

第2回

老健施設でのテレビゲームによる
脳活性化リハの効果：楽しいリハとは？

牧 陽子

群馬大学大学院
保健学研究科・研究員

監修：山口晴保

群馬大学大学院
保健学研究科
教授・医師

今月の
ポイント

- 体験に裏づけされた知識の整理・統合
- 生活すべてがリハになる
- “楽しさ”は関係性から生まれる
- 楽しさを共有して共感を深める
- リハの本質は人が人にかかわること

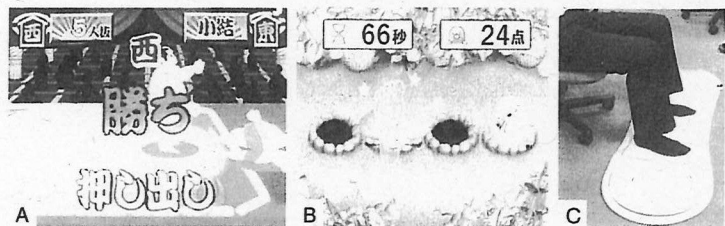
体験に裏づけされた知識

筆者が週1回作業療法士としてかわつてきた老健施設で、ケアスタッフから何か新しいレクリエーションはないかと相談がありました。そこで、レクリエーションの時間を利用して、脳活性化リハを行うことを提案しました。まずはスタッフに対して脳活性化リハの5原則を講義形式で解説し、理解してもらいました。座学で学ぶことは重要です。日々、実践していることを理論的に整理して認識することで経験則を集約していくことができます。一度抽象化して本質を理解

楽しいゲームで身体活動

リハには高齢者の上下肢の運動機能向上のために開発された体感型テレビゲームを用いました（「XaviXほっとプラス」新世代株式会社。一例を紹介します。二人一組で行う「紙相撲」というゲームでは、足踏みセンサーの上でたくさん足踏みした人が勝ちます。画面上では足踏み量に応じて相撲取が前進し、相手を出して勝ちます。普段は身体を動かさうとしない利用者が夢中で足踏みし、見ている仲間も笑顔で応援しました。実施はケアスタッフに任せました。生活を共にするケアスタッフと楽しい時間

■図 脳活性化リハに用いた体感型テレビゲーム（XaviX ほっとプラス）



足踏みの「紙相撲」(A)と「モグラたたき」(B)、および両ゲームに用いる足踏みセンサー(C)。Aでは、このセンサーの上でたくさん足踏みしたほうが勝つ。Bでは、センサーの4区域のなかからモグラの出た位置とタイミングに合わせて足踏みすると点が取れる。

を過ごすことは、生活全般へ良い影響が期待されると考えたからです。いざ始めてみると、最初の段階で頓挫しました。理由は利用者がテレビゲームを「楽しい」とは感じなかったからです。

「楽しいゲームをすれば、誰でも楽しくなる」と単純に考えてしまったところに落とし穴がありました。しかし、すばらしかったのは、ケアスタッフが自主的に、どうすれば利用者を楽しんでもらえるかを話し合っており、自分たちが利用者といっしょに楽しむ気持ちが大切だと認識を改めたことです。そして、声かけや利用者の組み合わせなどを工夫した結果、利用者がレクリエーションの時間を心待ちにするまでになりました。

利用者もスタッフも共に向上

週1回、3か月間のリハにより全般的認知機能を示す Mini-Mental State Examination などの点数が改善しました。ケアスタッフは、利用者とのコミュニケーションスキルが改善したと自己評価しました。ケアスタッフ自身も、利用者との交流のあり方が変わったことが最大の効果と実感していたのです。

この効果の最大の要因は、「ケアスタッフと利用者がいっしょに楽しんだこと」にあると思います。楽しむように作られているゲームを、単に提供するだ

けでは利用者は楽しいと感じてくれません。ゲームを媒介として相互交流を図ること、で楽しいと感じてもらえるのだということ、ケアスタッフは実感として「学ぶ」ことができました。座学で学んだ「楽しいかわりであるべき」という原則を、経験に裏づけされた生きた知識として体得したのです。

脳活性化リハでは、回想法・音楽療法といった介入方法そのものではなく、介入原則を提案しています。リハは、人が人にかかわることに、その本質があります。どのような介入方法を選択しても、介入の成果を左右するのはケアスタッフと利用者との相互関係（交流）です。ケアスタッフが利用者を楽しんでもらいたいという気持ちを持ち、利用者も楽しい時間を共有することが、脳活性化リハの第1の原則です。

参考文献

- Yanaguchi H, Maki Y, Takahashi K. Rehabilitation for dementia using enjoyable video-sports games. *Int Psychogeriatr*. 2011; 23 (4): 674-676.
XaviXほっとプラス. <http://www.hotplus.jp/>