■原著論文

日帰り温泉旅行における要介護高齢者自身の生活機能に対する認識の変化：解釈学的現象学的分析

喜多 一馬*　池田 耕二**

Recognition of Changes in Life Functions of Individual Disabled Older Adults who Participated in a One-day Hot Spring Trip: The Interpretative Phenomenological Analysis

Kazuma KITA *　Koji IKEDA**

*株式会社 PLAST（〒653-0036 兵庫県神戸市長田区腕塚町 4-2-1）
* PLAST co.,Ltd. (4-2-1 Udezukacho Nagata-ku, Kobe-shi, Hyogo 653-0036, JAPAN)
**奈良学園大学 保健医療学部（〒631-8523 奈良県奈良市中登美ヶ丘 3 丁目 15-1）
** Department of Health Science, NARAGAKUEN University. (3-15-1, Nakatomigaoka, Nara-shi, Nara, 631-8524, JAPAN)

要旨

【目的】日帰り温泉旅行に参加した個々の要介護高齢者自身の生活機能に対する認識の変化を明らかにすること。【方法】日帰り温泉旅行に参加した要介護高齢者 9 名に対して，温泉旅行の過程やその前後で生じた自身の生活機能の変化についてインタビュー調査した。インタビュー結果を，解釈学的現象学的分析を用いて分析した。【結果】分析の結果，13 サブテーマと【楽しさに繋がる行動を促進する】，【喪失されていた思いの再獲得】，【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】，【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】，【自身の在り方に対する認識の変化】という 5 テーマが抽出できた。【結論】要介護高齢者は温泉旅行を経験したことにより，多様な生活機能に対する認識の変化を生じていた。

キーワード：　生活機能，要介護高齢者，日帰り温泉旅行

1. はじめに

温泉旅行は昔から療養として活用されてきた歴史があり，疾病の改善や QOL の向上に効果があるとされてきた [1-8]。その一方で，日帰り温泉旅行による QOL の向上効果等を積極的に示すような研究はない。しかし，近年，喜多ら [9] は，日帰り温泉旅行に参加した要介護高齢者の事例研究から，温泉旅行に参加したことで外出に対する自信を取り戻し，その後，積極的に近隣の温泉浴に行こうと計画するようになった事例や，温泉旅行を通じて他者交流できる新たな自分を発見し，その後，他者交流を促進させた事例を報告し，日帰り温泉旅行には，自身の生活機能に対する認識を変化させ，その後の生活行為や様式を変える力があることを示唆している。ここでいう生活機能とは，ICF の理念である「生きることの全体」を意味しており，心身機能・構造，活動，参加の包括用語である。本稿における生活機能に関する認識とは，生きていくうえで感じるこれらに対する全ての認識を意味している。具体例としては，筋力増強や歩行能力の関する認識はもちろん，前向きに生活を捉えるようになることやできなかったことに自信を取り戻すという認識などがある。自身の生活機能に対する認識の変化は，個別性，地域性，社会性，時代性，文脈性等によって異なるため，非常に多様なものと推測できるが，これらを一般化することは非常に難しく，これまでは個々に違うと捉えられてきただけであった。そのため，多様な生活機能に対する認識の変化を，リハビリテーション（以下，リハビリ）に積極的に活用するという考え方は極めて少なかったといえる。しかし，価値観や生き方が多様化している昨今の社会においては，多様な生活機能に対する認識の変化は生活再構築の契機にもなりうる可能性があるため，これらをリハビリに積極的に応用する意義は大きいと考えられる。

しかしながら，日帰り温泉旅行によって要介護高齢者自身の生活機能に対する認識がどのように変化しているかや，それらがその後の生活にどのように影響しているかは明らかではない。これらを少しでも明らかにすることができれば，日帰り温泉旅行をリハビリとして活用し，要介護高齢者の QOL の向上や生活の再構築に貢献できるものと考えられる。

そこで，本研究では，日帰り温泉旅行に参加した個々の要介護高齢者自身の生活機能に対する認識の変化を，解釈学的現象学的分析（Interpretative Phenomenological Analysis：以下，IPA）を用いて明らかにすることを目的とする。

2. 方法

2.1　対象

対象は，N 県の株式会社 A と有限会社 W が手掛ける要介護高齢者向け旅行支援サービスの日帰り温泉旅行に参加した，有限会社 W の経営するデイサービスを利用中の地域在住高齢者 9 名であった。対象者の平均年齢は 81.3±7.9 歳，性別の内訳は男性 2 名，女性 7 名，要介護度は要支援 2～要介護 1 であった。対象者の属性等を表 1 に示す。

日帰り温泉旅行は，要介護高齢者 2～3 名が参加し，デイサービスのスタッフが同行するものであった。その手続きとしては，有限会社 W スタッフからデイサービス利用者に日帰り温泉旅行の概要の説明がなされた後，参加希望者の申し込みを行った。旅行の行程としては，旅行日の午前中に自宅へ有限会社 W スタッフが車で迎えに行き，温泉旅館までの移動（搬送）を担い，温泉旅館では露天風呂のある温泉に入浴し，懐石料理を食べ，温泉旅館内の土産物売り場で土産物を購入し帰路につくというものであった。帰りの時間に余裕のある場合には，地域の土産物屋に立ち寄ることもあった。

2.2　方法

方法は，C.ウィリッグの IPA を用いた[10]。データ収集は，2019 年 9 月 24～26 日の調査期間にて，対象者に対して有限会社 W の施設内もしくは対象者の自宅において半構造化面接を実施した。インタビューは対象者一名につき一回とし，疲労や体調不良が生じる可能性を考慮して 1 時間以内を原則とした。インタビュー項目は，①本旅行に行く前は，温泉旅行に参加することを諦めていませんでしたか？②本旅行で一番楽しかったことは何ですか？③本旅行を通して，自分の気持ちや行動・生活に何らかの変化はありましたか？④本旅行に参加して，リハビリ職がどのように関わることが大切だと思いましたか？であった。これらの項目をもとに温泉旅行の過程やその前後で生じた自身の生活機能の変化を聞き出した。インタビュー時は語りを引き出すために，本研究者だけでなく，対象者と友好な関係性を構築し，本旅行にも同行した有限会社 W スタッフや対象者の家族が参加することもあった。インタビューの内容は，対象者の承諾を得たうえで IC レコーダーに録音した。なお，対象者から得られるインタビューデータは，信憑性に大きな問題がない

表 1　対象者の属性

対象者	年齢	性別	要介護度	認知症高齢者の日常生活自立度	障害高齢者の日常生活自立度（寝たきり度）	家族構成	日常生活の状況，旅行に対する思いや参加状況など
A氏	80歳代後半	男性	要支援2	Ⅰ	J2	妻と二人暮らし	日常生活は自立しており，長距離の屋外歩行も可能であった。旅行は5～6年ぶりであったが，誘いがなかったために行っていなかったとしていた。本旅行に参加するにあたって，前立腺がんの手術によって生じた自身の生殖器の構造的な問題を見られることに対して不安を抱いていた。
B氏	80歳代後半	女性	要支援2	Ⅰ	J2	独居	日常生活は自立しており，脳血管疾患や骨折の既往歴や転倒歴もなかった。週に2～3回は外出するが，長距離の屋外歩行は困難であった。本旅行は2～3年ぶりの旅行であるが，B氏の旦那がご存命の頃は車でよく旅行に行っていた。
C氏	90歳代前半	女性	要支援2	Ⅱa	A1	独居	入浴と屋外歩行に介助を要するものの，日常生活は概ね自立していた。本旅行ではC氏の娘から勧められて参加していた。
D氏	70歳代前半	女性	要介護1	Ⅱa	A1	独居	日常生活は全て自立しており，長距離の屋外歩行も可能であった。脳血管疾患や骨折等の既往もなかった。若い頃に障害者向けの旅行サポートをしていた経験を有している。
E氏	70歳代前半	男性	要介護1	自立	A1	妻と二人暮らし	約10年前に脳血管疾患を患い，運動麻痺を有しており，屋外歩行は近所を散歩する程度が可能あった。また，軽度の失語を有していた。そのため，インタビューではA氏の妻に同席してもらうことで話を補足をしてもらい，豊かな語りを引き出すようにした。本旅行では金銭を所持しておらず，お土産物選びには参加していない。
F氏	70歳代前半	女性	要支援2	Ⅱa	A1	家族と七人暮らし	脳血管疾患の既往があるものの明らかな運動麻痺はなかった。屋外歩行と入浴は困難であり介助を要していた。体が動けるうちにはよく旅行に親戚で行っていた。
G氏	80歳代後半	女性	要支援2	Ⅰ	A1	独居	脳血管疾患や骨折等の既往はなく，日常生活は自立していたものの，屋外歩行には介助を要していた。本旅行では「入浴は嫌い」とのことから，露天風呂のある温泉浴には参加しなかった。
H氏	70歳代後半	女性	要介護1	Ⅱa	J2	独居	日常生活は全て自立しており，長距離の屋外歩行も可能であった。脳血管疾患や骨折等の既往もなく，趣味活動や地域活動にも参加していた。本旅行においては旅館に忘れ物をした状態で帰路につくという経験をしている。
I氏	80歳代後半	女性	要支援1	Ⅰ	J2	独居	屋外での長距離は困難で介助を要するが，自宅内での生活は自立して可能であった。本旅行においては露天風呂には参加せず，足湯に参加している。

ことを有限会社 W スタッフに事前に確認した。

データ分析では，まず，IC レコーダーに録音された音声データを何回も聞き込み，全体の印象を掴んだ。次に，要介護高齢者が日帰り温泉旅行に参加したことで自身の生活機能に対する認識がどのように変化したかという関心に基づき，特徴的な語りを抜粋し，それを「抜粋した語り」として抽出，当該部分を文字起こしし，テキストデータに変換した。また，データはテキストデータに変換する段階にて匿名化した。次に「抜粋された語り」を文脈から≪サブテーマ≫としてラベル付けし，相互に関連のある≪サブテーマ≫を【テーマ】として集約した。以後，テーマは【　】，サブテーマは≪　≫，抜粋された語りは「　」として示す。

本研究における解釈は，理学療法士として 10 年以上の臨床経験があり，質的研究論文の発表経験がある筆頭執筆者と，理学療法士として 20 年以上の臨床経験があり，質的研究論文を多数有し，質的研究に精通している共同執筆者の 2 名で行い，可能な限り結果の妥当性と信頼性を担保した。

2.3　倫理的配慮

本研究の対象者には，本研究の意義，目的，研究方法，プライバシーの保護，研究参加の自由，研究結果の公表等について書面と口頭にて説明を行い，同意書に署名を得た。また，本研究に対する同意撤回書を渡し，研究途中においても不利益を被ることなく撤回できることを説明した。なお，本研究は奈良学園大学倫理委員会で承認を得た（承認番号 31-024）。

3. 結果

対象者の語りの分析からは，13 のサブテーマと【楽しさに繋がる行動を促進する】，【喪失されていた思いの再獲得】，【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】，【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】，【自身の在り方に対する認識の変化】という 5 つのテーマが抽出できた。表 2 は，対象者の「抜粋された語り」から抽出したものを，≪サブテーマ≫としてラベル付けし，それらを意味に即し集約し，【テーマ】としてまとめた一覧表である。

以下に，【テーマ】ごとに，≪サブテーマ≫についての解釈と説明を，「抜粋された語り」の代表的な具体例をもとに，特に中心となる言葉や行動に下線を引きながら記載していくことにする。

Ⅰ.【楽しさに繋がる行動を促進する】

対象者の語りからは，本旅行前のおしゃれ行動や本旅行中のお土産物購入が楽しさに繋がっていたと解釈することができた。具体的には，下記のように B 氏と C 氏は整髪や衣服の準備を楽しかったと語っていたことから，サブテーマとして，≪温泉旅行へ実際に行く前からおしゃれ行動を促進し，楽しさを生じさせる≫と解釈し，ラベル付けを行った。また，A 氏はお土産売り場で近所の方を思い出し，喜ばせようと語っていたことから，サブテーマとして，≪他者を喜ばせようとする行動を促進し，楽しさを生じさせる≫と解釈し，ラベル付けを行った。ここでは，これらを総じて【楽しさに繋がる行動を促進する】というテーマとした。

（1）≪温泉旅行へ実際に行く前からおしゃれ行動を促進し，楽しさを生じさせる≫

B 氏「（旅行前の準備を）一生懸命やりました，カットにいったりセットしたり。（そのときを楽しいと）思っていますね，おしゃれしていきました。かなり楽しい感じですね。」

C 氏「前の？うんうん，そりゃ，ちょっとおしゃれして，若返って行ったもんで。」

（2）≪他者を喜ばせようとする行動を促進し，楽しさを生じさせる≫

A 氏「それが，お土産売り場で買おうと思った。そこと家と息子と，3 つ いるなぁと思った。」

A 氏「それはおもしろいわ。やっぱり温泉っていいな。」

Ⅱ.【喪失されていた思いの再獲得】

対象者の語りからは，諦めていた温泉（浴・旅行）へ行きたいという思い，遠方の旅行へ行きたいという意欲，失っていた自信が，本旅行後に喚起されていたと解釈することできた。具体的には，下記のように B 氏は諦めていた温泉旅行にまた行きたいと語っていたことから，サブテーマとして，≪喪失されていた温泉旅行に行きたいという思いを無自覚に再獲得させる≫と解釈し，ラベル付けを行った。また，F 氏は体が動かずに大変さがあるものの本旅行に参加した良さを語っていたことから，サブテーマとして，≪不安や大変さがあっても，より活動的な旅行に行きたいという意欲を喚起する≫と解釈し，ラベル付けを行った。他方，E 氏の妻が，E 氏は本旅行で自信を取り戻し，これまで行かなかった近所の温泉浴に行こうとしていると語っていたが，ここからはサブテーマとして，≪失っていた入浴に対する自信を取り戻させ，温泉浴に挑戦しようとする気持ちを育む≫と解釈し，ラベル付けを行った。これらを総じて【喪失されていた思いの再獲得】というテーマとした。

（1）≪喪失されていた温泉旅行に行きたいという思いを無自覚に再獲得させる≫

B 氏「諦めてましたね。温泉好きですから。」

B 氏「そうですね，また行きたい，是非行きたい。」

（2）≪不安や大変さがあっても，より活動的な旅行に行き

たいという意欲を喚起する≫

F 氏「でも，やっぱり体が動かなくて大変だけど，行けばなんとかなるもんだから，ただ行けないからって家にいて横になったりしているよりはそういう体験もして良かったと思います。」

(3) ≪失っていた入浴に対する自信を取り戻させ，温泉浴に挑戦しようとする気持ちを育む≫

E 氏の妻「行って自信がついたからじゃないかな。今度息子がきたら，下のお風呂（近所の温泉浴）に一緒に行ったらどう？と思ってる。な？」

Ⅲ.【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】

対象者の語りからは，本旅行の景色や空間といった環境から，風景への認識を変化させることや情緒的解放，若返り経験を生じさせていたと解釈することができた。具体的には，下記のように A 氏は見慣れた景色を本旅行では普段と違うものと感じたことを語っていたことから，サブテーマとして，≪見慣れた何気ない風景をきれいなものへと認識を変化させる≫と解釈し，ラベル付けを行った。また，C 氏は温泉浴における洗い場の個人個人の仕切りによって気楽さが生じていたことを語っていたことから，サブテーマとして，≪自分だけのプライベート空間の認識とそこから生じる満足感≫と解釈し，ラベル付けを行った。D 氏においては，本旅行のなかで若返った気持ちになったことを語っていたことから，サブテーマとして，≪子どもに戻ったような感覚を喚起する雰囲気とそこから生じる会話の活発化≫と解釈し，ラベル付けを行った。これらを総じて【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】というテーマとした。

(1) ≪見慣れた何気ない風景をきれいなものへと認識を変化させる≫

A 氏「景色はやっぱり違う。常に見ているときよりも，旅館に行くまでな，何回か行っとるのや」

(2) ≪自分だけのプライベート空間の認識とそこから生じる満足感≫

C 氏「そうそう。こういう，個人個人の洗い場で，一人のこういう壁があって，そんだもんで気楽でよかったよ。ほんと。あれはいいな。」

(3) ≪子どもに戻ったような感覚を喚起する雰囲気とそこから生じる会話の活発化≫

D 氏「そら雰囲気だわな，子どものようなもんで，いけるいけるという気持ちで。出歩くことが好きだから。」

Ⅳ.【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】

対象者の語りからは，同行スタッフからの関わりや置かれた立場によって，抵抗感や気遣い，羞恥心といった感情を抱いていたと解釈することができた。具体的には，下記のように B 氏は人によっては介助が必要であるものの自身は介助されることに抵抗感を感じていたと語っており，ここからはサブテーマとして，≪スタッフの関わり方や身体の状態に左右される，介助への抵抗感や不快感≫と解釈し，ラベル付けを行った。同様に，I 氏は自身が介助を受ける立場となったときに気を遣うと語っていたことから，サブテーマとして≪要介護状態となり介助を受ける立場になることで生じる，気遣いや申し訳なさ≫と解釈し，ラベル付けを行った。一方，A 氏は，同行スタッフの関わり方によって羞恥心や不安を克服できたと語っていたことから，サブテーマとして，≪スタッフの関わり方によって払拭される，身体に関する羞恥心や不安≫と解釈し，ラベル付けを行った。これらを総じて，【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】というテーマとした。

(1) ≪スタッフの関わり方や身体の状態に左右される，介助への抵抗感や不快感≫

B 氏「介護してもらう人もいるでしょうし，私はちょっと膝痛いくらいでしょうし。ちょっとうっとおしく感じることはあるでしょうね。女の人は体を見せるのは嫌でしょうしね。」

(2) ≪要介護状態となり介助を受ける立場になることで生じる，気遣いや申し訳なさ≫

I 氏「今度が自分をお世話になる方だな。だから気を遣う。」

(3) ≪スタッフの関わり方によって払拭される，身体に関する羞恥心や不安≫

A 氏「それを一緒に行ってくれた人が何も言わずに一緒に入ってくれて，助かりました。」

Ⅴ.【自身の在り方に対する認識の変化】

対象者の語りからは，温泉旅行によって自身の在り方を変化させ，その後の生活行為や様式を変えていたと解釈することができた。具体的には，下記のように G 氏は，本旅行において自分自身をさらけ出したことで新たな自分を認識し，新たな人間関係の構築を行ったと語っており，ここからはサブテーマとして≪他者と関われる自分を認識したことで，新たな人間関係を構築させる≫と解釈し，ラベル付け

表 2-1　日帰り温泉旅行に参加した個々の高齢者の心身機能に対する認識の変化

テーマ	サブテーマ	抜粋された語り	対象者
Ⅰ．【楽しさに繋がる行動を促進する】	≪温泉旅行へ実際に行く前からおしゃれ行動を促進し，楽しさを生じさせる≫	＊「準備をされますよね。その時はどうでした？楽しいと思っていますか？」 B)「（旅行前の準備を）一生懸命やりました，カットにいったりセットしたり。（そのときを楽しいと）思っていますね，おしゃれしていきました。かなり楽しい感じですね。」 ＊「準備してるときは楽しかったですか？行く前の準備の。」 C)「前の？うんうん，そりゃ，ちょっとおしゃれして，若返って行ったもんで。」 ＊「服を準備するのに楽しみにしとったとお聞きしましたけど。」 C)「そうそうそう，あれだしてみて，これは若すぎるなぁ。そんなもんな～。」 ＊「温泉旅行に行くまでは服装のことを気にすることありましたか？」 C)「そういうことはある。デイサービスに行くのも今ヨは何着ていこうかなって，おんなじやん。女だもんね，私でも女。90歳になっても。」	B・C
	≪他者を喜ばせようとする行動を促進し，楽しさを生じさせる≫	A)「だいたい650円を3つ。お菓子，箱に入ったお菓子を買った。お隣に。私のお隣に家があって，そこに嫁に出された人に。前にお土産持ってきてくれてるもんで，お返しで返した。」 ＊)「温泉旅行行くと思ったときから，その方にお土産をお返ししようと思っていたのですか？」 A)「それが，お土産売り場で買おうと思った。そこと家と息子と，3ついるなぁと思った。」 ＊)「最初は家と息子さん買おうと思ったけど，着いたらお隣さん買おうと思ったのですか？」 A)「そうそう。」 ＊「そのとき，お隣さんの顔思い浮かべました？渡したら喜ぶかな，とか。」 A)「それが選ぶのになかなか。これがええかな，あれがええかな。まず，煎餅類だな，と。」 ＊「悩んでいるときは楽しかったですか？」 A)「それはおもしろいわ。やっぱり温泉っていいな。」	A
Ⅱ．【喪失されていた思いの再獲得】	≪喪失されていた温泉旅行に行きたいという思いを無自覚に再獲得させる≫	＊「温泉旅行行くのに諦めてたりしませんでした？」 B)「諦めてましたね。温泉好きですから。主人が去年亡くなってね，だけど主人がおるときはよく行きましたし。嬉しかったですよ，やっぱり。（主人がいたときは）さんざん行きましたね。有名なところだったしね，日帰りもしたしね，泊まらずにね。」 （中略） B)「そうですね，なんか変化といっても変わらないんじゃないですかね。ちょっとは良くなったような。なんとなく，なんかは分からんけど。また行きたいな，と。また行きたいな，連れて行ってくだされば。喜んで参加しようと思いますね。」 ＊「そういう前向きな気持ちになるというか。さっき，もう行けないと諦めていたけど，また行けるかもと。」 B)「そうですね，また行きたい，是非行きたい。」	B
	≪不安や大変さがあっても，より活動的な旅行に行きたいという意欲を喚起する≫	F)「自分の体が動かないときたもんで。そんな健康のときみたいに自由に歩けるというわけにはいかない。」 ＊「お風呂はどうでした？」 F)「いくらか手伝ってもらって，足がふらふらがくがくで，力が入らないもんですから。（楽しさよりも）不安の方が強かった。」 ＊「楽しいなというところまでいかなかったですね。」 F)「うん。健康なときだったらそういう風に感じたかもしれないけど，とにかく歩くのがやっとなもんでね。」（中略） F)「でも，やっぱり体が動かなくて大変だけど，行けばなんとかなるもんだから，ただ行けないからって家にいて横になったりしているよりはそういう体験もして良かったと思います。」 ＊「また行きたいなと思います？」 F)「そうですね。」 ＊「ちなみに，年に何回くらい行きたいと思います？」 F)「2，3回は行きたいですね。みんな言ってたけど，行ってすぐ帰らないといけないから，泊りがけで行きたいっていう。一泊でも二泊でもいいんだけど。」 ＊「時間があれば，やりたいこととかあります？」 F)「やりたいことってより，行ったことのない，もっと遠い旅先でいろんなものを見たいとか，そういうものがありますね。でも今回はA温泉で，近くて何度も行ったことがあるから大体様子が分かってるし珍しくないし。」	F
	≪失っていた入浴に対する自信を取り戻させ，温泉浴に挑戦しようとする気持ちを育む≫	E)「温泉もね，入っても，手すりがあったもんで，掴まって入ることが出来たもんでよかった。」 ＊「それはあった方が安全ですね。」 E)「手すりがあるもんで，入れたな，と。」 ＊「自分で頑張って入り終えたのは違いますか？」 Eの妻)「自信に繋がると思う。」 Eの妻)「行って自信がついたからじゃないかな。今度息子がきたら，下のお風呂（近所の温泉浴）に一緒に行ったらどう？と思ってる。な？」 E)（強く頷く） ＊「行ったことなかったんですよね。」 Eの妻)「元気なころは行ってたけど，こうなってから（病気になってから）は全然。息子が「行く？」と言っても「いい」と。今度来たら，一緒に行って，入れてもらえばいいなって。だから，それだけ成長した。」 ＊「そういう変化があるのですね。」 Eの妻)「変化があるね。」 ＊「やってみようという気持ちが大きくなった？」 Eの妻)「そうそうそう。」	E

表 2-2 温泉旅行に参加した個々の高齢者の心身機能に対する認識の変化

テーマ	サブテーマ	抜粋された語り	対象者
Ⅲ．【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】	≪見慣れた何気ない風景をきれいなものへと認識を変化させる≫	A)「景色はやっぱり違う。常に見ているときよりも，旅館に行くまでな，何回か行っとるのや，さほど感じがないんだけど，その時だけは感じた。うん，温泉旅館のある地域はあのね，土方の仕事で行ったことがある。」 ＊「何度も言ったところだけど，きれいだなと改めて感じたんですか？」 A)「そうだな。」	A
	≪自分だけのプライベート空間の認識とそこから生じる満足感≫	C)「お風呂がもっと大きいお風呂で，だばだばとお湯が出ると思ったの。普通そうだろ？そしたら，（人が全然）おらんかったの。私そんなこと聞いてなかった。」 ＊「お風呂のときに，お湯がたくさん使えて嬉しかったって言ってませんでした？」 C)「そう。それが洗うにな。個人なら，気楽，なんて気楽，あれはいいなぁ。ああいう旅館ってないな。」 ＊「お客さんがいなくてよかったということ？」 C)「そうそう，こういう，個人個人の洗い場で，一人のこういう壁があって，そんだもんで気楽でよかったよ。ほんと。あれはいいな。」	C
	≪子どもに戻ったような感覚を喚起する雰囲気とそこから生じる会話の活発化≫	＊「ここでみんなで喋るのと，旅行で行って喋るのとは違います？」 D)「そら違うな。うんうん。子どもみたいになっちゃうわな。みんなとは言わないけど，どっちかといったらそういう気持ちがあるもんで。ぺらぺら喋っちゃう。」 ＊「普段よりも喋っちゃう。」 D)「そういうところもあるな。」 ＊「こことかでいるのと旅行行って行くのとは，何が違いますかね？」 D)「そら雰囲気だわな，子どものようなもんで，いけるいけるという気持ちで。出歩くことが好きだから。」	D
Ⅳ．【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】	≪スタッフの関わり方や身体の状態に左右される，介助への抵抗感や不快感≫	B)「だけどね，やっぱりね，監視の人が女の方が二人ついてたから，お食事の時もお風呂のときもね。私はあんまり体もあれだし，頭も普通だけども，介護の人がついて見てるでしょ？それは重く感じた。監視をね。ご飯食べる時もちゃんと二人，男の人が目の前についてたからね「すいません，後ろにいってください」って頼んだ。やっぱりね，目につく監視というのは嫌でしょうね，健常者の方は。うんと体が悪い方に立って見てらっしゃるのはいいでしょうけど。ちょっとね，介護の問題だわね，それはね。介護してもらう人もいるでしょうし，私はちょっと膝痛いくらいでしょうし。ちょっとうっとおしく感じることはあるでしょうね。女の人は体を見せるのは嫌でしょうしね。」 ＊「同性でも抵抗ありますか？」 B)「そうですね，同性でもありますね。みずみずしい体ならいいでしょうけどね（笑）。そしたらね，湯上りタオル巻いておこうというけどね。そういうね，負い目がある，年寄りにはね。そういうところに困りますね。」	B
	≪要介護状態となり介助を受ける立場になることで生じる，気遣いや申し訳なさ≫	I)「欲を言えば，時間がゆっくりあれば良かったなと。私一人きりだったからあれだったけど，スタッフが付いてきてくれて申し訳なかったな，と。」 ＊「二人きりだったのですか？スタッフと。」 I)「そう，申し訳ないな，と。」 ＊「なるほど。もうちょっと他の人が居てたら，気が楽になりましたか？」 I)「そりゃ，誰かおればいいから。人数は大体少なかったからね。気を使った。」 （中略） I)「私はね，スタッフが大変だな，と。企画する人が大変だなと，そっちを思っちゃうの。私もね，障害者でありますもんで，障害者旅行散々してきたもんで，それで分かります。」 ＊「行って，やっぱり迷惑かけてるな，とか。」 I)「その時分は若かったから，それこそ，旅行も一泊で行きましたわな。A県まで。」 ＊「その時は誰かスタッフの方がいてたのですか？」 I)「やっぱあの…昔は村だけど，地区の役員が企画して，みんな行ける人が行ったんだけどね。車椅子の人もおったし，それから，みんなあの，当時はみんなで協力したもんで。A県に行ったのが最後だけどね。ほいでも，それこそ山こそいかんけど，そういう平らなところは行きましたよ。」 ＊「そのときの障害持たれた方と行くのと，今回は違います？」 I)「今度が自分をお世話になる方だな。だから気を遣う。」 ＊「だから分かるんですね，気持ちが。」 I)「大変だなと思っちゃう。若い時分には張り切ってたほうだもんね。お世話になるのは大変。」	I
	≪スタッフの関わり方によって払拭される，身体に関する羞恥心や不安≫	A)「私はどちらかというと，温泉に行ってだいぶ助かりました。」 ＊「何に助かったのですか？」 A)「それはね，実は，ないものがあるの私は。男性の大事なものがないの。前立腺で手術しちゃってX歳のときに取っちゃって，両方ないんです。それで恥ずかしいのですけど，一緒に風呂に入れて助かりました。普通は抗がん剤を使っているもんですから，毛が無くなっちゃってるもんですから，ものすごく恥ずかしい．男としてものすごく恥ずかしい。それを一緒に行ってくれた人が何も言わずに一緒に入ってくれて，助かりました。」 ＊「男の人が一緒に入ってくれて助かったということ？」 A)「そうです。男の人が，知った人たちが，男は男で入った。一緒にね。」 ＊「もし女性なら恥ずかしかったですか？」 A)「他のところで行ったけど，やっぱり違うな。ものすごく恥ずかしく感じる。みんな二つついてるけど，それがさらさらなんよ。皮はちゃんとあるの，中だけとっちゃった。A病院で手術して，だいぶかかったけどね。」 （中略） ＊「申し込むときの気持ちってどうした？」 A)「申し込むときってのは不安があった。なんでかって言うとその問題があるから，ちょっと。」	A

表 2-3 温泉旅行に参加した個々の高齢者の心身機能に対する認識の変化

テーマ	サブテーマ	抜粋された語り	対象者
V．【自身の在り方に対する認識の変化】	≪他者と関われる自分を認識したことで，新たな人間関係を構築させる≫	G）「みんなリラックスして，みなさん色んなこと言って，色んなお話して，楽しかったですね。そこで今まであんまりお話しなかった人たちとお話して，帰りの中でしっかりお友達になって帰ってきました。それまでは体操したり運動しておるときにはあんまり…なんていうのかな，よそよそしいっていうのかな，そんな感じはなかったわけではないんです。だけど，けっこう帰ってきたらみんな仲良くなって。（中略）みなさんとご一緒して，朝なんて「元気？」なんて言い方が前とは違うんです。 （中略）ここ（デイサービス）でも段々とお話が出来ていくんですけど，ここはやっぱり個人情報ということを…だからそれなりの仲良しになるのですけど，それがやっぱり違いますね。本当に自分がある程度自分をさらけ出すところがありますな，プチ旅行だけど，けっこうな．それはありますね。」 （中略） G）「あんまり変化があったとは思いませんけど，今までおしゃべりしたことなかった人とも，この中の人だけの話だけですけど，進んでお話しようと気持ちが出来てきたかもしれません。」 ＊「今回行ってない人とも？」 G）「うんうんうん。」 （中略） G）「私はそういうわけで，ちょっと環境が違うところで生活何十年としていたので，なんかちょっと…なんというのかな，自分は違うんじゃないかと思っていたのですが，みなさんと普通に喋ったりできるんだというのが分かったり．余計にここに来ることが嬉しくなったね。」	G
	≪失敗体験は自分を愚かと認識させ，活動を控えさせる≫	H）「すごくもの忘れが激しくて，（温泉旅館に）バックを忘れて…届いたんですけど。そういうことがあったから，届きましたけど，そういうわけで忘れやすくて，もうそのことが頭に残っちゃったもんで。今度降りたら，自分のバックを忘れないようにとそればっかり頭にありました。心配してました。だから，自分が何かもの忘れがすごく激しくなってきたのかな，それから認知症になってきたのかな，バスの中で色々考えて。」 ＊「帰ってきてからご家族やここにおられる方などに思い出話はしましたか？」 H）「しないです。それは，ただただ物を忘れてきたとかが頭の中にあったから，下手なことを言うと思い出されるから，嫌だったから。」 （中略） H）「そうですね。ただ，バスの中で物を置いてきて，自分の物が返ってきたときに，なんだろう，自分がこんなに愚かになっちゃったのかなって一人で反省しました。それで，今現在，私の主人も去年亡くなっちゃって，娘も横浜に住んでいて，そういうことを娘に話して良いかを戸惑ったのですけど，言わなかったです。今後気を付けようと思うのですけどね。」 （中略） ＊「もう一回（温泉旅行に）誘われたらどうします？」 H）「考えます。友達とはすぐ行くよっていうけど，この間のように色々とあったから，心の準備がいるから。」	H

を行った。また，H 氏は本旅行における失敗体験からその後の活動を控えようとすると語っていたことから，サブテーマとして，≪失敗体験は自分を愚かと認識させ，活動を控えさせる≫と解釈し，ラベル付けを行った。これらを総じて【自身の在り方に対する認識の変化】というテーマとした。

（1）≪他者と関われる自分を認識したことで，新たな人間関係を構築させる≫

G 氏「本当に自分がある程度自分をさらけ出すところがありますな，プチ旅行だけど，けっこうな。それはありますね。」G 氏「なんというのかな，自分は違うんじゃないかと思っていたのですが，みなさんと普通に喋ったりできるんだというのが分かったり。余計にここに来ることが嬉しくなったね。」

（2）≪失敗体験は自分を愚かと認識させ，活動を控えさせる≫

H 氏は，本旅行後の活動を控えようとしていたと解釈できる。

H 氏「なんだろう，自分がこんなに愚かになっちゃったのかなって一人で反省しました。」

H 氏「考えます。友達とはすぐ行くよっていうけど，この間のように色々とあったから，心の準備がいるから。」

4. 考察

本研究は，生活機能に対する認識の変化を汲み取る研究であるため，個々の変化を深く探求することが必要となる。そのためには，個々の変化を深く探求する研究として質的研究が採用されることが多い。質的研究にはグラウンデッド・セオリーや会話分析，ライフストーリー研究，K-J 法等の様々な分析手法が存在するが，なかでも特に IPA は心理学との親和性が高く，個人の経験の質を理解するアプローチ[11]として保健医療，看護学の分野で多く活用されている[12-14]。理学療法学分野では，障がいを有した働き盛りの患者の理学療法への取り組みに対する意欲の探求[12]があり，看護分野では手術を受けた肺がん患者の術後早期の身体経験[13]や，脳血管障害からの回復過程における患者の身体経験[14]の探究に活用されている。よって，IPA は，本研究に最も適した分析手法と考えることができる。

次に，今回の対象者の語りからは，日帰り温泉旅行に参加した個々の要介護高齢者自身の生活機能に対する認識の変化として，【楽しさに繋がる行動を促進する】，【喪失されていた思いの再獲得】，【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】，【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】，【自身の在り方に対する認識の変化】という 5 つが明らかとなった。そこで，各テーマの妥当性を踏まえつつ，以下に，各テーマをリハビリに応用する際の工夫や配慮，その可能性について考察する。

【楽しさに繋がる行動を促進する】については，これまで高齢者や要介護者の旅行の準備は，心配事の一つや[15]時間や介助を要するために周到に行うべきこと[16]とされ，あまり楽しさを伴うものとしては扱われてこなかった。しかし，B 氏と C 氏は整髪や衣服の準備を楽しかったと語っており，準備は本旅行の楽しさを増強させていたと考えることができる。国内日帰り旅行における消費の調査[17]においては，高齢者層のお土産物・買い物代にかける消費額は若年層と比較すると高いことが報告されており，高齢者のお土産物購入行動は楽しみの一つになっている。これと A 氏の語りを踏まえると，お土産物購入は，それ自体が楽しみになっているだけでなく，近所の方を思いだす契機にもなっており，これが近所付き合いの結びつきを強める可能性を大きくするとも考えられる。

よって，本テーマをリハビリに応用する際は，温泉旅行の企画の際から参加者が旅行前の準備を楽しんでいるかを確認し，楽しくなければそれをケアし，楽しいと感じているのであればそれを支援することが大切になると考えられる。また，温泉旅行には，お土産物購入の行程を積極的に取り入れるようにしたり，近所の方に関する話題を提供すること等が，旅行後の近所付き合いの促進にもつながっていくものと考えられる。

【喪失されていた思いの再獲得】については，旅行を経験することで旅行への思いや意欲が喚起されるという報告が複数あり[16・18・19]，B 氏と F 氏も同様であったと考えられる。また，リハビリ旅行には旅行中の成功体験が自己効力感を向上させたという報告があり[20]，E 氏にはこれと同様の変化であったと考えられる。

よって，本テーマをリハビリに応用する際は，これらが温泉旅行に参加したことで得られた変化であることを踏まえ，まずは要介護高齢者に温泉旅行への参加を促すことが大切と考えられる。もちろん参加することで必ずしも生活機能に対する認識が変化するわけではないが，意欲の喚起だけでなく，それ以外の予期しない変化を期待できる。そのため，できるだけ参加を促すことが有効な支援であり，実際の温泉旅行の企画の際には参加者の身体機能や日常生活動作を把握したうえで適切な難易度の挑戦を盛り込み，それを乗り越える形で成功体験を積めるようにしていくことが必要となろう。

【豊かな感情を喚起する環境に対する認識】については，景色に関する先行研究[21]では，生活的風景は日常的な意味連関より少し離れたところから見ることで美しさを感じるとされている。おそらく A 氏も同様の経験をしており，本旅行において日頃から見慣れた風景から様々な感情が喚起されたものと推察する。次に，C 氏が温泉浴の洗い場の個人個人の仕切りからプライベート空間を感じ，そこから満足感を生じさせていたが，これは先行研究[22]が示すプライベート空間の情緒的解放から生じていたものと考えられる。また，高齢者が若返りを感じた活動に関する報告がなされている[23・24]が，D 氏も本旅行で若返り経験をしていた。このように温泉旅行には様々な感情を喚起する効用や情緒的解放，若返り経験を促す可能性があると考えられる。

よって，本テーマをリハビリに応用する際は，温泉旅行を企画する際に環境に着目し，あえて日常的な風景を楽しむような活動を盛り込むことや，日常では経験しないような活動を盛り込むことが認識の変化を促す有効な工夫につながると考えられる。しかし，どのような要介護高齢者が，どのような環境から，どのように影響を受けるか等のメカニズムについては明らかではなく，その解明については今後の課題となる。

【スタッフの関り方や置かれた立場によって生じる感情】については，対象者の語りからは温泉旅行におけるスタッフの関わり方が手厚ければ手厚いほど良いというわけではないと感じられた。他方，A 氏においては，同行スタッフの関わり方で羞恥心や不安を克服できたとしており，温泉旅行が否定的な感情を克服する機会として活用できる可能性があると考えられる。

よって，本テーマをリハビリに応用する際には，転倒等のリスク管理に注意を払いながらも，実際はスタッフの関わりは最小限に留めておく，あるいは適切な距離をもって関わる必要があると考えられる。しかし，適切な関わり方がどのようのものかは明らかではない。また喚起される感情も，おそらく関わるスタッフの属性や関係性によって変化すると思われるため，それらを踏まえたうえで，今後は否定的な感情を喚起させない，あるいは克服できる関わり方を明らかにしていくことが必要となる。

【自身の在り方に対する認識の変化】については，対象者は，温泉旅行によって自身のあり方を変化させ，その後の生活行為や様式を変えていたと考えられる。G 氏は本旅行において他者と気兼ねなく話せたことで，長年有していた他者との関わりにおける困難さを変容させ，他人と関われる自分を認識し，新たな人間関係を構築させていた。また，H 氏は本旅行において忘れ物をしたという失敗体験から，自分は愚かだという認識を抱き，それによって本旅行後の活動を控えようとしていたと考えられる。

よって，本テーマをリハビリに応用する際は，要介護高齢者が抱く自身の在り方を把握するように努め，そのうえで

温泉旅行においてどのような経験をしているかを意識することが大切になる。このとき，とくに要介護高齢者にとって否定的な経験とならないように注意し，必要に応じてケアすることが必要と考えられる。

以上，本研究では，要介護高齢者は日帰り温泉旅行を経験したことによる多様な生活機能に対する認識の変化の一部を明らかにすることができた。そして，5 つのテーマから，介護高齢者向けにリハビリとして日帰り温泉旅行を活用する際の工夫や支援，課題等を提案した。これらは他の要介護高齢者においても生じうる生活機能に対する認識の変化の一部であると考えることができ，そこから提案された工夫や支援方法には転用可能性があると期待できる。しかし，これらの検証は今後の課題でもある。また，本研究だけでは多様な認識の変化の全てを明らかにすることは難しく，こうした研究の限界でもある。しかしながら，積極的に解明していくことは今後の大きな課題となろう。

＜利益相反について＞

本論文は，株式会社阿智昼神観光局から研究経費の交付を受けて実施した。

謝辞

本研究を実施するにあたり快くインタビューに応じてくださいました対象者および協力者の方々に心より感謝申し上げます。

（2020.12.2- 投稿，2021.3.25- 受理）

文　　献

1）鏡森定信．泉質別にみた温泉の効果．日本温泉気候物理医学会雑誌69（4）：223-233，2006.

2）Tenti S，Cheleschi S，et al．Spa therapy：Can be a valid option for treating knee osteoarthritis?．International Journal of Biometeorology59（8）：1133-1143，2014.

3）前田豊樹，三森功士・他．温泉入浴習慣の効果と有害現象．日温気候物理医会誌82（2）：41-47，2019.

4）白倉卓夫．温泉医学の現在と未来．日本温泉気候物理医学会雑誌66（1）：13-16，2002.

5）上岡洋晴，塩澤信良・他．温泉による運動器疾患の予防効果に関するコホート研究のシステマティック・レビュー．日本温泉気候物理医学会雑誌73（2）：85-91，2010.

6）延永正，片桐進・他．QOLからみた短期温泉療養の効果．日温気候物理医会誌65（3）：161-176，2002.

7）上岡洋晴，栗田和弥・他．温泉の効果に関するエビデンスの整理と健康づくりを中心したレジャーへの応用．身体教育医学研究11（1）：1-11，2010.

8）鏡森定信，中谷芳美・他．温泉利用とWHO生活の質 温泉利用の健康影響に対する交絡要因としての検討．日本温泉気候物理医学会雑誌67（2）：71-78，2004.

9）喜多一馬，池田耕二．地域リハビリテーションとしての温泉旅行の可能性を探るー事例研究ー．医療福祉情報行動科学研究7：37-43，2020.

10）C.ウィリッグ．心理学のための質的研究法入門ー創造的な探求に向けて．培風館，東京，2003，pp70-91.

11）神戸早紀，末武康弘．質的研究法としての解釈学的現象学的分析（IPA）の具体的な手続きについてー「解釈学的現象学的分析」（Smith & Osborn , 2004 ）よりー．心理相談研究2：119-132，2011.

12）喜多一馬，池田耕二・他．理学療法を積極的に取り組んでいる障がいを有した働き盛りの患者の理学療法への取り組みに対する意欲を探求するー解釈学的現象学的分析による事例研究ー．保健医療学雑誌10（2）：79-91，2019.

13）大川宣容．手術を受けた肺がん患者の身体経験 ー手術後早期に焦点を当ててー．日本がん看護学会誌30（1）：5-13，2016.

14）山内典子．看護を通してみえる片麻痺を伴う脳血管障害患者の身体経験ー発症から6週間の期間に焦点を当てて．日本看護科学会誌27（1）：14-22，2007.

15）小倉毅，須貝静・他．高齢者のサポート旅行に関する研究（1）．中国学園紀要7：21-29，2008.

16）秋山哲男，大西康弘・他．観光困難階層にとってのユニバーサルツーリズム．観光科学研究6：111-125，2013.

17）島本憲一．観光・レクレーション目的の国内日帰り旅行に関する旅行者全体並びにその職業別における消費全体及び消費項目別の現状について．Hirao School of Management review8： 68-76，2018.

18）山本理人，安井友康・他．重度障害者の余暇活動に影響する要因ー日本とドイツの旅行に関する質的事例研究ー．北海道教育大学紀要．人文科学・社会科学編70（1）：111-119，2019.

19）田島明子，山本弘子・他．重度失語症者にとっての旅行の意味付けと旅行後の生活への影響：作業療法における旅行の活用方法についての一考察．リハビリテーション科学ジャーナル12：91-100，2017.

20）小暮英輔，原毅・他．リハビリテーション旅行が参加者に与える有益性についてーリハビリテーション旅行に参加したことで自己効力感と生きがいが向上した症例ー．理学療法科学35（3）：471-475，2020.

21）菅原潤．風景論の展開と景観論の限界．文化環境研究1：40-48，2007.

22）泊真児，吉田富二雄・他．プライベート空間の心理的意味とその機能：プライバシー研究の概観と新たなモデルの提出．筑波大学心理学研究20：173-190，1998.

23）上野裕子，箱井英寿・他．高齢者の感情・行動意欲の活性化に関する基礎研究（第3報）ー老人福祉施設における

ファッションショーが高齢者の情動活性におよぼす影響〈高齢者の感想文より〉ー．繊維製品消費科学43（11）：758-765，2002.
24）川崎千恵．高齢者にとって地域活動に参加するということー離島の地域におけるエスノグラフィーー．日本公衆衛生看護学会誌7（3）：110-118，2018.

Recognition of Changes in Life Functions of Individual Disabled Older Adults who Participated in a One-day Hot Spring Trip: The Interpretative Phenomenological Analysis

Kazuma KITA *　　Koji IKEDA**

*PLAST co.,Ltd. (4-2-1 Udezukacho Nagata-ku, Kobe-shi, Hyogo 653-0036, JAPAN)
** Department of Health Science, NARAGAKUEN University. (3-15-1, Nakatomigaoka, Nara-shi, Nara, 631-8524, JAPAN)

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to clarify the change in the recognition of the life functions of individual older adults with disabilities who participated in a one-day hot spring trip. **Methods:** We interviewed nine older adults with disabilities about changes in the recognition of life functions during the process of the one-day hot spring trip, and analyzed the interview data from the perspective of change in the recognition of the life functions based on the interpretative phenomenological analysis. **Results:** The results suggested thirteen subthemes, in addition to these five themes: promotion of actions that lead to fun, reacquisition of lost thoughts, awareness of environments that evoke rich emotions, feelings caused by the staff's involvement and position, and change in recognition of one's own abilities. **Conclusion:** We concluded that the changes in the recognition of the life functions of individual elderly people by the one-day hot spring trip varied.

Key Word：Life Function，Older adult，One-day Hot Spring Trip