紹介し、参加者全員から社会的強化を受けた。また、第6回クッキング教室からは料理日記の目標枚数を親子で相談して決めて、家庭での料理の機会が増えるように促した。

クッキング教室での料理指導後に、毎回、各対象者毎に個別の親子面接を15分ほど行った。家庭での料理活動の様子、困っている点、教室への要望等を聞くとともに、個別に家庭での料理活動を評価し、保護者に対して援助の仕方についてアドバイスをを行った。

6. 事後アセスメントとフォローアップ

クッキング教室での指導後の対象者の料理技能を評定し、家庭での料理活動の実態を明らかにするために行った。

事後アセスメントでは第4回から第7回までの各クッキング教室で生活技能支援ツールを活用す

る指導後、対象者の実際の料理活動を評定した。最後の第8回クッキング教室で事前アセスメントと同様の内容のアンケート調査を保護者へ実施した。

さらに、クッキング教室終了1年8ヶ月後の98年10月に、アンケート調査によるフォローアップを実施した。アンケート調査の内容は事前・事後アセスメントでの保護者へのアンケート調査の項目に、クッキング教室終了後に地域生活支援ツールを使用しているか、クッキング教室で指導した料理品目を家庭で作っているか、家庭で料理を行うことに対するフォローアップ時点での考え等を質問する項目を加えたものである。

III. 結 果

事前アセスメントに基づいて決定した各対象者の標的行動を表4に示した。

事前・事後アセスメントでの、指導スタッフと保護者のそれぞれによる各対象者の料理技能の評定結果を表5にまとめ、該当する評価段階を記号(指導スタッフ事前●・事後■, 保護者事前○・事後□)で記した。毎回のクッキング教室で各対象者が料理した品目、料理行動と生活技能支援ツールの参照行動との関係を表6にまとめた。さらに、各対象者が家庭での料理の実施を記録した料理日記を表7にまとめ、クッキング教室の開催時期と対照させて、家庭で何時、どんな料理品目を作ったかを示した。

事前・事後・フォローアップでの保護者へのアンケート調査から、保護者の意識に関する8項目を図1にまとめた。5段階の評定を「思う」は5

表4 対象者の標的行動

標 的 行 動	
S1	・包丁、インスタント食品(レトルト・冷凍食品)を使った料理を作れる ・料理に適した大きさに、包丁を使って材料を切ることができる ・料理後の後始末、食事後の後片づけが行える
S2	・主食、主菜、副菜、汁物を作ることができる ・調味料の分量を知り、調節することができる
S3	・主食、主菜、副菜、汁物を作ることができる ・調味料の分量を知り、調節することができる
S4	・簡単な副菜を作ることができる
S5	・ガスコンロ以外の調理器具を使う料理を作ることができる ・食事の準備、後片づけが行える
S6	・主な調理器具を使うことができる ・食事の準備、後片づけが行える

表5 対象者の料理技能の評価結果

項目	S1	S2	S3	S4	S5	S6
材料を洗う	①一人で材料をきれいに洗うことができる	■	●	■	□	○
	②一人で材料を洗うことができる(すすぐことができる)	■	■	●	■	□
	③家族と一緒に材料を洗うことができる	○				
	④調理する前に洗うことは知っている				□	○
①できない						
缶ジュース、缶詰を開ける	①缶詰の蓋を力づくで開ける・蓋をしないの刃物等までできる	□	□	□	□	○
	②缶詰の蓋を開けることができる				□	□
	③缶ジュース、缶詰のフタ(ガ)を開けることができる	■	●	●	●	●
	④できない					
包丁を使う	①材料を料理に置いた大きさに切るができる		○	□		
	②一人で皮をむいたり、切ることができる	■	●	■		
	③家族と一緒に材料の皮をむいたり、切ることができる	○	■	●	■	●
	④包丁の扱い方、握り方を覚えている				●	●
①使えない						
ガスコンロを使う	①火の調節ができる	■	○	□		
	②ガスコンロの点火ができる	■	○	□		
	③火の調節について知っている	■	○	□		
	④火の危険性について知っている				□	○
①使えない						
電子レンジを使う	①説明書に基づいて料理を作ることができる	●	○	□		
	②操作の仕方を知っている		□	□	●	□
	③電子レンジの用途を知っている				■	□
	④使えない					
オーブントースターを使う	①説明書に基づいて料理を作ることができる	□	●	□	○	□
	②操作の仕方を知っている		□	□	●	□
	③オーブントースターの用途を知っている			■	□	○
	④使えない					
食卓を拭く	①食卓をきれいに洗って、拭くことができる	■	□	□	□	○
	②食卓を拭く前、拭いた後に洗うことができる	●	●	●		○
	③食卓を拭くことができる				■	□
	④食卓、食器には食卓を拭くということを知っている					
①拭けない						
食器を洗って拭く	①食器をきれいに洗って、拭くことができる	■	□	□	□	○
	②食器を洗って、拭くことができる	●	●	●	●	●
	③食器を拭くことができる					○
	④食器を洗った後に洗うことができる					○
⑤使った食器は洗い分けなければならない						
①できない						

注) 指導スタッフによる評価 事前● 事後■ 保護者による評価 事前○ 事後□

表6 対象者の料理行動と支援ツールの参照行動の関係

料理行動	参照行動	S1	S2	S3	S4	S5	S6
料理の流れが分かっていて、実際に料理ができた	支援ツールを見、適切なページを開けた	■	■	■	■	■	■
料理の流れが分からないところがあるが、実際の料理はできた	支援ツールを見たが、適切なページが開けなかった	○	○	○	○	○	○
料理の流れが分からず、実際の料理もできない	支援ツールを見、適切なページを開けた	○	○	○	○	○	○

注) 料理品目の後のカッコ内の数字は、何回目のクッキング教員であることを示している

表7 対象者の料理日記の記録

	S1	S2	S3	S4	S5	S6	
第4回教室から第5回教室まで	83焼きそば 84焼きそば 85焼きそば 86焼きそば 87焼きそば 88焼きそば 89焼きそば 90焼きそば 91焼きそば 92焼きそば 93焼きそば 94焼きそば 95焼きそば 96焼きそば 97焼きそば 98焼きそば 99焼きそば 100焼きそば	97肉じゃが 97スクランブル 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス 811麻婆ナス	83餅の物 84餅の物 85餅の物 86餅の物 87餅の物 88餅の物 89餅の物 90餅の物 91餅の物 92餅の物 93餅の物 94餅の物 95餅の物 96餅の物 97餅の物 98餅の物 99餅の物 100餅の物	102餅 814スクランブル ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ ルエッグ	83焼きそば 84焼きそば 85焼きそば 86焼きそば 87焼きそば 88焼きそば 89焼きそば 90焼きそば 91焼きそば 92焼きそば 93焼きそば 94焼きそば 95焼きそば 96焼きそば 97焼きそば 98焼きそば 99焼きそば 100焼きそば	105芋の甘芋煮 1015ツナポテト 1022ミクラン	
第5回教室(105)から第6回教室まで	1010芋の甘芋煮 1010餅の物 (105)か 1012焼きそば 1013スクランブル 1013スクランブル 1017肉じゃが	107焼きそば 1020肉じゃが 1020餅の物 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル 1021スクランブル	107焼きそば 1020肉じゃが 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物	107焼きそば 1020肉じゃが 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物 1020餅の物	105芋の甘芋煮 1015ツナポテト 1022ミクラン		
第6回教室で決めた日	5枚	10枚	6枚	8枚	10枚	6枚	
第6回教室から第7回教室まで	1113大福煎餅 1114餅汁 1121芋の甘芋煮	1130ちらし寿司 1130みそ汁	1124カボチャの ポターージュ 1124フルーツゼリー 1116サラダ 1124鮎みエニル 1125ごはん	114ごはん 1110餅汁 1116サラダ 1124鮎みエニル 1125ごはん	1026餅汁 1026ごはん 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル 1027スクランブル	1113フルーチェ 1113日長焼き 1117肉じゃが 121ちらし寿司 121みそ汁	
第7回教室(129)から第8回教室まで	129ちらし寿司 1213焼きそば 111ちらし寿司 (127)か 118焼きそば	129みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁	128ちらし寿司 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁 128みそ汁	127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁 127みそ汁	1229餅汁 15ちらし寿司 15みそ汁 17焼きそば 14焼きそば 116肉じゃが 118餅汁 1焼き魚	14餅の物	

注) 料理日記に記録された日付と料理品目を示している

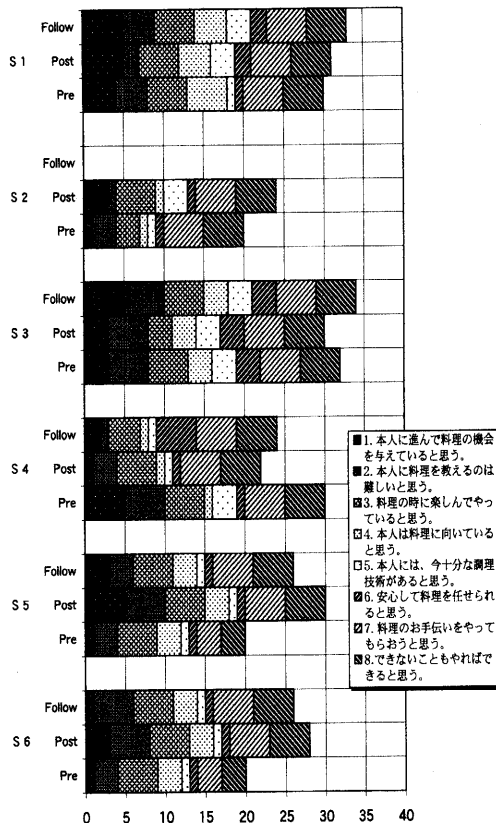


図1 対象者の料理行動に対する保護者の意識の変化

注) 項目2は反転して示している

点、「どちらとも言えない」は3点、「思わない」は1点と得点化し、事前・事後・フォローアップごとに集計して、積み上げ棒グラフに示した。項目2については質問の内容から反転して得点化した。なお、S2についてはフォローアップ調査を行えなかった。

1. S1について

休日の朝食（主に、チャーハン）を作り、普段から料理の手伝いをしており、全般的に料理技能は高い。料理に合わせた包丁の切り方、インスタントを使っても自分で料理を作りきることを標的とした。

「包丁を使う」では使い方が自己流で大きさがバラバラとなり、その都度、指導担当者の指示を必要とした。クッキング教室の指導後も包丁の使い方に変化はなかった。S1はクッキングビデオを見ないでファイルだけで料理を作ろうとした。またファイルとビデオのいずれにも切った材料を示すだけで、S1のポイントである材料の大きさははっきりと示されていなかった。「材料を洗う」「ガスコンロを使う」「食器を洗って拭く」等の項目は評価が上がった。料理日記には感想だけでなく、料理をしている様子や指摘まで母親により記入された。

保護者の意識は本人が楽しんで行っていたこと、料理技能が向上したことから、料理の手伝いをしてもらうほうへ変化した。ただし、練習した以外の料理を作ったり、材料の量や人数に応じて料理することができないことから、本人に料理を教えることは難しいと考えている。フォローアップでは、S1はクッキングファイルを使って料理を行っており、保護者も今後とも料理に取り組みたいという意識を高く持っていた。

2. S2について

週2回程度、料理の手伝いをしており、大体の料理技能は有していた。保護者の要望である包丁を使い、S2が自ら作ることでできる料理を増やすことを標的とした。

S2はこれまで家庭では調味をしたことがなく、調味料の計量ができるにも関わらず、水の分量や

味見後の調節ができなかった。ファイルやビデオでは分量や調味の仕方を一通り説明するだけで、分量を調節する方法や味見後に調味し直す方法というS2にとってのポイントが明示されていなかった。「包丁を使う」「オーブントースターを使う」は評価が下がった。これまで家庭では母親と一緒に料理を行っていたが、クッキング教室に参加してからは一人で料理をする機会が増えたためと考えられる。料理日記には料理に対する称賛や励ましは母親により多く記入された。

保護者の意識は、S2の料理技能を積極的に評価するほうへ変化した。家庭での家事は主に兄嫁が行っており、料理の機会を与えることは難しい状況にあるが、保護者はS2のできる手伝いはさせたいと考えていた。フォローアップは行えなかった。

3. S3について

週1回程度、料理を作り、母親が忙しいときはS3自身が判断して夕食を作ることがあった。家庭で使用していない電子レンジを除いてかなり高い料理技能を有していた。母親の要望である自然の調味料（煮干しや昆布）を使い、S3が自ら作ることでできる料理を増やすことを標的とした。

調味料の計量は正確さに欠けるが、ファイルやビデオを見て自分なりに判断して度よい味付けをする。しかし、料理の流れに沿わず自分のペースで料理を行おうとするところがあった。料理日記はクッキング教室の直後だけ記録しており、家庭で料理を作っているにも関わらず、継続して記録をつけるには到らなかった。教室で練習した以外の料理の記録も見られた。

保護者の意識は事前・事後・フォローアップともかなり高かった。事後の評価で、本人が楽しんでやっていると思うという評価が一時下がっているが、クッキング教室で自分のペースで行えず、途中で投げ出そうとすることがあったためと考えられる。フォローアップの調査では週2回程度、料理を作っており、本人の得意な献立を朝に話しておく夕食に自分から料理をし出すようである。保護者もS3に料理の機会を与えるように心がけており、本人が楽しんで行っていると考えていた。

4. S4について

月に数回程度、保護者と一緒に料理の手伝いをしていた。左手に不自由があるために包丁を使いたがらず、常に母親や指導担当者を頼りとしていた。そこで、家族からの少ない援助で周囲からの評価が得られ、本人が達成感を持つことをねらいとした。

料理の流れは理解しており、クッキング教室では回を追うごとに左手も使って料理を行うようになった。「包丁を使う」は家族が一緒ならば材料の皮をむけるという評価へ変わった。「電子レンジを使う」「オーブントースターを使う」は保護者の事前評価が高かったが、実際には使った経験に乏しく、器具の操作を理解している程度であった。第6回クッキング教室で料理日記の目標枚数を決めると、記録を行うようになる。S4が自分で行えるご飯、サラダ、酢の物やみそ汁である。目標を決めたことによりS4が自ら家庭で料理を行うようになった。日記の感想に「父、母が上手にできたとはめてくれた」と書いていた。

保護者の意識は、事前アセスメントではかなり高い評価をしていた。保護者の指示のもとで、S4のできることしかさせていなかったためである。クッキング教室の後半でS4本人が取り組むようになり、料理の手伝いはさせたいと考えていた。しかし、家庭では兄嫁が家事を担当しており、普段は時間を確保できないため、これ以上機会を与えることは難しいと考えていた。

5. S5について

当初、食器洗いを日課としているが、料理は全くしていない。保護者が包丁やガスは危険と考えていたため、電子レンジを除いては料理技能として使えない。そこで、ガスコンロ以外の料理器具に慣れ、料理機会を増やすことをねらいとした。

料理器具の使用では、操作の仕方や温度、時間がクッキングファイルやビデオに示されているのに、参照して設定することができず何度も指導を要した。「包丁を使う」「電子レンジを使う」「オーブントースターを使う」等の評価が上がった。料理日記の記録を始めてから家庭で料理をする回数が増えた。とくに第6回クッキング教室でS5本

人が自ら10回という目標枚数を決めると、その枚数をめざして自ら取り組んだ。

保護者の意識は事前と事後の評価で大きく変化した。十分な料理技能がなく、付き添いが必要だが、S5が意欲的に取り組むので、進んで機会を提供しようと考えている。クッキングファイルやビデオを使って料理をするS5を見て、教えればできると考えるようになった。フォローアップではクッキングファイルを見ていることがあること、カレーやみそ汁を休日によく作り、教室で練習した料理を何度か作ったことが報告された。機会を作ればS5本人が自分から行うので負担には感じていないが、危険がないかを心配しており、現在でも付き添うことは必要だと考えていた。

6. S6について

当初、家庭では料理を全くしていない。材料を洗う、缶詰を開ける、食卓を拭くのができる程度であった。そこで、料理器具の使い方を知り、実際の料理場面で使えることをねらいとした。S6は勤めの関係で課題設定後にクッキング教室に参加することができなかった。母親を通じてクッキングファイルやビデオを提供することとなった。

「材料を洗う」「缶ジュース・缶詰を開ける」は保護者の評価が下がった。これは実際に料理を行う機会を得て、S6の料理技能を再確認したためである。「ガスコンロを使う」「電子レンジを使う」「オーブントースターを使う」はいずれも評価が上がった。提供されたクッキングファイルやビデオを使って、S6が実際に家庭で料理を行い、使うことができるようになったためである。料理日記は母親を通じて目標枚数を決めると設定した枚数だけ記録をした。

保護者の意識は事前と事後の評価で大きく変化した。十分な料理技能はなく、付き添いが必要だが、S6が関心を持っているので、家庭でお手伝いをさせたいと考えていた。フォローアップではクッキングファイルやビデオを時々見て話しをしていること、ファイルの料理を何度か作ったことが報告された。本人の今後のために独力で料理ができるようにと望んでいるが、保護者が指導を行うことは無理であると考えていた。

IV. 考 察

本研究実践では家庭環境や保護者のニーズを調査し、生活技能支援ツール（クッキングブック、ファイル、ビデオ、料理日記）を提供し、月1回、計8回のクッキング教室を開催した。対象者の料理技能の向上が見られ、意欲・関心も高まり料理を楽しんで行うようになり、家族の意識も対象者が家庭で料理に取り組みやすい方向に変化した。この傾向はクッキング教室終了1年8ヶ月後のフォローアップ時でも同様であった。

知的障害者のための地域支援を進めていく上で課題について、本研究実践から得られた知見をまとめる。

1. 標的行動の設定について

家庭で実施しやすい料理品目、料理方法を考える視点を明らかにして、それに基づいてアンケート調査、料理技能の評定を行い各対象者の標的行動を設定した。こうした実際の評価により、対象者の生活実態に見合った標的行動を設定することができた。

ただし、標的行動を設定するまでに多くの時間を要した。より簡便に設定できる事前アセスメントのシステムを工夫する必要がある。また、設定した標的行動の説明は個別面接で行ったが、対象者とその家族に十分に理解してもらう必要がある。より十分な理解を得るために、具体的に家庭で何をするのか、料理を作るときにどんな援助をするのか等を簡単明瞭にまとめたガイドブックを家族に提供するなどの工夫が必要であろう。

保護者や家族は家庭での料理についてそれぞれの考えを持っていた。それが対象者の料理活動とかけ離れていたり、本研究の料理技能の分析から優先順位が低いものであったりする場合があった。そのため、本研究実践では対象者や保護者の希望する料理品目に必ずしも対応できなかった。家族の実際の家事従事者も含めて継続的に面接を行うなどの働きかけが必要であろう。

2. 生活技能支援ツールについて

クッキング教室ではクッキングブック、ファイ

ルやビデオを使って料理の例示をし、対象者がこうした支援ツールを利用して料理を行うことを援助した。例示の時は、各対象者とも興味深く見ていたが、実際に参照しながら料理を行うことは難しかった。実際の料理が支援ツールの手順よりも先に進んでしまったり、困ったときに必要な情報を探せなかったりした。実際の料理指導の時に、クッキングファイルで現在の手順を確認して料理を行い、めくって次へ移るものの練習を徹底する必要があったかもしれない。支援ツールの使い方の指導をどの程度行う必要があるかは今後の検討課題でもある。

また、材料を切る大きさ、ガスコンロでの炒め具合、調味料の加減等の説明が支援ツールの写真やビデオでは「このくらい」と曖昧な言葉で示すだけで、対象者に理解できる具体的な表現が不足していた。どの対象者にも分かるように心がけたつもりがかえって説明を簡単にしすぎてしまい、実際に調理をするときに分かりづらいものとなった。クッキング教室で補足的な説明をする必要が増えた。家庭では結局、保護者の付き添いを必要とすることとなった。対象者は個々の料理技能はかなり習得していたので、料理の流れや各対象者のポイントに焦点を絞った支援ツールの個別化を図ることが考えられる。

料理場面では、調理場に材料や料理器具がたくさんとなり、クッキングファイルを置くところがなくなったり、水で濡れてしまうことなどがあった。支援ツールをどこに置いて使うか等の指導も必要であった。調理場で使いやすい支援ツールを考案することも必要であろう。例えば、エプロンのポケットに入るポケットサイズとか、調理場の隅に立てておけるツールである。

料理日記は、表に家族の食べた感想を、裏に対象者が料理を作った感想を書く欄を設けたが、そのように記入してもらえなかった。第6回クッキング教室で各対象者ごとに目標枚数を話し合いで決めた。目標枚数は対象者が家庭で料理に取り組む上での目標とはなったが、目標枚数以上に記録を書くことはなく、継続して行うには負担の高いものであった。武蔵・高畑（1997）は、対象者本人が家庭で料理をしたことを自ら記録して、周囲

の者に確実に評価してもらう相互強化のシステムの必要性を指摘しているが、本研究実践では十分な成果を得られなかった。これは、料理日記を付けることの意義が対象者やその家族に十分に理解されなかった。料理や食事は毎日の生活にあり、対象者はすでに何らかの形で手伝いをしており、あえて記録をつけるだけの必要性が低かった。料理日記に記入することが楽しみになる工夫が足りなかった等の理由が考えられる。

3. 支援教室の運営について

クッキング教室では、料理技能として表3に取り上げた内容のいくつかを毎回のねらいとしていたが、同じ料理品目を繰り返すことはなく、毎回新しい料理品目を提供した。S1, S3, S4にとっては、料理品目が毎回変わったことが負担のようでもあった。同じ料理をある程度習熟するまで行う指導も考えられた。料理品目をどのように変化させていくかも検討する必要がある。

また、クッキング教室ではそれぞれの対象者に指導担当者がついて料理を行い、できるだけ指導担当者が変わらないように配慮した。実際にはそのときの教室により、指導担当者が異なることも多く、対象者と慣れるまでに時間がかかった。指導担当者が変わると、対象者の料理技能の細かな点までを把握できなかつたり、継続した指導のポイントを見過ごすことがあった。全教室を通して参加できるスタッフを確保することは大切な点である。

事後評価は各教室で支援ツールを活用する指導後に行ったが、実際には指導の直後であり、料理技能を習得し定着したかを評価するには不十分であった。教室の途中で評価のための機会を設定する、料理技能の評価を目的とした教室を何回かに一度行う等して、対象者の様子や料理技能を把握して、その後の指導に生かすことも考えられる。

4. 家庭での料理の実施について

対象者は事前アセスメントの段階で、個々の料理技能をある程度有しており、家庭で料理を作ったり、手伝うことがあった。クッキング教室により、個々の料理技能をつなげて料理を作るまでに

高め、家庭での料理活動を活性化することができた。この状況はフォローアップでも継続していた。個々の料理技能や料理品目だけにとらわれず、家庭へ向けて働きかける支援方略が全体として有効であったと言えよう。

クッキング教室終了後、新しい料理を自分で作っているのはS3だけであった。S1では練習した以外の料理を作ったり、材料や人数に応じることができない、S6では独力で料理ができることを望んでいるのに、保護者が指導を行うことは難しいとの報告があった。クッキング教室で提供したクッキングバックやファイルを参照することができるようになって、日常生活にある物を参照して情報を得るには到らなかった。対象者が利用できる情報が乏しいことも指摘できる。対象者が日常生活にある情報を活用できるようなガイダンスや、時間をおいて定期的に新たな支援ツールを提供していくシステム等の開発が求められよう。

注 本研究に協力いただいた対象者および保護者の方々に、深く感謝申し上げます。なお、本稿は平成8年度富山大学教育学部特別研究として土井しのぶ、西本知代が提出した論文に、フォローアップ調査の結果を加えて、武蔵が全面的にまとめなおしたものである。

文 献

- 1) 赤根昭英 1995 知的障害を持つ児童の支払い行動の形成と地域との関わり 行動分析学研究, 8, 49-60.
- 2) 青木美和・山本淳一 1996 発達障害生徒における写真カードを用いた家庭生活スキルの形成—親指導プログラムの検討, 行動分析学研究, 10, 2, 106-117.
- 3) 有馬寿々恵・岸松 聡・武蔵博文 1998 知的障害者対象の地域生活支援教室—生活技能支援ツールによるワープロ教室の実践 日本特殊教育学会第36回大会発表論文集, 792-793.
- 4) 平澤紀子・鈴木陽子・近藤明紀・了津亜紀・藤原義博 1994 精神遅滞児童の家庭における日課活動の改善 日本特殊教育学会第32回

- 大会発表論文集, 216-219.
- 5) 井上雅彦・飯塚暁子・小林重雄 1994 発達障害者における料理指導—料理カードと教示ビデオを用いた指導プログラムの効果— 特殊教育学研究, 32, 3, 1-12.
- 6) 井上暁子・井上雅彦・小林重雄 1996 自閉症生徒における代表例教授法 (General Case Instruction) を用いた料理指導—品目間般化の検討— 特殊教育学研究, 34, 1, 19-30.
- 7) 武蔵博文・高畑庄蔵 1997 知的障害者の地域生活の組織的支援をめざして—「生活技能支援ツール」を活用した「地域生活支援教室」のあり方— 富山大学教育学部紀要 A(文科学系), 50, 33-45.
- 8) 高畑庄蔵・武蔵博文 1999 知的障害者を対象とした食生活・運動習慣の形成と長期的維持—生活技能支援ツールによる日常場面での支援のあり方— 行動分析学研究, 印刷中.
- 9) 高畑庄蔵・武蔵博文・安達勇作 1999 生活技能支援ツールによるゴミ出し行動の自発と長期的維持—家庭での生活充実をめざした教育的支援— 特殊教育学研究, 印刷中.
- 10) 谷川憲子・野呂文行 1998 日常生活への定着を目標とした調理学習—日本行動分析学会第16回年次大会発表論文集, 64-65.
- 11) 渡部匡隆・上松 武・小林重雄 1993 自閉症生徒へのコミュニティスキル訓練—自己記録法を含むバス乗車指導技法の検討— 特殊教育学研究, 31, 3, 27-35.

資料1-1 保護者へのアンケート調査

地域生活支援教室
アンケート調査

1. 名前と年齢
(本 人) (才)

(一緒に参加される方) (才)

選択肢のある設問は○で囲んでください。記述式の設問は にお書きください。

◎家庭での本人の決まった役割 (お手伝い) について、始めにお聞きます。

2. 家庭の中で決まった役割 (お手伝い) がありますか?
①はい ②時々 ③いいえ

「はい」「時々」という方に、それは、どのような役割 (お手伝い) ですか?
役割 (お手伝い) の内容を具体的に 適当な回数

なぜ、本人にその役割 (お手伝い) が与えられているのですか?
①特に理由はない ②本人の意志 ③本人が上手にできるから
④家族の希望から ⑤その他 ()

3. 与えられた役割 (お手伝い) 以外に、本人が進んでやろうとすることはありますか?
①はい ②時々 ③いいえ

「はい」「時々」という方に、それは、どのようなことですか?

また、そのとき家族はどのように対応していますか?
①やっであらうようにしている ②できそうならやっであらう
③一緒にやる ④断る
⑤その他 ()

◎次に、調理 (料理) についてお聞きます。

4. 本人が一人で、または家族と一緒に調理をする機会がありますか?
①はい ②時々 ③いいえ

「はい」「時々」という方に、どのくらいの割合で調理をしますか?
①週 回 ②月 回 ③年 回

本人がよく作る、または得意としている料理はありますか? あれば使用する調理器具、作り方も書いてください。

(料理名)

(調理器具)

(作り方)

一緒に調理をするときに、家族の手助けを必要とすることはありますか? また、それはなぜですか?
— 家族の手助けを必要とすること 手助けをする理由
例) 火を使うこと 危険だから

5. 家庭以外の場所で、調理をする機会がありますか?
①はい ②時々 ③いいえ

「はい」「時々」という方に、それは、どのような機会ですか? また、そこではどのような調理をされましたか?

6. 本人が現在、どのくらい調理できるのかについてお聞きます。

a) 材料 (野菜など) を洗う。
①できない。
②調理する前に洗うということは知っている。
③家族と一緒に材料を洗うことができる。
④一人で材料を洗うことができる (すぐことができる)。
⑤一人で材料をきれいに洗うことができる。

b) 缶ジュース、缶詰を開ける。
①できない。
②缶ジュース、缶詰のフタ (プル) を開けることができる。
③缶詰を缶切りを使って開けることができる。
④缶詰の後片付け (燃えるものと燃えないもの区別など) までできる。

