

介護福祉教育における特色ある授業

－ 課題ゼミ「リハビリ歌体操」を通して考える －

奈良文化女子短期大学 福祉学科 福原信子

はじめに

いま、一般的に学生生活において高齢者に接し係わる機会（時間）が少なくなっている現状がある。介護職をめざす学生においても例外ではない中で、高齢者理解のための特色ある授業、カリキュラムが求められていると言えるだろう。そうした中で、学生がどのようにすれば介護の専門性をもって高齢者の生活を支援する役割を理解するのが介護福祉教育の重要な課題の一つとなる。

本学科においても学生が高齢者の理解と共感のころをどのように育てることができるのかを、試行錯誤をくりかえしつつ追求してきた。その一つの方法としてゼミ方式で各教員が教育テーマを持ち課題ゼミを開講している。私のテーマである「リハビリ歌体操」を平成10年度から毎年ゼミ方式でとりくんできた。その経過と本年度の授業の経過をとおして特色ある授業について考えてみる。

1. 介護福祉の現状と求められる教育

高齢者や障害のある人が家庭や地域のなかでその人らしく生活できるように自立を支援するのは、これまではその家族（庭）が中心であったが、現在では介護を担う役割は介護福祉士を中心とする介護職となっている。介護保険が平成12年にはじまりこれらを加速させた。そして5年が経過した。今後もこの制度を維持していくために、認知症や高齢者の増加などの課題に対応できるよう、みなおしが行われた。このような背景で以前なかった市場原理という考え方も導入されている。施設中心の介護から地域中心の介護への問題、認知症の高齢者や介護予防の問題なども模索、検討されつつある。さらに学生自体や介護現場の変化などさまざまな現象がおきている。これらをふまえ、いま社会が求める介護福祉士のあり方という視点から授業の展開方法や新しいとりくみが教育現場の課題になっていると言えるだろう。専門性を備えた介護福祉士養成教育を限られた時間とカリキュラムのなかで、なにをどのように教育していくかの検討と授業内容の工夫が必要である。

2. 「リハビリ歌体操」とは

(1) 身体を動かしリズムと活力と生きがいと

高齢者が生きがいを持って自分らしく生きることを援助するためには、高齢者が生きてきた時代やその背景を理解しなければならない。「リハビリ歌体操」とは、苦痛に耐えリハビリを繰り返していた

様々な障害をもつ人々が各々のADLに合わせて身体的・精神的に決して無理をせず、また個人の間接可動域（ROM）の可動範囲も考えながら正しい指導のもとに唱歌や童謡、演歌、懐メロなどの歌に合わせ、手足、全身を動かす体操のことである。身体を動かすことにより、体内にリズムと活力と生きがいと喜びを呼び起こさせることである。例えば、認知症老人の場合は、その昔なじみ深かった郷土民謡や童謡・唱歌などで記憶の深い世界を呼び起こさせること。また脳卒中による片麻痺のある方や車椅子の方は利き手を使ってリズムをとることで、生きる自信をとりもどす効果がある。障害を障害と感じさせない柔軟な体操を考案することにより、高齢者の自主性を尊重し強制ではなく自ら「身体を動かしてみよう」と心身ともに躍動させ、リハビリの効果を生じさせて行くことを目標としている。

（２）「リハビリ歌体操」の目的

はじめに歌をうたいリラックスした雰囲気をつくっておき、次ぎに深呼吸をし歌ったり音楽に合わせてながら身体にリズムをつけ、手足を動かして体操することである。音楽に合わせた体操は人間の身体にリズム感を付け肉体的なリハビリにもなり、ストレス解消と同時に生活のリズムをとりもどす。歌体操は立ってでも腰掛けてでも出来るので、身体に障害のある人、足の不自由な人、病弱な人も楽しく参加ができる。また、歌の上手下手に関係なく皆と共に歌って体操、楽しみながらリハビリができる。

（３）「リハビリ歌体操」の効能

- ① 歌をうたうことによりリラックスした雰囲気をつくり、また肺機能への活性化、呼吸機能の促進、顔の筋肉を和らげる効用がある。
- ② 歌唱と体操により脳が活性化され老化予防、ボケ防止につながり老化した手足の筋肉への刺激が身体機能の回復、リハビリ効果となる。
- ③ 立位、座位のどちらでもできるので、年齢、老若男女を問わずだれでも楽しく参加できる。
- ④ 誰もが知っている曲に合わせて体操することにより、コミュニケーションをはかることができる。
- ⑤ 昔なつかしい曲を聞いたり、歌うことによりその時代のことを思い出され、リラックス効果となり「回想法」につながる。
- ⑥ 小道具やゲームなども織り込めるので、レクレーション効果をもたらす。
- ⑦ 心身ともに活性化され、笑顔になり元気の花さく効果をもたらす。

（４）「リハビリ歌体操」の実際

① 準備体操

- 歌をうたう……歌の上手下手に関係なく、大きな声を出すことにより、言語障害の回復、肺機能の促進、大脳皮質の活性化、言葉を出しにくい人にも効果がある。
- 深呼吸……肺を大きく膨らませたり、すぼめたりして肺機能を促進することが目的である。

② 基本体操

- 手指……手指に力を入れながら体操することにより、末梢への血液循環をよくすると同時に、脳、耳、目に刺激を与え、各機能を促進する。

- 上肢……腕、肩、首の関節を動かすことにより、各関節が柔軟になり動かしやすくなり、血液循環もよくなる。また、筋肉の活性化をはかり老化を防ぐ。この体操は肩こり、頸肩腕、五十肩にもよい。
- 全身……全身の筋肉を動かして血液循環を良くし、各臓器を刺激することにより、各機能の働きをよくする。この体操は身体の柔軟性を造り、老化を防ぐ。
- 下肢……下肢の指先まで神経を集中させ、部分的に足を動かして刺激することにより、血液循環をよくして老化を防ぐ。この体操は腰痛、便秘、足先冷感、足の筋力増強に大変よい。
- 腕、肩、胸、腹部の刺激……腕、肩、胸、腹部を手で刺激することにより、筋肉の活性化をはかり血液循環をよくする。この体操は肩こり、便秘に大変良い。
- 若返り……精神的ストレスの解消。残存機能を回復させる。

(5) 「リハビリ歌体操」指導時の注意

① 歌をうたう時

- 指導者は自分の視野の中に高齢者が入るように位置する。また視力低下や難聴の方の座席は前の方にする。
- 歌の意味の説明をすると、歌体操の気分がもりあがる。
- 歌は高齢者になじみのある曲を選ぶ。(歌詞を説明したり、その時代の様子を語り合ったりすることも良いこと)
- 歌いやすいように前面に大きく歌詞を書き掲示し、見にくい人のためには字を大きく書いた歌詞を渡す。
- うたう歌は次ぎに行う体操と同じ曲にするとなじみが出来やすい。
- 高齢者に合った替え歌をつくると盛り上がる。

② 深呼吸をする時

- 両肩を後に引き、背筋をのばして姿勢を正しくする。
- 身体が安定するように、両足は肩幅の広さに開く。
- 時々深呼吸を入れ疲れないようにする。

③ 体操をする時

- 車椅子の人は動作がしにくいので、出来れば椅子に移って体操をする。
- 姿勢を正しくして身体が安定するように両足は肩幅の広さに開く。
- 身体状況に合わせて立位や座位の状態をとる。
- 高齢者各自の身体機能に応じた体操動作で全身の筋肉を動かすように指導する。
- 示範動作は大きく、説明は大きな声でゆっくりする。
- 高齢者に合わせた早さ、無理のない動作でする。
- 最初は軽い体操からはじめる。

3. 課題ゼミの一環としての「リハビリ歌体操」の5年間

(1) 学生の自主性、創造性を育てる課題ゼミ

① 生活経験の乏しい学生に、利用者に対する生活の活性化を促す能力をどういう方法で身につけさせるかが課題である。そのために本学科では、福祉学科開設当初より実習指導（演習）の時間として2回生前期に各教員がそれぞれテーマを設け、ゼミ形式で「実習指導Ⅱ」（課題学習ゼミ）を開講してきた。

② この課題学習ゼミは、「全ての学生を実習に適応させたい」「介護の楽しさを気づかせたい」「一斉教育でカバーできない、また是非学ばせたいもの」などを、もっときめ細かく学生に係わってみようと討議を重ねるなかで構想されたものである。

③ この課題学習ゼミの目的は、以上から次のように位置付けられた。

○ゼミ形式を採用入れることによって教員と学生とのふれあいの時間を多く持ち、学生のもつ個性を引き出すことにより介護の楽しさ、喜びを感じさせるとともに、高齢者への理解と共感を育てることである。

○さらに、学生の自主性、創造性、自発性を育みつつ、グループワークやチームワークのリーダーとなり高齢者に見合ったレクリエーションの企画、運営する能力を身につけさせることも重要となる。

○これらの過程のなかで、テーマを決めた研究、レポートへまとめる、研究発表などを体験させ、介護福祉士への役割の自覚を促すことである。

④ この課題ゼミは平成12年度本学科の1期生からはじめられた。以後各年とも5人の教員がテーマを設け、学生は希望するテーマ別に分かれ、担当教員指導のもとで実施された。これまで5年間（1～5期生）にとりくまれたテーマは大略次のとおりである。

○「音楽と癒し（回想法）」

○「在宅介護」

○「歌体操（老を防ぐ、リハビリ、楽しくできる、笑顔で元気花咲く）」

○「アクティビティ・ケア（現状調査、新聞特集から見る、レクリエーションアクティビティをプログラムしよう、日常生活を豊かにする年中行事、生活の快を援助、など）」

○「高齢者の歩んできた道（食生活、女性の人生、食文化、昔の歌・衣生活、職業、結婚、遊びなど）」

○「紙芝居」

○「歳時記（絵と大正琴の演奏で）」

○「明治、大正、昭和の遊び（アクティビティサービスを学ぶ）」

○「楽しみながら学ぶ音楽セッション」

(2) 「リハビリ歌体操」を一貫して追求

① 前記のようにいくつかのテーマで課題ゼミがとりくまれたが、私（福原）としてはこの5年間一貫して「歌体操」を追求してきた。その実施方法について現在の到達点は以下のように定式化している。

- グループをA, Bに分け役割を決める。
 - 歌を選曲するためにアンケートをとる。
 - 振り付け、衣装を考える。車椅子の場合、麻痺のある場合など。
 - 特別養護老人ホーム、救護施設の2施設へレクリエーションセッションに出かける。
 - レクリエーションセッションでの利用者へアンケートをする。また指導者の意見を聞き今後役に立てる。
 - 学生も各自レクリエーションセッションの感想や意見をまとめる。
 - 以上全体を冊子にまとめる。
- ② しかし当初から定着したものでなく試行錯誤しながら今日にいたっているのが現状である。

(3) 手探りでスタートと各年の特徴

① 平成12年、本学福祉学科第1期生からスタートした課題ゼミ（「老を防ぐ歌体操」と位置付け）は、4月23日以後回を重ねて行われた。第1段階の施設実習（1回生の春休み）に出るとコミュニケーションがうまくとれない、介護技術も自信がなく、これで介護福祉士になれるだろうかという不安をもっていた。高齢者を理解するというよりまず学生生活をエンジョイし仲間意識を育て、学生生活を楽しく、目標である介護福祉士になることを確かめ合うためのリハビリ歌体操であった。仲間と一緒に歌う、身体を動かし、ふれあい、そしてところを通じ合う、皆も悩んでいる、不安を持っている、そして葛藤している。これらを確かめ合い、一緒に頑張る介護福祉士をめざそうととりくんだ。

選んだ5つの曲それぞれに簡単な振り付け（体操）を考案していった。体操は、例えば「カモメの水兵さん」では、ひじとひざの関節に効く、首の関節を動かし首を柔軟にする、などの効果があるとしてその動きが考えられた。「365日のマーチ」の曲ではやや複雑になるなかで、歌詞は奈良文化女子短期大学オリジナル編（替え歌、第1番～第3番）が作られた。

“幸せはみんなでつかむ

だから求めていくんだよ
 一日いっぱい楽しく学んで
 文短生活送りましょう
 人生やるしかないさ
 明るく前向き進もうよ
 あなたの素敵なハートから
 みんなに幸せ届くでしょう
 笑顔向けて福祉めざせ

幸せは
 ①右手を左の胸へ
 左手を右の胸へ



みんなでつかむ
 ②右左に首を振る



エイエイオウオウ介護福祉めざせ”（第3番）である。

ただこの年の学生は、自らの活発な動きにファイトをあふれさせてきたが、高齢者や利用者への想いに至らず、元気なまま終わった傾向がつよかった。学年を5つに分けた1つとして、この歌体操グループは11名の参加であった。終わって後、絵や曲、歌詞や振り付けが書き込められた42ページの冊子にまとめられた。

② 第2年次は2期生15名で構成し、3班に分かれた。「川の流れるように」「ああ人生に涙あり」「手のひらを太陽に」など8曲を選んだ。リハビリ歌体操の楽しさや身体を動かす喜びを、特養施設の利用者とも分かち合おうということで、実習施設である特養や救護施設へ出かけるようになった。

この時点では学生の想いで選曲し、高齢者理解というよりも学生たちと利用者が一体となり、笑顔と拍手、共感との歌体操であった。

歌体操終了後K施設長より「…どうすれば楽しく日々を送って下さるかという発想からこの歌体操ボランティアが実現しました。音楽に合わせてメロディを口ずさみながら思いきり身体を使って、お年よりと視線を合わせて、うなづき合いながらのふれあい歌体操の展開でした。終わったあとの興奮のここちよさは学



特養施設でのリハビリ歌体操セッション

生さんもお年よりも共に味わう喜びでございました。その夜はよくお休みになりました。」とメッセージが寄せられた。また救護施設長からも「発表された6曲はどれも多くの人達に親しまれ歌われたヒット曲が使われていることでなじみやすく、まづ選曲に成功されたと感じました。テンポの違う曲(歌)に合った体操、それも覚えやすい軽体操で、うまく振り付けされており、創作の際グループのみなさんが真剣にとりくまれた様子が見受けられました。歌と体操がうまくマッチすることで高齢者や障害をもった人達に受け入れやすい歌体操に完成されていました。利用者の皆さんがすぐに覚えて歌体操に参加され大変盛り上がりを見せ、楽しく過ごされた様子からも伺うことができます。…」と述べられている。

この2年間を通じて思われることは選曲の大事さである。

③ 平成14年度3期生は8名。1～2期生は学生たちの想いで選曲、振り付けしてきたが、選曲するについて一定の方針を指示した。学生たちに近隣の高齢者に聞き取り調査をすること、好きな歌やそれにまつわるエピソードを語ってもらうこと、というアンケートを実施することにした。これにより学生たちは高齢者を身近に感じる事ができた。また施設の職員の方にもアンケートの協力をして頂いた。その結果、歌体操の振り付けにも自分たちの思いだけでなく、椅子に座って、うちわ、日本手ぬぐい、草履などを持ちて振り付けに変化をもたらした。曲は、手足の運動やストレス解消の効果をめざす「てんとう虫のサンバ」や「さんぽ(となりのトトロ)」など8曲が選ばれた。施設では比較的、演歌調の曲が好まれ、とくに「きよしのズンドコ節」では多くの方々が前に出てきていっしょに身体を動かす利用者の方が多かったことである。

④ 平成15年度4期生は8名。この年度では高齢者が生きた時代を知るということで、文献索引のため学校や地域の図書館への調査から始めることにした。高齢者は太平洋戦争の前、戦中、戦後と大き

く変わった世相のなかで青春から大人へと成長した時代である。特に戦後のインフレ、食料難、経済復活、不況、高度経済成長、公害、オイルショック、バブル経済とその消滅、長期不況など時代の背景を調べ、選曲にとりくんだ。経済的な状況とその人の生きた時代の歌とは無関係ではないと思われ高齢者を理解する手掛かりとした。

選ばれた曲は、腕の筋肉の活性化、肩凝り・腰痛予防などの効果をめざす「瀬戸の花嫁」、昔の頃への良い刺激効果を求める「東京ブギウギ」など7曲とピアノ、リコーダーで1曲と一緒に歌うことにした。施設でのアンケートでは、利用者からは今の曲より懐かしい、又昔の曲に人気がああった。

「河内おとこ節」では一緒に踊ったり手拍子でもりあがった。分かりやすい選曲と無理のないリハビリ体操にすれば学生自身も悔いのないセッションになる。職員の方のアンケートでは、簡単で分かりやすくても、利用者の方に覚えて頂けるようにしなければリハビリ体操の効果はないと思われるということであった。

⑤ 平成16年度5期生は12名。選曲に当たっては、学校にコンピューターが導入されインターネットを活用し世界の動きと日本のおかれている状況を理解することが求められるようになった。選ばれた曲は「りんごの唄」と「お富さん」など6曲である。これはアンケートの50・60代、70代の利用者の希望が多かったものである。学生Aは「…最初は上手くできるか不安でした。でも踊っているうちに利用者の方が一緒に身体を動かしてくださったので、私もとても楽しく踊ることができました。…実習以外で施設に行く機会は少ないのでとても私にとって良い経験だったと思います。」と感想を述べている。当該の施設長からも「…盆踊りの風情を取り入れた夏祭りを思い出させるものでした。色とりどりの素敵なお浴衣姿のみなさんを見て、微笑むお年よりの表情からも、どんな素晴らしい時間を共有させて頂けたか一目瞭然でございます。」と述べて頂いた。

介護するということは、快適な環境や風景を楽しもうという潜在的意欲に働きかけその能力を引き出すことでもあり、歌体操はこれに適う一つであろうと思われる。

(4) 一つの節目は選曲から

① 以上5年間の「リハビリ歌体操」の経験から考えられるいくつかのポイントがあると思われる。その一つがどのような選曲をすべきかである。利用者特に高齢者は長い人生経験のなかで、悲しい時に慰められ、うれしい時にこころおどらせ、解放感に浸ったときの外へ向かっての叫び、又自分だけでなくわが子や孫の喜怒哀楽に涙する時に口ずさむのが、身体に深くしみわたっているメロディや歌詞である。その脳裏の奥にある記憶に働きかけ、深層心理に訴えることにより、身体を動かせることと合わせて心身を活性化させることができるのではないだろうか。もちろん「リハビリ歌体操」は曲だけが全てではなく、心通わせる介護の精神をもって接することが必要なことは言うまでもない。

② 以上参考のため5カ年でとりあげた曲を一覧として掲げるとつぎの通りである。

○平成12年度……「かもめの水兵さん」「ああ人生に涙あり」「きらきらぼし」「上を向いて歩こう」
「365歩のマーチ（文短オリジナル）」

○平成13年度……「箱根八里の半次郎」「川の流れのように」「手のひらを太陽に」「ああ人生に涙あり」
「アンパンマンのマーチ」「てんとう虫のサンバ」「大井追っかけ音次郎」「明日があるさ」

- 平成14年度……「ザ・ピース」「だまって俺についてこい」「てんとう虫のサンバ」「花唄」
「夜空ノムコウ」「さんぽ（となりのトトロ）」「孫」「きよしのズンドコ節」
- 平成15年度……「おさかな天国」「瀬戸の花嫁」「東京ブギウギ」「涙そうそう」「硝子の少年」「幸せなら手をたたこう」「河内おとこ節」、ピアノとリコーダーレでクリエーション（茶摘み）
- 平成16年度……「てんとう虫のサンバ」「りんごの唄」「世界に一つだけの花」「ありがとうのうた」
「きよしのドドンパ」「お富さん」

4. 今年度はさらに充実したものをめざして

(1) 計画し、準備を重ねて

- ① 今年度の課題ゼミである「リハビリ歌体操」は、これまで5年間先輩たちが毎年工夫をかさねつつ実施してきたものを、さらに充実したものにすべくとりくまれた。まずはじめに、どうすれば楽しく元気になれる「リハビリ歌体操」となるかを考えた。それは、人間の身体が適切な運動によって潜在能力をより活用し、利用者の方が楽しいという自己肯定的な感情を得られるようにどのようにアプローチすればよいかを話し合うことから始められた。
- ② 話し合った内容は概ね次の通りである。
 - 選曲は昔懐かしい曲から少し前の曲、童謡など明るくリズムの取りやすい曲や流行歌などとする（かえり船、東京ブギウギ、マツケンサンバⅡ）。
 - 決めた曲に合わせて簡単な体操を振り付けをグループに分かれて考える。無理なく気軽に身体を動かすことが出来ること。
 - 歌詞カードを作成し掲示すること。カードを配布し今やっている曲が知ってもらえたらうれしい。
 - 全体の企画をして利用者さんが疲れない、退屈しない、プログラムにする。夏らしく浴衣を着て季節感を出す。
 - アンケートは事前に作成しておき、セッション終了後利用者さんには聞き取りを（1人5枚）を、職員さんにも協力して頂く。
 - 冊子を作成する。
- ③ どんな体操にするかについても具体的に意見を出していった。
 - 簡単でみんなで楽しくしたいもの。
 - 誰にでもできるもの。
 - 少しでも身体を動けるように。
 - 参加したいと思わせるものに。
 - 分かりやすく大きなフリーな体操を。
 - 便通がよくなる体操、などである。
- ④ 選曲を考えるにあたっては、(A) デイサービス利用者（24名）、(B) 特養施設利用者（13名）の計37名についてアンケートを実施した。この両グループそれぞれについて、「50・60歳代」、「70歳代」「80歳代」の3世代に分けて回答を求めた。両グループとも各世代に対し、(ア) 過ごしてきた時代に

ついでに思い出、(イ) 思い出の中で印象に残っている歌、(ウ) (イ) で書かれた歌についての思い出などである。ここではまさに多様な過去の中で生活してきたかが反映されていることが分かる。

例えば、(A) グループの「50・60歳代」では、(ア) 過ごしてきた思い出は「高度成長で忙しい毎日だった。『知床旅情』で心安らいた」「就学前に引き揚げてきたが、長い船の中や真っ暗な道を歩いた暗い思い出」、(イ) 印象に残っている歌は『野バラ』『みかんの咲く丘』『こいのぼり』などであり、(ウ) その歌についての思い出は「中学生の時、友人と2人で舞台上で重唱した」「子だくさん家に生まれたので、こいのぼりが揚げてあったのを4～5月に遠くに見る思い出だった」などである。

また、(B) グループの「70歳代」では、(ア) 過ごしてきた時代の想いは「20歳代は住み込み生活で朝9時から夜9時まで仕事、その後銭湯へ行く。月2日の休みが当たり前と思っていた」「終戦後食糧難でヤミ米、イモなど買い出しに行き、警察に見つからないように……」である。(イ) 思い出の印象の歌は『越後獅子』『人生劇場』などである。そして(ウ) (イ) の歌への思い出は「中学を卒業してはじめてのお小遣いで映画を見に行き何回も見て外は真っ暗で父に叱られた」「テレビがなくラジオで連続放送(君の名は、お父さんはお人好し、など)が始まるとフロ屋がカラになると言われた」などである。

このようなアンケート活動を経て、セッションで使用する歌は「マツケンサンバⅡ」「かえり船」「森の音楽隊」「東京ブギウギ」「いい湯だなあ」の5曲とした。

⑤ こうしたうえで、振り付け、衣装をととのえ、練習を重ねた。どんな方でもムリなく手軽に身体を動かすことが出来、リラックスし楽しくできる体操となるよう、また当初曲に合わすことが難しかったが顔や手の表情も豊かになるよう工夫をこらしていった。

(2) 施設でのセッションから学内発表へ

① 7月に入り振り付け、小道具、衣装の点検、プログラムの作成、ポスター書きなど準備、練習を重ね本番のセッションに臨んだ。

まず特養ホームでのセッションを終えて学生Sは「…私たちが緊張していると利用者さんが笑顔に向けて私たちの緊張をほぐしてくれました。今回のセッションで皆が成長出来たと思います。今回の次ぎに繋げたいと思いました。」と語っている。また救護施設でのセッションの後に、学生Nは「…この『リハビリ歌体操』は、これから先の施設実習・就職する福祉施設などでも毎日もしくは1カ月に数回などに分けて行われているものです。ですから就職する際には介護の技術も大切ですが、このような歌体操や娯楽などで利用者さんとのコミュニケーションもとても大切だと思います」と述べている。

② この2回のセッションの結果の考察として、学生たちは「利用者さんが生きてこられた時代背景を考慮し、回想法も含め事前にアンケートをとり、他の施設や地域の方のご協力のもと、昔懐かしい曲をいくつか入れることになり、『帰り船』『東京ブギウギ』に決まりました。アンケートの結果とても好評でした」と集約している。

③ 当初の計画どおりセッション後に、特養ホーム、救護施設の利用者と職員の皆さんにアンケートを実施した。年代、良かった曲、振り付け、衣装、時間、踊りたいと思ったかなど、全体の感想など

を聞くが、好評であった。

そして夏休み明けの9月10日、学内で今年度の「課題学習ゼミ」の各グループの発表会が1回生の参加のもと、「リハビリ歌体操」もこれまで積み重ねてきた体験をもとに堂々と参加し、その姿を披露した。

④ 今年度の「リハビリ歌体操」が5年間のそれと異なる点は、以上みるように、グループ9名がなかなか揃わない中で計画の段階から出来るだけ時間をかけて準備してきたことである。

学生たちにとって2回生の前期だけのゼミの時間であり、言わば1年きりである。次期生はこれまでの記録を見ながらとりくむとしても一からのスタートとなる。はじめから最後まできっちりした今年の記録は後期生にとって有意義になることを期待したいと思う。

5. どんな教育的役割を果たしているか（考察に代えて）

（1）学生たちへのアンケート結果から

平成17年度「リハビリ歌体操」グループ9名に対し、9項目についてアンケートを実施した。具体的な内容は以下のとおり。（数字は人数を表す）

① 課題ゼミの中であなたが「リハビリ歌体操」を選んだ理由は。（複数回答可）

- 身体を動かすことが好きだから 4
- なんだか楽しそう 4
- 歌体操に興味があったから 4
- その他 何かの予防につながる体操が作られれば良いと感じて 1

② 「リハビリ歌体操」を学んでどうでしたか。

- 大変良かった 1
- 良かった 8
- あまり良くなかった 0
- 良くなかった 0

③ 歌体操が今後施設などの実習で役立つと思いますか。

- 大変役立つと思う 4
- 役立つと思う 5
- あまり役立たないと思う 0
- 役立たないと思う 0

④ どんな時に役立つと思いますか。（複数回答可）

- 施設のレクリエーションセッションなどを考案するとき 9
- 利用者さんとのコミュニケーションの手段として 2
- 利用者さんと昔を回想する機会など 1
- その他 こう縮予防など 1

⑤ 第1回施設セッションに出かけた貴方が感動したこと、良かったと思ったことを書いて下さい。

- 少し失敗したこともあったけど皆で楽しくすることが出来て良かった …… 2
- 職員さんが思ったより乗ってきてくれたのでやりやすかった …… 2
- 利用者さんが一緒にしてくださりよかった …… 5
- ⑥ 第2回救護施設セッションに行きましたが一番感動したこと、良かったことを書いてください。
 - 利用者さんの中に一緒に踊ってくれた人がいたこと …… 9
- ⑦ 「リハビリ歌体操」を学んだことが卒業後レクレーションの企画などに役立つと思いますか。
 - 思う …… 8
 - 思わない …… 0
 - 分からない …… 1
- ⑧ 卒業後就職した施設又は他でレクレーションなどの「生活の快」の企画に歌体操をとりいれたいと思いますか。
 - 思う …… 8
 - 思わない …… 0
 - 分からない …… 1
- ⑨ 「リハビリ歌体操」の中でこうあって欲しいと思ったことがあれば書いてください。
 - もっと練習が必要
 - みんな笑顔で踊ってほしい
 - もっと授業の時間を長くしてほしい
 - 救護施設の利用者さんがもう少し曲を増して長くして欲しいと言われていたので、ゼミ発表用、セッション用にそれぞれ曲を決めれば良いと思う

(2) 利用者の喜びを学生自身の喜びとして

① 待っていてくれる利用者が居て

「リハビリ歌体操」は介護のなかの一部分として、利用者の深層心理というべき脳裏に眠っている記憶を呼び覚ませ、身体（肉体）を動かす機能と合わせて活性化を促すことであると言えるのであるが、利用者は希望するものの自ら一人で行うことがむづかしく、他の人からの働きかけによって効果を上げることになる。ここに介護者の積極的な働きかけと結び付いて介護が行われることになる。

こうした人間的結び付きが利用者に生きがいと生への大きな支えとなる。学生もこの活動をつうじて利用者の喜びを自らの喜びとしていると私は確信するものである。授業にも勝る教育の一環を果たしていると思われるからである。

② 学生自身の変化と成長

またこの「リハビリ歌体操」をつうじて、学生自身の成長ぶりも見ることができると思う。私が感じた具体的な内容の主なものを列記すれば以下のとおりである。

- 高齢者にやさしくなった。
- 自らも参画した楽しい授業となる。
- 振り付けなどに自分の意見が言える。

- 学生それぞれの特技や個性が発揮することができる。
- 自分に責任をもって行動するようになる。
- 分担した業務をきちんとこなす。
- 各自がそれぞれに評価しあうように成長する。
- 回を重ねるなかで、自発的とりくみを重視する。
- 休講時間など無駄なく活用する気風が生まれる。
- 教員が係わらなくても、グループで話し合いをすすめる。
- ③ 教員の立場からみても
 - 振り付け、小道具、演出まで、学生たちの思いを尊重し、個性的で創造性豊かなアイデアを可能なかぎり出し合い、切磋琢磨している様子が見られること。
 - 創作された「リハビリ歌体操」は、2回生前期学生たちのそれぞれの個性が発揮された努力の結晶であると思っている。

(3) さらに創意、工夫を求めて

- ① 課題ゼミの一環として位置付けたこの「リハビリ歌体操」もはや6年（期生）が経過し、かなりの水準まで成長しているといえるが、前年どおりとりくめば成果をおさめることができる、とは言えない。

学生も利用者・高齢者も精神的、身体的にも前年と同じ状況では決してないからである。

- ② また福祉行政の制度的な内容の改訂されることもあり、施設や利用者へ影響がもたらすこともあると考えられ常に状況把握につとめつつ、さらなる創意工夫を求められるべきである。

《参考文献》

- ① 松本好生・他：『介護福祉教育における「特色ある授業展開」とは』 日本介護福祉教育学会編、介護福祉教育 NO19, 2005年
- ② 寺島龍子：『いきいき若返り歌体操』 筒井書房、2000年
- ③ 寺島龍子：『だれでもできる老を防ぐ歌体操』 生活科学研究所、1989年
- ④ 阿南国子・福原信子・他：『介護福祉への学習意欲を高めるための教育方法』
～実習指導にゼミ方式をとり入れて～ 奈良文化女子短期大学紀要34号 2004年
- ⑤ 奈良文化女子短期大学福祉学科：『課題学習』研究抄録 1～6期生6冊、1999～2004年