

ホームヘルパーの余暇・レクリエーションに関する研究

山 本 存

A Study of Home Helpers' Leisure and Recreational Activities

YAMAMOTO Yasushi

Abstract : In this study, a questionnaire survey was used to determine the employment status and recreational activities of home helpers, along with the present state of leisure and recreational activities of participants in home helper training courses, the findings from which are summarized below.

Home helpers tended to engage positively in leisure activities in comparison with the situation at the time of their training, as a result of feeling a greater sense of satisfaction in their work during the course of interacting with elderly persons requiring home care. They were also aware of changes in themselves as indicated by replies including “found a rewarding occupation”, “began to make valuable use of my time”, “became more positive in everything I do” and “began to make effective use of leisure activities”.

With respect to the content of classes in practical recreational activities, it is necessary to consider carefully the importance of leisure and recreation in daily life. It is also desirable to find a way to promote incorporation of recreational activities in daily life for both home helpers and users of home care services, as well as to effectively incorporate communication skills that promote the establishment of rapport with those users.

I. はじめに

2000年4月から実施された介護保険制度により、福祉サービスは措置から契約へと替わり、利用者の選択と権利が保証され、医療・保健・福祉を三位一体としてとらえるなど高齢者の介護のあり方は大きく進展した。2003年には介護保険法施行後3年が経過し、第2期介護保険事業計画が策定され、保険料の見直しや介護報酬の改定が実施された。平成12年から始まった新たな5か年計画である「ゴールドプラン21」では介護保険制度をもとに、これまでの介護サービス基盤の整備という目標から発展して、いかに活力のある社会をつくっていくかに重点が移行した。居宅サービスに関連したところをみると、「介護サービス基盤の整備」において、人材の確保と研修の強化が取り組むべき具体的施策としてあげられている。また、生活支援対策の「元気高齢者づくり対策の推進」のなかでは、生きがいや社会参加の促進が具体的施策にあげら

れている。これは居宅サービス利用者を対象とはしていないが、訪問介護サービスにおいてレクリエーション支援として居宅サービス利用者にも提供可能なものであると考えられる。

介護サービス利用の状況も変化を遂げている。2号被保険者を含む居宅介護サービス受給者は、要介護度が低いほどサービス利用者は増加している傾向にあり（厚生労働省 介護事業報告 2003）、居宅サービス受給者約228万人の半数以上を要支援（約37.7万人）と要介護1（約88.1万人）で占めていることになる。また、居宅介護サービス利用者の伸びも著しく、要介護度別でみると2000年4月からの増加率でどの階層でも50%以上の伸びを示しているが、特に要介護1（147%）、要介護2（127%）の伸びが顕著である。これについては介護保険制度実施の目的のひとつである居宅介護サービスの充実が果たされてきているとみることができる。

また、福祉医療機構（独立行政法人）のWAM NETによれば、介護サービス事業者の状況として訪問介護

(ホームヘルプ)は2003年4月末には17,592事業者で、その伸びは前年に比べ15.3%増と順調に増加している。加えて、内閣府の2001年に実施した「高齢者の住宅と生活環境に関する意識調査」によれば、介護が必要になった場合においても、「現在の住宅にそのまま住み続けたい(36.3%)」、「現在の住宅を改造し住みやすくする(21.4%)」と高齢者の6割近くが自宅での生活を望んでおり、施設入所を希望するものは2割に満たないのが現状である。

こうした状況のなか、居宅介護サービスの中心的な役割を果たすホームヘルパーは社会的な要請により、数多く養成され福祉現場に輩出されている。しかし、短期間の研修でホームヘルパーの質が一定のレベル以上に保たれるのかという課題や、労働条件の整備の遅れによる定着率の低さが改善できるのかという課題なども指摘されている¹⁾。

日常的に高齢者とかかわり、QOLの向上に寄与することを期待されているホームヘルパーの資質のひとつとしてレクリエーションの支援を効果的に遂行できることがあげられるのではないだろうか。ホームヘルパーの現況については、就業実態の調査はみられるもののレクリエーションの視点から実施された調査はみあたらない。

そこで、本研究ではホームヘルパーの就業状況や余暇・レクリエーションの現状を、ホームヘルパー養成講習受講者との比較により明らかにしていきたい。そして、養成講習カリキュラムの「レクリエーション体験学習」の授業内容を再検討する一資料としたい。

II. 研究対象および研究方法

1. 対象

調査の対象は、阪神間で高齢者の居宅サービス事業に従事しているホームヘルパーおよびホームヘルパーとして将来的に就業を希望しているホームヘルパー2級養成講習の受講者とした。調査票の有効回収率は、82.5%(457/554)であった。

2. 方法：質問紙調査

1) ホームヘルパー調査

ホームヘルパーについては、阪神間に点在するヘルパーステーションにおいて業務・連絡会議等の場で質問紙調査を依頼し回収した。

2) ホームヘルパー養成講習受講者調査

ホームヘルパー2級養成講習受講者に対しては、レ

クリエーション体験学習(介護技術演習科目)において社会福祉現場におけるレクリエーション援助のあり方や実践の現状を概説した後に質問紙調査を実施し回収した。

3. 調査期間

2000年2月～2003年7月に実施した。

4. 調査内容

質問紙調査の内容は、基本的特性の項目にはじまり、ホームヘルパー養成講習受講者に対しては、「①講習会参加の目的」、「②余暇・レクリエーションの考え方や実施状況」である。ホームヘルパーについては、「③ホームヘルパーの業務内容の実情」および、「④ホームヘルパー養成講習受講者の講習目的に対応した就業の目的」、「⑤余暇・レクリエーション活動の考え方や現状」である。また、双方とも「⑥余暇生活診断に使用される調査項目」も活用した。これは、余暇における行動や考えを具体的な事例から余暇生活の実態を調査するものである。①②④⑤については5段階評価(1. あてはまる 2. ややあてはまる 3. どちらでもない 4. あまりあてはまらない 5. あてはまらない)とし、⑥は2段階評価(1. はい 2. いいえ)とした。③は、家事援助、身体介護の業務内容を列記したものから選択(複数選択可)し、業務についての思い(良かったこと、辛かったこと、その他感じたこと)を自由記述するものとした。主な集計および分析には、パソコン汎用統計ソフトを使用した。

III. 結果と考察

1. 対象者の特性

ホームヘルパーについては、回収された質問紙すべてが女性からのものであったため、ホームヘルパー養成講習受講者においても女性が回答したものだけを抽出し比較した。対象者の年齢別の分布は表1のとおりである。ホームヘルパー養成講習受講者群(以下講習群という)とホームヘルパー群(以下ヘルパー群という)の両群とも40歳代・50歳代で7割近くを占めている。また、講習群における数例のパートタイム労働者を除くと専業主婦(あるいは専業主婦であった)である。

また、特定の余暇・レクリエーション活動¹⁾をもっているかどうかという項目について、両群とも8割以上がもっている結果となった(表2)。また、余暇・

表1 年齢別分布

	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	計
講習群	1	53	57	109	112	7	339
ヘルパー群	1	19	18	41	30	9	118
	2	72		150	142	16	457

表2 余暇・レクリエーション活動の有無

	もっている	もっていない	計
講習群	287	52	339
ヘルパー群	101	16	117
	388	68	456

表3 余暇・レクリエーション活動頻度

	毎日	3-4回/週	2-3回/週	1回/週	1-2回/月	その他	計
講習群	39	35	48	89	49	27	287
ヘルパー群	9	10	15	24	32	11	101
	48	45	63	113	81	38	388

表4 余暇・レクリエーション活動の時間

	1時間以下	2-3時間	3-4時間	5-6時間	その他	計
講習群	27	163	42	24	30	287
ヘルパー群	2	65	11	13	10	101
	29	228	53	37	39	388

表5 業務内容

	人数	%
食事	69	59
入浴	46	40
衣服着脱	63	53
排泄・清拭	74	63
洗髪	28	24
通院介助	59	50
調理	90	76
洗濯	76	64
買い物	90	76
清掃	103	87
話し相手	89	75
その他	16	14

レクリエーション活動の頻度や実施時間については両群に差は認められなかった(表3, 表4)。講習群は週に1回程度が最も多く次に月に1~2回, 週に2~3回

と続く。ヘルパー群は月に1~2回程度の割合が多く, 週に1回, 週に2~3回と続く。1回の活動時間は両群とも約6割が2~3時間と回答している。

次に, ヘルパー群においてヘルパー業務内容について尋ねたところ, 食事, 衣服着脱, 排泄・清拭, 通院介助, 調理, 洗濯, 買い物, 清掃, 話し相手に半数以上の回答があり, そのほとんどが家事援助サービスの内容となっている(表5)。週平均の労働時間は15.5時間であり, 平均受け持ちケース数は5.4であった。また, 9割が常勤ではなくパートタイム労働であった。

2. ホームヘルパーに対する目的意識

講習群の受講目的は, 「自分を高めたい」, 「家族のため」, 「社会貢献をするため」, 「生涯学習をするため」, 「自分を試したい」, 「余暇を充実させたい」という項目の順に意識が高かった(表6)。ヘルパー群についてみると, 「自分を高めたい」, 「仕事にやりがいがある」, 「生涯学習をするため」, 「自分を試したい」

表6 講習(就業)目的と余暇の状況

	ヘルパー群	講習群	t 値	p 値	検定
ボランティアをするため	3.941	2.719	10.507	0.000	***
家族のため	3.178	1.791	-11.400	0.000	***
仲間をつくるため	3.254	2.381	8.040	0.000	***
余暇を充実させるため	2.915	2.284	5.496	0.000	***
社会貢献をするため	2.183	1.953	2.675	0.004	**
生涯学習をするため	2.093	1.976	1.209	0.114	
自分を試したい	2.144	2.130	-0.150	0.444	
自分を高めたい	1.720	1.758	0.446	0.341	
仕事のやりがいのため	2.008	2.499	5.148	0.000	***
余暇を楽しんでいる	2.390	2.401	0.105	0.105	
余暇を楽しむ仲間がいる	2.110	2.142	0.280	0.390	
余暇の過ごし方がわからない	4.267	3.964	2.632	0.004	**
余暇はテレビで過ごす	4.102	3.782	2.826	0.003	**
余暇は積極的に活動する	2.513	2.559	0.410	0.341	
休日は身体を動かす	2.788	2.770	0.164	0.435	
休日はゆっくり休養する	2.720	2.826	0.982	0.163	
余暇にはお金がかかる	2.983	3.618	3.264	0.004	**

p<.01 *p<.001

め」、「社会貢献をするため」の項目に関心が高い。ホームヘルパーとして就業することで、「ボランティアのため」、「家族のため」、「仲間をつくるため」については否定的なものへと転じた。「仕事にやりがいがある」は講習群ではあまり強いものではなかったが、ホームヘルパーとして就業することで有意に肯定的傾向を示した ($p<.001$)。また、「自分を高めたい」は講習群に比べ意識が高いがそれ以外の項目はすべてヘルパー群の方が得点が高くなっていることがわかる。しかし、「生涯学習のため」、「自分を試したいため」、「自分を高めたいため」という自己向上意欲に関連した項目は、就業してからもその思いは強く継続されている結果となった。両群に有意差が認められたものは、「ボランティアのため ($p<.001$)」、「家族のため ($p<.001$)」、「仲間づくりのため ($p<.001$)」、「余暇を充実させるため ($p<.001$)」、「社会貢献をするため ($p<.01$)」であった。すなわち、ホームヘルパーとして就業することで、獲得された技術や労働力は担当ケースの高齢者に向けられ、ホームヘルパー従事者同士あるいは、利用者との出会いやかかわりからなる体験が確かなるものとして存在しているといえる。そして、自らの余暇の利用を社会貢献活動に充てていると認識していることがわかる。

3. 余暇の状況

余暇の状況については両群とも、楽しみをもち、それを分かち合う仲間もいる傾向であった(表6)。「余暇の過ごし方がわからない」、「余暇はテレビで過ごす」という項目については、両群とも否定的な回答で

表7 地域社会活動に参加している

	はい	いいえ	計	p 値	
講習群	185	154	339	0.003	**
ヘルパー群	83	35	118		
	268	189	457		

**p<.01

表8 時には家族と団らんをしている

	はい	いいえ	計	p 値	
講習群	45	294	339	0.029	*
ヘルパー群	7	111	118		
	52	405	457		

*p<.05

あるが、ヘルパー群の方が有意に否定的である ($p<.01$)。また、余暇を有効利用するためには「余暇にはお金がかかる」ことがあっても、それを受け入れる意識は講習群よりも強い ($p<.01$)。つまり、ヘルパー群は余暇に対して受動的な態度が減少し、積極的な方向へシフトしているとみることができる。

余暇生活診断の調査項目において、全体的な余暇生活状況には大きな違いはみられなかったものの、「地域社会活動に参加している ($p<.01$)」、「時には家族と団らんをして楽しんでいる ($p<.05$)」といった設問においては有意差が認められた(表7, 表8)。不規則に勤務するパートタイム労働が多いだけに、家族と共有できる時間が減少し、逆にこれまで家庭中心の生活から関心が外部に向けられ、地域社会の一員としての自覚が強くなったといえる。

4. ヘルパー群の自己変化

ヘルパー群においては、ヘルパーに就任してからのヘルパー業務や余暇状況について自己の変化を尋ねた。「あてはまる」、「ややあてはまる」との回答が多く肯定的にとらえられる項目は、「生きがいが見つかった」、「自信がもてるようになった」、「人間関係が広がった」、「仕事に充実感を感じるようになった」、「自分の時間を大切にできるようになった」、「家族の理解が得られた」、「何ごとにも積極的になった」、「余暇を有効利用するようになった」、「相談できる仲間が増えた」があげられる。高齢者とかかわりによって周囲の環境が変わり、自身の気もちの変化に気づいていることを示す結果となった（表9）。

特に、「生きがいが見つかった」、「自分の時間を大切にできるようになった」、「何ごとにも積極的になった」、「余暇を有効利用するようになった」と認知しているホームヘルパーの居宅サービス利用者に対する直接的あるいは間接的な援助は、「生活を豊かにしていく」、「生活を楽しむ」、「生きがいを見つけていく」といったレクリエーション支援の立場からみると多くの効果が期待できる。

また、自由記述によるホームヘルパーの状況を記述の多い順に内容をまとめてみると次のようになった。

肯定的なもの（良かったこと）は、「ありがとうと礼をいわれること」、「利用者が喜んでくれること（笑顔が見られること）」、「自分を待っていてくれること」、「いろいろな人と出会えること」などが多い。また、「人生の勉強になった」、「思いやりや優しい気持ちになれた」、「何気ないちょっとしたことで心が動かされるようになった」、「自分の健康に感謝するようになった」などといった内容も多くみられた。否定的なもの（辛かったこと）に関していえば、「自分の気持ちが利用者に通じなかったとき」、「ヘルパーとしてできることに限界がある」、「死に直面している方や苦しんでいる方と接すること」、「悔やみごとや死にたいということばを聞くこと」といった内容が目立った。いずれにせよ、介護サービスの身体的・技術的側面よりもむしろ情緒的・感情的な側面が表出する特徴がある。利用者と一対一のかかわりで一喜一憂しているヘルパーの姿が映し出されたといえる。このような体験があるからこそ、「生（生きる）」に対する考え方に変化が生じ、日常生活においても、「何ごとにも積極的に取り組むようになった」、「余暇を有効利用するようになった」につながってきたものと考えられる。

表9 ヘルパー就業後の変化

	あてはまる	ややあてはまる	どちらでもない	あまりあてはまらない	あてはまらない	計	平均
ボランティアをするようになった	4	9	27	28	50	118	3.92
生きがいを見つけられた	22	45	38	11	2	118	2.36
自信がもてるようになった	15	49	45	9	0	118	2.40
仕事に充実感を感じるようになった	35	55	21	5	2	118	2.01
人間関係が広がった	31	50	29	6	2	118	2.13
何ごとにも積極的になった	12	35	63	8	0	118	2.56
余暇を有効利用するようになった	16	38	45	14	5	118	2.60
趣味が増えた	1	11	62	22	22	118	3.43
自分の時間を大切にできるようになった	28	39	33	9	9	118	2.41
家族の理解が得られた	33	40	33	8	4	118	2.23
相談できる仲間が増えた	15	47	38	13	5	118	2.53
肉体的疲労がたまるようになった	7	34	48	16	13	118	2.93
精神的ストレスがたまるようになった	11	21	49	20	17	118	3.08
消極的になった	1	1	34	30	52	118	4.08
仕事のことで悩むことが増えた	4	27	43	24	20	118	3.23
経済的ゆとりが生まれた	2	15	58	28	15	118	3.31

IV. ま と め

地域福祉や在宅福祉の中心的な役割を担うホームヘルパーは、居宅サービス利用者にとっては、身近な存在である家族や地域のボランティア、またデイサービスの従事者と同等あるいはそれ以上に利用者の生活を守るうえで必要不可欠なものである。特に独居高齢者にとっては、ホームヘルパーに対する期待は大きい。

本研究においては、そのホームヘルパーの現状を明らかにするとともに、ホームヘルパーの質的向上や将来のホームヘルパー従事者を排出する養成事業に有益な資料をレクリエーション領域からアプローチするものである。ヘルパー群と講習群との余暇・レクリエーション状況の差異や、ヘルパー群が福祉現場で培ってきたものを吟味し、養成段階で効果的に伝えることができるならばその意義は大きい。

講習群とヘルパー群との大きな差異は、直接介護が必要な高齢者とのかかわりの有無からきたものといえる。居宅サービス利用者とのダイナミックな感情のぶつかり合いを経験し、生活の実態に直接触れることでやりがい感が強いものとなっている。また、ヘルパー自身の生活や環境を見つめ直す契機となり、「生きること」の意味を考えさせられたのではないと思われる。「自分に自信がもてるようになった」、「人間関係が広がった」と自己の向上意欲が高まり、日常生活においても、「生きがいがみつかった」、「自分の時間を大切にするようになった」、「何ごとにも積極的になった」、「余暇を有効利用するようになった」と余暇・レクリエーション活動への取り組みも肯定的に変化している。このようなプロセスを踏んだヘルパーは、何よりも介護サービスを利用する利用者本人が豊かな生活を送るために有益な援助を提供してくれるものと考えられる。ホームヘルパー自身のさまざまなレクリエーション体験で培われてきた人間的な豊かさや優しさが、援助技術以上の効果をもたらし、居宅サービス利用者のQOLの向上や生きがいづくりにつながっていくものだと考えるからである。

したがって、養成の段階であるレクリエーション体験学習において、単なるレクリエーション実技体験や、支援法の習得またはレクリエーション財の披露や蓄積だけで終わるのではなく、レクリエーションの意義を再度確認し、自らが積極的なレクリエーション活動実践者であり、推奨者であることを強調できるような内容を盛り込む必要がある。その他の養成カリキュ

ラムである「共感的理解と基本的態度の形成」、「サービス提供の基本視点」、「福祉理念とケアサービスの意義」、「相談助言の方法」などとの連携を強化し多角度から論じていく必要もある。Oscar³⁾は、「教師の教育・養成においては感情的領域が重要である」と指摘しており、「教育理論、哲学、実践、現実の問題、理論的問題について自らいかに考えるべきか教えられなくてはならず、すぐに役立つ概念や職業的役割の長期にわたる認知的、意欲的サポート、新任が問題解決力や情熱をもてるための不協和状況への対応が模索できる機会が必要である」と述べている。ホームヘルパー養成講習においても同様なことがいえるであろう。それぞれの領域・分野での具体的な事例や理論的説明だけにとどまらず、倫理観や正義感、優しさや楽しさや喜び、悲しみや矛盾や憤りなどといった感情的領域を刺激し、自らどうあるべきなのか考えられる場を設定するべきである。レクリエーション分野においては、「生きがい」、「楽しさ」、「心地よさ(安らかさ)」、「ふれあい」などをテーマとしたより具体的な講習内容の検討が望まれる。また、利用者とのラポールづくりを促進するホスピタリティトレーニング等のコミュニケーションワークも積極的に取り入れていくべきであろう。そして、他方では各ヘルパーステーションから寄せられる利用者の余暇・レクリエーション活動の状況・事例を蓄積して分析するとともに、ホームヘルパー自身の余暇・レクリエーション活動の状況を定期的に把握し、レクリエーションの意義の再確認と「生活のレクリエーション化」あるいは、「レクリエーションの生活化」を目指すためのフォローアップ研修等の実施をも考慮していくべきであろう。

注

主に余暇に実施されるもので、快適感や自己満足感、達成感や成功感あるいは楽しさといった個人の建設的な感情を伴う活動

参考文献

- 1) 宇和川邁, 「介護保健施行2年 ホームヘルパーの劣悪な諸条件の実態」, 総合社会福祉研究, 20: 80-91, 2002.
- 2) 日本労働研究機構研究所編, 「訪問介護サービス事業状況調査」結果報告書, 2002.
- 3) Oscar G. Mink, 「専門職従事者の要請—理論的諸問題—」, 老人福祉研究, 12: 135-145, 1988.
- 4) 杉山博昭, 「ホームヘルパー養成研修事業の問題点と課題」, 総合社会福祉研究, 19: 87-95, 2001.
- 5) 堀田千秋, 「ホームヘルパーの仕事・役割をめぐる諸

- 問題], 日本労働研究機構報告書, 2002.
- 6) 伊藤幸子, 「ホームヘルパー養成研修の課題と展望」, 日本社会福祉学会全国大会研究報告概要集, Pp 278, 2000.
- 7) 後藤真澄, 「ホームヘルプサービスの有効性に関する研究」, 社会福祉学, 41-2: 49-58, 2001. 8)
- 8) 横尾英子, 「ホームヘルパー研修カリキュラムへの一考察」, 花園大学社会福祉学部研究紀要, pp 43-50, 2000.
- 9) 後藤嘉代, 「在宅介護労働の実態」, 女性と労働, 21: 11-42, 2002.
- 10) 全国老人保健施設協会, 介護白書, 2004.
- *本研究は, 日本レジャー・レクリエーション学会大会(2003)において口頭発表したデータをもとにして加筆, 検討したものである.