

片手クッキンググループの創設 ～料理を通して得られること～

鈴木達也*¹⁾、建木健¹⁾、藤田さより¹⁾

¹⁾聖隷クリストファー大学

1. はじめに

料理は主婦が家庭で行う重要な役割である。しかし、脳血管障害による片麻痺によって両手動作の困難さ、動作の拙劣さ、時間がかかってしまうこと等により、今まで行っていた役割を喪失し、在宅復帰をしても病前と比べ非活動的な生活を送らなければならなくなる。対象者によっては福祉用具や自助具、家屋改修が必要となるが金銭的な理由や家庭状況によりそのような対応が困難なため、料理をしたいと思っても出来ずにいる自宅で閉じこもりがちな生活を過ごしている者も多い。今回、障害を持ちながらも料理を行いたいが行えずにいる者、料理をうまく行えずに困っている者を対象に集団で料理を行う機会を得たので報告する。

2. 目的

本事業の目的は次の通りである。まず、調理活動をしたいと思っても自宅では困難な者が調理を行うことで活動に参加できる機会が得られるものとなる。また参加者が調理計画を話し合っで決めることで主体性と参加者同士の交流を促進する事が出来る。さらに当事者同士が同じ活動を通して交流することにより、動作のコツや生活上の思いなどを共有をする等、ピアグループ的な効果も考えられる。そしてボランティア学生との交流により、学生にとっては障害を有しながら地域で生活する人の理解を促進し、参加者にとっては学生からアドバイスを受れたり、学生に料理のコツやこれまでの経験談を話したりと、新たな役割が生まれる機会になると考えられる。

3. 実施方法

脳外傷友の会しずおか会員で調理への希望がある9名（男性7名、女性2名、20～50歳代）を対象に行った。主な疾患は頭部外傷または脳卒中を起因とする高次脳機能障害を有する者であった。麻痺等、明らかな身体機能面の障害を有する者は3名で、その他の6名には明らかな身体機能面の低下は見られなかった。

実施場所は本校調理室で行い2回に分けて行った。1回目は調理計画を立案することとし、参加者で作るメニューを決めることや必要な材料を検討した。そして2回目に実際に調理を行った。

実施に当たっては調理計画の段階から4名の作業療法士が関わった。作業療法士の主な役割としてはグループの討議の促進や、アドバイスをするなど支持的に関わった。また調理実施の際には6名の学生ボランティアに協力を得て、調理実施中の対象者の安全性を確

保することと、実施方法や効率的な動作についてのアドバイス、グループ内の交流の促進を行った。

調理活動実施前後には参加者に対し選択式のアンケートを行った。主な質問項目は現在の料理に対する「重要度」「遂行度」「満足度」を記入し、記述式で活動の目標を立てた。料理実施後には「難易度」「楽しさ」「今回の活動が役立つかどうか」「達成度」と感想を聴取し、分析することとした。また活動中は参加者の同意を得て写真に収めた。

4. 経過

①第1回目（平成23年12月：調理計画の立案）

調理計画立案に当たっては参加者が作りたいものをそれぞれに挙げて、自由に討議することとした。調理を行う場所の環境的制約や、制限時間内に終わらせることを検討し、「ごはん」、「野菜炒め」、「けんちん汁」、「肉じゃが」、「フルーツポンチ」の5品を作ることとなった。

②第2回目（平成23年1月：調理実施）

調理実施前にはメニューと使用する材料の確認を行いそれぞれに役割分担を決めた。全体で4つのグループに分かれたので、それぞれに作業療法士1名と学生1~2名がグループに入り、調理活動が安全でスムーズに行えるよう関わった。

作業中は麻痺など運動機能の低下により、材料や道具を把持する事の困難さや、身体的疲労が生じる場面が観察された。そのような参加者に対して福祉用具の使用や環境を整えることにより調理活動が行えるようアドバイスを行った。また遂行面で非効率的な手順で行っている参加者に対しても、どの様にすれば効率的に行えるかのアドバイスを行った。アドバイスを受けた参加者はいずれも困難であった動作が可能になったり効率的に調理を行うことができたりと変化が見られた。

また調理活動中には参加者、作業療法士、学生との交流が盛んに見られた。参加者同



士のピアグループ的な効果だけでなく、参加者自身のこれまで調理に関する経験や、料理に関するコツや知識、障害を有しながらもどのように行えば安全かつ効率的に行うことができるのか経験談を伝えることで、料理に対する新たな関わり方、役割を得ているようであった。

③アンケートの結果（表 1）

アンケートは参加者 9 名全員から回答を得た。いずれの参加者も料理に関する「重要度」は比較的高かったが、「遂行度」「満足度」には差が見られていた。調理実施後のアンケートについては「難易度」にばらつきがあったものの「楽しい」「役立つ」といった回答が多く得られた。

実施前の目標では「効率的に行いたい」「ミスの無いように行いたい」「手際良く行いたい」といった回答が多く聞かれ、高次脳機能障害による遂行機能面への影響が考えられた。実施後については「楽しかった」「またやりたい」という参加者や学生との交流によって得られたと考えられる回答や、「脳が疲れた」「料理の難しさが改めてわかった」など、実際の調理活動の体験だからこそ得られた感想が聞かれた。

表 1：アンケート結果

参加者情報		料理前			料理後			
参加者	性別	重要	遂行	満足	簡単	楽しい	役立つ	達成度
A	女	8	2	10	2	10	6	8
B	男	10	5	6	8	10	10	9
C	女	5	5	4	4	9	7	5
D	男	7	7	8	6	8	9	5
E	男	8	3	5	7	8	8	4
F	男	6	1	1	5	5	5	5
G	男	7	8	8	7	8	7	7
H	男	8	7	8	4	7	8	5
I	男	6	4	3	8	10	5	6
平均		7.2	4.7	5.9	5.7	8.3	7.2	6.0

5. まとめと今後の展望について

今回のクッキンググループにより次の事が挙げられた。

- ①障害を有し地域生活をしている者も自宅では行えない作業がある。
- ②自宅で行えなくても環境を提供する事で作業可能になる。
- ③その環境には同様の悩みを持つ者や支援者の関わりが必要である。
- ④作業が出来ることで、対人交流や達成感、新たな役割の獲得が期待できる。

以上の事を踏まえ、今後の展開としては料理だけでなく、自宅では行えない作業を大学等の施設と協同し、障害を有する当事者と学生など支援者の協力を得て作業の可能化を目指した取り組みを行っていく。また作業が出来るようになることで、対象者の QOL や心理面、生活面、身体面にどのような変化が生じるのか明らかにしていく。

