

肢体不自由の子どもを持つ親に対する健康動作法

藤原, 朝洋
九州大学大学院人間環境学府

本吉, 大介
九州大学大学院人間環境学府

エルナンデス, コイノール
九州大学大学院人間環境学府

細野, 康文
九州大学大学院人間環境学府

他

<https://doi.org/10.15017/1448824>

出版情報：九州大学総合臨床心理研究. 3, pp.127-142, 2011-06-30. 九州大学大学院人間環境学府附属
総合臨床心理センター
バージョン：
権利関係：

肢体不自由の子どもを持つ親に対する健康動作法

藤原朝洋 九州大学大学院人間環境学府 / 本吉大介 九州大学大学院人間環境学府

エルナンデス・コイノール 九州大学大学院人間環境学府 / 細野康文 九州大学大学院人間環境学府

座間味愛理 九州大学大学院人間環境学府 / 田中沙来人 九州大学大学院人間環境学府

吉川桃子 九州大学大学院人間環境学府 / 瀬戸山 悠 九州大学大学院人間環境学府

針塚 進 九州大学大学院人間環境学研究院

要約

本稿では、肢体不自由の子どもを持つ親の会のメンバーからの相談に基づいた健康動作法の実践（生涯発達支援部門）について報告し、同時にその意義を考えることを目的とする。来談者は、肢体不自由の子どもを持つ保護者（母親）9名である。参加者は主として成人した肢体不自由の子どもを持ち、日常生活における介護、家事、仕事の疲労などから身体の痛みや硬さなどの訴えが主なものであった。来談者は、動作法については子どもへの実践によってリラクゼーション効果などについては知っているため動作法を受けることを希望し、それに基づいて月約2回の割合で3年間継続した。その健康動作法の実施の結果、身体的な不具合と身体・生活の不安の軽減などが実感され、日常生活において肢体不自由を持つ子どもに対しての介助や世話にもゆとりが感じられるようになったなどの感想が述べられるようになった。これらのことから健康動作法を実施することは、肢体不自由の子どもを持つ親の日常を支えることにつながることを示唆された。

キーワード：健康動作法、肢体不自由の子どもを持つ親

I. 問題

脳性マヒ児・者に対しての動作訓練・動作法は、成瀬（1973）により発展され、臨床実践がされてから約40年になろうとしており、脳性マヒ児の動作改善を目的とする動作訓練としてセラピーを受けてきたトレーニーは、成人期さらには中年期に至っているトレーニーも多い。その成人期、中年期になっているトレーニーもそれぞれの適性に応じた職業、作業所での仕事、在宅での生活など生活スタイルは異なるものの不自由な動作を伴った日常生活を送っている。そのため身体の硬さ、姿勢の歪みなどに対応しようと動作訓練（動作法）の月例会や心理リハビリテーション・キャンプに継続的に参加している成人期のトレーニーも多い。このような成人期のトレーニーの心理リハビリテーション・キャンプへの参加には保護者の同伴が原則であるが、その保護者の高齢化が問題となり、保護者が同伴できずボランティアの支援が必要と

なる場合も少なくない。このように加齢が進んできた保護者において、トレーニーであるわが子の動作不自由や身体の硬さと同様に自らの身体の硬さ、歪み、そして痛みに気づき、わが子のためであった動作法を自らが受ける必要性を訴えるようになった。ここに健康動作法のニーズが生まれ、九州大学総合臨床心理センターでは2009年1月より「生涯発達支援部門」の臨床活動の一つとして肢体不自由の子どもを持つ親の会のメンバーを主な対象とした健康動作法の会であるぎんぎんグループを開設した。

これまで、健康動作法は主に高齢者を対象にした動作法として多くの実践が行われている（針塚1988；1992；2000，長野1990，蘭1991・1992，中島1996）

参加者の多くは成人した肢体不自由の子どもを持ち、日常生活における介護、家事、仕事の疲労を原因とする身体的な訴えを主訴としている。こ

れまで動作法は肢体不自由児・者に対する訓練としてのみならず、地域在住高齢者などの比較的健康な対象者に対して実施した場合にも「健康づくり」としての意味があることが指摘されている(藤原, 2009)。また飯嶋(1993)は、高齢者の健康づくりとして、姿勢改善のために動作法を適用し、その結果から高齢者への動作法の適用は姿勢の歪みの改善に効果があり、日常生活での心身の負担を軽減させるとし、姿勢が高齢者の健康維持・増進のために重要な手がかりになるとしている。本活動の対象者は高齢者に限るものではないが、参加者の日常の負担感からくる心身の疲労や姿勢の歪みに対しては動作法を適用することで、心身の負担の軽減や姿勢の歪みの改善がみられることが想定される。

II. 本研究の目的

そこで本研究では、肢体不自由の子どもを持つ親を主な対象として動作法を実施した3年間の活動の報告から、参加者の特徴を踏まえた健康動作法の意義と動作法トレーナーの保護者への支援の視点からの考察も加えたい。

III. 活動の概要

本活動の参加者は8名であり、主訴は日常生活における介護、家事、仕事の疲労を原因とする身体的な訴えであった(Table 1)。本活動の参加者は肢体不自由の子どもを持つ保護者の会のメンバーを中心としており、子どもが動作法を受けている事例も多い。

活動は隔週で1時間実施した。本センターの実習室で行い、開始後5分から10分ほどは参加者の体や近況についての聞き取りを行った後に動作法を実施している。セラピスト(Th.)は本センター相談員の大学院生であり、各メンバーに1名の1対1の固定のペアになっている。

Table1 ぎんぎんグループの参加者の特徴

ID	年齢	職業	主訴
A	67	主婦	家の中で家族の面倒を見ていて体が休まらない。眠れない。
B	67	主婦	肩周りのきつさを治したい。
C	62	皿洗い	仕事の疲れて腰・肩に痛みがある。急に左の腕がしびれる。
D	67	主婦	肩が凝る。介助の時に大変になってきた。
E	69	主婦	姿勢が悪い。背筋を伸ばしたい。
F	53	美容師	右半身の痛みや肩凝りからの頭痛、めまいがあるのでなんとかしたい。
G	52	主婦	右肩が凝って動かしづらい。
H	41	主婦	右膝・右太腿・腰・肩・背中が痛いのので楽にしたい。

IV. 事例経過

本事例においては、肢体不自由の子どもを持つ親のそれぞれの特徴を踏まえ健康動作法を実施した。以下では8事例における(1)見立てと方針、(2)面接内容、(3)各メンバーにおける健康動作法の意義と今後の課題、について報告する。

1. A氏

(1) 見立てと方針

体が非常に硬く、本人の自体感が低い、体をしっかり弛め、本人の自体感を得られるように援助する。また、A氏の日常の中での苦労や努力について傾聴し、それらが身体的にも現れていることを共有し、課題に取り組む。

(2) 面接内容

第1期 体の弛めに取り組む時期

#1～#9 (X年1月～10月)

動作法開始直後は、肩と背中が左右ともに板のように硬く、動きも出にくい。なかなか弛みにくいが弛み始めるとじわじわと弛み始める。一生懸命取り組むが力を抜く感じをつかむのが難しく、意識して弛めようとする逆に入ってしまう(#3)。また背反らせ課題ではTh.に体を任せることが難しい。動作法に取り組みながら日常の苦労話を語り始める(#2～#9)。当初なかなか弛めることが難しかったのが、肩まわりが弛み始

めることで、徐々に全体的に弛み始める（#3）。動作法実施後に日常の中でも体が楽になった事が報告されるようになる（#5～）と、実施中の体の変化に気付くようになり、当初体を任せることが難しかった背反らせでも身を任せ弛めに取り組む姿が見られるようになる（#6～）。またこの頃から日常の苦労話を以前よりも多く語るようになり、Th.はそれらをしっかりと傾聴し、それらの苦労を踏まえた動作法を実施するようになった。#7ではより詳細な部位を説明するようになり、「今まではよくわからなかったが、どこで力を抜くか分かった」と課題の中での実感が報告された。#8～#9では生活の中での工夫や取り組みについても報告された。

第2期 身体の状態に意識を向け始める時期

#10～#21（X年12月～X+1年7月）

「毎日がきつかった。来ることを楽しみにしていた」と語る。「背反らせが一番楽になる」と課題による違いについても意識が向かう（#10）。力が入ったところでもススッと抜いていき「力を抜く感じがわかってきた」（#11）。「いつもすっきりして帰るけど、またすぐに（凝りが）溜まります。これまで先が見えなかったけど、2週間に一回ここがあると思うことで頑張れる」とぎんぎんグループに参加する意義についても語られる（#13）。また日常の介護についても取り組み方や考え方の変化を語る（#14）。体についても「精神的に疲れる。精神的な余裕がないから肩やら腰やらにくる」と心身を関連した形で自身の状態を捉える（#15）。日常の中ではこれまでできなかった庭いじりに取り組み「今は体が楽になってきてやろうって気になる。去年はその気にならなかったから木がボウボウに生い茂って」（#18）と語り、無理をしないで自分の疲れや凝りに対処している事が報告された。また課題のなかでも「やっぱりここが硬い」と背中中の部分に手を当てて体の感じを確認し、「今回はすっといく感じがある」等

これまでの取り組みと比較して自分の体の変化を実感する（#18）。「だいぶ背中が伸びてきた。肩開きもできるようになった」と体の状態の変化にも意識が向かう（#20）。

第3期 心と体を関連づけて課題に取り組む時期 #22～#32（X+1年9月～X+2年5月）

「やっぱり時間が空くと大変。週に一回ぐらいでやりたい。体の問題だけじゃなくて心の問題。余裕がない」と活動への意欲と日常の振り返りがみられる（#24）。「体が凝ったけど、その割には調子がいい気がする。夏は本当に大変だったけど、やる気が出てきた」（#25）、「うつが良くなったかも」（#26）と変化を語り、課題の中でも体の感じに意識が向かい易い。またこの頃から動作法中の話が日常の生活より「魔物が住んでる。自分の体だけどうなのよ（笑）」（#26）や「そこがきついんですよ。右が痛いけど、左が硬いみたいです。今弛みしましたね」（#27）等自身の体について感じたことをよく話されるようになる。うつについても改善が見られたとのことで、「寝るときに胸がきつかったのが今はなくなった。よく眠れるようになった。薬も減らしてもらった」（#27）。「動作法も来たくないなーって思っているけど、来たら良い。来るまでが大変なんです」（#29）、「胸がすいたような思い。でもまだまだこれから。次回も予定をキャンセルしてきます。自分の体を優先しないと介護もできない」（#29）と日常の忙しさの中でも動作法の時間が自分を大切なものとして扱う時間になっていることを語る。また「これをやってもらおうようになって、普段の生活の中で姿勢に気付くようになった。この姿勢でいたら後で凝るだろうなーと。そういうのでずいぶん違う。体も心の在り方でずいぶん違う」と取り組みながら体について振り返る。

(3) A氏における健康動作法の意義と今後の課題
体が非常に硬い、本人の自体感が低い、体をしっ

かり弛め、本人の自体感を得られるように援助を行った。その結果、自体感への気づきを促すことができ、本人の身体への取り組みが増え、身体的な不具合が自身の中で取り組むことができるものへと変化していった。また、本人の日常の中での苦労や努力について受容的な態度で傾聴し、それらが身体的にも現れていることを共有することで、来談意欲や自身の日常の中での工夫や心身の調子の変化への気付きにもつながっていた。

2. B氏

(1) 見立てと方針

肩周りのきつさを訴えることの多いCl。自分なりに湿布を貼るなどの対処もしているようだが、無理をして家事をしたり働いたりなどの要因も絡んでいると感じられる。Cl.がくつろげる場を提供し、そのなかでからだのきつさにどう向き合っていくかを一緒に考えていく。リラクセーション課題を中心に、Cl.がからだに注意を向けながら、自分のからだどう接していくかを考える。

(2) 面接内容

※X+1年5月より筆者が担当Th.

第1期 痛みを漠然と訴え内省する時期

#1～#15 (X年1月～X+1年4月) (前Th.とのセッション)

「肩周りのきつさをなおしたい」との主訴。日常生活では万歳の姿勢も完全に取れない。毎日肩には湿布を貼っており、腰痛もある。悪性腫瘍により肝臓、大腸の手術歴があった(X-5年)。膝裏の硬さ、仰臥位で膝を曲げると股関節が引けて背が反るパターンがあるなどの身体の特徴から、腰、股関節を伸ばして弛めを行っていく必要があるとのSVからの助言があった(#2)。初期(#3～#7)には腰周りのきつさ(「腰がピキッとくる」)を訴えており、腰周りの弛め、膝裏の弛め、背反らせ等を行う。日常生活でも自主的に臥位で腰をひねる課題を行っているようであった。から

だの感じについて「動かしやすくなった」などの発言が聞かれた。

第2期 具体的に肩の痛みを訴える時期

#16～#22 (X+1年5月～9月)

「肩甲骨の下が痛い」との訴えが多く、肩甲骨周り、肩周りの痛みを中心に話された。湿布を貼ったりなどの対応を自分なりにしていたようだが、「肩はいつもの痛みはあるが、ここ1週間は湿布なしで過ごしている」(#18)と話すように、注意して過ごしたようであった。セラピーの中では、肩周りを動かしていくなかで、Cl.が自分で動かす感じが出てきたような印象。「伸びた感じがして気持ちいい」「軽くなったよう」などの感想が聞かれた。また、「肩甲骨を押し込むと気持ちいい」との発言が多くなっており、肩開きを行うと、「伸びる感じが気持ちいい」と話し、Cl.の気持ちいいという実感につながっているようであった。足首の硬さも気になっているようで、自宅でもできる課題を提案した。

第3期 Th.に要求を出しながら、からだの「違和感」を訴える時期

#23～#32 (X+1年10月～X+2年5月)

「違和感」ということばで身体の感じを話すことが多かった。肩周りの痛さは依然頻繁に訴え、「肩甲骨を入れ込む動きが気持ちいい」と話す。躯幹のひねりを行うと、「痛くはないがなんとなく動かなくて違和感」と話す。肩甲骨を入れ込む動きをTh.に要求し、Th.が行うと、「顎まで気持ちいい」「歯まで気持ちいい」「効いてる感じ」との感想が聞かれた。#26で足首の弛めを行うと「足首が弛むと膝まで気持ちいい」と話す。#30では、「上半身が楽になると座った時なんとなく安定する」との感想であった。#31、#32では、「歩くとき足が重い感じがして違和感」、「歩く時にボトボトと歩く感じがして違和感」と話す。股関節、腰周りのリラクセーションを行うと「歩きやすく

なった」, 「すっきりしたけどなんか肩が違和感」
との感想であり, 「違和感」という表現で訴える
ものの, その場所は具体的に話されていた。

(3) B氏における健康動作法の意義と今後の課題

本Cl.は自体の感じを感じやすいCl.であったと
思われる。動作法を行うなかで, 「足首が弛むと
膝まで気持ちいい」等の具体的な発言にも見られ
るように, 自分のからだの変化を実感しているよ
うであった。また, からだのどこが痛いのか, 違
和感があるのかを説明し, Th.の見立てとも一致
する部分が多かった。Th.と動作課題を介してや
り取りをしていくなかで, 自体の変化に気づき,
どのようなアプローチが有効なのか, どう向き
合っているのかをともに探っていくことができて
いるように感じる。また, からだが楽になるこ
とで意欲的になる様子も見られ, セッション後
に「これでまた頑張れる」等の発言も見られ
た。変化を実感しながら, 楽になっていくとい
う過程のなかで, 意欲的になるなど生活に肯定
的な影響を及ぼしているのではないかと考えら
れる。

動作法を行うなかで, 「頑張ろう」と意欲的
になる一方で, 無理をして家事をしたり, 行事に
参加して体を痛めるということも頻繁に聞かれ
た。Cl.が自分のからだの状態をその都度感じ
ながら, 注意していくことが自分の身体を使い
やすくする一歩となるのではないだろうか。ま
た, 今まで培ってきたからだの動かし方のパ
ターンで特定の部位に負担がかかっていたり,
普段動かさないことで動きにくくなる部分
があるなどの様子も見られたため, からだを
バランス良く動かしていくことで, Cl.が
動かしやすいからだを獲得していくことが
必要であると考えられる。

3. C氏

(1) 見立てと方針

日常の仕事(病院の皿洗い)で体をよく使
い身体全身に緊張が感じられ, 特に右腕・肩
にひどい肩コリを訴える。仕事で重い物を
運ばないといかないせいで腰に痛みが現
れていると本人が意識している。日常生活
で一番困っている肩まわり, 右腕, 腰の
緊張を弛めるような動作課題と身体への
意識を促すのを方針とした。

(2) 面接の内容

第1期 自分の身体への意識が低い時期

#1 ~ #5 (X年5月~X年7月)

日常生活で, 肩まわりに強い緊張が見
られ, 実際訓練を行うと両肩に左右さ
が感じられる。課題の遂行中では, 力
を弛めるまで長時間がかかり<ここに
緊張が入るので力を抜いてください>
と促してもすぐに抜けないし抜き方
も分からない様子。Th.が動きを求
める時, 身体が全体に動き, 自分の
身体への意識は乏しい。

第2期 日常生活でも身体に意識し始めた時期

#6 ~ #12 (X年9月~X+1年4月)

「最近, 仕事が増えたのに肩コリが
余りない, ここに来てから楽になっ
ている」と感想をよく言い出す。以
前と比べると躯幹捻りで背中・肩
周りの力を弛めることはスムーズ
になってきた。「肩コリにならない
ように, 一日3回ぐらい肩を動か
そうとしている」, 「前, 肩コリ
がひどかったが, 最近それがなくな
っている, 自分の体はどうなっ
ているか, どこに力が入っている
か, 曲がっているか, どこが浮い
ているか気づくようになってき
ている」のような発言で本人が自
分の身体への意識を示している。

第3期 訓練中細かい実感が得られるよ
うになった時期

#13 ~ #25 (X+1年5月~X+2年4月)

仰臥位で腕上げを遂行し、腕を上げる時ついでくる胸をとめて直ぐに余分な緊張がとれる。以前より楽に腕を上げ、腕・胸の分離ができるようになり、<ここの力を抜いてください>と求められる身体の部分が、自分で弛むという実感が現れてきた。胡坐坐位で肩上げ・胸開きを行い、力を入れる・抜くというプロセスは、はっきりしてきた。訓練後「身体全体はリラックスした気分がある」、「血が通ったみたいで身体が熱くなる」と感想を述べた。

「ああ、今抜いた!」「自分で気づいた」と課題遂行中で本人の発言から自分の身体への高い意識が示唆される。さらに、「今の仕事は10年前からしている。今までずっと肩コリがあったから整骨院によく通っていたが、ここに来てから楽になったので最近、余り整骨院に行かない」という日常生活での変化を表すコメントも聞いた。

(3) C氏における健康動作法の意義と今後の課題

自分の日常生活、過去のエピソードについて語り合うことによって、C氏は居心地のよい時間を過ごしていると考えられる。面接開始当初は、自分の身体への意識は低く<ここの力を抜いてください>とTh.に促されても緊張を抜くことが難しかった。普段、痛みのある部位以外に力が入っていると気づいていなかったが、面接回数を重ねながら、自分の意識が高まり、自分で自分の身体の特徴を発見し、驚いている場面も見られている。

C氏は日頃仕事で休みをとれない、毎日肉体的な労働を行っているが、これまでひどい肩コリ、背中、肩まわりに強い緊張を感じ整骨院によく通っていた。本活動に参加し始めてから整骨院に頼る頻度が少なくなり、できるだけ自分の身体の緊張の入れ方に気づき肩コリ、痛みがない生活を送ろうとしている。今後も日常的に自分の身体を意識し緊張を処理していくことが課題である。

4. D氏

(1) 見立てと方針

現在、ハーモニカのサークルに入ったり、県肢連の活動を積極的に行ったりと活動的な方。本活動への参加もそのような活動の一環として健康づくりという意識が強い。首がこりやすい等の訴えはあるが、動作法中も「なんともない」という感想が多く、普段はあまり体へ意識を向けることは少ない。しかし、漠然と肩がこる感じや子どもの介助が大変になっていることは感じているよう。よって、動作法の中で体の状態や体の感じに注意を向け変化する体験をすることで、日常生活でも自身の体に注意を向け、調整できるようになることを目標とした。

(2) 面接内容

第1期 体の感じがつかみにくく、主訴をTh.との間で共有しにくい時期

#1～#5 (X年2月～X年6月)

日常では体でそこまできついと感じられる部分はないとのこと。動作法はこれまでまったく経験がないとのことで、フィードバックは丁寧に行っていたが、固さがある部分で体の感じを聞いても、「なんともない」と言うことが多く、Th.もCl.の体の感じをつかみにくい。屈になっている3,4番や腰回りは本人も感覚をつかみやすいようなので、そこを中心に課題を設定し、Cl.が体の感じに意識が向きやすいようにした。終わった後には体の感じの変化は感じているようであり、#3では最後にあぐら座位をとると「ちゃんとお尻で踏んでる感じがする」と感想を述べることもあった。

第2期 日常での体のきつさに関する訴えがきかれるようになり、動作法での体験が日常でも意識されはじめる時期

#6～#10 (X年10月～X+1年1月)

「バザーで立ちっぱなしで腰が痛かった」等、

日常生活の中で感じた体に対する訴えが聞かれるようになる。また背中への屈に関しても「家でも意識するようになった。曲がってるときにはっとして伸ばすんですよ」と普段から意識するようになったことが報告される。訴えとしては、首、肩のこりや背中への違和感に関するものが多く、あぐら座位や側臥位の中で弛めていくことが課題の中心となった。#9では首のこりに関して「今日は何かある感じがなかなか抜けない。今日は強敵」と自身で力が抜けないことが意識し、Cl.から課題を積極的に提案することがあった。しかし、まだ力が抜けた感じに関しては「そうですかね～」と、実感が持ちにくい様子であった。痛みが楽になる感じは共有しやすかったので、少し痛い部分で力を抜きながら、痛みが減るという体の変化に注目してもらうよう関わっていった。

第3期 体の感じに対しての言語化が増え、日常生活でも体に注意が向きやすくなった時期
#11～#25 (X+1年1月～X+2年2月)

「ちょっとずつ力を抜く感じがわかってきた」という感想が聞かれ、「肩甲骨の奥に何かがある」等、体の感じをTh.に伝えてくることが増えてくる。#16では側臥位で肩回りを弛めていくが、いつもよりこった感じがぬけないとのことで「なんだろう・・・」と生活を振り返り、旅行や花の手入れをしたこと等を要因としてあげる。また、歩くとふくらはぎの内側が痛くなるとのことで、立位での踏みしめを行うと内で踏みがちになる様子が見られた。重心移動を行うと「最初と踏む感じが違う。意識したことなかった」と変化があり驚いた様子であった。#25では「帰るときとても気持ちがいい。家でも背中が曲がらないように気をつけている。Th.が訴えを色々わかってくれる」と感想を述べる。

(3) D氏における健康動作法の意義と今後の課題

本Cl.は当初あまり体に対する訴えはなく、誘

われたから参加してみようという意識であったため、課題の設定や体の感じのフィードバック等はTh.が積極的に行っていった。その中で、日常で感じた体に関する訴えが聞かれるようになり、動作法中も日常生活とつなげて体の感じを捉えようとする様子がみられるようになった。

年齢とともに、子どもの介助の大変さは増すものの、きつさは漠然としたものであり、Cl.自身で対処することは難しい様子であった。しかし、動作法を行って行く中で自身の体への理解が深まり、それに伴って日常生活や普段の姿勢と体の不調を結び付けて捉えられるようになり、日常でも姿勢に気をつける等、自分で対処しようとする様子がみられた。またその不調を自分で調整できなくても、ここにくればすっきりできるという体験もあるようであった。

現在も骨形成不全症の息子と同居し介助しているCl.にとって、動作法の中で体に注意を向け、日常生活にもつなげることで、加齢とともに大変さが増しても自身で対処できていく体験を持つことや、定期的に体を扱う場があることは意味があると考えられる。

本Cl.にとって、今後加齢による体の変化や、それにとまなう介助の負担の増加等は、ずっと続いていくものである。高齢になっても介助している親に対する健康動作法の実践の報告はまだ多くなく、意義については今後も実践の中で知見を積み重ねていく必要があると考えられる。

5. E氏

(1) 見立てと方針

Cl.は、からだの固さはあるも、痛みや、固さをあまり感じないようであった。動作課題の中では、動きの固さに加え、弛んで気持ちいい感じを持ちにくかった。また、Cl.の課題に対する努力の仕方として、じっくり力を抜く事が難しかった。そのため、できるだけ、Cl.はお任せ脱力などの体験により、体が伸びて気持ちいい感じやじっく

り取り組み、力を抜いてほっとする感じを持ってもらうことを目指した。

(2) 面接内容

第1期

#1～#4 (X年1月～X年3月)(前Th.とのセッション)

全体的に硬い印象を受けた。躯幹のひねり、首周り、肩周りを中心に弛めを行った。Th.は特にCl.がお任せ脱力を体験できるよう援助を行った。Cl.は痛みは感じるが、心地良さは少し感じる程度であった。特に、首の一点弛緩では、Cl.は「痛み持ちいい感じ」と語った。しかし、他の課題ではCl.はからだの感じを得にくく、すぐに力を入れて動かそうと頑張る様子がみられた。また、なかなかからだの感じを言葉で表現する事が難しいようであった。

第2期

#5～#20 (X年4月～X+1年3月)

現Th.に替わることを伝え、自己紹介を行った。主訴の確認では「腕を上上げる動きが少し難しい」と語った。そのため、動作課題として、首肩の弛めを中心として、からだが楽になることをねらいとした。

躯幹のひねりではTh.より、「ここはどうか」と肩胛骨の辺りに手を当てて伝え、Cl.はスムーズに弛めていく事ができた。また、Cl.は他動的な援助が強すぎると、より焦ってしまい、力を入れてしまった。そのため、後半では他動的になりすぎないように心がけた。すると、Cl.は「ふー」とリラックスした面持ちで力を抜くことがあった。感想では、「肩、首が少し楽になった」「かるくなった」と語った。

第3期

#21～#37 (X+1年4月～X+2年2月)

近況について、「TV見てる合間にやってみた」

など、自宅で今までの課題に取り組む様子が見られ、からだへの意識が高いように感じた。とはいえ、Cl.は「特に痛いところは無い。硬いとは思いますが」と語り、特にからだの固さやきつさを訴えなかった。そのため、Th.はCl.に様々な課題に挑戦してもらい、どの部分が硬いか探しながら、弛めていくようにした。動作課題は、前年度同様の課題に加え、新たな課題として、膝裏の弛めやあぐら坐位での体側の弛めを設定した。

側臥位での躯幹のひねりではCl.はスムーズに弛める事ができており、弛むまでの時間が早くなったように感じた。坐位では前後左右に上体を倒し、いろんな緊張に気づいてもらうよう取り組んだ。Th.はあまり他動的にならないよう注意し、「今ここ固そうですね。ちょっと痛いですか?」と適宜確認し、本人のペースを尊重するよう心がけた。すると、体側や前屈で自ら弛めることができ、前屈で床につかなかった頭を、痛みを伴うことなく、床につける事ができた。

感想では、「肩が開きやすくなった。もう少し右ができれば」と具体的な希望を語る様子が見られ、言葉で自分のからだの感じを語ることも増えてきた。

第4期

#38～#40 (X+2年4月～X+2年5月)

動作課題を行う前に、近況の確認をする時間を確保した。「バザーに行った。雨が降ることもあったが、その結果傘がたくさん売れた」や「GWにホークス戦を見に行った。母の日くらいに肩のコリがつよかったが、今は大丈夫」などと笑顔で話していた。話の中でCl.が生活の中で疲れを感じた話題が出てくるようになり、Th.はCl.の状態がわかりやすくなった。

話の中で、Cl.は肩に疲れがでることが多いようであった。そのため、肩周りを中心にじっくり弛めることとした。また、その他の動作課題は、前年度同様であった。

肩周りは、側臥位での肩の弛めを行った。できるだけ肩を様々な方向へ動かしながら、じっくり弛める事を目指した。まず、Cl.にある程度自分で手を伸ばしてもらい、Th.はそれについていき、Cl.の動きが止まった際、「力を抜いてください」と声をかけた。すると、Cl.は肩、ひじなど腕の力をじわーっと抜くことができた。このとき、Cl.は非常にリラックスした様子で、「気持ちいいですね」と語り、穏やかな表情で力が抜ける感じを味わっていた。感想では「じっくりやると気持ちいい。すっきりする。」と語った。

(3) E氏における健康動作法の意義と今後の課題

Cl.は猫背姿勢で肩周りに動かしにくさはあるものの、体に関する訴えはなく、精神的にも身体的にも健康である。しかし、Cl.は動作課題を通してじっくり体の力を抜くことやそれに伴う気持ちいい感じを持ちにくい様子であった。また、課題の中で、力を抜こうと取り組むあまり、逆に力が入るという努力の仕方が現れていた。そのため、この時間はCl.がじっくりと課題に取り組み、じんわりと体が弛む感じや伸びる感じを持つことでほっとする体験を目指した。

はじめCl.はTh.が「力を抜いてください」と伝えても、なかなかお任せして力を抜く事ができず、むしろいろんな方向に動かそうと努力していた。そのため、Cl.としては力が抜けて気持ちいい感じを得にくかった。しかし、Th.が「力入れてください。力を抜いてください」と指示を明確にすると、Cl.は力を抜くことを実感し徐々にじっくりと取り組むようになってきた。また、じっくり取り組むようになると、実感の持ちにくかった肩周りの弛めにおいても、「気持ちいい」感じが持っていた。さらに、他動的な援助ではなかなか力を抜く事ができなかったが、Cl.に寄り添うように援助し、からだの感じに意識が向きくよう工夫する事でCl.の感じ方も変わったように思われる。

6. F氏

(1) 見立てと方針

右半身の痛みや肩凝りからの頭痛、めまいを主訴とされ参加。首周り、肩甲骨周り、腰の反り、脚裏の硬さなど全身に強い慢性緊張がある。特に右半身の硬さが強い。坐位では腰の反りが強い。これらの体全体の慢性緊張が頭痛にも影響していると考えられる。痛みの感覚を手掛かりに課題を共有し、それを弛めていく中で“気持ちが良い”“すっきりした”という爽快感をねらいとし、結果的に楽な日常生活を送れるようになることを目的とする。

(2) 面接内容

第1期 リラクセーションに取り組む中で自体との向き合い方を意識した時期

#1～#3 (X年5月～X年6月)

主な課題は軀幹ひねり、腕上げ、坐位前屈、仰臥での脚裏伸ばしであった。その中で肩甲骨周りや肩関節、骨盤周辺や脚裏全体の硬さや伸びにくさへのアプローチを行った。体の実感については「きつい」と表現する程度で、痛みを感じるほどに自分では動かせない状況であった(#1)。“痛み”など体についての実感がつかみやすいポイントで動かすのを留め、痛みが落ち着くのを待つという関わりでリラクセーションを展開した。弛めた後には表情が明るくなり、「すっきりした！目が覚めた！」と感想を言われる(#1)。#3では、腕上げで肩甲骨周りの硬さに至るとキュッと力が入り、眉間にしわがよる。そこで、Th.もそこで留めてくそこを弛めましょう」と伝えると表情が緩み、硬さに伴う痛みへの向かい方が変わりスッと弛めることができた。

第2期 健康動作法が日常生活と関連付けて体験され始める時期

#4～#9 (X年6月～X年11月)

第2期では、日常生活の中での身体的な訴えが

多く語られた時期であり、「朝起きて伸びをするときには足がつりそうで少し不安がある」(#5)、「肩がきつくて、肩凝りから気持ちが悪くなることがあった。家で子どもを移動させているときにぎっくり腰になって大変でした」(#7)などのエピソードが語られた。この時期も坐位での肩・首のリラクゼーションや腕上げでの肩甲骨周りのリラクゼーション、仰臥での脚裏伸ばしなどの課題に取り組んだ。第1期中での体への向かい方を意識しつつ、また日常生活とのつながりを意識してリラクゼーションを行った。脚裏のリラクゼーションについては「寝ている間には足をつらなくなった」(#5)と日常生活の中での変化を語られ、また「朝起きた時に蒲団がグチャグチャになっていて、寝ている間にのびのびとよく動けるようになってきているみたい」(#6)と生活の中での変化が実感されていた。

第3期 日常的な姿勢を意識し始め、家庭での取り組みが始まる時期

#10～#16 (X+1年1月～X+2年1月)

第3期でも同じように、坐位での前屈や躯幹ひねり、脚裏伸ばしなどのリラクゼーションの課題を行った。これに加え「効果が戻らない体にした」(#11)と希望があったため、坐位での姿勢作りの課題を導入した。

課題に取り組んでいる間は、体の硬さに至った際も、表情があまり変わらず黙々体に向かい合っていた(#10)。そのような取り組み方の中で、坐位の直姿勢作りを行った(#11, #12)。その時には骨盤を起こそうとすると脚全体に力を入れており、日頃から背筋を伸ばすときに過緊張状態になっている様子がうかがえた。これに対し、骨盤周りの弛緩を行ったり、肩、背、腰の分離を意識することを求めた。#13では「最近では家でストレッチをしています」と報告があり、本活動が休みである8月中には「整体に通っていた」(#15)等、変化した体を維持するために日常生活の中で

リラクゼーションを行っていた。

(3) F氏における健康動作法の意義と今後の課題

美容師であるF氏は職業柄中腰で視線を上げて仕事をする事が多く、脚裏や背中を反らせる姿勢が慢性化している。また、家庭では障害をもつ子どもの介護をしているため肩周りの緊張も慢性化している。この慢性緊張から頭痛やめまいが起きており車にのる事の不安が生じていた。また、寝ている間も足がつるため熟睡できないなど日常生活での苦勞を抱えていた。

F氏にとっての健康動作法の意義は以下の三点であった。①課題の中で体験された自体の感覚をてがかりとし自分の体の特徴を理解する体験をした。②身体感覚に対する向かい方を変え、痛みなどを対処し爽快感等を体験した。③「家庭でもストレッチをしています」、「効果が継続するように姿勢を正したい」に表現される主体的取り組みを獲得した。今後の課題としては、セルフリラクゼーションでは難しい点をTh.の補助の中で取り組むことを継続し、日常生活での困難を低減させることであると考えられる。

7. G氏

(1) 見立てと方針

肩や肘で引き上げようと努力し、常に肩周りに力が入っている。腰を使って楽に背筋を伸ばすことが困難であると考えられたため、肩周りや腰回りの弛めを行い、力が入っていることへの気づきや自分で緊張を弛める体験を通して楽に座位がとれることを方針とした。

(2) 面接内容

第1期 課題を通して体の感じを確認していく時期
#1～#7 (X年2月～9月)

肩が内に入り、背中が丸くなっている上体に対しては側臥での躯幹の捻り・肩周りの弛めを行った。丸くなっている背中の中央にTh.が手を置く

と「そうしてもらおうとわかりやすい」と体の箇所や課題によって微妙に異なる感じを捉えているようであった(#2, #3)。上体の感覚はわかりやすくなったが、入っている緊張を抜こうとすると自分でもどうしたら良いかわからず、楽な感じがつかみにくい、呼吸もしづらい様子が見られた(#5～#7)。Th.は対処の難しさやG氏の実感を確かめながら共有することに努めた。

第2期 課題に応じようと咳き込むまで取り組む時期

#8～#18 (X年9月～X+1年10月)

夏休み明けの#8では、G氏は娘のリハビリに付き添う際の「きつさ」や体力の衰えについて語った。自体への気づきが進む中、一生けん命に課題に応えようとして結果的に力んでしまう特徴が表れるようになった。胸を開く課題の際には動きが止まり、Th.が手を置いたまま待っていると長い間頑張りつづけ、咳き込んで課題を中断することがあった(#9～#11)。その他、背反らせで背中を伸ばすと咳き込み、Th.に体を任せようとすればするほど力が入った(#10～#18)。

第3期 G氏のペースで取り組めるよう援助を工夫する時期

#19～#25 (X+1年5月～10月)

#19からTh.は改めて「体をじっくり味わう時間にしましょう」と提案した。躯幹の捻りでは、課題に取り組むまでの時間も意識し、腰のブロックのみをTh.が行い、G氏のペースで動いてもらった。また、単に弛める方向だけ示すのではなく、どこまでゆるめたらいいかがわかるように両手で包むように援助していった(#19～)。G氏は、きついところから更に動かそうと取り組み続けることがなくなり、きついところで動きが止まっても体をじっくり味わうようになった(#19～)。#24ではG氏自身でどの角度だと伸びるか等を試すようになった。

第4期 自分で取り組むことで力が入っていた実感が深まる時期

#27～#33 (X+1年10月～X+2年5月)

#27以降は自分のペースで課題に取り組むことが安定して見られ始め、課題に取り組む際の咳き込みが見られなくなった。Th.はくどうしたらもう少し楽かご自分で探しながら>と表現して伝えた(#27～)。以前から力が抜けなかった背反らせでは、片足ではなく両足での援助を行うようにした。すると肩回りに強く力が入っていたのを感じ、「こんなに力が入っていたの」(#27)と実感され、全身の力が一気に抜けた瞬間が共有された(#28)。セッション終了時にはTh.を気にせずそのままの姿勢で楽な感じを味わうようになった。

(3) G氏における健康動作法の意義と今後の課題

G氏は丸くなった背中を何とか伸ばそうと肩と肘で引き上げ、Th.の援助に応じようと自分から動かして力が入る特徴が見られた。また、方向を示す援助では咳き込むまで続けようとした。このようなG氏の在り方は、周囲や外界に合わせようと努力し結果的に力んでしまう体験を積み重ねていると考えられた。

課題に応じようと咳き込むまで力をいれてしまうG氏へは、Th.の課題提示が「合わせる課題」として伝わっていたと考えられる。#19より、G氏自ら主体的に課題に取り組めるよう、“楽に”“味わう”と表現を変えて伝えた。また、動きそのものをG氏のペースに任せた。

具体的な援助方法として、躯幹の捻りでは両手で肩を包み込んで方向と動かす範囲を示す、背反らせでは背中を両足で支えるなど、G氏が自分で動かすすぎず、体の感じを味わうことを大切にされた。このような援助によって、#26まで続いていた咳き込みは以降見られなくなった。他者に合わせようとして力を入れてしまうG氏に対しては、言語による課題の伝え方の工夫と動かす範囲を示す援助が有効であり、無理せず力を抜く体験になっ

たと考えられる。

G氏は子どもの生活介護やリハビリなど、日常的に他者や周囲に合わせる体験を積み重ねていると考えられる。健康動作法においては、自分のペースで自分の身体を味わう体験、Th.に要求し合わせてもらう体験、改めて自分の身体に意識を向ける機会になっていると考えられる。

障害児をもつ母親に対して健康動作法の「課題」への取り組み方について、日常での体験と合わせて理解し、今後さらに検討していく必要がある。

8. H氏

(1) 見立てと方針

首周り、肩甲骨周り、腰の反り、股関節など全身に強い慢性緊張がある。特に、腰回りと肩周りには強い緊張があり、腰の痛みや腕の上がらなさなどで表現される。肩まわり、腰回りのゆるめ、膝の曲げ伸ばしを行っていく中で、①立位姿勢の中で股関節を伸ばせるようにする、②自分の体の感じをゆっくり味わい、弛める感じをつかむ、③適切な力のコントロール、楽な力で体を使えるようになる、以上3点を目標とした。

(2) 面接内容

第1期 自分の体に意識を向けることができるようになる時期

#1～#4 (X年2月～X年6月)

身体を感じが分かりづらいCl.に対し、Th.は躯幹のひねりなどの中で、力が抜けた際のフィードバックや、付随的に入る緊張について伝えることで、身体の様子についてCl.の自己理解を促した。その結果、「こんなに腰きつかったんですね」(#2)という発言や「肩の力が抜ける感じがわかった」(#4)と、自己の身体のきつさやそのコントロールについて意識する発言がみられた。課題の中でも、<力をぬいていきましょう>というTh.の促しにも関わらず、力を入れて動かそうとするように、身体を動かす際に力任せな印象で

あったのが、Th.の援助に合わせ、身体に注意を向けて取り組む様子がみられた。

第2期 身体の緊張がコントロールできる体験を通して、Th.に身体のきつさを訴える時期
#5～#10 (X年6月～X+1年5月)

「今日は肩がきつい」(#5), 「右がきつい」(#9)のように、開始時に、自分のきつさについて自発的に訴えている時期である。

身体の変化に関しても「肩はだいぶ楽になりました。腰が少しきつい」(#6), 「もうすこし、首がしたい」というように、自分の身体の変化とともに、Th.に対する要求が出てきた時期である。グループの終わりの感想の中でも「自分の身体のきつい部分と弛めるということが分かった」(#7)という発言が出るように、課題の中で、痛みを感じる場面でゆっくりと待ち、その痛みが変化していく過程や、躯幹のひねりの中である部分がゆるんでくると他の部分のきつさが意識されるように、身体への注意が明確になっていった。

「冬休みは腰が痛くなるかもしれない」(#7)ので、家でできる課題を教えてほしいというように、セルフリラクセーションの方法をTh.に尋ねる「家でもやってみます」(#7)というように、健康動作法を日常に取り入れる様子がみられた。

第3期 訴えが多様化していく中で、Th.が訴えに合わせ課題の設定を変えていく時期
#11～#20 (X+1年6月～X+2年5月)

「今日は肩と腰をお願いします」(#15), 「今月は介助が大変で」のように、Cl.が様々な訴えを表出するようになった時期である。課題の中では、「ゆっくりできた」(#17), 「今日はふっと終わった感じ」(#19)という発言がみられ、身体の緊張のコントロールを狙った場合には「充実していた」(#18)という発言や課題が終わった後も、自発的に動かしてみる(#12)といった様子がみられた。

(3) H氏における健康動作法の意義と今後の課題

Cl.は、障害を持つ子どもの介助をしているため肩周りや腰回り緊張が慢性化している。そのことにより、ひざの痛み、腕の上がらなさなどが生じ、生活の中での困難が生じていた。第1期では、「こんなに腰きつかったですね」と語られるように日ごろ介助などで忙しく、自分の身体に意識を向けることが難しいCl.が自己の身体に注目することが出来るようになった時期だと考えられる。そのことが、第2期のなかで自分のきつさを訴え、Th.と取り組むことにつながっていったのだと考えられる。その中で、Th.とともに、ほっとする体験や身体のきつさを楽にする体験をしたのだと考えられる。そのことにより、第3期の中で、訴えが多様になりTh.もその訴えに沿って、焦点化する体験を変容させていったのだと考えられる。

日常的に介助に追われているCl.にとって、自宅で出来るリラクゼーションを獲得することは重要なことだと考える。セルフリラクゼーションのやり方についても取り入れてゆきたい。

V. 考察

1. 肢体不自由の子どもを持つ親の特徴

肩まわり・腰まわりの凝りや姿勢の歪みが参加者に共通して見られた。これらは子どもの身体的成長と自身の高齢化による介護の負担感の増大と関連するものであった。参加者は日常的に子どもの介護を行っており、子どもの状態の変化によって、参加者の心身の状態が変化することもしばしば見られた。

参加者は体の痛みや凝りを訴えるが、自身の体に意識を向けて弛める・動かすといった動作を行うことは非常に困難であった。その為、活動開始後しばらくはTh.に弛めるように指示をされても、力を入れる事や部位を意識することが難しく、漠然とした自体感が参加者に共通する特徴であった。

また課題の中で、Th.の声掛けに対して合わせようと努力する姿が多く参加者に見られたが、

それらは力を抜こうと一生懸命に取り組むあまり、逆に力を入れてしまうような努力の仕方として現れていた。これは普段から家事や育児、介護の中で周囲に配慮する機会が多く、それに合わせようと努力している参加者らの日常的構えの特徴が表れているようにも思われた。

以上のように肢体不自由の子どもを持つ親の課題への取り組み方、つまり構えのあり方は、日常の介護との関連が見られるため、これらの肢体不自由の子どもを持つ親の構え特徴を踏まえた援助の方針を立てることが必要である。

2. ぎんぎんグループにおける援助の方針

肢体不自由の子どもを持つ親の特徴を踏まえ、Th.は動作法の中で体の状態や体の感じに注意を向けるように促すとともに、動作法の中で自身の体の不具合に対処することを促した。これは日常的に子どもや家族を優先し自身の問題を後回しにしがちな参加者にとって、自身の問題に意識を向ける機会となった。普段は意識を向けることが少なかった自身の体に意識を向ける体験は、普段の生活の在り方と関連する体の状態について気づきを促し、体を楽にする体験となるだけでなく、自身の生活を振り返る機会ともなった。その為、動作法の回を重ねると共に、日常の話も多く語るような変化が見られた。介護の負担感や今後の見通しについての不安も多く語られ、Th.は受容的に傾聴することを心がけた。動作法の体験は、自身の身体的な不安や辛さを受け止めてもらう体験(藤原, 針塚, 2009)となることが指摘されているが、本事例では身体的な不安や辛さだけでなく、肢体不自由の子どもを持つ親であることに伴う生活上の大変さについても、動作法の実施中に語ることで、身体と共に自身の生活を受け止めてもらえる体験となった事が推察される。このように自身も高齢化し介護の負担感や困難感が増大していく肢体不自由の子どもを持つ親にとって身体的な側面からその日常を支えることの重要性が示唆さ

れる。

3. 肢体不自由の子どもを持つ親への健康動作法を実施する意義

健康動作法の意義として、自身の体の硬さやそれに伴う痛みや辛さをTh.に受け止めてもらうとともに、日常の活動を振り返る機会となり、それらを受容される体験となる点がある。また、身体的な不具合と日常の活動を併せて振り返ることで、日常の中での姿勢の意識化や取り組み方の変化も促すことができた。

肢体不自由の子どもを持つ親として、自身が高齢になるにつれて、介護の中心である自身が体調を崩した際に、家族がどうなるのか不安を語る参加者もいた。これらの今後の見通しの不安についても、Th.が動作法の中で傾聴を心がけることで、問題の解決には至らないが、不安の軽減や捉え方の変化が見られた。今後も介護を続ける上で、親たちが心身の状態を維持できるかどうかは重要な関心ごとであり、特に不具合が多く表れ始めた高齢の親にとっては、現在の心身の状態についての不安が、今後の不安につながっているように思われた。その為、現在の不安を扱うことで、肢体不自由の子どもを持つ親の日常を支えることにつながったと思われる。

参加者の本活動に対する参加意欲は非常に高かった。この背景には、日常の中での身体的な不調は変わらずにあるが、ぎんぎんグループに参加することで体を楽にできるという見通しを持つことができたことにあると思われる。参加者は「ここがあるから頑張れる」といった感想を述べ、日常の負担感や困難感が自身の問題を扱ってもらう場所を持つことで軽減されることが推察できる。健康動作法は自身で自身の体を楽にする体験となる為、加齢とともに介助の負担感がまし、体の不具合も多くなり、衰えやどうにもならないといった感覚に対して、「自身で対処できた」という感覚を持つことにつながる。年齢とともに子どもの

介助の大変さは増すものの、それらに自身で対処していくことはなかなか困難である。そのため定期的に自身の体を扱う場所があることが参加者にとって身体的な不安を軽減し、日常の中での活動性に維持や向上が見られたのだと思われる。自身の身体的な不具合や生活上の問題をTh.に受容してもらうことで、これまで自身が介護の中心を担ってきた参加者は担う・自分が頑張るような構えを持っていた。しかし、動作法での体験はTh.に任せる体験、リラックスする体験となり、このような日常とは異なる体験が、参加者の問題に取り組む際の構えの在り方に変化を加えたように思われる。

VI. 今後の課題

自身が高齢になっても介助している肢体不自由の子どもを持つ親に対する支援の報告は少ないが、本事例の中でも親が抱える問題が散見され、それらに対してはなんらかの支援を行う必要があるように思われた。動作法については、子どものための訓練法として実際の効果も承知していたので、自分の身体の歪みや痛みなどに気がついてから何とか自分もトレーニーとなって動作法を受けたいという気持ちはあったが、それをどのように実現化できるかが分からなかったということであった。特に、障害があるわけでもない成人への心身のケアは見過ごされ、取り上げられないままであることが多い。しかし、実際には中年期や高齢期を迎えた成人の多くは様々な身体の変調を自覚するとともに、足腰の痛みや不眠などの日常生活での辛さを抱えている。そのような視点からは心身の健康のためのケアに焦点づけた生涯発達援助が必要であり、その臨床的援助の方法や実践の在り方の検討が必要である。本研究では肢体不自由の子どもを持つ親が抱える問題に対して、健康動作法を実施することで、身体的な不具合と身体・生活の不安の軽減、日常的な取り組みの変化が確認された。今後はさらなる実践を重ねるとともに、そ

の他の支援の在り方についても検討する必要があると思われる。

引用文献

- 藤原朝洋・針塚進 2009 「地域在住高齢者へのグループ動作法適用の試み」 リハビリテーション心理学研究 36巻1号, p31-42
- 針塚 進 1992 障害高齢者に対するカウンセリングとしての動作面接法 リハビリテーション心理学研究 20巻1号, p.15-22
- 針塚 進 1988 高齢者の心身の活性化のための身体を通じた援助の意義と方法 一動作法適用の理論— 九州大学教育学部紀要 第33巻1号, p.27-36
- 針塚 進 2000 高齢者援助における適用の原則 日本臨床動作学会編「臨床動作法の基礎と展

開」 コレール社

- 飯嶋正博 1993 高齢者の姿勢と臨床動作法 リハビリテーション心理学研究, 20巻, 39-48.
- 長野恵子 1990 高齢者に対する動作法の実践 「高齢者の心とからだの動きを活性化する教室」の活動を通して 九州社会福祉研究 15
- 中島健一 1996 新しい失語症療法 E-CAT 中央法規出版
- 蘭香代子 1991 高齢者の心身の健康 教育と医学 9号
- 蘭香代子 1992 高齢者臨床における動作法 成瀬悟策編 現代のエスプリ別冊「健康とスポーツの臨床動作法」至文堂

(受理：2011年3月31日)

The application of Dohsa-hou to the mothers who have the child with physically handicapped

Tomohiro FUJIWARA, Daisuke MOTOYOSHI, Kohinor HERNANDEZ, Yasufumi HOSONO,
Airi ZAMAMI, Sakito TANAKA, Momoko YOSHIKAWA, You SETOYAMA
Graduate School of Human-Environment Studies, Kyushu University
Susumu HARIZUKA
Faculty of Human-Environment Studies, Kyushu University

The purpose of this study is to discuss the effects of Dohsa-hou to the mothers who had the son or daughter with physically handicapped causing cerebral palsy. Their child became to be adult who had continued to undergo Dohsa-hou therapy. They, however, had stiffness at any parts of body and they needed supports from the parents in daily life. The parents, especially mothers were hard to take care of their child, so they felt tired and had stiffness at their body like as the son and daughter. They knew very well the effect of Dohsa-hou, because they had own experience of Dohsa-hou practice to their child. So, they applied the Dohsa-hou to the Center, Kyushu University. They had been taken Dohsa-hou therapy twice a month for 3 years. Each session is 1 hour.

The results of the therapy were the following. The clients described and reported that their stiffness and pain ant the body has been weakened and their anxiety of body or the behaviors of daily life have been reduced. And then, they reported that they felt easy and relaxed to take care of the child in daily life. These clients reports and descriptions suggest that Dohsa-hou could be effective as the support method for the parents who should be take care of their child with physically handicapped.

Keywords: Dohsa-hou, parents who have the child of physically handicapped