

カラータッチシリーズでのウェルネス事業として
の高齢者満足度調査分析報告書

静岡県立大学経営情報学部

東野定律

令和8年1月

目次

1. はじめに
2. カラータッチシリーズでのウェルネス事業としての高齢者満足度調査のデータ概要
3. カラータッチシリーズでのウェルネス事業としての高齢者満足度調査の結果
4. まとめ
 - (1) データからみた新たな介護予防事業の可能性
 - (2) ウェルネス事業への提言
5. 参考文献
6. 資料

1. はじめに

総人口が減少する中で総人口における高齢者人口の割合は、2040年には3割に達するといわれており、65歳以上の者が増加することにより高齢化率は上昇を続け、2040年には国民の3人に1人が65歳以上の高齢者となると見込まれている。

これに伴い、独居高齢者や認知症高齢者の増加、家族構成の変化などによる医療や介護の複合ニーズも当然増加することが予想されている。自治体をはじめとする行政施策の中で、さらに一層の医療や介護、予防や生活支援をはじめとする地域包括システムが進められている中で、高齢者自身ができる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けるためには、支援を必要とする前から、健康的になるためのセルフケアを実践することが目指されているところである。

2024年9月13日に閣議決定された高齢者対策大綱においても、高齢者自身が自らの知識や経験を活かしながら生活を継続できる環境、居場所をはじめとする社会活動、就労機会などを増やしながら社会における活躍の機会の創出が必要であるという内容が示されている。

一方で、生産年齢人口が減少していく中、医療や介護サービスに関わる人材そのものも減少し、サービス自体の需要と供給のバランスが崩れつつある。高齢者自身の役割もサービスを受ける立場から、支えていく立場へと変化し自立した状態で、なおかつ新たなテクノロジーを利用しながら、高齢期を充実させていく必要がある。スマートホンをはじめとするデジタル機器の講習会などをはじめ、デジタル等のテクノロジーに関する学びを充実されることによって学習と社会参加の機会を早い段階から行っていくことは今後の高齢期を迎える世代にとっては必要不可欠な内容となると考えられる。

健康意識が高まっている我が国においては、WHOが示す「身体的にも精神的にも社会的にもWell-beingであること」が次のステップとして求められており、静岡県においても、県民一人ひとりの幸福度を向上させるための取り組みがなされている現状がある。

本調査研究は、令和7年度静岡ウェルネスプロジェクトで展開されている静岡県産業振興財団が県内の中小企業者等による新たなウェルネスビジネスの創出を支援するため、事業化に向けた取組を行う中小企業者等に対し助成する「ウェルネスビジネス事業化促進事業」において実施された「カラータッチシリーズでのウェルネス事業」について、高齢者に対して満足度調査を行った結果である。新たな介護予防事業の事業効果をその取組状況を中心としたデータに基づき、その特徴や課題等を整理するとともに、今後、事業展開の方向性を検討していく基礎資料を収集したものである。

2. カラータッチシリーズでのウェルネス事業としての高齢者満足度調査のデータ概要

(1) 目的

YK・コラボ株式会社が開発を行った「カラータッチシリーズ」を、高齢者施設を利用している高齢者に介護予防事業の一環として体験していただき、レクリエーション実施前と実施後でアンケート調査を行い、今後のウェルネス事業の可能性とその方向性について議論する基礎資料を提供する。

(2) データ内容

以下のデータの内容について分析を行った。

本調査ではレクリエーション実施前と実施後で2種類の調査を行った。

レクリエーション実施前の調査(N=70)では、調査対象者の属性のほかに主に調査対象者の日ごろの習慣や意欲について質問した。日ごろの習慣を問う設問については、質問者が独自に作成した。また、意欲を測る設問については、やる気スコア¹⁾を参考に作成した。これは14項目からなる尺度であり、各設問に対して評価点が0~3点となる4段階の選択肢が設けられている。なお、原著ではやる気スコアの合計値が高いほど意欲低下を示すような得点設定を行っているが、本調査ではやる気スコアの点数を逆転させ、スコア合計値が高いほど意欲向上を示すような形式に変更した。

レクリエーション実施後の調査で(N=28)は、レクリエーションの感想、継続意志、意欲について質問した。まず、レクリエーションについては、レクリエーションを実際に行った感想や運動効果などについての質問項目を独自に作成した。次に、継続意志については生涯学習について調査を行った浅野の研究²⁾より、継続意志に対応する「できるだけ長く勉強を続けたい」という項目を参考に、学習面と運動面について長期的な継続の意志を問う設問を作成した。回答形式は4件法(「とても思う」~「まったく思わない」とした。最後に、意欲については実施前の調査と同様の、やる気スコアを参考に作成した設問を用意した。

調査結果の分析(N=17)では、実施前・実施後ともに各設問の回答傾向を選択肢ごとの割合として算出した。加えて、やる気スコアの合計値について実施前と実施後での変化の有無を確認した。

3. カラータッチシリーズでのウェルネス事業としての高齢者満足度調査の結果

1. 実施前アンケート結果

1) 調査回答者の年齢

回答者 70 人について年代を尋ねたところ、「60 代」が 3 人 (4.3%)、「70 代」が 9 人 (12.9%)、「80 代」が 25 人 (35.7%)、「90 代」が 17 人 (24.3%)、「無回答」が 16 人 (22.9%) であった。なお、平均年齢は 85.0 歳であった。

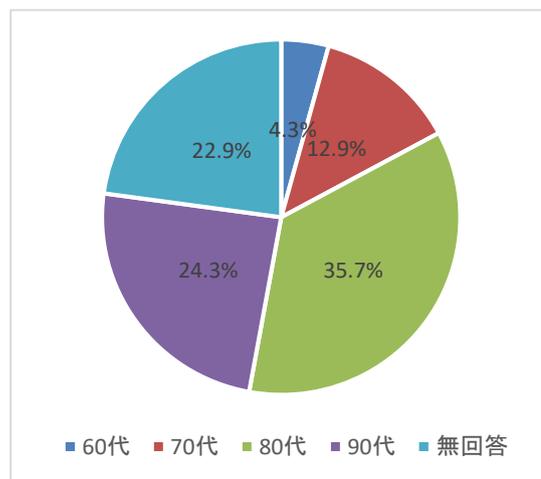


図 1-1 調査回答者の年代

2) 調査回答者の性別

回答者 70 人について性別を尋ねたところ、「男性」が 26 人 (37.1%)、「女性」が 44 人 (62.9%) であった。

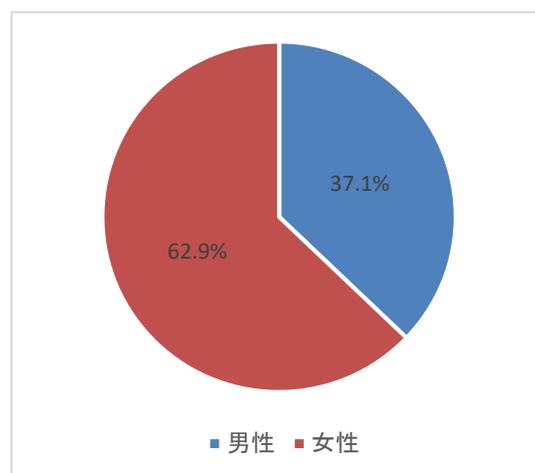


図 1-2 調査回答者の性別

3) 調査回答者の介護度

回答者 70 人について介護度を尋ねたところ、「要支援 1」が 6 人 (9.1%)、「要支援 2」が 9 人 (13.6%)、「要介護 1」が 31 人 (47.0%)、「要介護 2」が 13 人 (19.7%)、「要介護 3」が 4 人 (6.1%)、「要介護 4」が 2 人 (3.0%)、「要介護 5」が 1 人 (1.5%) であった。

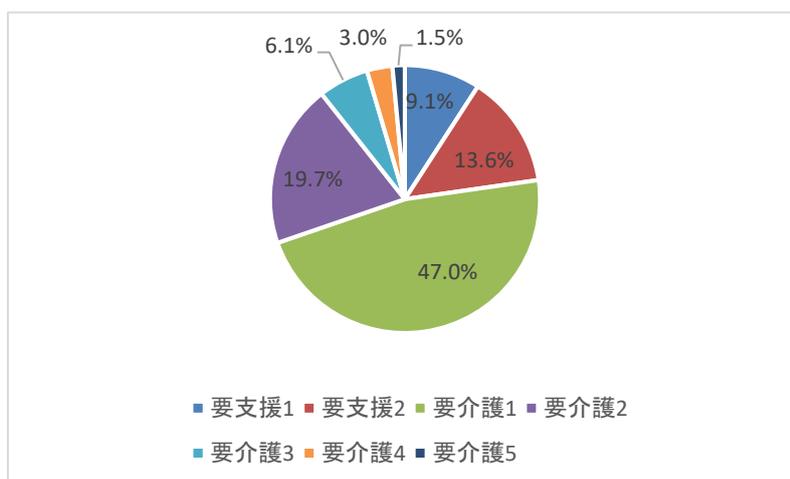


図 1-3 調査回答者の介護度

4) 日ごろから積極的に頭を使うか

回答者 66 人について日ごろから積極的に頭を使うかを尋ねたところ、「とても当てはまる」が 10 人 (15.2%)、「やや当てはまる」が 34 人 (51.5%)、「あまり当てはまらない」が 19 人 (28.8%)、「全く当てはまらない」が 3 人 (4.5%) であった。

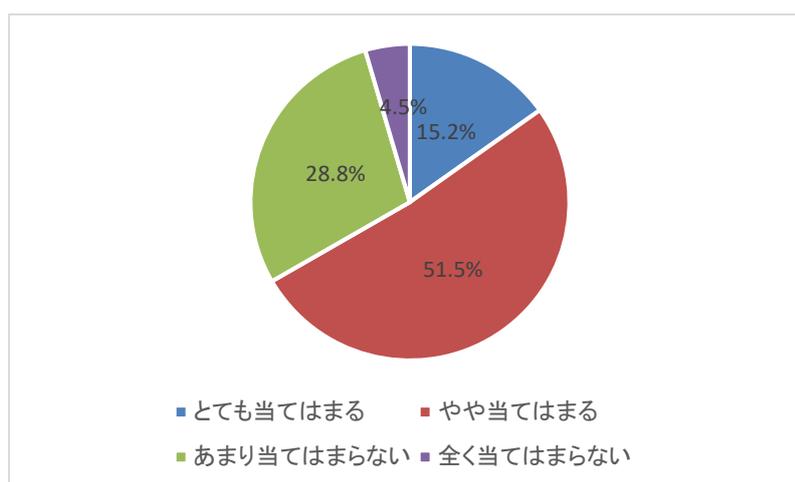


図 1-4 日ごろから積極的に頭を使うか

5) 日ごろから積極的に体を動かすか

回答者 66 人について日ごろから積極的に体を動かすかを尋ねたところ、「とても当てはまる」が 8 人 (12.1%)、「やや当てはまる」が 35 人 (53.0%)、「あまり当てはまらない」が 21 人 (31.8%)、「全く当てはまらない」が 2 人 (3.0%) であった。

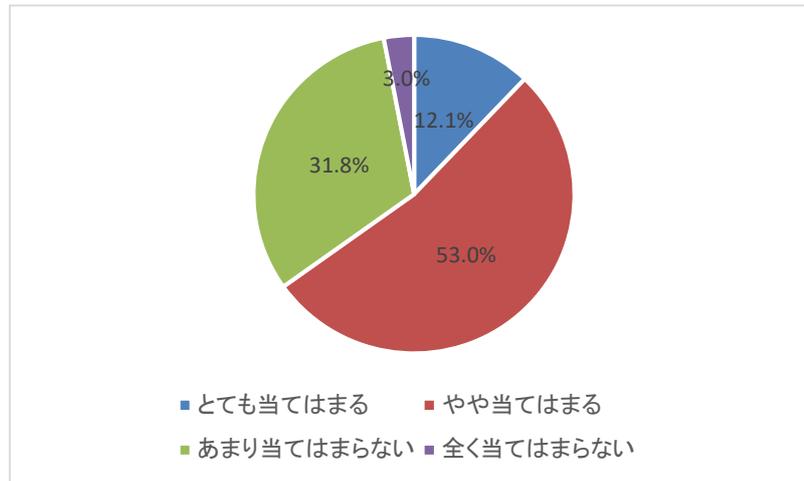


図 1-5 日ごろから積極的に体を動かすか

6) テレビゲームは好きか

回答者 65 人についてテレビゲームは好きかを尋ねたところ、「とても好き」が 1 人 (1.5%)、「やや好き」が 17 人 (26.2%)、「やや嫌い」が 28 人 (43.1%)、「とても嫌い」が 19 人 (29.2%) であった。

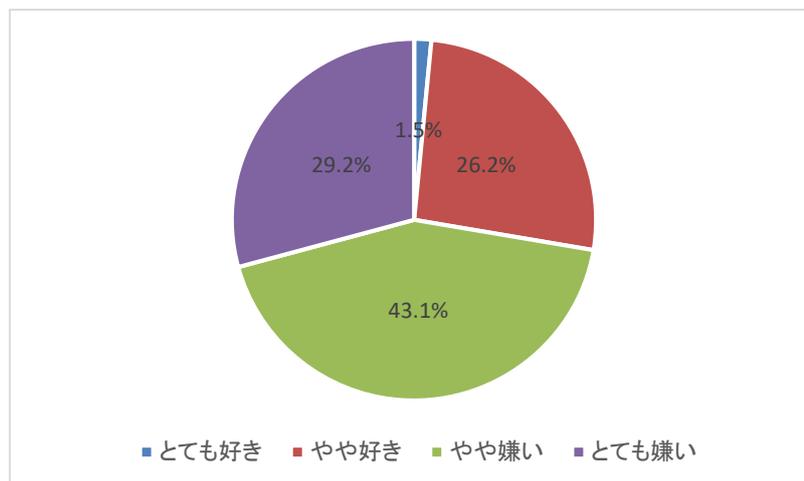


図 1-6 テレビゲームは好きか

7) クイズは好きか

回答者 67 人についてクイズは好きかを尋ねたところ、「とても好き」が 9 人 (13.4%)、「やや好き」が 30 人 (44.8%)、「やや嫌い」が 24 人 (35.8%)、「とても嫌い」が 4 人 (6.0%) であった。

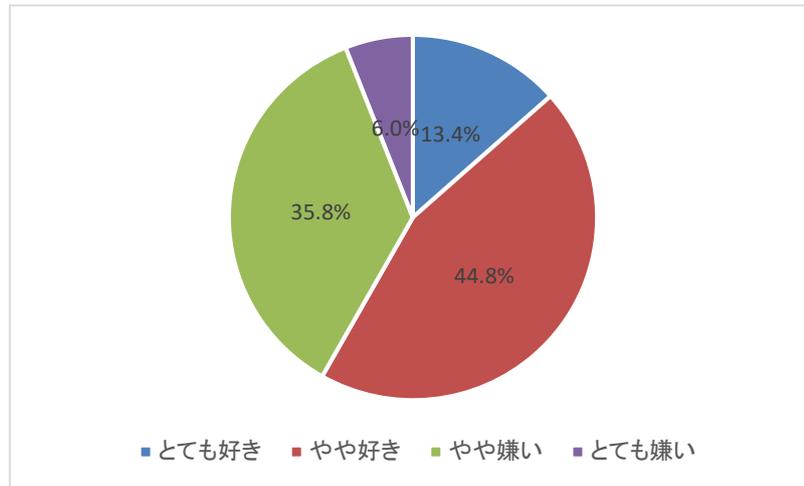


図 1-7 クイズは好きか

8) 体を動かすことは好きか

回答者 68 人について体を動かすことは好きかを尋ねたところ、「とても好き」が 12 人 (17.6%)、「やや好き」が 38 人 (55.9%)、「やや嫌い」が 15 人 (22.1%)、「とても嫌い」が 3 人 (4.4%) であった。

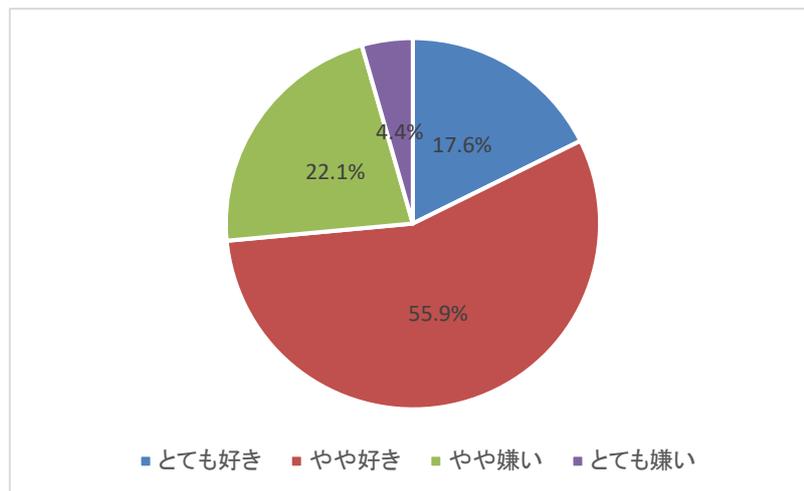


図 1-8 体を動かすことは好きか

9) 新しいことを学びたいと思うか

回答者 64 人について新しいことを学びたいと思うかを尋ねたところ、「大いに」が 6 人 (9.4%)、「かなり」が 11 人 (17.2%)、「少し」が 37 人 (57.8%)、「全くない」が 10 人 (15.6%) であった。

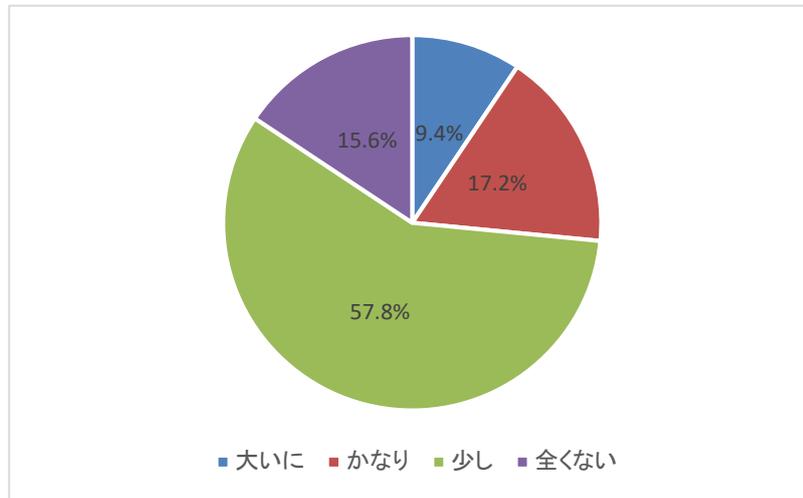


図 1-9 新しいことを学びたいと思うか

10) 何か興味を持っていることはあるか

回答者 61 人について何か興味を持っていることはあるかを尋ねたところ、「大いに」が 5 人 (8.2%)、「かなり」が 12 人 (19.7%)、「少し」が 34 人 (55.7%)、「全くない」が 10 人 (16.4%) であった。

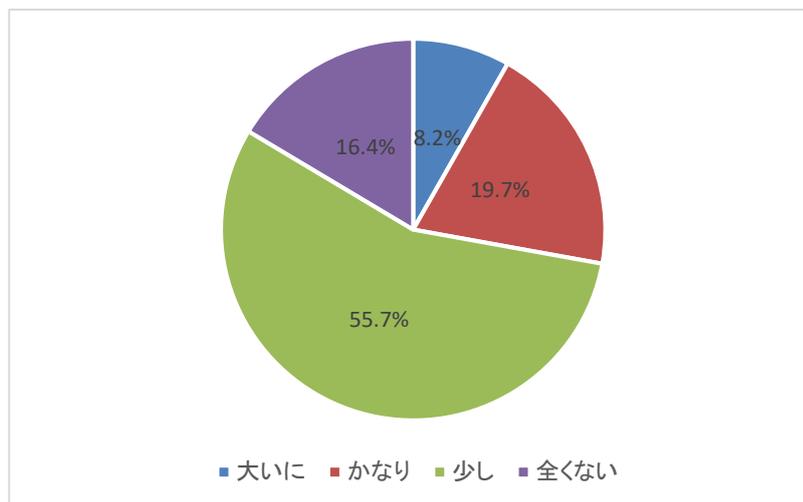


図 1-10 何か興味を持っていることはあるか

11) 健康状態に関心があるか

回答者 67 人について健康状態に関心があるかを尋ねたところ、「大いに」が 14 人(20.9%)、「かなり」が 24 人 (35.8%)、「少し」が 27 人 (40.3%)、「全くない」が 2 人 (3.0%) であった。

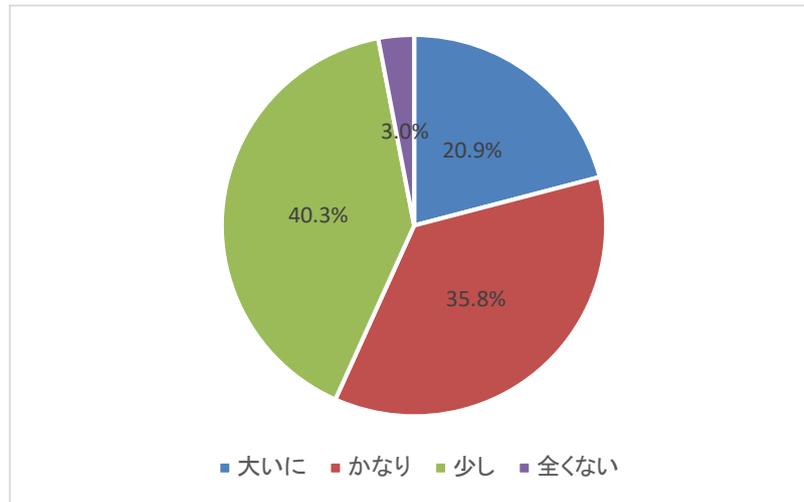


図 1-11 健康状態に関心があるか

12) 物事に打ち込めるか

回答者 66 人について物事に打ち込めるかを尋ねたところ、「大いに」が 8 人 (12.1%)、「かなり」が 18 人 (27.3%)、「少し」が 37 人 (56.1%)、「全くない」が 3 人 (4.5%) であった。

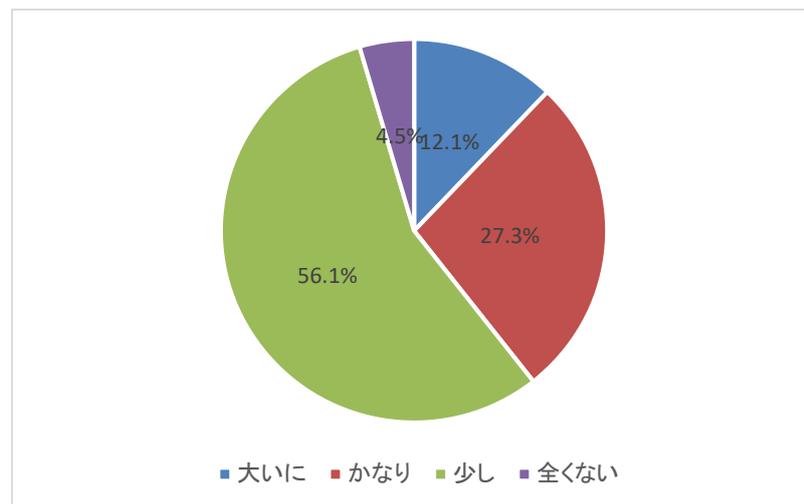


図 1-12 物事に打ち込めるか

13) いつも何かしたいと思っているか

回答者 66 人についていつも何かしたいと思っているかを尋ねたところ、「大いに」が 4 人 (6.1%)、「かなり」が 20 人 (30.3%)、「少し」が 34 人 (51.5%)、「全くない」が 8 人 (12.1%) であった。

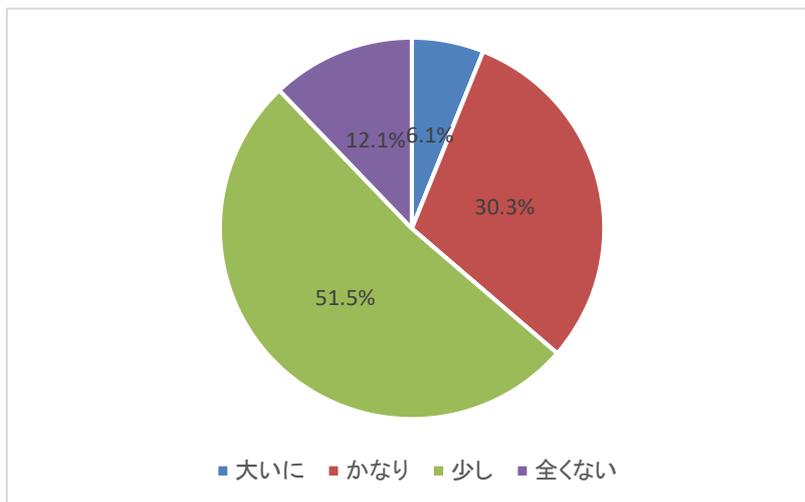


図 1-13 いつも何かしたいと思っているか

14) 将来のことについて計画や目標を持っているか

回答者 67 人について将来のことについて計画や目標を持っているかを尋ねたところ、「大いに」が 2 人 (3.0%)、「かなり」が 13 人 (19.4%)、「少し」が 39 人 (58.2%)、「全くない」が 13 人 (19.4%) であった。

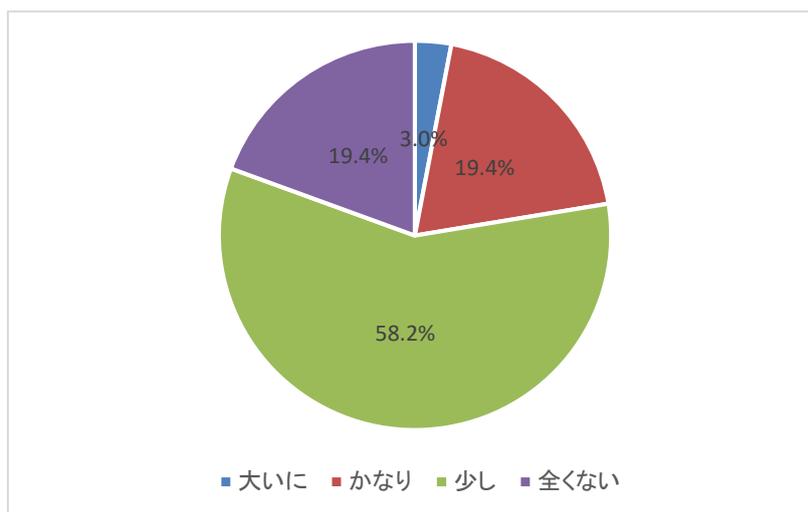


図 1-14 将来のことについて計画や目標を持っているか

15) 何かをやろうとする意欲はあるか

回答者 68 人について何かをやろうとする意欲はあるかを尋ねたところ、「大いに」が 6 人 (3.8%)、「かなり」が 15 人 (22.1%)、「少し」が 38 人 (55.9%)、「全くない」が 9 人 (13.2%) であった。

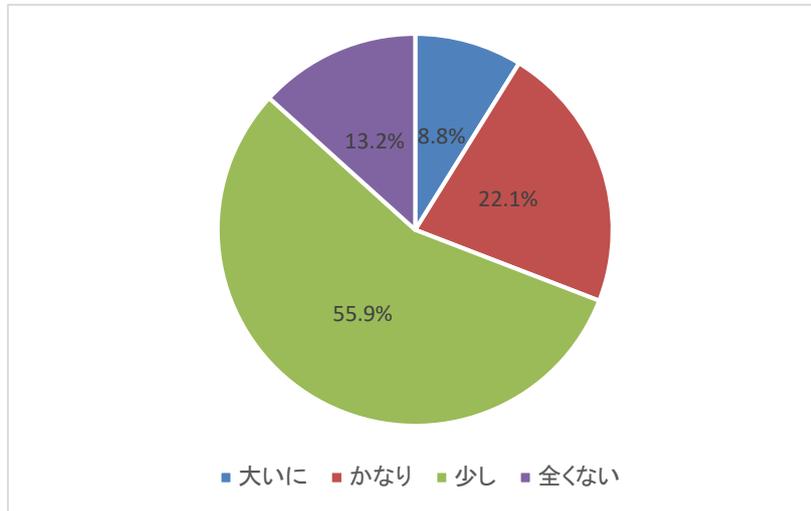


図 1-15 何かをやろうとする意欲はあるか

16) 毎日張り切って過ごしているか

回答者 67 人について毎日張り切って過ごしているかを尋ねたところ、「大いに」が 3 人 (4.5%)、「かなり」が 17 人 (25.4%)、「少し」が 39 人 (58.2%)、「全くない」が 8 人 (11.9%) であった。

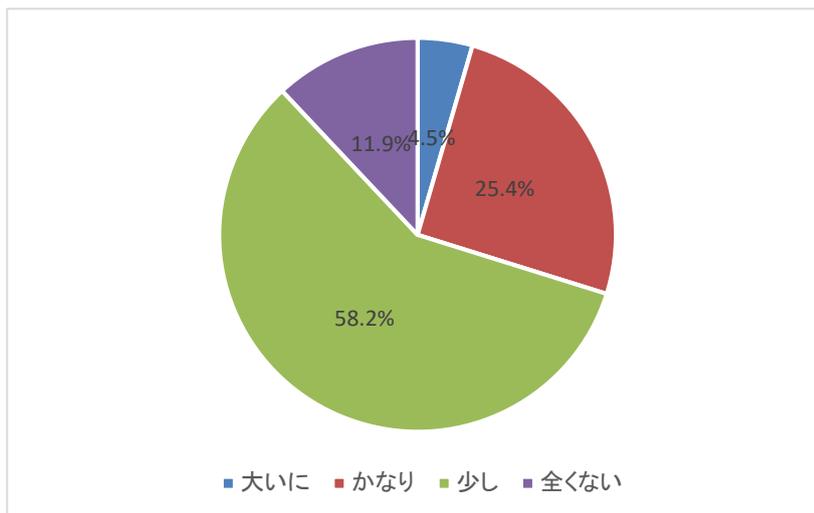


図 1-16 毎日張り切って過ごしているか

17) 毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければならないか

回答者63人について毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければならないかを尋ねたところ、「全く違う」が24人(38.1%)、「少し」が30人(47.6%)、「かなり」が7人(11.1%)、「まさに」が2人(3.2%)であった。

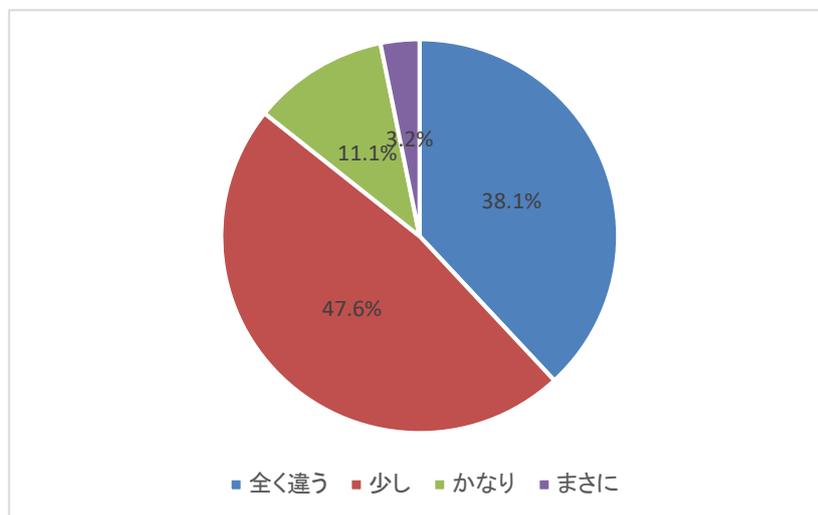


図 1-17 毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければならないか

18) 何事にも無関心（興味がわからない）か

回答者66人について何事にも無関心（興味がわからない）かを尋ねたところ、「全く違う」が19人(28.8%)、「少し」が40人(60.6%)、「かなり」が5人(7.6%)、「まさに」が2人(3.0%)であった。

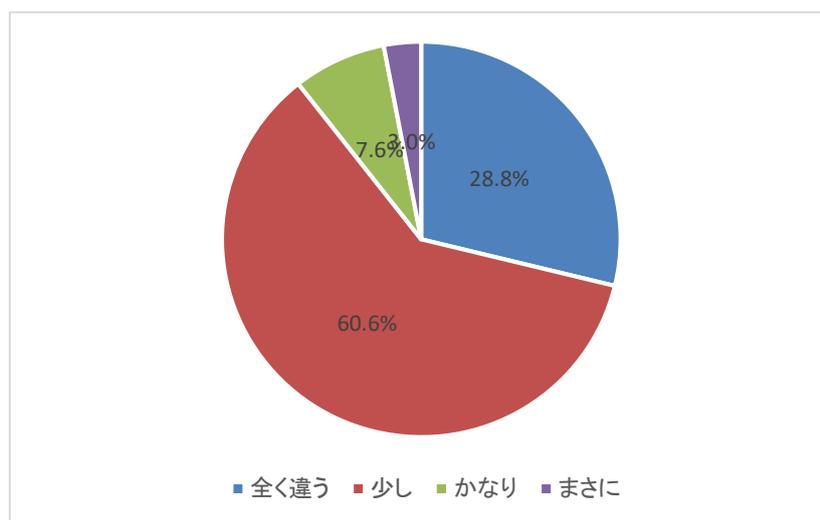


図 1-18 何事にも無関心（興味がわからない）か

19) 関心を惹かれるものなど何もないか

回答者 62 人について関心を惹かれるものなど何もないかを尋ねたところ、「全く違う」が 18 人 (29.0%)、「少し」が 36 人 (58.1%)、「かなり」が 5 人 (8.1%)、「まさに」が 3 人 (4.8%) であった。

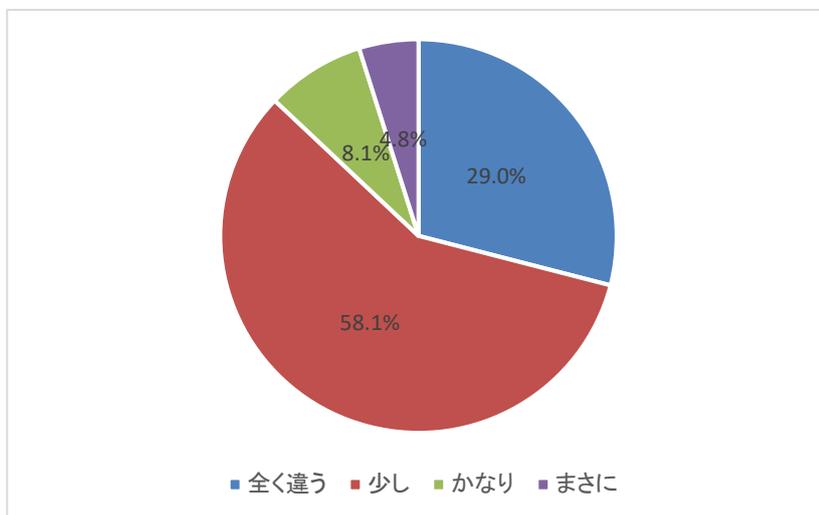


図 1-19 関心を惹かれるものなど何もないか

20) 誰かに言われないと何もしないか

回答者 66 人について誰かに言われないと何もしないかを尋ねたところ、「全く違う」が 28 人 (42.4%)、「少し」が 27 人 (40.9%)、「かなり」が 7 人 (10.6%)、「まさに」が 4 人 (6.1%) であった。

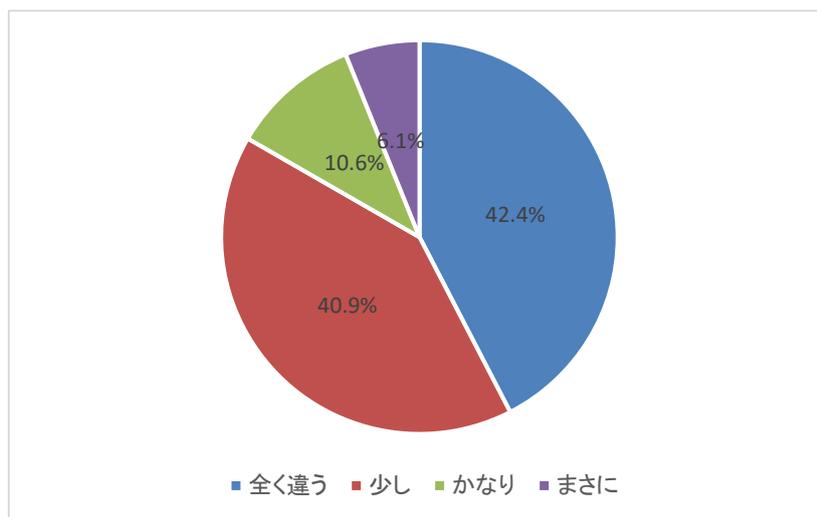


図 1-20 誰かに言われないと何もしないか

21) 楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちか

回答者 64 人について楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちかを尋ねたところ、「全く違う」が 14 人 (21.9%)、「少し」が 35 人 (54.7%)、「かなり」が 9 人 (14.1%)、「まさに」が 6 人 (9.4%) であった。

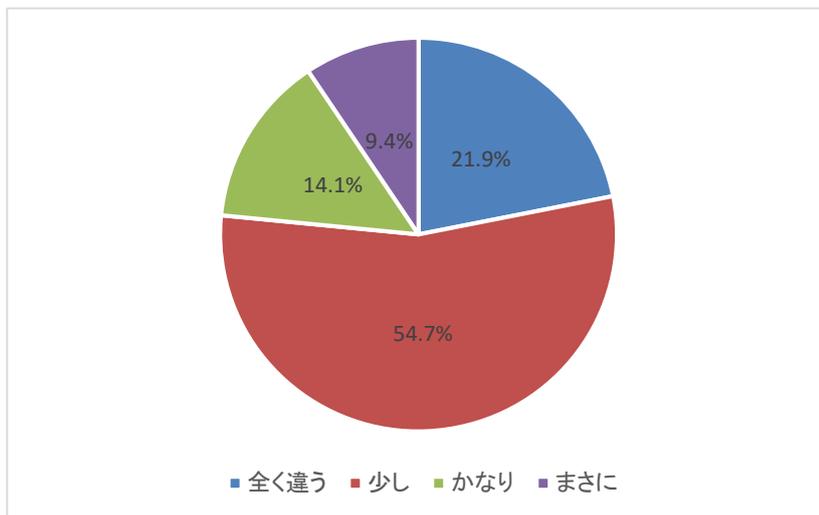


図 1-21 楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちか

22) 自分自身にやる気がないと思うか

回答者 66 人について自分自身にやる気がないと思うかを尋ねたところ、「全く違う」が 19 人 (28.8%)、「少し」が 34 人 (51.5%)、「かなり」が 11 人 (16.7%)、「まさに」が 2 人 (3.0%) であった。

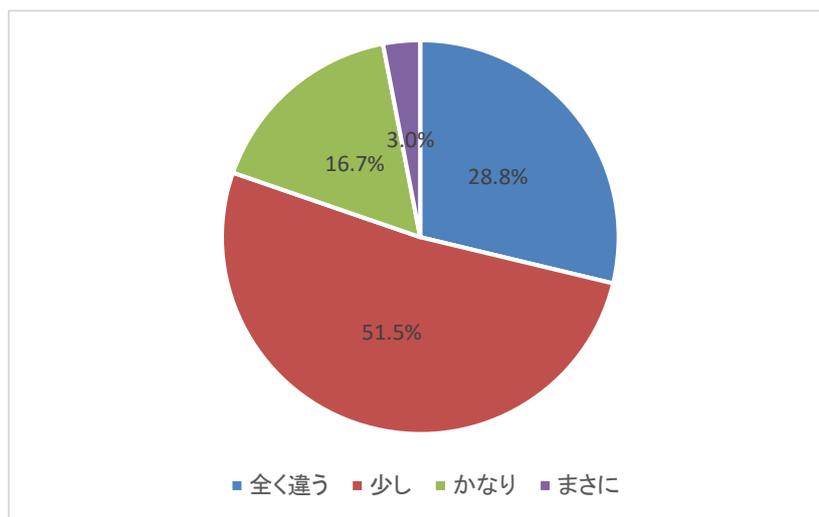


図 1-22 自分自身にやる気がないと思うか

2. 実施後アンケート結果

1) 現在の健康状態

回答者 28 人について現在の健康状態を尋ねたところ、「良い」が 12 人 (42.9%)、「普通」が 15 人 (53.6%)、「あまり良くない」が 1 人 (3.6%) であった。

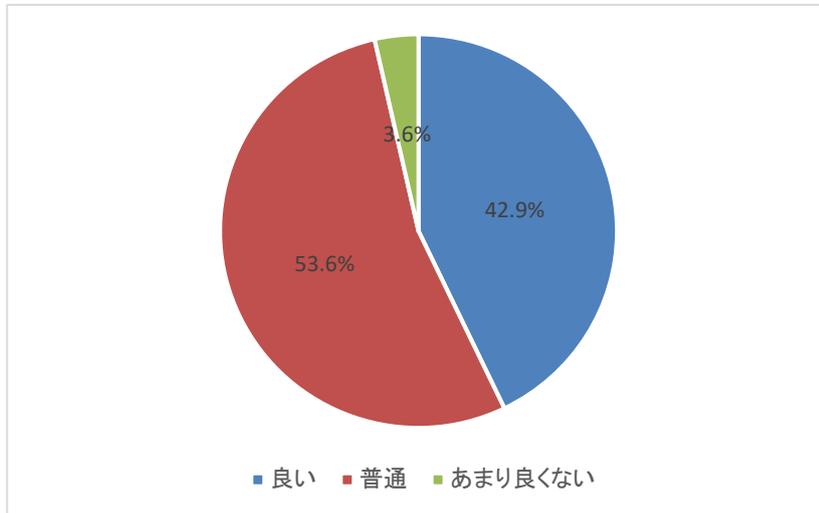


図 2-1 現在の健康状態

2) 参加したゲームレクリエーションは楽しかったか

回答者 28 人について参加したゲームレクリエーションは楽しかったかを尋ねたところ、「とても楽しかった」が 13 人 (46.4%)、「やや楽しかった」が 15 人 (53.6%)、「あまり楽しくなかった」が 0 人 (0%)、「楽しくなかった」が 0 人 (0%) であった。

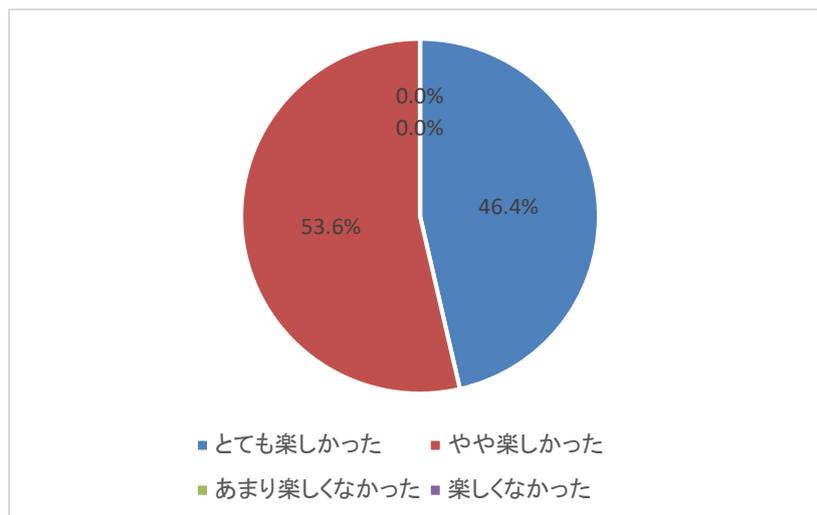


図 2-2 参加したゲームレクリエーションは楽しかったか

3) どんなゲームが好きか

回答者 28 人についてどんなゲームが好きかを尋ねたところ、最も多かった回答が「もぐらたたき」の 23 人 (82.1%) であり、次いで「ふうせんをつかまえて」の 16 人 (57.1%)、「サンタクロース」の 5 人 (17.9%)、「サッカーボール」の 2 人 (7.1%)、「クイズ (歌 童謡 歌謡曲)」の 2 人 (7.1%)、「クイズ (脳トレ)」の 2 人 (7.1%)、「スカッシュ (ピンポン)」の 1 人 (3.6%)、「クイズ (地元の問題)」の 1 人 (3.6%) となっていた。

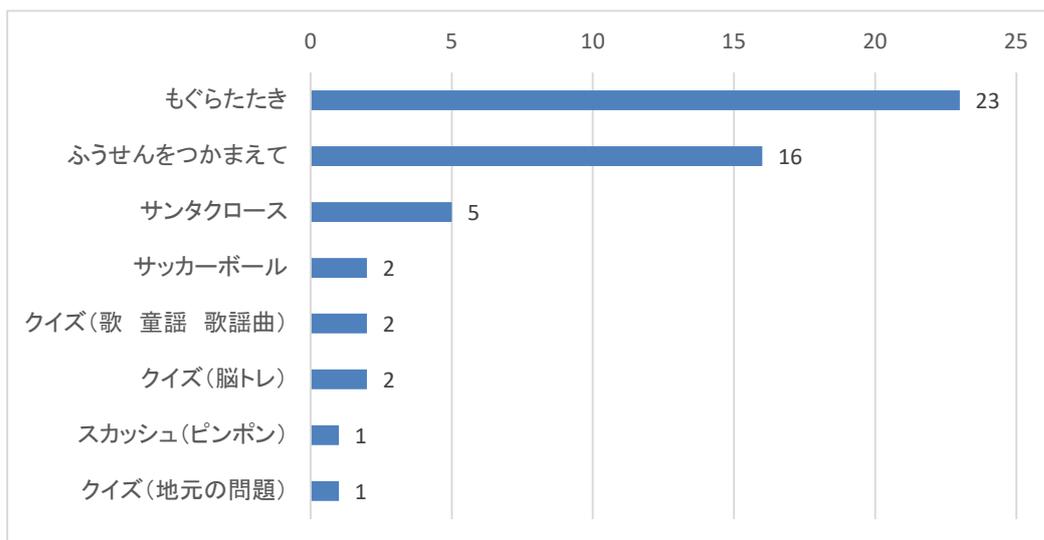


図 2-3 どんなゲームが好きか

4) レクリエーションの後、どう感じたか

回答者 28 人についてレクリエーションの後、どう感じたかを尋ねたところ、最も多かった回答が「気分が明るくなった」の 12 人 (42.9%) であり、次いで「リラックスできた」の 10 人 (35.7%)、「元気が出た」の 7 人 (25.0%)、「少し疲れた」の 4 人 (14.3%)、「よく眠れた」の 3 人 (10.7%)、「かなり疲れた」の 1 人 (3.6%)、「特に変化はない」の 4 人 (14.3%) となっていた。

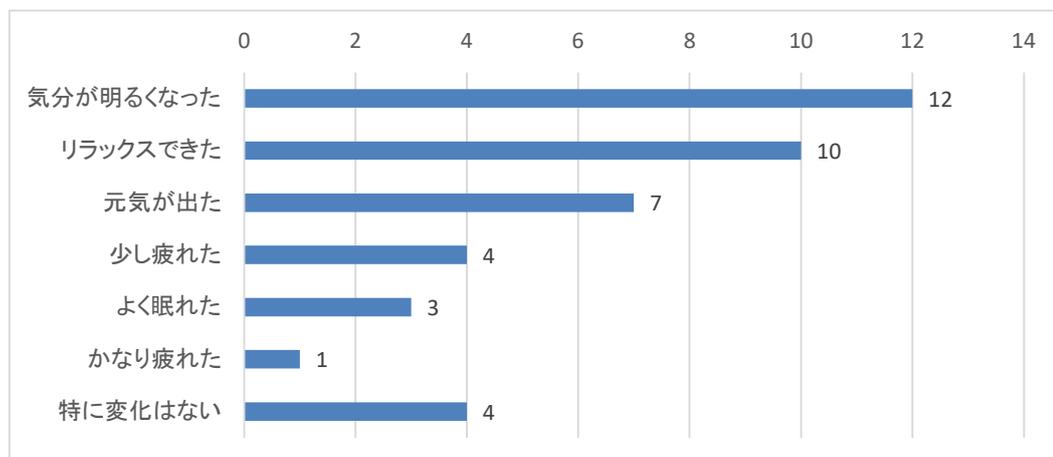


図 2-4 レクリエーションの後、どう感じたか

5) レクリエーションで体や足を動かしたことによる効果を感じたか

回答者27人についてレクリエーションで体や足を動かしたことによる効果を感じたかを尋ねたところ、「はい」が22人(81.5%)、「いいえ」が5人(18.5%)であった。

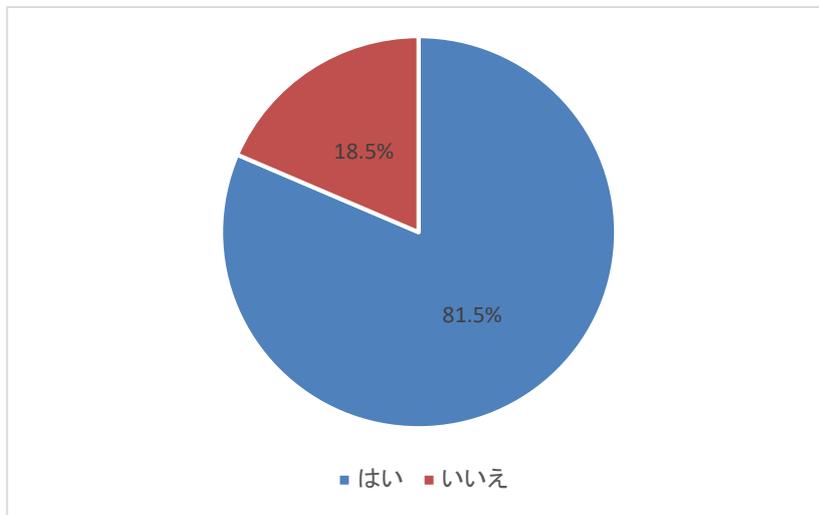


図 2-5 レクリエーションで体や足を動かしたことによる効果を感じたか

なお、「はい」と答えた者に対しどのような効果があったかを尋ねたところ、次のような回答が得られた。

- ・ 気分がリラックスした。夢中になる。
- ・ リラックス出来ました
- ・ よく眠れた
- ・ 元気がでます。明るくなりました
- ・ 明るい気分になった
- ・ 体の動作が軽くなる
- ・ 動作が機敏になった
- ・ チェックをする時速く押すようになる
- ・ 頭の体操になる
- ・ どんなゲームが始まるか興味があった
- ・ 気持ちの問題

6) 他の参加者と交流できたか

回答者 28 人について他の参加者と交流できたかを尋ねたところ、「多く交流できた」が 10 人 (35.7%)、「少し交流できた」が 17 人 (60.7%)、「あまり交流できなかった」が 0 人 (0%)、「全く交流できなかった」が 1 人 (3.6%) であった。

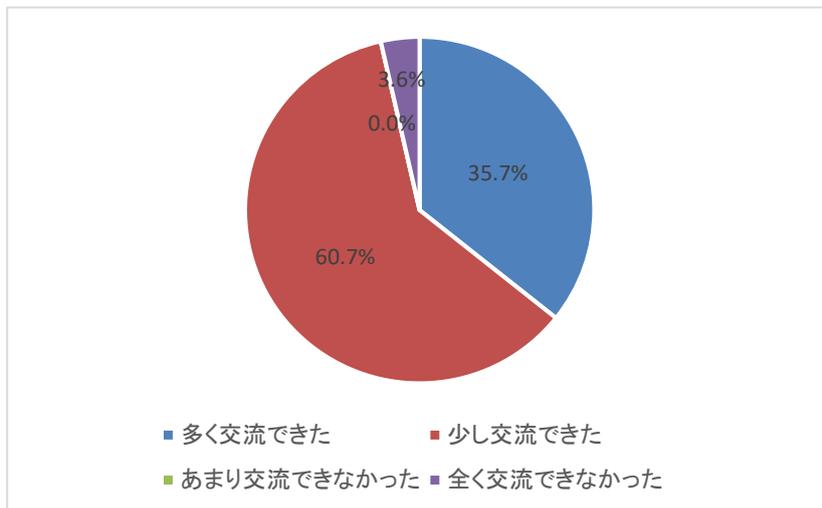


図 2-6 他の参加者と交流できたか

7) このようなレクリエーションに今後も参加したいか

回答者 28 人についてこのようなレクリエーションに今後も参加したいかを尋ねたところ、「ぜひ参加したい」が 18 人 (64.3%)、「機会があれば参加したい」が 9 人 (32.1%)、「あまり参加したくない」が 1 人 (3.6%)、「参加したくない」が 0 人 (0%) であった。

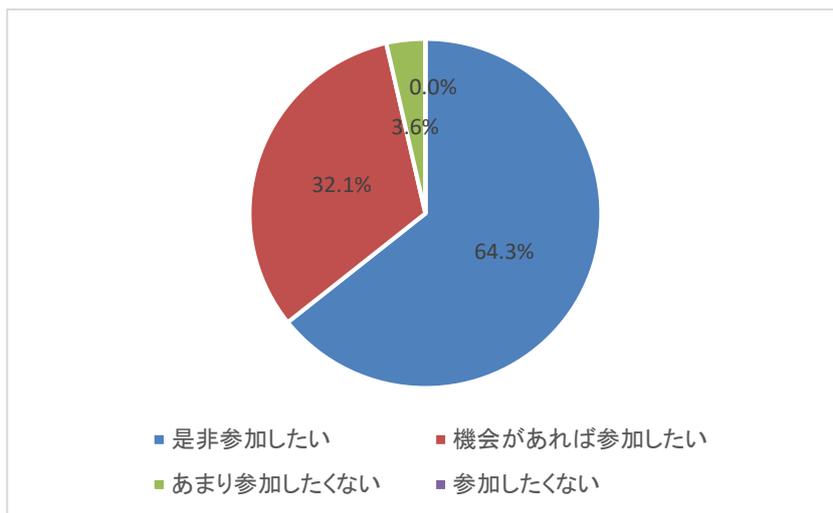


図 2-7 このようなレクリエーションに今後も参加したいか

8) できるだけ長く学ぶことを続けたいと思うか

回答者 28 人についてできるだけ長く学ぶことを続けたいと思うかを尋ねたところ、「とても思う」が 14 人 (50%)、「少し思う」が 13 人 (46.4%)、「あまり思わない」が 1 人 (3.6%)、「全く思わない」が 0 人 (0%) であった。

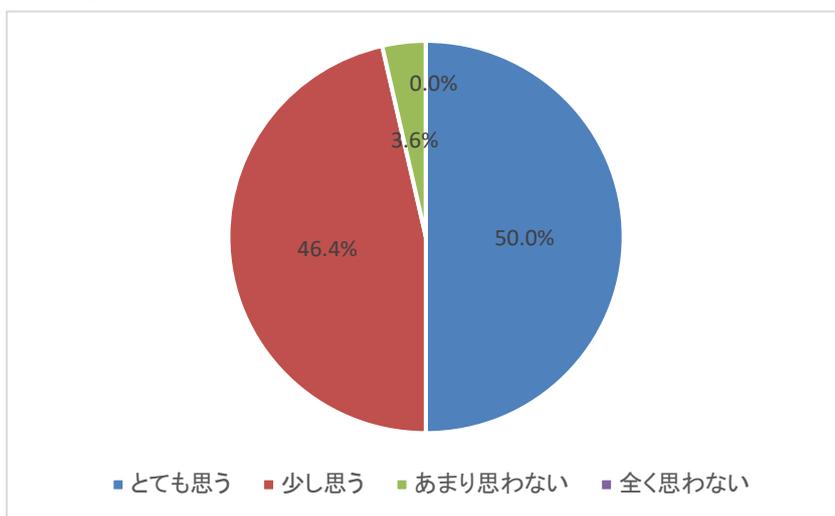


図 2-8 できるだけ長く学ぶことを続けたいと思うか

9) できるだけ長く体を動かすことを続けたいと思うか

回答者 28 人についてできるだけ長く体を動かすことを続けたいと思うかを尋ねたところ、「とても思う」が 16 人 (57.1%)、「少し思う」が 12 人 (42.9%)、「あまり思わない」が 0 人 (0%)、「全く思わない」が 0 人 (0%) であった。

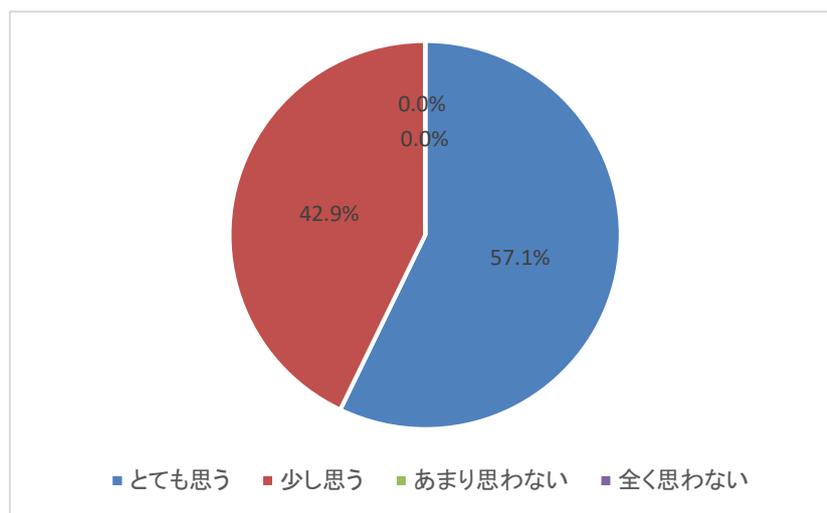


図 2-9 できるだけ長く体を動かすことを続けたいと思うか

10) 新しいことを学びたいと思うか

回答者 28 人について新しいことを学びたいと思うかを尋ねたところ、「大いに」が 8 人 (28.6%)、「かなり」が 9 人 (32.1%)、「少し」が 10 人 (35.7%)、「全くない」が 1 人 (3.6%) であった。

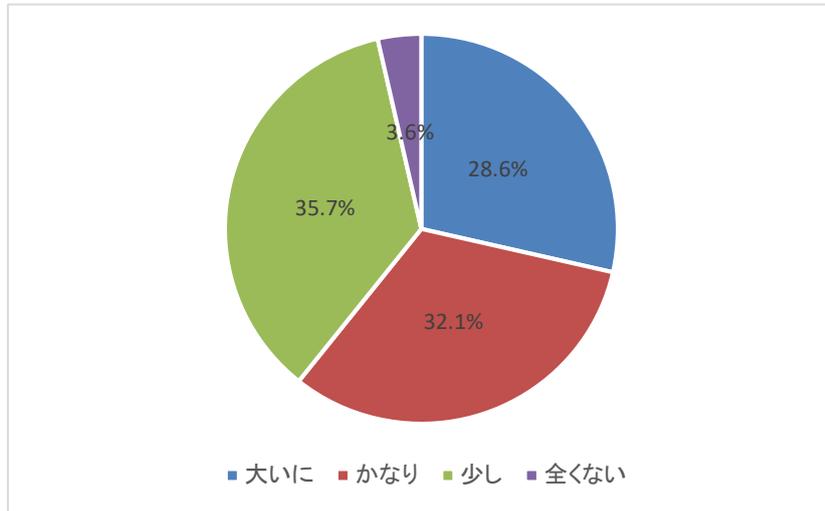


図 2-10 新しいことを学びたいと思うか

11) 何か興味を持っていることはあるか

回答者 27 人について何か興味を持っていることはあるかを尋ねたところ、「大いに」が 4 人 (14.8%)、「かなり」が 5 人 (18.5%)、「少し」が 18 人 (66.7%)、「全くない」が 0 人 (0%) であった。

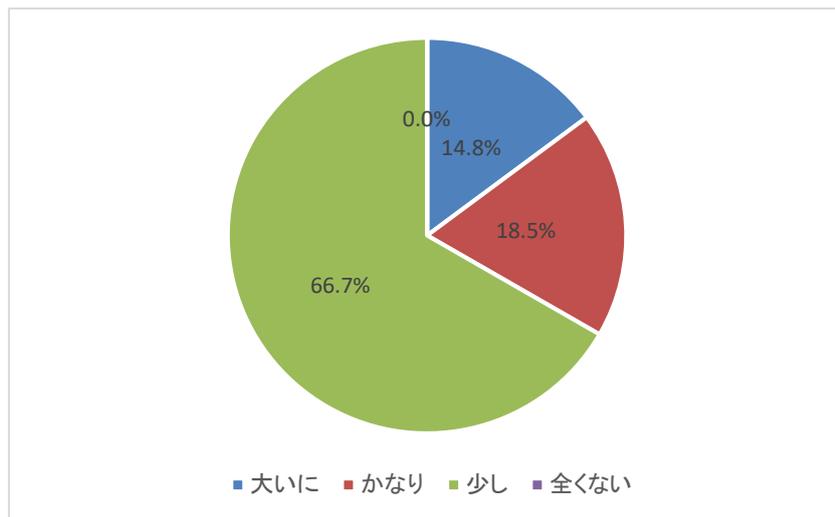


図 2-11 何か興味を持っていることはあるか

12) 健康状態に関心があるか

回答者28人について健康状態に関心があるかを尋ねたところ、「大いに」が9人(32.1%)、「かなり」が13人(46.4%)、「少し」が6人(21.4%)、「全くない」が0人(0%)であった。

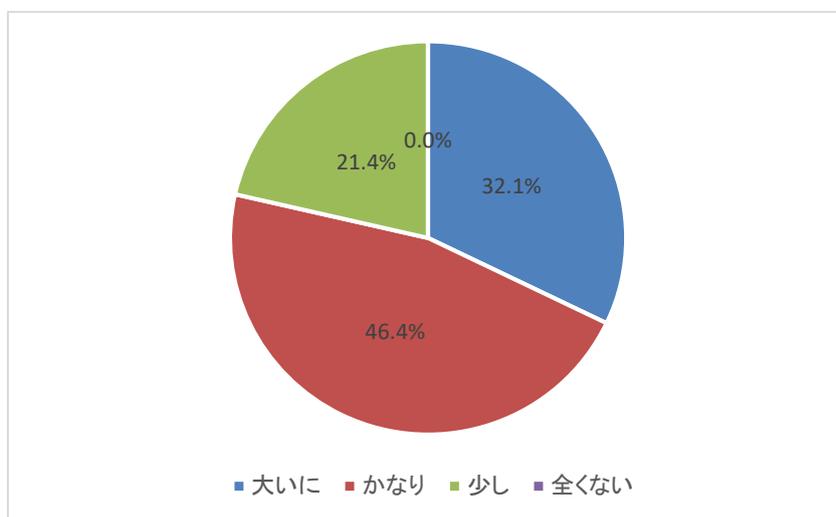


図 2-12 健康状態に関心があるか

13) 物事に打ち込めるか

回答者28人について物事に打ち込めるかを尋ねたところ、「大いに」が4人(14.3%)、「かなり」が14人(50%)、「少し」が10人(35.7%)、「全くない」が0人(0%)であった。

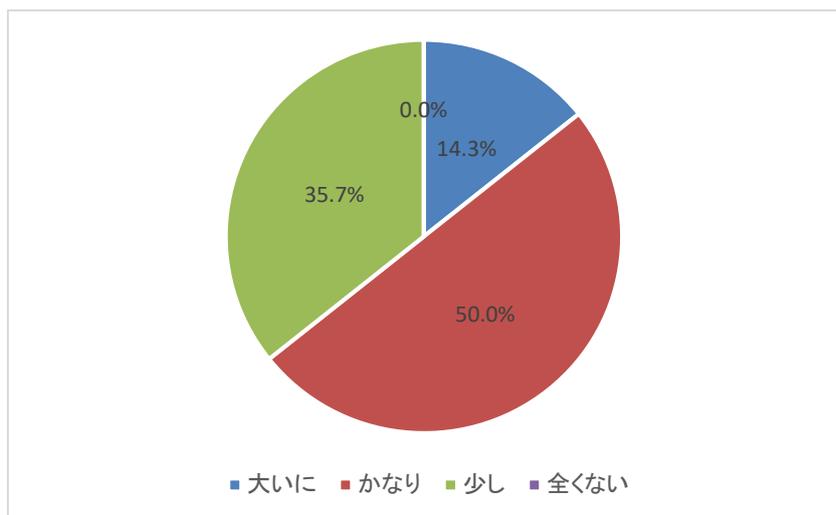


図 2-13 物事に打ち込めるか

14) いつも何かしたいと思っているか

回答者 27 人についていつも何かしたいと思っているかを尋ねたところ、「大いに」が 4 人 (14.8%)、「かなり」が 11 人 (40.7%)、「少し」が 12 人 (44.4%)、「全くない」が 0 人 (0%) であった。

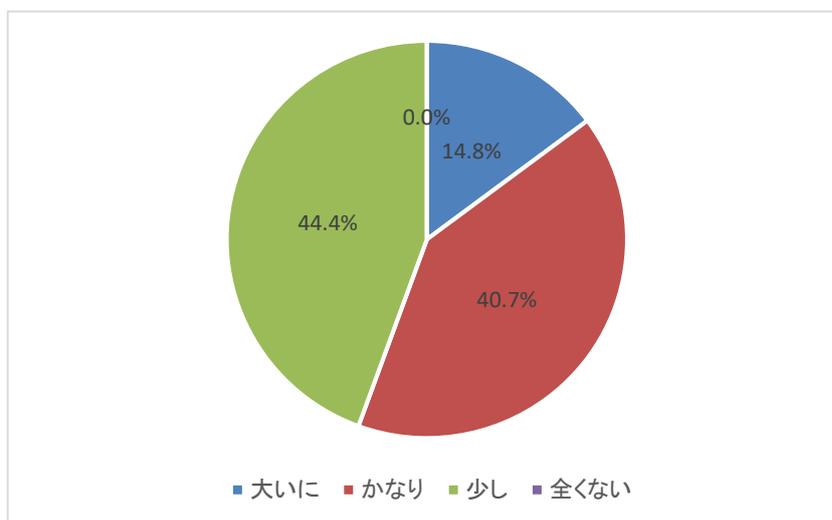


図 2-14 いつも何かしたいと思っているか

15) 将来のことについて計画や目標を持っているか

回答者 27 人について将来のことについて計画や目標を持っているかを尋ねたところ、「大いに」が 1 人 (3.7%)、「かなり」が 10 人 (37.0%)、「少し」が 15 人 (55.6%)、「全くない」が 1 人 (3.7%) であった。

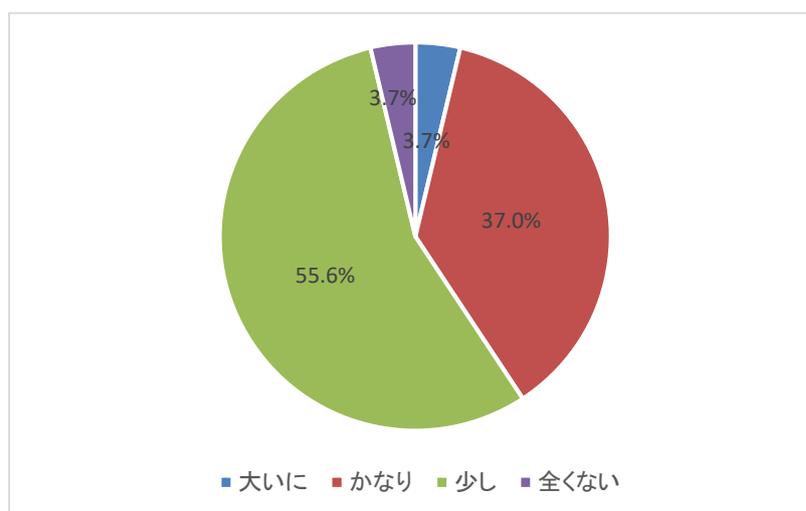


図 2-15 将来のことについて計画や目標を持っているか

16) 何かをやろうとする意欲はあるか

回答者 27 人について何かをやろうとする意欲はあるかを尋ねたところ、「大いに」が 4 人 (14.8%)、「かなり」が 12 人 (44.4%)、「少し」が 11 人 (40.7%)、「全くない」が 0 人 (0%) であった。

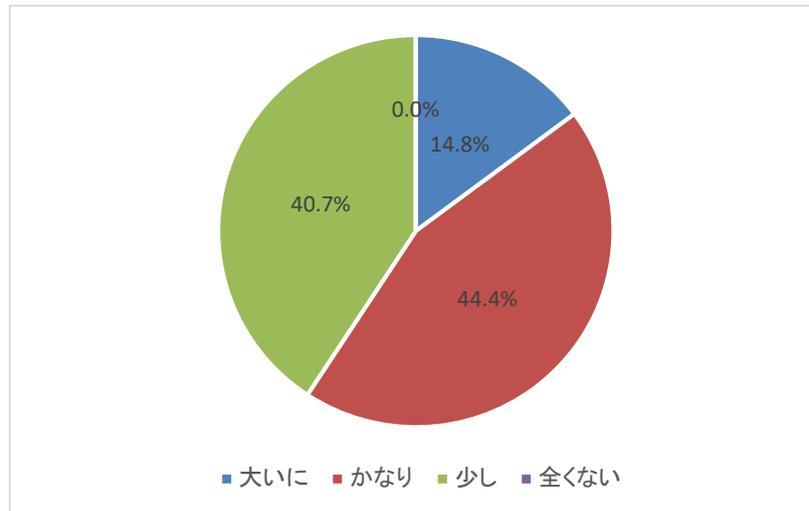


図 2-16 何かをやろうとする意欲はあるか

17) 毎日張り切って過ごしているか

回答者 27 人について毎日張り切って過ごしているかを尋ねたところ、「大いに」が 4 人 (14.8%)、「かなり」が 9 人 (33.3%)、「少し」が 14 人 (51.9%)、「全くない」が 0 人 (0%) であった。

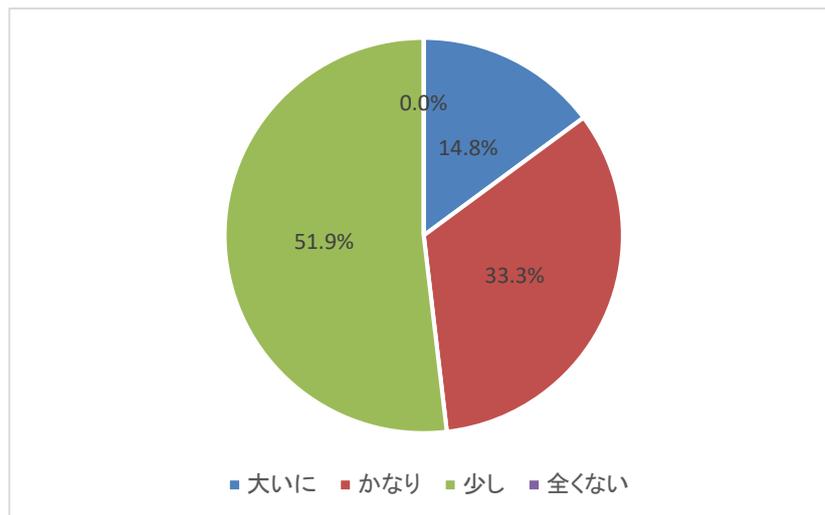


図 2-17 毎日張り切って過ごしているか

18) 毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければならないか

回答者 27 人について毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければならないかを尋ねたところ、「全く違う」が 16 人 (59.3%)、「少し」が 8 人 (29.6%)、「かなり」が 3 人 (11.1%)、「まさに」が 0 人 (0%) であった。

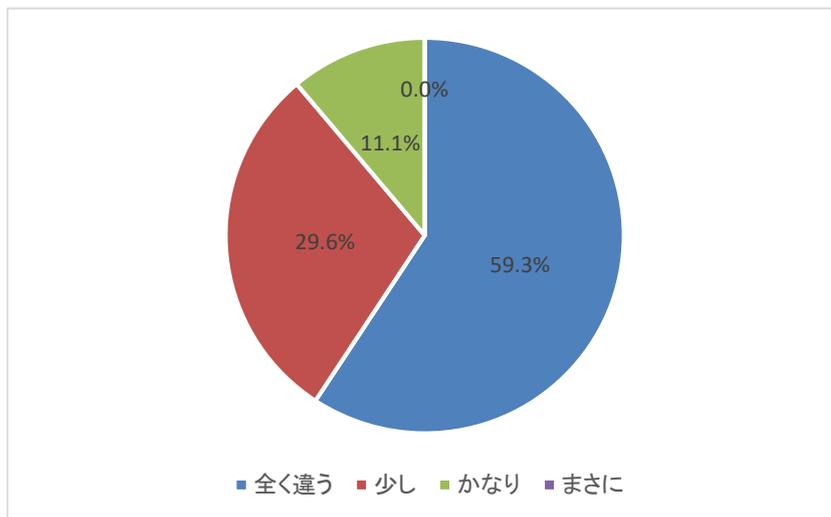


図 2-18 毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければならないか

19) 何事にも無関心（興味がわからない）か

回答者 27 人について何事にも無関心（興味がわからない）かを尋ねたところ、「全く違う」が 20 人 (74.1%)、「少し」が 5 人 (18.5%)、「かなり」が 2 人 (7.4%)、「まさに」が 0 人 (0%) であった。

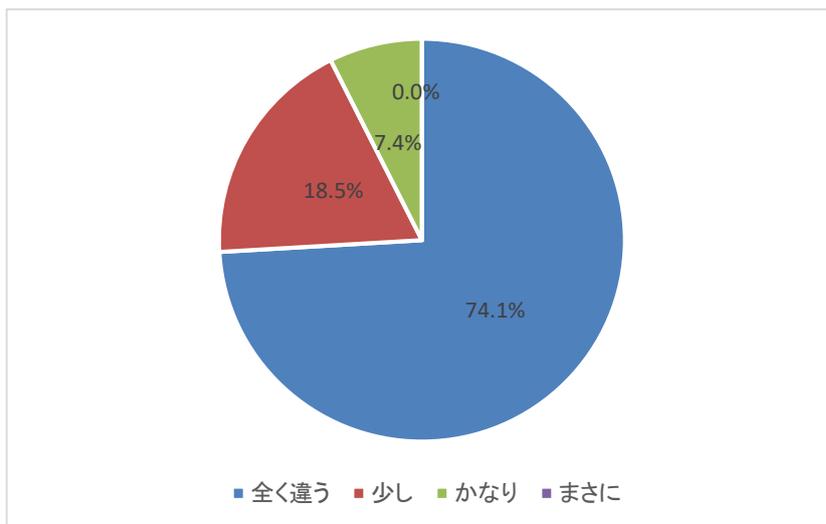


図 2-19 何事にも無関心（興味がわからない）か

20) 関心を惹かれるものなど何もないか

回答者 27 人について関心を惹かれるものなど何もないかを尋ねたところ、「全く違う」が 14 人 (51.9%)、「少し」が 10 人 (37.0%)、「かなり」が 3 人 (11.1%)、「まさに」が 0 人 (0%) であった。

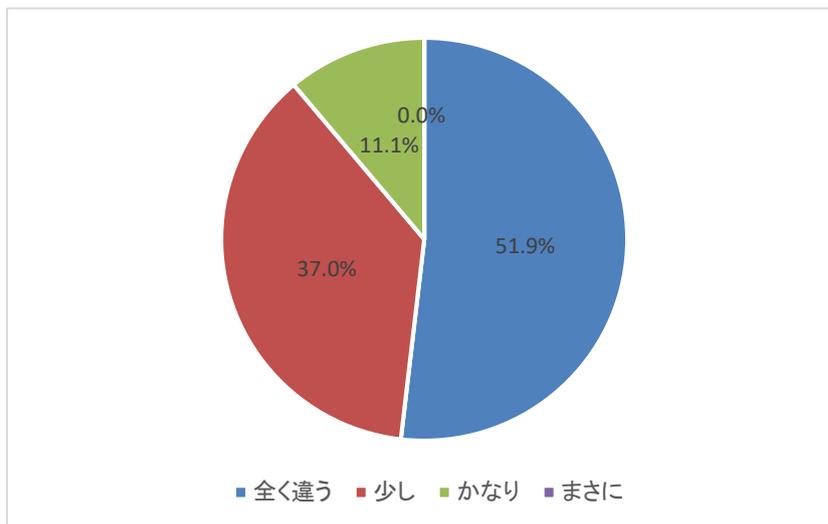


図 2-20 関心を惹かれるものなど何もないか

21) 誰かに言われないと何もしないか

回答者 28 人について誰かに言われないと何もしないかを尋ねたところ、「全く違う」が 22 人 (78.6%)、「少し」が 4 人 (14.3%)、「かなり」が 2 人 (7.1%)、「まさに」が 0 人 (0%) であった。

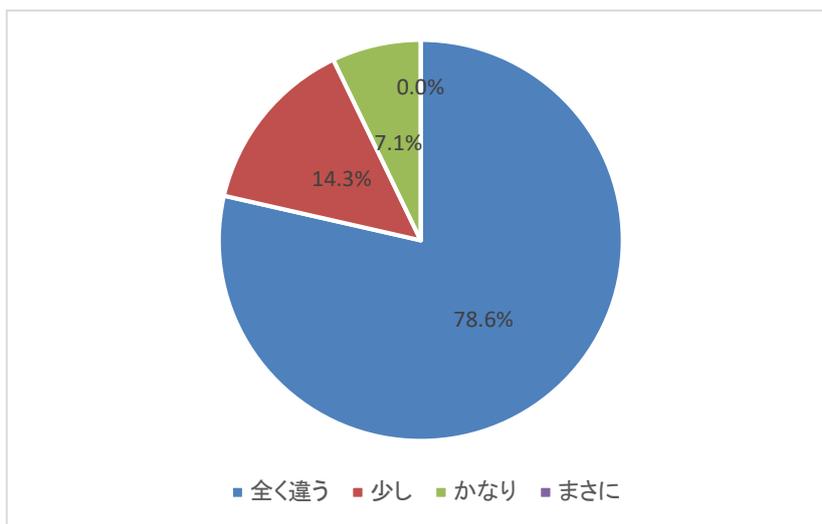


図 2-21 誰かに言われないと何もしないか

22) 楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちか

回答者 27 人について楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちかを尋ねたところ、「全く違う」が 13 人 (48.1%)、「少し」が 10 人 (37.0%)、「かなり」が 4 人 (14.8%)、「まさに」が 0 人 (0%) であった。

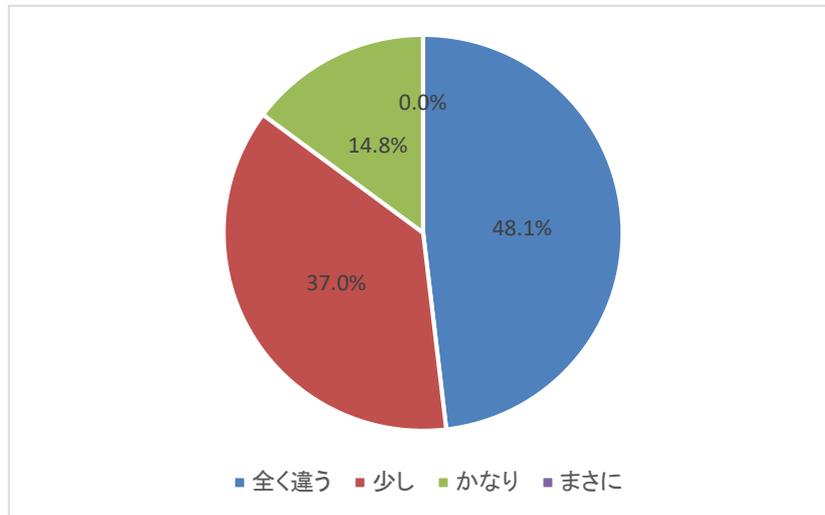


図 2-22 楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちか

23) 自分自身にやる気がないと思うか

回答者 28 人について自分自身にやる気がないと思うかを尋ねたところ、「全く違う」が 17 人 (60.7%)、「少し」が 9 人 (32.1%)、「かなり」が 2 人 (7.1%)、「まさに」が 0 人 (0%) であった。

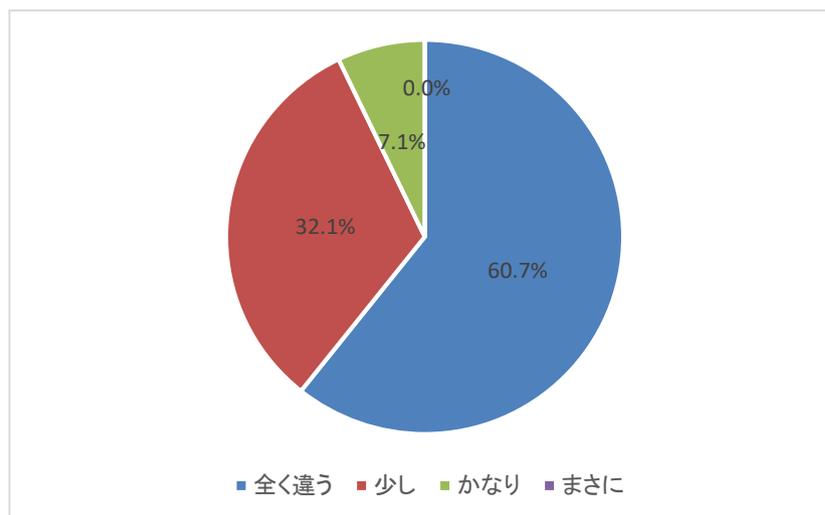


図 2-23 自分自身にやる気がないと思うか

24) ゲームレクリエーションで印象に残ったことや感想

回答者 28 人についてゲームレクリエーションで印象に残ったことや感想を尋ねたところ、次のような回答が得られた。

- ・ グループで実施することは交流を増し非常に良い
- ・ みんなでやるのが楽しかった。ペダルを踏むのがちょっと大変だった。
- ・ 多数の人と楽しめればよいと思う。(楽しめる人数が少ないかな)
- ・ みんなでするゲームは楽しい。
- ・ 頭の体操が出来て楽しいです。
- ・ もぐらたたきが楽しかった。
- ・ もぐらたたき
- ・ 楽しくできました。
- ・ 楽しくやれました
- ・ 楽しかったです
- ・ 楽しかった。
- ・ 楽しかった
- ・ 楽しかった
- ・ 楽しかった
- ・ 何でも考えるのが好きだから何でもやりたい。
- ・ ゲームが良い
- ・ ゲーム印象残る
- ・ 字が小さく読むのに時間がかかります。
- ・ 時間が少ない 画面が小さい
- ・ もう少し長く続けてやれたら。時間が短かった。
- ・ センサーの感度が不安定に感じた。
- ・ ちょっとまだよく理解できていないから続けたいと思います。
- ・ 慣れが問われる
- ・ ボタン押しはがんばる
- ・ 少し涼しくなった。

25) 今後、やってみたいレクリエーション

回答者 28 人について今後、やってみたいレクリエーションを尋ねたところ、次のような回答が得られた。

- ・ 皆さんで楽しく歌う
- ・ 歌を歌う
- ・ 歌を歌いたい。
- ・ 歌う事
- ・ 歌う ゲーム等
- ・ 輪投げ カルタ おはじき
- ・ おはじき わなげ
- ・ 輪投げ
- ・ オセロゲーム
- ・ ボール入れ
- ・ モグラたたき
- ・ 2, 3 人で歩く
- ・ みんなで楽しみたい
- ・ みんなで楽しみたい、出来ることは習字
- ・ 身体にかなり不自由な人も参加できるゲーム等
- ・ 新しいものがあれば
- ・ これといってないです。教えてください

3. やる気スコアの変化からみたレクリエーション活動の効果

「カラータッチシリーズ」を利用したレクリエーションの実施前とレクリエーション実施後の両方のアンケートに回答した17人について、やる気スコアの内容の変化を分析した。やる気スコアは14項目からなる意欲低下の尺度であり、14点をカットオフ値とした。

1) 実施前のやる気スコア

回答者17人についてレクリエーション実施前のやる気スコアを算出すると、「0～4点」が0人(0.0%)、「5～9点」が0人(0.0%)、「10～14点」が0人(0.0%)、「15～19点」が1人(5.9%)、「20～24点」が10人(58.8%)、「25～29点」が2人(11.8%)、「30～34点」が2人(11.8%)、「35～39点」が2人(11.8%)、「40～44点」が0人(0.0%)であった。なお、実施前のやる気スコアについて、最大値は35、最小値は18、平均値は24.6、標準偏差は5.3であった。

実施前	最大値	最小値	平均値	標準偏差
やる気スコア	35	18	24.6	5.3

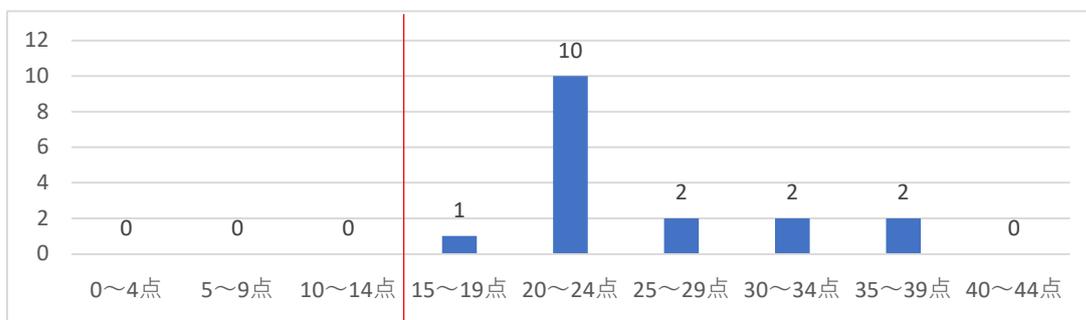


図 3-1 実施前のやる気スコア

2) 実施後のやる気スコア

回答者17人についてレクリエーション実施後のやる気スコアを算出すると、「0～4点」が0人(0.0%)、「5～9点」が0人(0.0%)、「10～14点」が1人(5.9%)、「15～19点」が0人(0.0%)、「20～24点」が5人(29.4%)、「25～29点」が5人(29.4%)、「30～34点」が3人(17.6%)、「35～39点」が2人(11.8%)、「40～44点」が1人(5.9%)であった。なお、実施後のやる気スコアについて、最大値は40、最小値は12、平均値は27.4、標準偏差は7.1であった。

実施後	最大値	最小値	平均値	標準偏差
やる気スコア	40	12	27.4	7.1

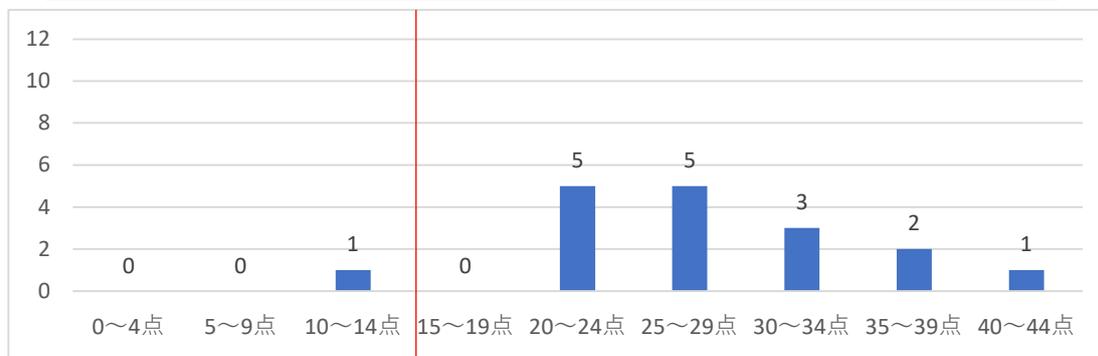


図 3-2 実施後のやる気スコア

なお、得点が「12点」の回答者は実施後アンケートにおいて設問11と設問14～20、設問22が無回答となっている。このため、この回答者のやる気スコアの変化については正しく捉えることができていない。

3) 実施前後でのやる気スコアの変化

回答者17人について実施前後のやる気スコアの変化の差分を算出すると、「-11点」が1人(5.9%)、「-2点」が1人(5.9%)、「0点」が3人(17.6%)、「1点」が1人(5.9%)、「2点」が2人(11.8%)、「3点」が1人(5.9%)、「4点」が1人(5.9%)、「5点」が2人(11.8%)、「6点」が2人(11.8%)、「7点」が2人(11.8%)、「13点」が1人(5.9%)であった。なお、実施前後でのやる気スコアの差分について、平均値は2.8、標準偏差は5.1であった。

	平均値	標準偏差
数値	2.8	5.1

差分(点)	度数	割合
-11	1	5.9%
-2	1	5.9%
0	3	17.6%
1	1	5.9%
2	2	11.8%
3	1	5.9%
4	1	5.9%
5	2	11.8%
6	2	11.8%
7	2	11.8%
13	1	5.9%
合計	17	100.0%

図3-3 実施前後でのやる気スコアの差分

なお、差分が「-11点」の回答者は、実施後アンケートにおいて得点が「12点」の者であり、無回答の設問が多かったため、変化を正しく捉えられていない。

この結果を基に、回答者17人について実施前後でのやる気スコアの変化を分析すると、「増加」が12人(70.6%)、「維持」が3人(17.6%)、「減少」が2人(11.8%)であった。



図3-4 実施前後でのやる気スコアの変化

4. アンケート実施後に介護スタッフから得られた感想(ゲームについて気づいた点等)

アンケート実施後に実際体験した高齢者から得られた感想(ゲームについて気づいた点等)については以下のとおりである。

- ・最初は「難しい」「やったことない」等の意見があったが、回数を重ねると工夫したり、スピードを上げて行おうとする姿勢がみられた。
- ・できなかった事ができてうれしい様子が見られた。
- ・認知症や理解が乏しい方でも周囲にサポートしてくれる方と一緒に進むとより楽しく行えるのではないかと思う。
- ・分かりやすく楽しいという意見もあったが、ゲーム名が違ってても内容が同じようなものもあり飽きやすいのではないか。
- ・クイズを何個か行ったが、回答の仕方に戸惑う人がいた。
- ・真剣に行っている人もいて、集中できていた。
- ・ゲームを通して他者との交流ができていた。
- ・認知機能に効果があると思う。
- ・風船等分かりやすいゲームは盛り上がりやすい。
- ・もぐらたたきゲームは、もぐらでないときは押さないようにする判断は、抑制の認知機能の働きを活性化するのでいいと思う。
- ・ゲームによって、斜めからみたりするときに、緑色が分かりにくいのがあった。
- ・満点が 800 点だったり、365 点だったりしたが、満点 100 点等分かりやすい方がいいのではないか。

4. まとめ

(1) データからみた新たな介護予防事業の可能性

1) 実施前アンケート結果分析内容

①日常生活と習慣については、主な点として以下のような特徴が示された。

- ・ 設問 4 と 5 により、6 割以上の回答者に日ごろから頭や体を使う習慣があると分かった。
- ・ 設問 6 において、約 7 割の回答者がテレビゲームに対してネガティブな印象を抱いていた。一方で設問 7 では、半数以上の回答者でクイズが好きだと回答していた。
- ・ 設問 8 について、7 割以上の回答者で運動が好きと答えた。

以上のことから、半数以上の高齢者は日ごろから頭や体を使う習慣があり、7 割以上が運動についても苦手意識がないが、一方でゲームなどの印象については逆の反応を示したが、クイズなどの形式による頭脳を使うゲームについては興味を示すことが明らかになった。

②日常生活と将来の目標・意欲から見た高齢者自身の状況については、主な点として以下のような特徴が示された。

----- 設問 9～16：やる気スコア① -----

- ・ 設問 9、10、14 について、約 7 割の回答者が将来に向けて目標を立て、何かに興味を持ったり学習をしたりすることに消極的である。
- ・ 設問 11 について、ほとんどの回答者が健康状態に対して関心を持っていた。
- ・ 設問 12 と 13 について、約 6 割の回答者が現在の生活において意欲の低下が見られた。
- ・ 設問 15 と 16 について、約 7 割の回答者は現在の生活においても意欲の低下が見られた。

----- 設問 17～22：やる気スコア②（逆転項目） -----

- ・ 設問 17 以降の設問では、「かなり」や「まさに」を選択した回答者の割合は少なく、日々の生活における意欲や関心の低下が強く見られる者は多くない。
- ・ しかし、「少し」と回答した者の割合も合計すると、程度にかかわらず意欲や関心の低下を感じている回答者はどの設問でも過半数を超えていた。

以上のことから、健康意識は高いものの、回答者の 6～7 割が現在・将来に対する目標や意欲をあまり持っていないことが読み取れた。

2)実施後アンケート結果分析内容

①実際行ったレクリエーションとその効果について、主な点として以下のような特徴が示された。

- ・ 設問2について、回答者全員がゲームレクリエーションに好意的な印象を持っていた。また、設問5として、約8割の回答者がレクリエーションによる運動効果を感じていた。
- ・ 設問7について、9割以上の参加者が今後もレクリエーションに参加したいと答えていた。
- ・

以上のことから、ゲームを利用したレクリエーション活動には、好印象をもった上で、利用者自身の運動効果や継続性を高めるある一定の効果が示された。

②レクリエーション実施後の日常生活と将来の目標・意欲から見た高齢者自身の状況については、主な点として以下のような特徴が示された。

----- 設問10～17：やる気スコア① -----

- ・ 設問10、13、14、16では、学習や日常生活に対する意欲が比較的強いと答えた回答者が過半数を超えていた。
- ・ 設問11として、強い興味がある特定の対象が存在すると答えた回答者は約3割にとどまった。また、設問15として将来に対する具体的な目標を持っていると答えた回答者は約4割であった。

----- 設問18～23：やる気スコア②（逆転項目） -----

- ・ 設問19について、全く無気力ではないと答えた者が7割を超えていた。実施前と比較すると（実施前の設問18参照）、「全く違う」と回答した者は3割未満であった。
- ・ 設問18と20以降の全ての設問についても、実施前のアンケート結果より高得点項目「全く違う」と回答した者の割合が増加していた。

このことから、レクリエーション実施後のアンケートでは、全体的に実施前の結果よりも意欲の低下を感じている回答者の割合が少ないと言える。

一方で、意欲自体は持っているが、将来に対する具体的な計画や行動に移す段階には至っていない者が多いと考えられる。

3) やる気スコアの変化からみたレクリエーション活動の効果分析内容

レクリエーションを実施する前と実施後の変化について日常生活と将来の目標・意欲から見た高齢者自身の状況をやる気スコアで見たところ、以下のような結果が示された。

- ・ 実施前後でやる気スコアの平均値は 2.8 点増加した。また、最大値は 5 点増加、最小値は 6 点減少した。
- ・ 実施前では「20～24 点」の階級の度数が最も大きくなっていたが、実施後は「20～24 点」「25～29 点」の階級の度数が最も大きくなっている。
- ・ 実施前後で 10 点以上増加した者は 1 人、10 点以上減少した者も 1 人で、ほとんどの回答者の差分の絶対値が 10 未満であった。

以上のことから、「カラータッチシリーズ」を利用したレクリエーションの実施前と実施後の両方のアンケートに回答した者については、7 割がやる気スコアの増加を見せた。

また、維持、減少はともに 2 割未満であり、レクリエーション実施後に意欲が増大する者が多く見られ、「カラータッチシリーズ」を利用したレクリエーションがその後の高齢者の将来、目標や意欲などへの効果として、大きな役割を果たしたことが示された。

(2)ウェルネス事業への提言

健康寿命、平均寿命が世界的にみても長いこの我が国の健康における取組については、官民あがて世界的にもトップクラスの内容が展開されている。一方で、国民自身が感じる自身の健康意識については、まだまだ低いと感じているものが多く、本来ウェルネス (Wellness) という言葉の中に含まれている心と体の健康にとどまらない感情や人間関係、ライフスタイルの質に至っては、世界的にみても低い水準であることが予想される。

高齢者の割合が多くなる今後の日本社会において、いかに人間が幸福度を高く維持し続けていくかは、経済的な側面だけでなく社会を担う人間そのものへのアプローチが必要であることを示していると考えられる。

今進められている日本の介護予防の政策においても、今後、ウェルネスという意識を持たせるように、利用者自身が多岐の選択肢の中から、自身が取り組みたい内容、継続して取り組みたいと考える内容を選び、実施していくことが望まれるが、実態としては未だその状況に至っていない。

また、財政的な状況が厳しい中で、国、県や市町村をはじめ行政が展開するサービスの内容においても、多様性を求められるがそのニーズにこたえていく余力はない状況の中で、民間企業をはじめとする様々な主体で展開される事業に期待をせざるを得ない。

こうした背景がある中で、ある意味ウェルネスに関する事業は、まだまだ特組む余地は大きく次世代における成長産業として期待されている側面もあることから、さらにサービスの利用者に寄り添った内容の展開とその拡充が求められている。

今回、調査事業を行った「カラータッチシリーズ」を用いたレクリエーションについては、クイズと運動などを組み合わせた身体と頭の健康アプローチとしては、高齢者自身になじみやすく、そして、満足度の高いものであると言え、継続的な利用が期待できるものであることが、今回の調査の結果から示された。これは、知的好奇心や運動を促しながら健康意識そのものを向上させ、日常生活への期待やその質の向上につながる一歩となり得るものである。今後さらなる改善をすることによって、静岡県をはじめ日本のウェルネス事業への寄与を期待したい。

5. 参考文献

- 1) 岡田和悟, 小林祥泰, 青木耕, 須山信夫, 山口修平. やる気スコアを用いた脳卒中後の意欲低下の評価. 脳卒中. 20 (3), 318-323, 1998.
- 2) 浅野志津子. 学習動機が生涯学習参加に及ぼす影響とその過程. 教育心理学研究 50 141-151, 2002.

6. 資料

高齢者向けレクリエーション 実施前アンケート

【基本情報】

1. 年齢： _____ 歳 No _____

2. 性別

男	女	その他
---	---	-----

3. 要支援 要介護 あれば

要支援	要介護	その他
-----	-----	-----

4. 日ごろから積極的に頭を使っていますか？

とても 当てはまる	やや 当てはまる	あまり 当てはまらない	全く 当てはまらない
--------------	-------------	----------------	---------------

5. 日ごろから積極的に体を動かしていますか？

とても 当てはまる	やや当てはまる	あまり 当てはまらない	全く 当てはまらない
--------------	---------	----------------	---------------

6. テレビゲームは好きですか？

とても好き	やや好き	やや嫌い	とても嫌い
-------	------	------	-------

7. クイズは好きですか？

とても好き	やや好き	やや嫌い	とても嫌い
-------	------	------	-------

8. 体を動かすことは好きですか？

とても好き	やや好き	やや嫌い	とても嫌い
-------	------	------	-------

9. 新しいことを学びたいと思いますか？_

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

10. 何か興味を持っていることがありますか？_

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

11. 健康状態に関心がありますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

12. 物事に打ち込めますか？_

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

13. いつも何かしたいと思っていますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

14. 将来のことについての計画や目標を持っていますか？_

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

15. 何かをやろうとする意欲はありますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

16. 毎日張り切って過ごしていますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

17. 毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければなりませんか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

18. 何事にも無関心（興味がわかない）ですか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

19. 関心を惹かれるものなど何もないですか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

20. 誰かに言われないと何にもしませんか？_

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

21. 楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちですか？_

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

22. 自分自身にやる気がないと思いますか？_

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

高齢者向けレクリエーション 実施後アンケート

【基本情報】

23. No _____

24. 現在の健康状態について教えてください。

良い	普通	あまり良くない
----	----	---------

25. 参加したゲームレクリエーションは楽しかったですか？

とても 楽しかった	やや 楽しかった	あまり 楽しくなかった	楽しくなかった
--------------	-------------	----------------	---------

26. どんなゲームが好きですか？（複数選択可）

- | | |
|-----------------|-----------------|
| (ア) ふうせんをつかまえて | (カ) クイズ（地元の問題） |
| (イ) もぐらたたき | (キ) クイズ（歌 童謡 歌謡 |
| (ウ) サッカーボール | 曲） |
| (エ) サンタクロース | (ク) クイズ（脳トレ） |
| (オ) スカッシュ（ピンポン） | |

27. レクリエーションの後、ご自身はどう感じましたか？（複数選択可）

- (ア) 元気が出た
- (イ) 気分が明るくなった
- (ウ) リラックスできた
- (エ) 特に変化はない
- (オ) 少し疲れた
- (カ) かなり疲れた
- (キ) よく眠れた

28. レクリエーションで体や足を動かしたことによる効果を感じましたか？

はい	いいえ
----	-----

(「はい」の場合、どのような効果がありましたか？)

自由記述：

29. 他の参加者と交流出来ましたか？

多く交流できた	少し交流できた	あまり交流できなかった	全く交流できなかった
---------	---------	-------------	------------

30. このようなレクリエーションに今後も参加したいですか？

是非参加したい	機会があれば参加したい	あまり参加したくない	参加したくない
---------	-------------	------------	---------

31. できるだけ長く学ぶことを続けたいと思いますか？

とても思う	少し思う	あまり思わない	全く思わない
-------	------	---------	--------

32. できるだけ長く体を動かすことを続けたいと思いますか？

とても思う	少し思う	あまり思わない	全く思わない
-------	------	---------	--------

33. 新しいことを学びたいと思いますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

34. 何か興味を持っていることがありますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

35. 健康状態に関心がありますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

36. 物事に打ち込めますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

37. いつも何かしたいと思っていますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

38. 将来のことについての計画や目標を持っていますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

39. 何かをやろうとする意欲はありますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

40. 毎日張り切って過ごしていますか？

全くない	少し	かなり	大いに
------	----	-----	-----

41. 毎日何をしたらいいか誰かに言ってもらわなければなりませんか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

42. 何事にも無関心（興味がわかない）ですか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

43. 関心を惹かれるものなど何もないですか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

44. 誰かに言われないと何にもしませんか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

45. 楽しくもなく、悲しくもなくその中間位の気持ちですか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

46. 自分自身にやる気がないと思いますか？

全く違う	少し	かなり	まさに
------	----	-----	-----

【自由記述】

47. ゲームレクリエーションで印象に残った事や、感想があれば教えてください。

48. 今後、やってみたいレクリエーションがあれば教えてください。

ご協力ありがとうございました。