

慢性障害者の役割再獲得に関する研究

課題番号 11835019

平成11年度～平成12年度科学研究費補助金基盤研究(C)(2)

研究成果報告書

平成13年 3月

研究代表者 宮前珠子

(広島大学 医学部 教授)

はしがき

経済的豊かさ、生活環境の改善、そして医療の発展によって、日本人の寿命は飛躍的に伸び、その結果高齢者および慢性機能障害者が増加している。慢性機能障害者は心身の機能が低下しているのみならず、社会で機能するための能力も低下している。人間の日々の生活は作業の連続によって構成されている。役割は毎日を上手に過ごすための構造化された生活の要素であり、習慣と作業遂行技能は役割の構成要素である。しかし役割はやみくもにあれば良いというものではない。クライアントにとって内的期待、即ち興味や価値があり、それを遂行することによって有能感の得られる役割であることが大切である。その役割が同時に社会的にも要請されている外的期待の高い役割であれば役割価値は更に高まるが、内的期待を伴わない外的期待のみのものであれば義務的負担感のみとなる (Heard, 1977)。作業療法士は内的期待-外的期待の両方に目配りしつつクライアントの役割再獲得を援助する必要がある。

ところでこれまで日々を構成する日常的作業を詳細に調べた研究はあったが、その個々の作業にクライアントがどのような意味を付与しているかについての研究は行われてこなかった。この研究はこの点、即ち日常的作業にクライアントが付与する意味に焦点を当て、慢性機能障害者の有意味な役割再獲得を図るための基本的データをまとめることとした。

この研究では、人間生活における「役割」の重要性を学際的文献によって明らかにし、文献で得られた示唆をもとに、施設生活者および健常者にインタビューを行い、個々の作業役割の内容とその意味を聞き取り、量的および質的方法によって処理した。

平成13年 3月25日

研究代表者

宮 前 珠 子

研究組織

- 研究代表者 : 宮前 珠子 (広島大学医学部 教授)
研究分担者 : 水流 聡子 (広島大学医学部 助教授)
研究分担者 : 田丸あき子 (広島大学医学部 助手)
研究分担者 : 吉川ひろみ (広島県立保健福祉大学 助教授)
(研究協力者 : 小林 法一 広島大学医学系研究科保健学専攻博士課程後期)
(研究協力者 : 石橋 陽子 広島大学医学系研究科保健学専攻博士課程前期)

研究経費

平成11年度	1,100千円
平成12年度	900千円
計	2,000千円

研究発表

(1) 学会誌

- 吉川ひろみ、宮前珠子、水流聡子、石橋陽子：作業療法における役割概念。
作業療法、19(4)、2000年 8月
- 小林法一、宮前珠子：高齢施設生活者の作業活動と生活満足感の関係。
第34回日本作業療法学会誌、19(特)、2000年5月
- 吉川ひろみ、田丸あき子、宮前珠子、水流聡子、小林法一、石橋陽子：日
常の作業役割に個人が付与する意味－研究の経緯と評価法の開発－
第35回日本作業療法学会誌、20(特)2001年6月
- 小林法一、石橋陽子、宮前珠子、田丸あき子、吉川ひろみ：日常的作業に個
人が付与する意味－外的期待と内的期待から捉えた健常者の特徴－
第35回日本作業療法学会誌、20(特)2001年6月
- 田丸あき子、宮前珠子、小林法一、石橋陽子、吉川ひろみ：日常の作業に個
人が付与する意味－作業に対する楽しみ感と外的・内的期待－
第35回日本作業療法学会誌、20(特)2001年6月
- 宮前珠子、田丸あき子、小林法一、石橋陽子、吉川ひろみ：日常的作業に個
人が付与する意味－意味ラベルによる帰納的分類－ 第35回日本作業
療法学会誌、20(特)2001年6月

目次

I. 序章 本研究の概略	1
II. 「役割」の文献的検討	
第1章 人間の生活における「役割」の意味	3
第2章 高齢者と役割	13
第3章 社会学における役割理論の系譜	19
III. 研究報告	
第4章 作業バランスを考察するための枠組み：義務と願望の視点	23
第5章 高齢障害者の役割と生活満足感	32
第6章 外的期待と内的期待からとらえた健常者の作業役割	66
第7章 作業に対する楽しみ感と外的・内的期待	77
第8章 日常的作業に個人が付与する意味 －意味ラベルによる帰納的分類－	89
IV. 終章 まとめ	105
資料編	
資料I 生活時間と作業、作業のもつ意味（面接調査票）	107
資料II 日常生活構造と役割に関する研究（面接調査票）	117
資料III 対象者の基本情報	123
資料IV 外的・内的期待別の作業内容	125
資料V 対象別平均的一日の作業	138
資料VI 作業分類別実作業一覧	151
資料VII 作業分類ごとの「楽しみ」「外的期待」「内的期待」 に対する回答数	164
資料VIII 意味ラベルによる帰納的分類－K J法による展開図－	171
資料IX 1998年第12回世界作業療法学会抄録	189
資料X 自我の三次元モデルによる作業と役割の理解	192
資料XI 作業療法における役割概念	197
資料XII 2000年2001年日本作業療法学会抄録	207

I. 序章 本研究の概略

1. 研究の意義と目的

人間は誰でも生まれたときから家族など何らかの集団に所属し、集団の中で役割を持つ。はじめは受動的ケアを受けるだけの赤ん坊役割であるが、成長と共に家族の手伝いをするなどの生産的役割、学校へ行くようになればクラスやクラブ活動における仕事役割、家庭へ新しい情報を持ち込む情報運搬役割、そして就職すれば所属する部署での役割分担、家族に対しては養育役割などを持つようになる。即ち、人は、誕生時の受動的役割から、成長とともに次々と役割を獲得し、役割を持つことによって他者との関係性を強め、役割を果たすことを通して自己実現を図っているといっても過言ではない。

しかし疾病や老化の結果、半永続的な障害を持つと役割を喪失することが少なくない。多くの人々は慢性機能障害によってそれまで持っていた役割を失い、その結果他者との絆を失ったり、自己実現の手段を失うことにもなる。そこで新しい役割の獲得が重要となろう。以前とは異なる新たに現出した心身の状態の中で、クライアントが自分にとって意味ある役割を獲得することはQOLと心身の健康にとって不可欠であると言えよう。

ところで役割は作業を行うことによって遂行されるが、作業はこれまで大きく「仕事・生産的活動」「セルフケア」「遊び・余暇活動」の3つに分類されてきた。しかし同じ作業でもその「意味」は人により、また時により異なる。

宮前ら(1997)は、三次元自我モデルによってこのことの説明を試みた。例えばセルフケア・更衣の「ボタン留め」を考えると、これを練習中の幼児や片麻痺患者にとってボタン留めの自立は時間的自我(将来目的)、社会的自我(他者との交流)、身体的自我(身体の保護)の3者を満たし得るものとなるが、健常成人にとってこれは単なる身体的自我を満たすにすぎない。また、例えば同じ炊事でも、ある主婦にとって炊事は単に栄養をとるための食事の準備(身体的自我の充足)という意味しか持たないのに対し、別の主婦にとっては外的に見れば全く同じ行為が、生きがい(時間的自我)、他者との交流(社会的自我)をも満たすものとなり得る。

一方、Ludwig(1998)は、ロサンゼルス周辺に住む一人暮らしの老婦人7名の役割についてインタビューしその結果をまとめたところ、対象者は義務的な家事動作を次々と放出し、自分がやりたいと思う作業・役割のみで生活時間を構成することを希望していることが分かった。

以上の結果はいずれも、作業や役割において見るべき一つの重要なポイントは、それぞれの作業に個々のクライアントがどのような意味や価値を付与しているかであることを示している。

本研究の最終目的は慢性機能障害者が役割再獲得を如何に果たすか、その道筋を示すことであるが、これまでの研究では作業および役割に対して健常者を含め人々がどのような

意味を付与しているかについてほとんど調べられていないことから、この点を明らかにすることに主眼をおいた。

このため研究課題を、次のように定めた。

- (1) 文献研究により役割の概念を明らかにする
- (2) 施設入所中の慢性機能障害者の生活時間の作業役割内容およびその意味を明らかにし、何が生活満足感に寄与しているかを示す。
- (3) 各年代健常者の生活時間の作業役割内容を「内的期待+or-」「外的期待+or-」の観点からまとめ、属性別に4つの象限にそれぞれ入る作業役割の比率を示す。
- (4) 各年代健常者の生活時間の作業役割内容およびその意味を「楽しさ+or-」「内的期待+or-」「外的期待+or-」の観点から明らかにし、作業によるパターンの違いを見る。
- (5) 各年代の健常者の生活時間の作業役割内容がどのような意味を持つか個々の対象者自らの言葉を聴取し、KJ法により帰納的にまとめる。

2. 研究の概略

上記(1)について、内外の書籍と文献計60編をレビューし、主要な英文献は和訳し、また文献カードを作成し、文献から重要な要素をラベルに抜き書きし、KJ法を用いて役割の意味を分析・考察した。次に、1970年代から1980年代に米国の作業行動理論の学派で行われてきた役割に関する研究の系譜を明らかにした。(2)について、施設生活者の生活時間およびその意味を半構成的インタビューによって調査し、生活を構成する作業役割と生活満足感の関係を明らかにした。(3)について、作業や役割には、義務的に行う作業・役割(他者から期待される役割:外的役割)と自ら望んで行う作業・役割(内的役割)、そして両者を兼ね備える作業・役割がある。健常者を対象に半構成的インタビューによって生活時間とその意味を調査し、個々の作業が外的期待に基づくものか、内的期待に基づくものかを明らかにし、それぞれの+-をX軸、Y軸で示し、「義務的でもありやりたくもある作業」「義務的のみで自らはやりたくない作業」「義務はないがやりたい作業」「義務もないしやりたくもない作業」とその比率を4つの象限に示した。(4)について、前述のデータに「楽しみ」があるか否かの要素を加味し、各作業が「外的期待+-」「内的期待+-」「楽しみ+-」のどの組み合わせを持つかパターン化して示した。(5)について、各年代の健常者の生活時間を半構成的インタビューによって明らかにし、各作業に各人が付与している意味を自分の言葉で語ってもらい、1枚1ラベルに転記し、KJ法によって各作業が持つ意味をまとめた。

II. 「役割」の文献的検討

第1章 人間の生活における「役割」の意味

人間の生活は、「労働」「休養」「教養」「娯楽」によって構成されていると言われる(矢野, 1995)。これらの活動は、多くの場合何らかの集団の中で行われるが、集団で活動を行う際、メンバー間には役割分担が生じる。役割の分担は、集団の目標達成を効率化しメンバー間に人間関係を生じさせる。このように人間の生活は、所属する集団内で「役割」を分かち合うことによって日々進んでいるとも言える。この章では、これらの観点から人間生活における役割の意味について考察する。

作業遂行と、集団・人間関係・役割の関連性

社会学領域において、人間の生活は、昔は「労働」と「休養」からなっていたが、今は「労働」「休養」「教養」「娯楽」によって構成されているとされる(矢野, 1995)。一方、作業療法においては、人間の作業領域は「身辺処理活動」「仕事・生産的活動」「遊び・余暇活動」によって構成されているとする(Pedretti, 1988)。本稿では、生活の基本をなす「身辺処理活動」を含む分類が適切であると考え、後者を用いることとする。

さて、人間はこれら「身辺処理活動」「仕事・生産的活動」「あそび・余暇活動」の多くを、人々が所属する基本的な集団、即ち、「家族」「友人」「仕事」に関する3つの集団の一員として遂行する。集団には人間関係が生じるがその関係性は集団により異なる。

木下(1989)は、「人間関係の一般的分析枠組み」として3つのレベルからなる同心円構造を示した。即ち、中心に「家族」があり、その外に職場、学校のような「社会的関係」のレベルがあり、一番外側に「他人」のレベルがある(図1参照)。

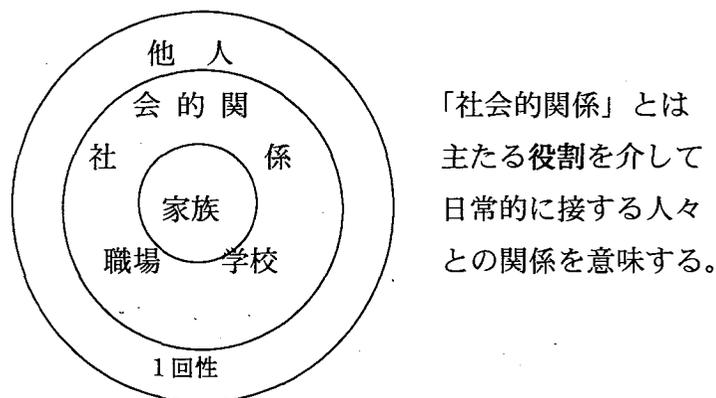


図1. 人間関係の一般的分析枠組み

「家族」における関係は夫婦、親子、兄弟姉妹の関係に大別できるが、その基本的性質は、関係そのものは選ぼうもなく始めから与えられた関係でいわば絶対的に与えられている

ということである。夫婦の関係のみ作り選ぶという要素が強い。「社会的関係」のレベルとは、私たちが主たる役割を介して、日常的に接する人々との関係を意味する。これには例えば職場での関係、学校での関係、子育て中の母親が持つ保育園との関係などが含まれる。「他人」レベルの関係は、買い物における店員や食堂でのウェイターとのやりとりなど社会的関係に至らない、いわば一回性の、匿名の人々との関係であり、関係を築く必要はなく、使い捨てができる関係性の世界である（木下、1989）。

次に、作業遂行の3領域を、集団・人間関係のレベル・役割という観点から考察すると、「身辺処理活動」は健全成人では、ほぼ全面的に個人的に行われるいわば自分自身に対する役割であり、家族や友人との緩やかな関係性の中で遂行される。しかし、身辺処理活動も、子供や病人・障害者で、家族や他者の指導や介助を受けつつ行う場合には、家族・病院・施設という集団において、他者との緊密な関係性の中で遂行されることになる。

「仕事・生産的活動」は「社会的関係」の中で、「獲得した」あるいは「与えられた」役割を遂行することを通して行われる。「仕事・生産的活動」における役割は、仕事上の共通の目的を達成するためのものであり、その役割は、担った責任を果たすことにある。つまりこれは社会に対する役割であるといえる。「遊び・余暇活動」は、家族、友人、組織あるいは個人によって行われ、そこでの役割及び人間関係は活動内容によって様々である。野球やサッカーなどチームワークを必要とする達成目標の高い活動の場合には、社会的関係に近い人間関係となり、旅行や映画、美術鑑賞のように自由度の高い活動の場合には、それらを媒介にして楽しみの時間を共有するという、人間関係主体の役割になる。一方、家族における余暇活動と相互関係および役割は、年齢、時期、家族構成によって多様であり、また、年単位で経時的に変化し続ける。

ところで、仕事・生産的活動に代表されるような、集団として共通の目標を持つひとつの活動、あるいは一群の活動を行う場合、そこには「役割分担」が生じ、各個人は獲得した役割、または与えられた役割を演じることになる。岩下（1985, p. 207）は、「集団活動においては、集まった契機に背反しないように、あるいは集まった目的を損なわないように運営していく仕組みを必要とする。一方、ひとびとは、それぞれの能力特性あるいは行動特性によって、いくつかのまとまりに分類され得る。したがって、集団の実際の構造化は「仕組」と「人の分類」との相互作用のかたちでなされ、結果として、もうけられた仕組みのある位置へ、しかるべき人々が対応づけられていく仕儀となろう。ともあれ、人は、集団活動を営む限り、必ず、その集団の仕組みにおけるどこかの位置を占めているのである」と述べ、集団における個人は、その個人的特性によってそれぞれの位置を占めること、位置に対応して存在する一連の行動様式を「役割」と呼ぶとした。

「役割」について木下（1989）は、「私たちは、家族（家庭）における役割と、仕事（職場）における役割によって社会とつながっている」と述べ、私たちが社会的に何者

であるかはこの2つの役割によって基本的に規定されており、我々は役割を介して他者と結ばれており、その関係性から期待される行為をすることによって、自らの存在の意味を相互に確認していると述べている。また、「人々は家族と仕事において確固とした役割を持つことにより社会に統合され、それによってその社会は安定した社会となる」(p.31)と述べ、「役割」という概念の重要性を指摘した。

以上まとめると、人間の作業は、身辺処理活動、仕事・生産的活動、遊び・余暇活動から構成され、これらはおおむね家族、友人、仕事と関連する集団の中で行われ、その仕組みの中で役割を分担しあうことによって遂行される。そして「人間は、役割を持つことによって他者との関係性を作り、社会とのつながりを得る」ということになる。では、役割はどのように分類され、どのような種類のものがあるのでしょうか？

役割の種類

リントン(1945)は役割の種類について、もっとも単純な社会でさえも、1人の人間は、①「性・年齢(幼児、少年、少女、若い男、若い女、年とった男、年とった女、など)」、②「職業」、③「血縁(家族や親戚・姻戚関係)」、④「会員集団(共通の関心や利害を持った集まりのメンバーシップ)」、⑤「威信の上下(階級)」の5種類の位置を併せ持つとした。(岩下、1985,207)

ネビルとスーパーは、一人の人の、生涯における一般的役割を、①子ども、②学生、③余暇人、④市民、⑤労働者、⑥家庭人、⑦その他とし、これを「キャリアレインボー」として示した(中西、1995)。図2のキャリアレインボーは、81歳で生涯を終えたある男性の生涯経歴の虹である。

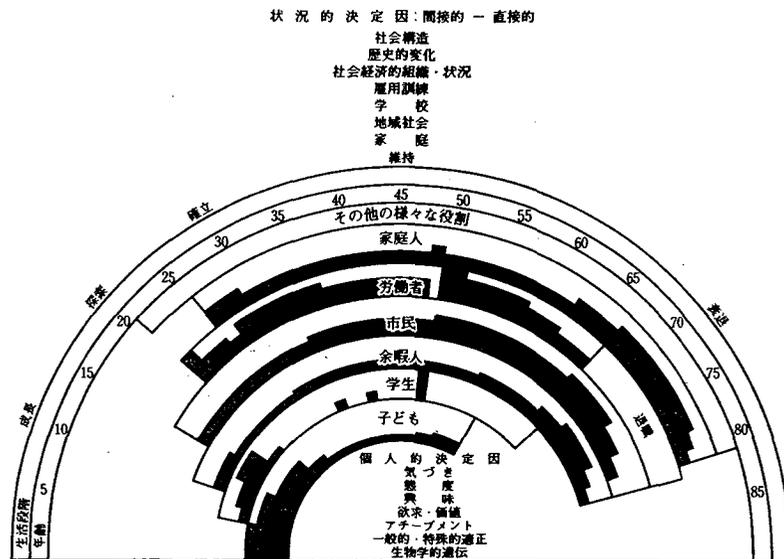


図2 ライフ・キャリアの虹 (Nevill & Super, 1985) (中西, 1995より)

米国の作業療法士Oakley(1986)は、「作業行動要素を伴う全ての役割を含む」という意図のもとに、10の役割からなるチェックリストを開発した。10の役割は次の通りである。①学生、②勤労者、③ボランティア、④養育者、⑤家庭維持者、⑥友人、⑦家族の一員、⑧宗教への参加者、⑨趣味人/アマチュア、⑩組織への参加、その他。

中村(1972)は、ニーマン(1951)による役割の3つの大分類と6種の小分類を紹介した。それは次の通りである。A. パーソナリティ発達の力動的過程を記述するために役割を用いている定義：①社会化の過程における基本的要因としての役割、②文化のパターンとしての役割。B. 全体としての社会の観点からの定義：③社会規範としての役割、④行動と同義に用いられる役割。C. 社会の中の特定集団の観点からの定義：⑤社会的地位と役割を連帯と見る。活性化された社会的地位としての役割、⑥特定集団への参加として定義されている役割。

Oakley(1986)は、役割の評価法を開発するに当たり関連文献をレビューし、役割の類型学として、「社会心理学における古典的役割理論において、役割は3つの型に分けられる。即ち、個人-性、社会-家庭、そして仕事である」、としているが、これは前述のニーマンの分類に対応するものと考えられる。即ち、①「個人-性役割」は、Aのパーソナリティ発達の力動的過程を記述するために役割を用いている定義、②「社会-家庭」における役割は、Bの全体としての社会の観点からの定義、③「仕事の役割」は、Cの社会の中の特定集団の観点からの定義に対応する。

上記のように役割の分類と種類は研究者によって様々であるが、これらを先に述べた集団の種類と性格とも関連づけながら整理すると、表1のようにまとめることができよう。即ち、集団は家族のような生来的集団と、人為的に作られはつきりした目的を持つ目的的

表1 集団の種類と役割

種類	集団	役割・属性
生来的集団	家族	父 母 子供 親戚 性別 年齢 市民
目的的集団 (義務的)	会社 官公庁 商店 学校 病院 家庭	勤労者 学生 養育者 家庭維持者 威信の上下
目的的集団 (自由意志)	同好会 趣味の教室 カフェ-センター ボランティア 宗教	友人 学習者 指導者 会員
関係的集団 (交流が主)	友人 (家族)	
目的的集団の対象者		顧客 学生 訪問者 所用者 病人

集団がある。目的集団には、会社のように収入と生存に関係する職業を中心とした集団と、クラブやボランティアのような出入り自由のゆるやかな集団がある。また、友人のように集団自体は特定の目的を持たず、人が一緒にいて交流すること自体が主体となる集団がある。この中で家族はすべての集団の要素を持っている点で特別と言える。即ち、生来的であると同時に、子供の養育等の確固とした目的を持ち、余暇活動を共に過ごし、はっきりした目的のない自由時間も共有するのである。一方、役割には、顧客や病人のように目的集団の対象者という場合もあり、これらは時には「他人」レベルの関係性しか持たないが、時には他者との緊密な関係性をもたらす。

表1では役割を集団の成り立ちと目的によって分類したが、それぞれの役割について考えてみると、いずれの役割も「目的性」と「関係性」という2面性を持つことが感じられる。次にこの点について考察する。

役割の2側面：「目的性」と「関係性」

分類された役割の種類について考えてみると「役割」には、活動が持つ本来の目的を実現するための作業遂行を追求する側面と、役割の遂行自体が人間関係そのものであるような人間的側面＝人格的側面＝情緒的側面の2つがあることがわかる。これは役割が持つ「目的性」と「関係性」の2側面と考えられ、図3のように示すことができよう。

岩下(1985)は、リーダーシップに関する記述の中で、リーダーシップ研究の基本的解明事項として、「集団の目標を達成すべく成員を指導していく機能」と「対人関係を良好にして集団としてのまとまりに気をくばる機能」の2種があるとし、リーダーシップには、「課題領域の専門家(task specialist)」と「社会的・情緒的領域の専門家(social

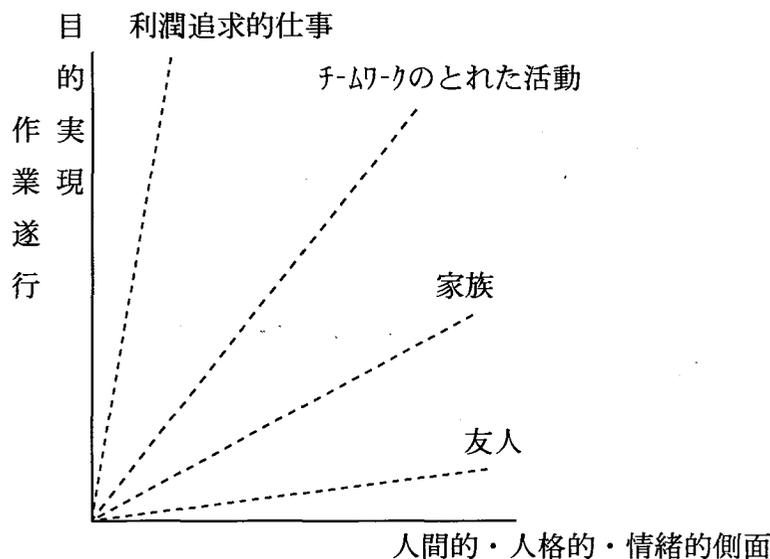


図3 役割が持つ目標追求的側面（目的性）と人間的側面（関係性）

-emotional specialist)」の2種の区別が見られること、また、これらを「目標達成機能(performance function)」と「集団維持機能(maintenance function)」と呼ぶ場合があることを紹介している。このことは、集団における活動がこれらの2面性を持ち、それがリーダーや構成員の考え方によって左右されることを示しているとも言える。

役割はこのように、目的性と関係性という2側面から見ることができるが、守屋(1994)が提唱した「自我発達の三次元モデル」によっても、その意味を明解に考察することができる。我々は、このモデルによる役割の分析を試み、「自我の三次元モデルによる作業と役割の理解」(宮前他、1997、5章参照)として発表した。次項にこれを簡単に紹介する。

自我の三次元モデルと役割

人が生きる意味あるいは目的が「自己実現」にあるとすると、その自己実現をはかる原動力となるのは「自我」である。老年期発達心理学の研究者である守屋(1994)は、「自我発達の三次元モデル」を示し、人間を「生物的自己」「社会的自我」「時間的自己」という3つの側面からとらえる見方を提案した。守屋はこれまでの自我発達研究をレビューする中からこれらの3つの自我を同定した。

「生物的自己」は、誕生まもなくからすでに認めることのできるもので、例えば、空腹時や不快時に泣くといった現象に最も単純な表現を認めることができる。「社会的自我」は、生後6週目より目立ち始める対人的な反応(他者の顔を見てほほえむ)に、その原始的な表現を認めることができるが、明確に認め得るのは幼児期初期の第一反抗期であり、この時期から社会的文脈をもって理解し得る多くの行動を見いだすことができるようになる。「時間的自己」は、青年期初期の第2反抗期の時期から認められるようになり、この時期から人間は「人は何のために生きるか?」を問い始めるようになる。

我々はこれらを次のように捉え、作業と役割をこの考え方によって分析した(1997、第5章参照)。「生物的自己」は、衣食住が満たされ、心身が健康で快適な状態にあることを希求する自己、「社会的自我」は、他者との親密で良好な関係を希求する自己、「時間的自己」は、生きる意味を希求する自己、である。図4は、このモデルの図式化を試みたものである。正三角形の頂点をそれぞれ3つの自我が理想的に発動した状態とし、三角形の中心点に近づくほど自我が発動していない状態とする。3つの自我は流動的であり、日々小さなユレを示し、また、大きな事件が起こったときには大きなユレを示す。一側面の大きな自我のユレは、他の側面にも影響を与える。例えば、身体障害(生物的側面)は、家族や会社の中での人間関係(社会的側面)を変化・喪失させ、また人生目標(時間的側面)の更や喪失を余儀なくさせることもある。

健常成人にとって「習慣的に行う身辺処理活動」は、単に「生物的自己」の発動にすぎないが、子供や受療中の身体障害者という立場にある場合、家族や医療スタッフの「励ましを

-emotional specialist)」の2種の区別が見られること、また、これらを「目標達成機能(performance function)」と「集団維持機能(maintenance function)」と呼ぶ場合があることを紹介している。このことは、集団における活動がこれらの2面性を持ち、それがリーダーや構成員の考え方によって左右されることを示しているとも言える。

役割はこのように、目的性と関係性という2側面から見ることができるが、守屋(1994)が提唱した「自我発達の三次元モデル」によっても、その意味を明解に考察することができる。我々は、このモデルによる役割の分析を試み、「自我の三次元モデルによる作業と役割の理解」(宮前他、1997、5章参照)として発表した。次項にこれを簡単に紹介する。

自我の三次元モデルと役割

人が生きる意味あるいは目的が「自己実現」にあるとすると、その自己実現をはかる原動力となるのは「自我」である。老年期発達心理学の研究者である守屋(1994)は、「自我発達の三次元モデル」を示し、人間を「生物的自己」「社会的自我」「時間的自己」という3つの側面からとらえる見方を提案した。守屋はこれまでの自我発達研究をレビューする中からこれらの3つの自我を同定した。

「生物的自己」は、誕生まもなくからすでに認めることのできるもので、例えば、空腹時や不快時に泣くといった現象に最も単純な表現を認めることができる。「社会的自我」は、生後6週目より目立ち始める対人的な反応(他者の顔を見てほほえむ)に、その原始的な表現を認めることが出来るが、明確に認め得るのは幼児期初期の第一反抗期であり、この時期から社会的文脈をもって理解し得る多くの行動を見いだすことが出来るようになる。「時間的自己」は、青年期初期の第2反抗期の時期から認められるようになり、この時期から人間は「人は何のために生きるか?」を問い始めるようになる。

我々はこれらを次のように捉え、作業と役割をこの考え方によって分析した(1997、第5章参照)。「生物的自己」は、衣食住が満たされ、心身が健康で快適な状態にあることを希求する自己、「社会的自我」は、他者との親密で良好な関係を希求する自己、「時間的自己」は、生きる意味を希求する自己、である。図4は、このモデルの図式化を試みたものである。正三角形の頂点をそれぞれ3つの自我が理想的に発動した状態とし、三角形の中心点に近づくほど自我が発動していない状態とする。3つの自我は流動的であり、日々小さなユレを示し、また、大きな事件が起こったときには大きなユレを示す。一側面の大きな自我のユレは、他の側面にも影響を与える。例えば、身体障害(生物的自己)は、家族や会社の中での人間関係(社会的側面)を変化・喪失させ、また人生目標(時間的側面)の更や喪失を余儀なくさせることもある。

健常成人にとって「習慣的に行う身辺処理活動」は、単に「生物的自己」の発動にすぎないが、子供や受療中の身体障害者という立場にある場合、家族や医療スタッフの「励ましを

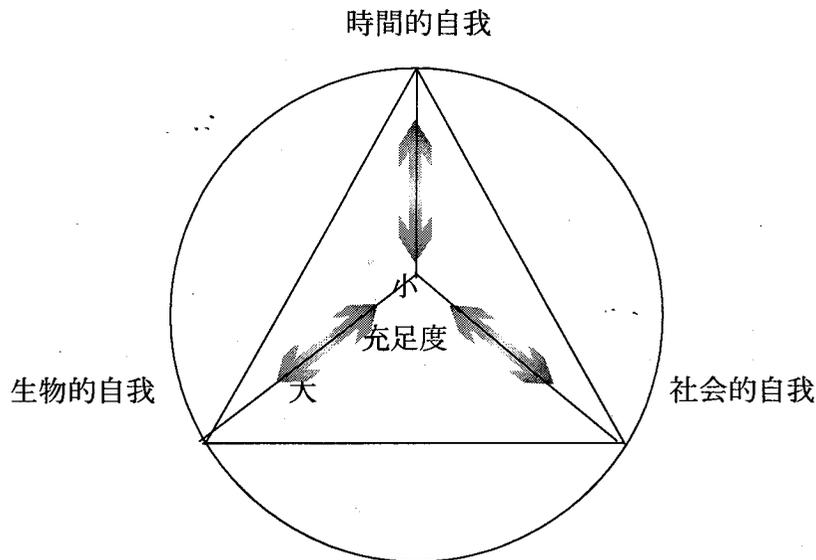


図4 自我の3次元モデルの図式化、理想的な充足状態

受けながら練習する「身近処理活動」は、「身近処理活動（生物学的側面）の自立」という目標（意味あること—時間的自我）を、家族やスタッフの協力（社会的側面）によって行うため、この場合には、生物、社会、時間の3つの自我を充足させる活動となる。

一方、「仕事・生産的活動」における勤労者役割では、仕事は人生目標（時間的自我）と一致させることが可能であり、報酬によって衣食住（生物学的自我）を満たすことができ、仕事を媒介とする他者との関係性によって社会的自我を満たすことも可能である。逆に同じ勤労者役割でも、仕事に意味を見いだせず人間関係も悪い場合には、仕事は単に生物学的自我を満たすのみになる。更に仕事が強いストレス源になる場合には、生物学的自我もダメージを受ける。

「遊び・余暇活動」では、担った役割と個人の価値観により、充足される自我の側面と程度は異なる。目的的活動は、その目的が個人の価値観や興味と一致する程度に応じて時間的自我を充足し、身体の使用は生物学的自我の発動をもたらし、活動の過程で得られる他者との交流は、社会的自我を充足させる。

人々は常に、これら3側面の自我の充足を求めている。一つの役割で三側面が満たされることもあるが、それができない場合には、複数の役割を獲得してこれらを満たそうとする。例えば、主婦役割によって3側面のすべてを充足している主婦もあるが、主婦役割では時間的自我が満たされないため、ボランティア活動をすることによって時間的自我を充足する場合もある。

三次元自我モデルと、先に考察した役割の2側面を関連づけると、「目的性」は「時間的自我」と、「関係性」は「社会的自我」と重ね合わせることができ、「生物学的自我」は、役割を担う前提となる基盤であると考えることができよう。

さて、自我の3次元が充足されているとき、人は満足感と幸福感を持つ訳であるが、先にも触れたように、そのためには、獲得した役割に価値や興味を感じる必要がある。次にその点について述べる。

役割と満足感

役割や作業に没頭する状態をチクセントミハイ（1991）は、「フロー」と表現し、ネビルとスーパー（中西，1995）は「コミット」と表現した。一方、Oakley（1989）は、役割を評価するに当たって、単に経験している役割を選択するだけでなく、その役割に回答者が価値を感じているかどうかについても調べている。

チクセントミハイ（1991）は、人間がある行為（作業）を行う場合、挑戦する行為が能力（技能）より大であれば不安が生じ、能力より小さければ退屈が生じ、挑戦する行為と能力が釣り合っているときにフロー（没頭）状態になるとした（図5）。

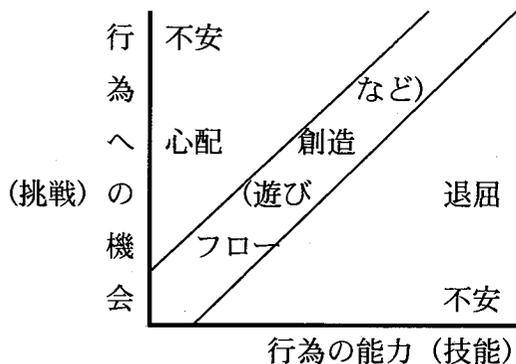


図5 フロー状態のモデル (チクセントミハイ, 1991)

人にフロー状態をもたらし得る役割は何であろうか？ 健康な成人の場合、習慣化した「身辺処理活動」は、能力が行為よりもはるかに上回っているため、フロー状態のような満足を感じることはあまり考えられない。「仕事・生産的活動」の場合には、個人が担った役割と能力のバランスが釣り合うことがあり、その場合、個人はフロー状態を経験し得る。ただし、フロー状態は、単に行為と能力のバランスの釣り合いだけでなく、その役割に対する個人の価値観や興味に左右されるという面を忘れることはできない。「あそび・余暇活動」は、仕事・生産的活動同様、フロー状態をもたらし得る。従ってこの場合も個人の価値観と興味に左右されよう。

スーパー（中西，1995）は、役割の重要性は、次の3つの次元で決定されることを明らかにした。その第1は「コミットメント」であり、これはそれぞれの役割にどの程度の「思い入れ」をしているかという、「役割に対する態度・情意的側面の関与」である。

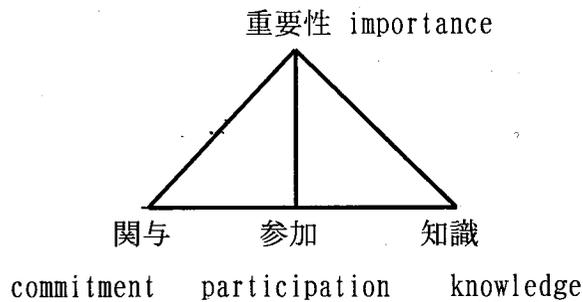


図6 役割重要性を構成する3つの要素 (中西, 1995より)

第2の要素は「参加」であり、どの程度の時間やエネルギーを投入したかという行動的側面である。第3の要素は「知識」であり、その役割について正しい情報をどの程度持っているかという認知的側面である(図6)。

Oakley (1986)は、「役割価値」という概念を示した。役割には、個人が望んで獲得した「内的期待」の高い役割もあれば、個人が望まないにも関わらず周囲から担うことを期待されたためやむをえず担う「外的期待」の高い役割、また、当人も担うことを希望し周囲からも期待される「内的・外的期待」共に高い役割もある。また、置かれた状況から、自分がその役割を担わざるを得ないという、責務を感じて自ら引き受ける役割もある。「役割価値」という概念は、個人がある役割においている重要性の程度であり、意志の概念と結合し、価値が作業行動に関する決定に影響を与え、またその中から満足感が生まれるとしている。この場合、役割価値は役割に参加したいという個人の欲求、役割を遂行するためのコミットメント、そしてこれらの役割に参加することからくる満足の可能性に影響を与えるものとして見られると述べている。

以上から、役割は単にあればよいというものではなく、まず本人の能力にちょうど見合うレベルのもので、本人が価値をおき、内的期待が高く、コミットできるようなものであるとき最も満足感、あるいはフロー状態を得ることができるとわかる。また、内的期待と共に外的期待も高い役割であれば、成功したときには他者からの評価も得られるため更に満足の度合いは高くなるものと考えられる。

以上、これまでの主として社会心理学領域の役割に関する文献をレビューし、人間生活における役割の意味を、作業遂行領域、人々が所属する集団、人間関係のレベルから考察し、役割の種類と関連づけた。更に、役割が持つ目的性と関係性という2側面、生物的・社会的・時間的自我と役割の関係、役割と満足感について考察した。次章では、高齢者における役割とその特徴について考察する。

文献

- 1) 宮前珠子, 水流聡子, 吉川ひろみ: 自我の三次元モデルによる作業と役割の理解.
作業療法: 16, 330-334, 1997.
- 2) Ludwig, F.M.: The unpacking of routine in elder woman. AJOT 52(4), 1998
- 3) チクセントミハイ Chikszentmihalyi M (今村浩明訳): 楽しむということ. 思索社, 東京, 1991.
- 4) 岩下豊彦: 社会心理学, 川島書店, 東京, 1985.
- 5) 木下康仁: 老人ケアの社会学. 医学書院, 東京, 1989.
- 6) 守屋國光: 老年期の自我発達心理学的研究. 風間書房, 1994.
- 7) 中西信男: ライフ・キャリアの心理学—自己実現と成人期—. ナカニシヤ出版, 1995.
- 8) 中村陽吉: 心理学的社会心理学. 光生館, 東京, 1972.
- 9) Oakley F, Kielhofner G, Barris R, Reichler RK: The role checklist: development and empirical assessment of reliability, Occupational Therapy Journal of Research, 157-170, 1986.
- 10) Pedretti: 身体障害の作業療法. 第2版. 協同医書出版, 東京, 1963
- 11) 矢野眞和 編著: 生活時間の社会学—社会の時間・個人の時間—. 東京大学出版会, 東京, 1995.

(宮前 珠子、吉川ひろみ、水流聡子、石橋陽子)

第2章 高齢者と役割

この章では、年齢に伴う役割の変化と喪失、高齢者が役割を失う原因、高齢者のプラス・イメージ、マイナス・イメージと役割開発の必要性について述べる。

年齢に伴う役割の発達・移行・喪失

レヴィンソン（中西，1995）は、人生の四季を、①児童期と青年期（0-17）、②成人前期（22-40）、③中年期（45-60）、④老年期（65-）とし、各期の間5年間を移行期として、その時期には、それまでの経験を再度評価して新しい目標に移る時期であるとした。移行期は、一つの生活構造が他の生活構造へ移っていくことを反映しており、その人の生活の新しい別の側面が中心になることを意味している。また、移行期には、ある価値の自己のレッテル貼りの終了を意味し、新しい構造へと入って行くのである。しかし、移行期は必ずしも混乱とかそれを意識することなく誰でも自然に通過していくとした。

第1章、図2に示したネビルとスーパー（中西，1995）による81歳男性のキャリア・レインボーを例にあげると、主たる役割は、子供→学生→労働者→家庭人と移行する一方、余暇人、市民、家庭人としての役割は、10代から20代にかけて獲得されほぼ一生の間保たれる。また、Oakley（1986）が役割評価で取り上げた10項目の役割、即ち、学生、勤労者、ボランティア、養育者、家庭維持者、友人、家族の一員、宗教への参加者、趣味人／アマチュア、組織への参加について考えてみると、学生→勤労者→趣味人／ボランティアへの移行、学生→養育者／家庭維持者への移行が考えられるが、友人、宗教への参加者、組織への参加、ボランティア、趣味人／アマチュアは、10代以降、どの年代でも自由に獲得と喪失が起こり得る。また、家族については、老年期以後喪失する場合が多い。

老年期の大きな特徴と変化は、勤労者の役割を失うことによる社会的側面の変化と、身体的能力の低下である。即ち、定年によって生産の場を失い、生活の場のみが存在すること、また、運動能力や感覚機能、認知機能の低下は、仕事の能率を低下させ、それまで持っていた仕事や趣味を制限し自己効力感を低下させる。また、生活の場も、子供の独立や配偶者の死などによって、高齢者のみの生活や、一人暮らしになることも多い。このような主要な役割の喪失や変化は、高齢者の自己概念の変化をもたらし、役割障害を引き起こし、依存、拒否、退行など、様々な心理、社会、行動的な問題を引き起こすことも多い（Versluys, 1980）。

1章で述べた、役割が人間生活にもたらす意義の大きさを考えれば、それまで生活の中心を占め、生活時間を構造化していた役割の喪失が、高齢者の精神状態を不安定なものにすることは容易に想像できる。自我の3次元という観点から見ると、老年期は、身体機能の低下や収入の減少に伴う生物的自我の低下、主要な役割や家族の喪失による時間的自我の低下、またそれに伴って社会的自我の低下が起こり、全側面で危機的な状態になることが

わかる。

しかしこの問題は全てが高齢者に内在するものではなく、若年層の高齢者観から引き起こされている面もある。

高齢者に課されたマイナス・イメージ

中西（1995）によれば、米国の場合、移民から始まる若い世代の国であったため、老人から学ぶのではなく、若者が新しい開拓地、科学、技術を生み出してきた。そのため、権威は「翁のような老人」ではなく、若者の上にあった。そのため「おとしより」は軽視される傾向があり、米国人にとって、老いて体力が低下し、社会的地位や尊敬が失われるのが恐怖となっている。戦後の日本はこのようなアメリカ文化・若者文化の影響を強く受けてきた。Fisher(1985)は、米国人大学生126名の高齢者の病気役割(sick role)に関する意識調査をした。その結果、若者は78歳の高齢者の病気回復を期待しないこと、日常のルーチンを再び始めることはできないと思っていること、また、退職した人は、年齢に関係なく役割を免除されるべきだという見解を持っていることが明らかになった。即ち、高齢者はその年齢のゆえに社会の活動的な一員とは見なされず、役割を担うことも期待されないということがわかった。

今回、「現代アメリカの社会学理論」（新他編、1988）に示された9つの理論から、役割はどのように捉えられるか、また、高齢者の役割はどのように特徴づけられるかを分析したが、その結果もFisherと同様の傾向を示した。表3-1にその分析を示す。これらの社会学理論の考え方から役割を見た場合、高齢者の特徴は、主要な構造的役割を喪失し、役割喪失によりそれまでの生活構造が崩壊あるいは変化し、社会中心の生活から家庭中心の生活に変わり、役割取得の争いからは外れ受け身になり、出力を期待されず、金銭的報酬を期待しないものと考えられ、半人前として扱われる、ということである。

即ち、社会の側が高齢者をこのようなマイナスイメージで捉えていることが暗黙の了解となって偏見を生み、ますます高齢者の役割を狭め、また、そのように扱われることによって高齢者は自信を失い、依存傾向を強め、その生活を不安定なものにしていることが考えられる。

個々人にとって重要な、価値をおくことのできる役割を持つことが、個人の心身の健康と幸福感をもたらすことを1章で考察したが、高齢者は、社会システムと個人的事情の両面からそれまで維持してきた様々な役割を失う。そして、レヴィン（中西、1995）のいう人生の四季のうち、老年期のみ、新しく獲得すべき確かな役割を見つけにくい時期でもある。しかし、退職年齢である60代は心身共に健康で能力の高い高齢者も多い。そのような高齢者が獲得すべき新たな役割はないものであろうか？ 経験豊富な高齢者の能力を生かす役割はないものであろうか？ 次に高齢者の持つプラス面についてレビューする。

表 1 「現代アメリカの社会学理論」と、各理論の視点から見た役割の特徴 (宮前1998)

理論	その視点から見た役割 キーワード	高齢者の特徴 (キーワードから見た)
機能主義 閉鎖システムから 開放システムへ	開放システムとしての人間 入力→処理→出力 ↓ 役割 フィードバック	出力を社会から期待されない 処理機構の低下(個人差, 年代差あり60代~80代) 処理機構の維持は望まれる
交換理論	役割と報酬	金銭的報酬を期待しないもの として扱われる あっても低い
闘争の 一般理論	役割取得の争い	受け身? 好ましい役割があまりない
レベリング論か ら相互作用論へ	役割取得による生活の 構造化	役割喪失による生活構造の崩壊 (生まれて初めての経験) 生活を構造化する役割があまり ない (社会との関わり)
シンボリック 相互作用論	主体性	主体性を発揮できる場と 役割の減少
日常生活の 社会学	生活構造	生活構造の変化、喪失 社会中心→家庭中心 生活の構成要素から、 その核である仕事なくなる 役割の減少
エノキトウジ - フォーマル セリ-	常識的合理性 役割の数理モデルは?	半人前の人間として扱われる 高齢者の数理モデルは壮年者とは 異なるか
規範的パラダイムと 解釈的パラダイム	構造的役割 役割の主観的意味 コミットメント identity salience (重要点)	主要な構造的役割の喪失 選択肢の減少 コミットできる役割の減少 identity salienceの低下

* 老人イメージ：平和的な穏やかな日々—老人はこの役割に満足しているか？

* 役割をとる条件：健康、知的能力

* 60代 70代 80代 の違い

高齢者のプラス・イメージ

1982年、米国の精神分析家エリクソンが「英智」の定義をしたことにより、暗いイメージのあった中高年の見方が新たなものになりつつある。エリクソンは「完成されたライフサイクル」の中で英智について考察し、英智では「知的学習の潜在能力の知能」とは異なり、獲得された知識、技能、経験などが重要になるので、中高年が若者よりも優れているとした（中西,1995）。また、1990年、ベルリンのマックス・プランク人間発達・教育研究所のバルテスらは「成功する老年」を発表し、中高年における英智と創造性に関する研究を紹介した。そして英智の理論的及び日常的定義を示した。即ち、英智の理論的定義は、「基礎的生活の実践に関する領域における熟練した知識システム（例、人生計画、生活の処理など）」であり、日常的定義は、「人生についての重要で不確実な事柄についての適切な判断と助言」とした。また、バルテスは英智について次の5つの基準を示した。即ち、①豊富な事実的知識（人生の条件とその諸相についての一般的及び特定の知識）、②豊富な手続き上の知識（人生の事柄についての判断や助言の方略についての一般的及び特定の知識）、③生活布置状況（生活とその発達の関係の布置状況についての知識）、④相対主義（価値観、目標、優先性の差異についての知識）、⑤不確実性（人生とそれを処理する方法についての比較的決定しにくいことや予想しがたいことについての知識）である（中西,1995）。このような英智研究は近年盛んに行われるようになり、老年者の積極的イメージが「英智」であり、不確実な事柄への対処能力であることが認められつつある。また、創造性においても、芸術家の作品のレビューから、初期の作品と晩年の作品を比較し、晩年の作品は独創性は見られないが、深甚であり、簡潔で直接的でありながら深い意味を表しているという研究がある（中西,1995）。

高齢者の役割期待

先に述べたように、高齢者は若年層からは一般的に社会的役割を担うことをあまり期待されていないと言える。また我々が、一般的に高齢者に抱くイメージは、ゲートボール、老人クラブ、温泉、旅行、カルチャースクール、また、生産的役割としては、孫の世話、若者の去った農村における農業の担い手でといったものである。高齢者自身はどのように考えているのであろうか？

1994年1月に総務庁老人対策室が実施した「高齢者の日常生活に関する調査」は、次のような結果を示した。まず、同じ高齢者でも、60歳代と75歳以上では、行動範囲の広さに差があり、75歳以上になると外出の機会が減少する。高齢者のライフスタイルは多様で、スポーツ、学習、ボランティア、お世話役に生き甲斐を感じている。外出の機会が多い高齢者は男女を問わずおしゃべりに関心がある。日常的楽しみは、テレビが男女とも多く、女性では、仲間とおしゃべりが男性の2倍あって人間関係の中で楽しみ、男性は、新聞、雑誌、読書など内省的、孤独型であった。今後取り組みたい活動は、スポーツ

ウォーキング、園芸、ボランティアなどアウトドア傾向が強かった。また、年齢階級別に見ると年齢が高くなるほど「新聞・雑誌」「旅行」「カラオケ・民謡・コーラス」割合が低くなっているのに対し、テレビ、家族や仲間との団らんおしゃべりは変わらなかった。また、野口（1986）は、兵庫県の農漁村地域在住の高齢者の役割と生き甲斐について調査した。その結果、生き甲斐としては、家族団らん・家族がやさしい、健康で仕事ができる、老人会・老人大学、旅行、ゲートボールが比較的高い率を示し、家庭での役割は、農作業の手伝いや家事作業の手伝いが多く、地域社会での役割は、男女共に老人会世話役や、男性では部落・諸集団・神社仏閣の世話役・役員が多かった。満足できる役割としては、男性では、体力に応じた農作業、人生経験の知恵を次の世代に伝えること、神仏のまつりごと、屋外の掃除、庭の手入れ、盆栽、公共施設の掃除・管理運営、家庭菜園や果樹の手入れ、伝統技術の若者への伝授、慶弔についての若者へのアドバイス、地域の美化への奉仕活動、家族・地域の人々の相談役などであり、女性では、家の内外・公民館・神社仏閣の掃除、洗濯、炊事、孫の世話、体力に応じた農作業、留守番、生活環境の整備と美化、家族や若者の相談役、しきたりの伝承、我が家の味の伝承、手作り食品や手工芸品を子供たちに贈るなどであり、高齢者に向けた作物生産や、地域社会の世話役として貢献できることを望んでいた。

上記の結果は、前項で述べた、エリクソンやバルテス（中西, 1995）の「英智」研究の結果を補強するものであり、まさに我が国の高齢者も、人生経験から得た英智を社会のために生かしたいと考え、また、持てる能力を最大限に生かして社会や家族に貢献したいと考えていることを示した。

以上、この章では、人生における役割の移行を高齢者の役割喪失に関連づけて考察し、次に高齢者が一般にどのように捉えられているかを若者の意識調査と社会学理論の観点から分析し、高齢者に対する一般的期待は低いことを示した。しかし、最近のいくつかの研究は、若者にはない高齢者の能力として、「英智」、即ち不確実な事柄に対する対処能力があることを示し、また、芸術的創造性においても、高齢者には、若者とは異なる側面の創造性があることが明らかになってきた。我が国の高齢者の意識調査の結果は、「英智」という概念に一致するものであり、相談役、世話役、文化の伝承などに高齢者の役割価値がおかれていた。

文献

- 1) Fisher W, Arluke A, Levin J: The elderly sick role: an experimental analysis. Inter J Aging and Development: 20, 161-165, 1984-1985.
- 2) 岩下豊彦: 社会心理学, 川島書店, 東京, 1985.
- 3) 三浦文夫, 岸徹, 鈴木五郎, 他: <座談会>高齢期の生活行動-「高齢者の日常生活に関する調査」の結果を見て-. AGING, 冬号, 3-9, 1994.
- 4) 中西信男: ライフ・キャリアの心理学-自己実現と成人期-. ナカニシヤ出版, 1995.
- 5) 野口富美子: 農漁家及び農漁村地域における高齢者の役割と生きがい. 兵庫県農業総合センター研究報告: 34, 109-112, 1986. *
- 6) Oakley F, Kielhofner G, Barris R, Reichler RK: The role checklist: development and empirical assessment of reliability, Occupational Therapy Journal of Research: 157-170, 1986.
- 7) 総務庁老人対策室: 「高齢者の日常生活に関する調査結果」の概要. AGING, 冬号, 10-16, 1994.
- 8) Versluys, H.P: The remediation of role disorders through focused group work. Amer J Occup Ther: 34, 609-614, 1980.

(宮前 珠子、吉川ひろみ、水流聡子、石橋陽子)

第3章 社会学における役割理論の系譜

役割の理論には大きく分けて2つの系譜があるとされる(新、1988)。1つは、GHミードによる「シンボリック相互作用論」における「相互作用的作用理論」であり、「役割」は自我形成と社会の形成のキータムであるとするものである(新、1988)。即ち、ミードは、「人間集団は、他者に対して何をすべきかを決め、他方では他者の決めたことを解釈することから成り立つ巨大な過程であり、この過程を通して、人々は互いの活動を適合させ、自分自身の行動を形成する」と述べ、そのとき人は、「自分のメッセージを相手がどのように受け取るかを予測するために、相手の役割を取得する、即ち自分を対象としてみる(自分を対象化する)とした。即ち、人は、役割取得(role taking)の過程を通して自分自身を自分の対象として形成し、このように自分自身を対象化することによって、自分自身に対して相互作用する、即ち自分自身に指示する」としたのである(ブルーマー、1991)。

他方は、リントンに代表される構造機能主義の立場に基づく「構造的役割理論」であり、「役割」は、社会構造の基本的構成要素であるとする考え方である(新、1988)。岩下(1985)は、「人が集団活動を営む限り、必ず、その集団の仕組みにおけるどこかの位置(役割)を占めており、また、一人に対応づけられる位置は、一つに限られていない」とし、リントンの、「最も単純な社会でさえも、性、年齢(幼児、少年・少女、若い男・女、年をとった男・女、など)、職業、血縁(家族・親戚・姻戚関係)、会員集団(共通の関心や利害を持った集まりのメンバーシップ)、威信の上下(階級)を併せ持つ」という考えを紹介している。

これら役割理論の2つの系譜は1960年代まで対立的な立場をとってきたが、やがて両者が相補的な関係にあることが認識され、対抗するアプローチのメリットを積極的に取り入れようとするようになった。

社会心理学小事典(古畑、1994)では、「役割」の定義を、「社会や集団における所与の位置ないし地位を占めるものに期待される行動様式。教師と生徒、夫と妻など、他者(相役)との関係の中で規定されている。役割は個人を社会に結びつける契機であると同時に、個人が他者の期待や態度を知覚し学習する過程を通して、自我を形成する上で重要な意味を持っている。また、個人のパーソナリティと役割の適合関係は人格形成や精神衛生上の問題とも関係する。」としているが、これは両者の考え方を取り入れた定義であると言えよう。

我々は、構造的役割理論によって、社会や家族における役割の種類を明らかにすることができ、シンボリック相互作用論によって、個人の各役割に対する主体性、コミットメントの程度、価値付け、満足、達成感などを考察することが出来よう。

一方、アハ・カヒ・他による社会学中辞典（1996）に、社会学領域における役割理論の系譜が要領よく簡潔に説明されているので、多少の重複があるが、次にそれを引用することとする。

「Role」[役割]（アハ・カヒ・他、社会学中辞典、ミネルヴァ書房 p.281-283（1996））

「ある個人が特定の社会的地位を占める場合、その人の行動は、自己特有の性格よりは、地位に付随する期待によって決められることが多い。役割とは社会的地位に付随する、社会的に定義された属性と期待の集合体である。例えば、ある教師個人は「教師」の役割を遂行するが、その役割は、その時点での彼又は彼女自身の感情とは無関係に、期待されている行動を伴っている。ゆえに、その地位を占める人間の個人的特性とは別個の、教師の職業的役割行動について一般化することが可能になる。役割は、個人的行動がいかにか社会的に影響され、特定のパターンに従うことになるかを示すという意味で、社会学的に重要である。社会学者は、社会的制度の構成単位として役割を用いる。例えば、社会的制度としての学校は、全ての学校に共通した、教師と生徒役割の集合体として分析される。

社会的役割理論には、おおよそ2つのアプローチがある。この概念の最初の体系的な使用は、＜象徴的（シンボリック）相互作用論＞の先駆者であるミード（G.H.Mead）によって1934年になされた。この用法においては、役割は、暫定的な、そして創造的な相互作用過程の結果として描かれている。ミード派の社会心理学の主たる関心は、子供たちが父親、母親、医師、教師など、他者の役割を想像し、真似しながら「役割取得」をすることによって、いかにして社会について学び、自分自身の社会的存在性（自己）（self）を発達させるかというものである。成人の社会的行動においても、個々人は自分自身の役割を成し遂げる際に、やはり役割取得を行うと考えられた。象徴的相互作用論においては、どの役割も他の役割との相互作用によって成り立つものとされている。例えば、「教師」の役割は、「生徒」の役割なしには考えられず、生徒に期待される行動との関係においてのみ教師に期待される行動も定義されるのである。相互作用過程は、役割遂行者が常に他者の役割についての認識を調整し、他者の反応によって、この認識を補強、修正することを意味している。これがまた、個人が自らの役割行動を維持したり、修正したりすることにつながる。役割形成は、相互作用を通じて期待される行動がどう作られ、修正されるかということであり、それは、「相互作用が行われる中で役割が特定され、流動的に定義づけられる暫定的プロセスである」（R.H.Turner, 1962）。象徴的相互作用論者たちは、役割形成が示唆するような、役割が流動的で不確かであり、個々の相互作用が、異質で独自の役割を生み出すものである、というような極端な相対主義を避けようとする。即ち役割の形成は一定の行動パターンを生みだし、それは特定類型の社会的行為者と対応させて考えられるのである。こうした意味で、彼らは、社会学が関心を寄せてきた、期待される行動のパターン性という考えを支持することになる。

役割理論の第二のアプローチはリントン（R.Linton, 1936）に由来し、やがて＜機能主義

(functionalism)に導入されたものである。役割取得が相互作用の特徴的な形であり、役割形成はその結果であるという立場をとらず、役割を、行動に対する基本的に規定された、固定的な期待で、特定の地位に付随する諸々の規定であるとみなす。このような諸規定は、その社会の文化から派生し、それは、機能主義的立場からは、一般に、統合された文化システムとみなされ、役割行動を導く社会的規範という形で現れると考えられている。文化を規定要因とみなす立場は、役割はしばしば他の役割との関係で定義されることは認めるものの、相互作用によって創造ないし修正されるとは考えない。しかし、個人はそれぞれ、他の役割遂行者との相互作用を通じて、自分自身の文化的に規定された役割を認識する可能性もある。極端な形においては、このアプローチは、柔軟性に欠ける決定論となり、「役割」を「文化」や「規範」と事実上同義にし、ほとんど不要のものとする。

実際の役割を見た場合、しばしば、ある社会的地位に期待される行動はかなり不明確なものであることが分かるし、それは象徴的相互作用論の主張と一致する。だが、こうした不確定さは、文化規定的なアプローチによっても、同様に説明し得る。つまり、行動を導く文化的規範は、かなり曖昧で、諸々の解釈が可能であるかもしれず、特定の役割はそれが関係している他の役割からの矛盾する期待のしたにあるかもしれない（例えば、現場における職業主任の役割は、主任に期待する行動として、それぞれは文化的に規定されたものであっても、労働者と経営者という役割の担い手—彼らは主任の行動に異なった期待をいただいている—からの相矛盾する圧力にさらされていることが知られている）。

文化や規範は、具体的な行為について、詳細に特定化することは稀である。また、機能主義が仮定するような、普遍性のある、相互に協調的に共存する諸要素の統合されたシステムを形作ることもない。現代社会の諸文化は、しばしば断片的で、多様で、矛盾する要素を含み、異なった集団（例えば、労働者と経営者）は、それぞれ違った要素に自分を合わせているかもしれないのである。

最近の役割についての議論には、いくらかの進歩がみられる。ゴフマン (E. Goffman, 1954) によって作られた役割距離 (role distance) という用語は、役割遂行者の役割からの距離化を示す。これは、社会的役割への期待の存在、役割遂行、そして特定役割への個人のコミットメントの間に重要な区別をなすものである。役割距離においては、役割遂行者は、役割から主観的に距離を保つ。役割葛藤 (role conflict) は、様々な意味で用いられる。すなわち、(1)ある人が、矛盾した要求をもつ役割を同時に行う時。例えば、働く女性にしばしば起こることだが、労働者、妻、母と、互いに矛盾する役割期待に応えなければならないような時。(2)ある個人が自分の役割に下す定義と、それに関連のある役割を担う人びとの解釈が異なる時。例えば、教師が自分たちの職業的行動原理に固執し、それが生徒の父母や地域の教育責任者の意向に沿わない時。(3)焦点となっている役割について、関係のある役割遂行者が矛盾する期待をもっている時。前述の主任が、労働者と経営者から矛盾する期待を受けるような場合である。また、役割をどの程度作り上げられるかとい

う個人の自由も、個人がどのような地位を占めるかによって異なると考えられている。ひとつの極には、公的な組織や軍隊での官僚制的な役割がある。そこでは、行動の基準は明白であり、形式化されており、即興的な行動の余地は—<組織理論 (organization theory) >が示すように、全くないわけではないが—あまりない。もう一方の極には、親とか友人のように、〔役割行動の規定〕範囲が広く、はっきりとは定義されていない役割もある。」 See : Culture; Institution; Status. Bibl. Gross et al. (1958); Biddle and Thomas (eds.) (1966); Jackson (ed.) (1972) (訳 : 恒吉僚子)

以上、社会学における役割理論の2つの流れを示した。役割理論の研究が進む中で、役割の様々な下位概念が誕生したが、役割に関する用語及びその定義を資料編に示した。

文献

- 1) Blumer H (後藤将之訳) : シンボリック相互作用論—パースペクティブと方法—。劉草書房, 東京, 1991. *
- 2) 濱嶋朗, 武下郁郎, 石川 晃光 : 社会学小辞典. 有斐閣, 1997. **
- 3) 古畑和孝 編 : 社会心理学小辞典. 有斐閣, 東京, 1994. **
- 4) 岩下豊彦 : 社会心理学, 川島書店, 東京, 1985. **
- 5) Mead, G.H (船津衛・徳川直人編訳) : 社会的自我. 恒星社厚生閣, 東京, 1991.
- 6) 森岡清美, 塩原 勉, 本間 康平 : 新社会学辞典. 有斐閣, 1993. **
- 7) 中村陽吉 : 心理学的社会心理学. 光生館, 東京, 1972. **

(宮前 珠子、吉川ひろみ、水流聡子、石橋陽子)

III. 研究報告

第4章 作業バランスを考察するための枠組み：義務と願望の視点

人は社会生活を営む上で何らかの役割を担っている。人は作業を通して役割を果たしている場合があり、私たちはこれを役割の作業的側面と呼んでいる¹⁾。作業療法では役割の作業的側面に注目し、クライアントの役割の獲得や維持を援助してきたが、役割の作業的側面を評価するための手段はわずかしかなく、実際にはあまり利用されていない¹⁾。さらに、作業の個人的意味づけを考慮の範疇に入れ、作業バランスを考察できる枠組みはほとんどない²⁾。Heardは、作業役割獲得モデルにおいて、内的期待と外的期待の葛藤を調整することによって、新しい作業役割遂行がなされると考えた(図1)³⁾。Heardは、内的期待は価値(value)、興味(interest)、技能(skill)、効力感(sense of efficacy)を反映し、外的期待は社会の規範や要請を反映するものとした。価値は特定の役割を獲得することを目標にしたり、その役割獲得にコミットすることであり、その役割が何を要請しているかについての解釈であると述べている。興味は外から求められた役割を自らのものとして内在化するかどうかを決めるものだと述べている³⁾。本論では、内的期待の中の価値と興味の側面に注目し、これを人が「したいと思う」という願望に置き換えた。Heard³⁾は、外的期待は役割行動をとる場合、時に明確にあるいは暗黙のうちに外から求められるものだと述べている。本論では、外的期待を「しなければならないと思う」という義務に置き換えた。すなわち、人が役割を果たすためにある作業を行う場合、願望と義務の間に葛藤が生じることがあり、葛藤の程度によって行動の妨げとなるかもしれないと考えた。本論では、Heardの作業役割獲得モデルの一部を構成する願望と義務といった作業の個人的意味づけを指標に作業バランスを考察することができるかどうかを考察したい。

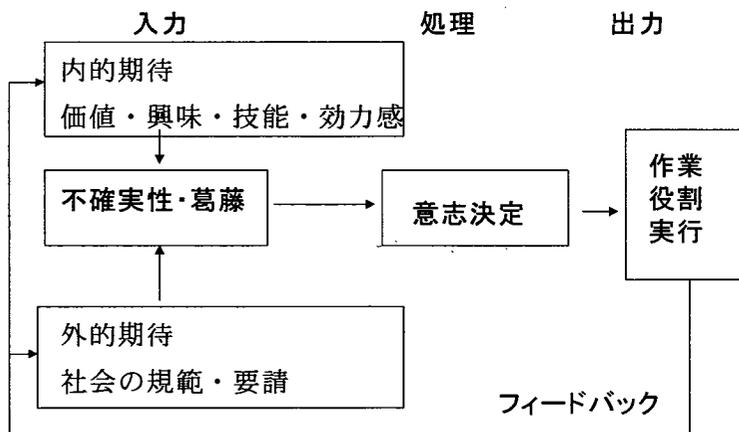


図1 作業役割獲得モデル(Heard)3)

本論の目的は、義務と願望という視点から日常の作業を捉えることであり、この枠組みが作業バランスを考察するときに見えるかどうかを検討することである。

方法

明らかな障害をもつ者と専業学生を除いた20代から90代まで各年代数名の男女を対象に、面接聞き取り調査を実施した。調査対象は、調査者の知人を通して協力を依頼した26名(女性17名、男性9名)だった。一般情報などを記入する表紙と4領域に分類した習慣的活動リスト及び各活動別質問を含む4枚から構成された調査票を用いた。表紙には年齢、性別、職業の有無、健康状態、同居者の有無、現在の生活への満足度、将来展望、Oakleyの役割チェックリスト4)を含んだ。活動リストは、セルフケア、仕事、レジャー、その他の領域に大別し、さらに小項目を設け具体的活動名67種類を記した。各項目にもその他の項を設けた。料理のように仕事としてもレジャーの趣味としても考えられる場合はどちらかを確認してチェックできるようにした。

各活動に対する個人的意味づけを調べるために、コミットメント、内的期待、外的期待について質問した。コミットメントは、各活動と個人の生活への結びつきの強さを知るために設定した項目で、生きがいになっているか、楽しいかと質問し3段階で回答を求めた。内的期待はその活動を行いたいと思っで行っているか、外的期待はしなければいけないと思っで行っているかと質問し、ともに3段階で回答を求めた。また、能力は各活動について「うまくできると思うか」を聞き、各活動の対象は「自分のためか、他人のためか、両方か」を聞いた。質問の内容を表1に示した。

調査手順は、調査目的を説明し協力承諾の署名を受けてから、調査票(資料2)に従ってインタビューを実施した。

表1 各活動について質問した項目

項目	1	2	3
活動頻度:	毎日	時々	たまに
コミットメント:	生きがい	まあまあ	生きがいでない
外的期待:	しなければならない	まあまあ	しなくてもよい
内的期待:	したい	まあまあ	したくない
能力:	うまくできる	まあまあ	うまくできない
対象:	自分	他人	両方

結果

図2に各対象者のコミットメントの程度による活動数を示した。活動数は、6から40で平均23.3、標準偏差9.2だった。コミットメントの程度は、高度にコミットしている(生きがいになる、楽しい)活動が全活動数に占める割合は、16%から100%と大きなばらつきを示

し、まったくコミットしていない（生きがいにならない）活動は0%から33%だった（表2）。従って、対象者は日常の活動の約70%についてはある程度コミットしていると言える。

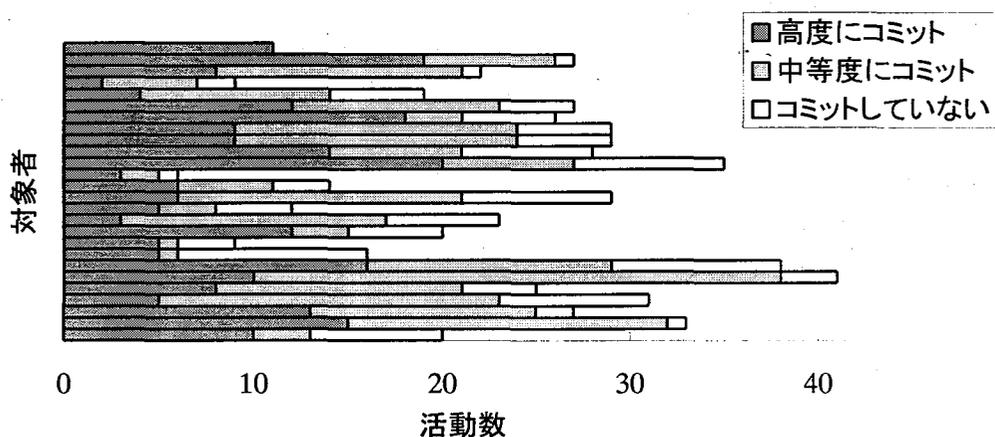


図2 コミットメントの程度と活動数

表2 コミットメントの程度別活動数の割合 (%)

	高度	中等度	無
最大	100.0	68.3	33.3
最小	16.1	0	0
平均	42.6	36.8	20.7
標準偏差	19.5	19.5	13.0

高度にコミットしている活動に注目し、内的期待及び外的期待の程度について調べた(図3)。外的期待と内的期待は3段階で評定したので、「しなければならない」と「まあまあしなければならない」を外的期待ありとし、「したい」と「まあまあしたい」を内的期待ありとして計算した。高度にコミットしているすべての活動には内的期待があった。一方外的期待については、ある場合とない場合があった。すなわち、日常高度にコミットしている活動とは、したいと思うと同時にしなければならないと思っている(以下、義務・願望的活動)か、したいと思っているが、しなければならないということはない(以下、願望のみの活動)のいずれかであると言える。対象者別に見ると、高度にコミットしている活動のすべてが義務・願望的活動である者は3名(12%)おり、逆にすべてが願望のみの者は4名(15%)いた。他の19名(73%)の高度にコミットしている活動には、義務・願望的活動と願望のみの活動の両方が含まれていた。図3は各対象者が高度にコミットしている活動の数と内訳を示した。図4には、高度にコミットしている活動全体に占める義

務・願望的活動と願望のみの活動の割合を示した。

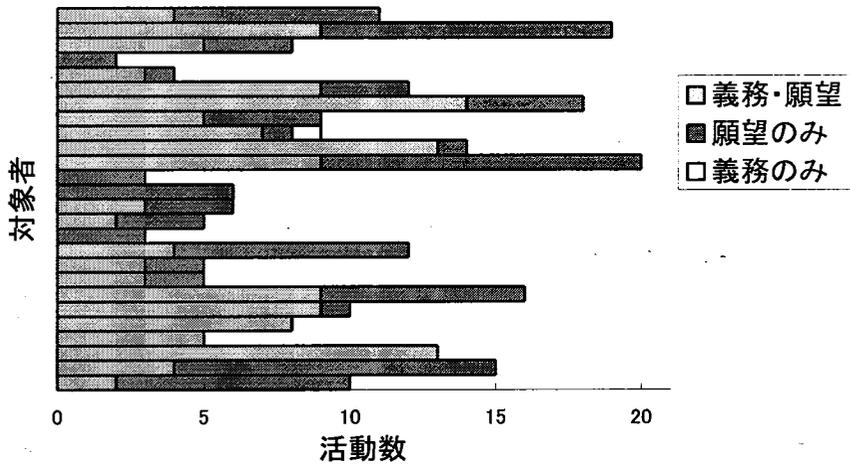


図3 各対象者が高度にコミットしている活動

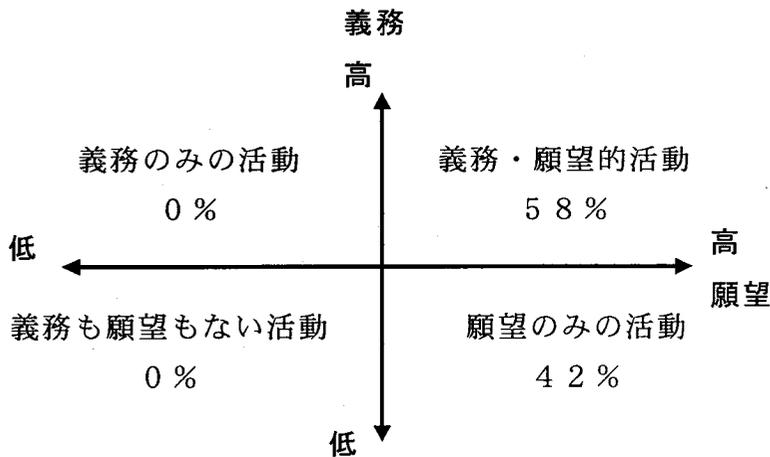


図4 高度にコミットしている活動における義務と願望の関係

次に、コミットしていない活動について義務と願望の関係を調べた。図5は各対象者がコミットしていない活動について示し、図6は対象者全体について示した。義務のみの活動がもっとも多かった。義務・願望的活動も多かったが、外的期待と内的期待を3段階評定で見ていくと、「まあまあしたい」と「とてもしなければならない」の組み合わせといった願望よりも義務が強い活動が30%を占めていた。すなわち、日常コミットしていない活動の84%は、義務のみか義務が願望に勝る活動であると言える。

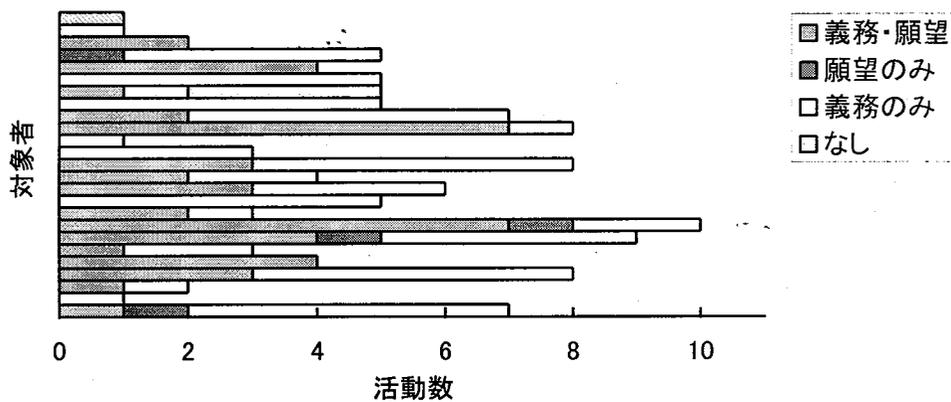


図5 各対象者がコミットしていない活動

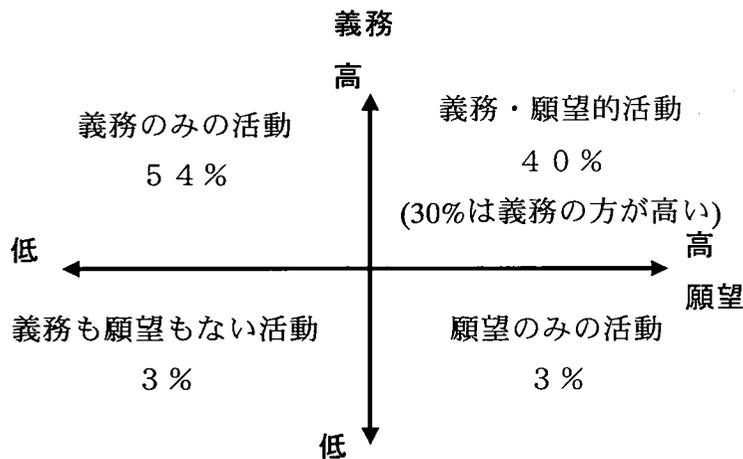


図6 コミットしていない活動における義務と願望の関係

コミットの程度にかかわらず日常の活動全体について義務と願望の関係を図7に示した。すなわち、対象者全体をみた場合、日常の活動のほぼ半数は義務・願望的活動であり、義務も願望もない活動はごくわずかであると言える。

義務も願望もない活動数がわずかだったのでこれを除き、他の3種の活動が全体の活動数に占める割合を、個人の属性別の平均値で比較した(表3)。60歳未満と以上の年齢別、男女別、職業の有無別では、T検定の結果 $p < 0.05$ では有意差は認められなかった(表3)。しかし、有職者の義務と願望的活動は無職者に比べて多い傾向があった($p = 0.054$)。

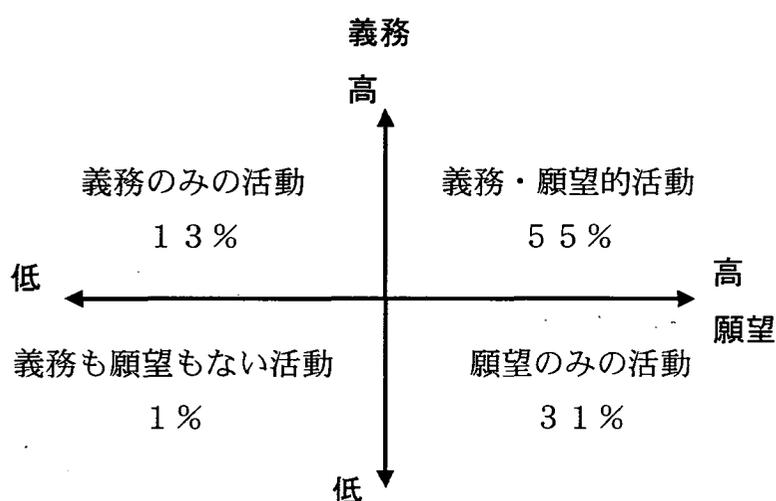


図7 日常の活動における義務と願望の関係

表3 対象者の属性別の義務と願望の関係 (%)

	義務・願望	願望のみ	義務のみ
若年 (9名)	54.3 (24.4)	30.8 (20.2)	13.7 (8.2)
高齢(17名)	49.5 (15.2)	38.1 (19.2)	10.1 (10.4)
	NS	NS	NS
女性 (17名)	54.2 (21.7)	30.5 (19.5)	14.0 (9.4)
男性 (9名)	49.5 (21.9)	38.5 (20.3)	10 (8.2)
	NS	NS	NS
無職 (10名)	43.2 (15.2)	30.5 (19.5)	14 (9.4)
有職 (16名)	58.5 (23.1)	38.5 (20.3)	10 (8.2)
	p=0.054	NS	NS

次に対象者の主観的的な健康度、満足度、将来展望により、上記3種の活動に差があるかどうかを比較した。対象者の回答は健康度、満足度、将来展望とも3段階のうち肯定的な側に評定が偏っていた。「健康でない」「満足していない」は各1名、「将来展望が暗い」は1名だったので、「まあまあ」に含め、「とても健康」「とても満足」「将来展望が明るい」とそれぞれ比較した(表4)。T検定の結果、 $p < 0.05$ では有意差は認められなかった。しかし、将来展望が明るいと回答した者は、まあまあ以下と回答した者より義務と願望的活動が多く ($p = 0.07$)、願望のみの活動が少ない ($p = 0.06$) 傾向があった。

表4 主観的健康・満足・展望における義務と願望の関係 (%)

	義務・願望	願望のみ	義務のみ
健康 (15名)	53.1 (25.7)	33.9 (22.4)	12.0 (8.7)
まあまあ以下(11名)	51.9 (15.1)	32.6 (16.5)	14.0 (9.7)
	NS	NS	NS
満足 (11名)	49.4 (18.2)	37.0 (22.1)	12.9 (8.3)
まあまあ以下(15名)	54.9 (23.9)	30.6 (18.2)	12.2(9.78.2)
	NS	NS	NS
展望明るい (9名)	42.4 (18.4)	42.6 (16.1)	12.8 (9.1)
まあまあ以下(17名)	58.0 (23.9)	28.4 (20.2)	12.3 (9.2)
	p=0.07	p=0.06	NS

対象者の属性や主観的健康・満足・将来展望の状態に関わりなく、義務と願望の関係は、ある程度一定していた。つまり、日常生活に明らかな障害をもたない本研究対象者の日常の活動では、義務・願望的活動は50%前後、願望のみの活動は30%強、義務のみの活動は10%強であった。

考察

義務と願望という視点から日常の活動を捉えると、コミットしている活動とコミットしていない活動には大きな違いがあるが、生活に障害をもたない今回の対象者では、義務と願望による4種類の活動パターンはほぼ一定であることがわかった。この義務と願望の関係で日常活動のパターンの捉え方は、作業バランスを考察するための枠組みとして使えるかもしれない。Christiansen²⁾は、過去の文献から作業バランスに関して、時間配分的アプローチ、体内時計など生物学的アプローチ、複数の目標指向的活動相互関係に注目した個人独自のパターンを分析するアプローチといった3つの見解があると述べた。時間配分的アプローチでは、実際の時間と認識上の時間との不一致を指摘するとともに、認識上の時間を捉える理論やデータの不足、研究者間で活動のカテゴリ化に関する統一見解の欠如により、作業バランスと健康との関係の研究が滞っていると述べている。また、同一の活動でも個人により異なるカテゴリに分類されるという事実や、個別的なパターンの存在を指摘し、作業バランスの研究を進めるためには個人のパターンを調べる方法を見いだす必要があると結んでいる。義務と願望の視点から作業バランスを捉えると、個人別にはいくつかのパターンを示す一方で、生活に障害をもたない対象者の日常活動には一定のパターンがあることが明らかになった。今後、生活に何らかの障害をもつ人々を対象者に研究をすすめることで、義務と願望の視点からみた作業バランスが健康の決定要因や指標として有用かどうか検討できると思われる。

Gregory⁵⁾は、作業行動が退職者の生活満足度の決定要因になるかどうかを調べた。作業行動は興味ある活動数と、各活動についての楽しさの程度・自主性（「しなければならない」と「したい」のいずれかを選択）・能力（上手くできると思う程度）を複合した指標を作成し、この総合点と生活満足との間に有意な関係があったと報告した。また、仕事は主たる作業行動であるから、退職者にとっては仕事に替わる活動や仕事をするという役割が満足をもたらすかどうかを調べる研究が必要だと述べている。筆者はGregoryの作成した作業行動の評価票を臨床で使用した経験がある。その時、自主性の項目で「しなければならない」あるいは「したい」のどちらかを問うと回答に窮する対象者が少なからずいた。今回は内的期待を反映する項目として「したい」という願望があるかどうかと、外的期待を反映する項目「しなければならない」という何らかの義務を感じているかどうかの双方を質問した。その結果、「生きがいになる、楽しい」といったコミットしている活動については願望も義務もあることがわかり、それにはさまざまな活動が含まれていた。

Kirchmanら⁶⁾は、高齢者は社会との結びつきを徐々に弱めていくものだという引退理論（disengagement theory）がある一方で、高齢になっても活動し社会との結びつきを維持することが満足をもたらすことを示す研究があると述べている。作業に従事することが、生活に満足を与え、孤立や退屈を予防すると考えられているが、これを実証するためには作業に従事することを測定する方法を見出さなければならない。日常作業を義務と願望の視点から捉えることは、作業に従事することを測定する方法の一つとなるだろう。

まとめ

20代から90代の健常者26名を対象に日常の活動について、「しなければならない」という義務と「したい」という願望の関係から考察した。高度にコミットしている活動には2種類あり、義務と願望の両方がある場合と願望のみの場合だった。コミットしていない活動には義務のみの場合がもっとも多かった。人の健康の決定要因として作業を検討する際に、義務と願望の視点が使えるかもしれない。

文献

- 1) 吉川ひろみ, 水流聡子, 宮前珠子, 石橋陽子, 近藤敏: 作業療法における役割概念. 作業療法 19: 305-314, 2000.
- 2) Christiansen C: 作業バランスに関する3つの見解. Zemke R and Clark F (佐藤剛・監訳): 作業科学, 三輪書店, 東京, pp. 473-493, 1999.
- 3) Heard C: Occupational role acquisition: a perspective on the chronically disabled. Amer J Occup Ther 31: 243-247, 1977.
- 4) Oakley F, Kielhofner G, Barris R, Reichler RK: The role checklist: development and empirical assessment of reliability. Occupational Therapy Journal of Research, 157-170, 1986.

- 5) Gregory MD: Occupational behavior and life satisfaction among retirees. Amer J Occup Ther 37: 548-553, 1983.
- 6) Kirchman MM, Reichenbach V, Giambalvo B: Preventive activities and services for the well elderly. Amer J Occup Ther 36: 236-242, 1982.

(吉川ひろみ、小林法一)

第5章 高齢障害者の役割と生活満足感

1. はじめに

作業療法の目標はクライアントが適切な役割に従事することによって、健康を維持し生活満足感が得られるようにすることである。本研究では、「役割」を「日常習慣的に行っている作業」と定義したが、ではクライアントにとって適切な役割、すなわち習慣的な作業とはどのようなものであろうか。

人間が行う作業は「日常生活活動（以下、ADL(activities of daily living)と略す)」、「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」の3領域に分けることができる(The American Occupational Therapy Association,1994)が、生活の中心となる作業は年代によって異なる。各年代の生活時間の核をなすのは、一般に、学齢前の子供では「遊び」、学齢期-青年期は「学業」、青年期-壮年期は「仕事」であり、ほとんどの時間を社会と共時化した生活時間のもとに過ごしている。しかし、老年期になりそれまでの主たる作業から退くと、空いた時間の大半は余暇時間となり(Miller,1995)、日々の時間をいかに過ごすかが高齢者の生活満足感を左右するものと思われる。

老年期であっても、社会の中で生きる在宅生活者には選択可能な作業が残されており、家事やパートタイムの仕事など「仕事・生産的活動」を行うことが可能である。しかし、施設に入所し長期間そこで生活している高齢障害者にはこのような選択肢は殆ど考えられない。このような高齢障害者にとっての適切な作業とはいかなるものであろうか。

先行研究では、日常的におこなっている活動の各領域（仕事・生産的活動、遊び・余暇活動、日常生活活動、休息）の時間的な長さが生活満足感に関係する可能性が指摘されていた(Pentland,1998;岡野,1992;宮脇ら,1992)。また別の研究(Smith,1986;Gregory,1983;竹原ら,1996)では、興味や価値、有能感、コミットメントの程度など活動に対する意味の自己認識が生活満足感と関係すると報告されていた。しかしこれらの研究のほとんどは在宅生活者を対象としたものであった。そこで今回は、i) これらの要素を含む質問紙を用いて施設生活者の典型的な一日の活動を調査し、ii)各要素と現在の施設での生活の満足感との関係を分析、検討した。目的は施設で生活する高齢障害者の典型的な一日の作業を明らかにし、そのうちどのような作業が現在の生活満足感に関係するか、また作業に対する個人的な意味など、作業のどのような文脈が生活満足感に関係するかを明らかにすることであった。

2. 方法

(1)用語の定義

本章で使われている用語については以下のように定義した。

・生活満足感

生活満足感とは、一般に社会全体や人生全体を含む生活全般に対する本人の主観的な満足感を指す場合が多いが、本研究では範囲を限定し、施設内での現在の生活全般についての満足感と定義した。生活満足感の評価は本文中に説明した方法で行い、その程度は「満足点」で表すこととした。

・コミットメント (commitment)

日本語としては、かかわり合い、傾倒、強い関心、委任、公約、誓約、契約、拘留などと訳されている(小学館,1994)。Super は、個人にとっての役割の重要性を決定する要素の一つは、ある役割の態度的・感情的側面としての関与(コミットメント)であり、物事に対しどの程度「思い入れ」をしているかどうかであると述べている(中西,1995)。本研究においては、個人が生きがいを感じたり、はまっていると感じたり、いつも気になったり、待ち遠しいと感じる活動を、「コミットした活動」と定義した。

・作業遂行領域

作業遂行領域とは作業療法が扱う領域のことで、アメリカ作業療法協会によって定義された(The American Occupational Therapy Association,1994)。その範囲は、人間のあらゆる日常生活上の活動を含み、「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」、「ADL」の3領域からなる。活動は3領域のどこかにカテゴリー化できるが、特定の活動がどの領域になるかは厳格に規定されておらず、個人の認識によって決まる。例えば、家事はある人にとって「仕事・生産的活動」であったとしても、別な人にとっては「ADL」になるかもしれない。

(2) 対象者

対象者は以下の3条件を満たす65歳以上の高齢者で、研究の目的と内容を説明した上で同意の得られた者とした。

- 1, 言語的コミュニケーションが可能であること
- 2, 精神状態質問表(Mental Status Questionnaire;以下MSQと略;付録1)により明らかな痴呆が認められないこと
- 3, 施設入所期間が3ヶ月以上であること

対象とした施設は広島県内の3施設と北海道内の2施設である。対象者の選定については、まず各施設の看護職または介護職の管理者から条件に合うと思われる者の紹介をうけ、次に筆者自身が各対象者に研究協力への意志を確認し、同意の得られた者に対してMSQを実施し痴呆の有無を確認した。5施設より合計55名の紹介を受けその全員が協力に同意したが、12名に痴呆の疑いが認められたため対象から削除し、残りの43名を対象者とした。施設別の内訳は老人保健施設19名、ケアハウス5名、療養型病床施設19名で、

平均年齢は 82.56 ± 8.55 歳であった。対象者の属性を表 2-1 に示す。

表 2-1 対象者の属性

対象者数(性別):年齢, 最小値-最大値	43名(男性10名,女性33名) : 82.56 ± 8.55歳 , 65-99
施設別対象者数	老人保健施設(19名)、療養型
入所期間(月), 最小値-	15.40±14.99 , 3-60
Barthel Index, 最小値-最	7±12 ± 24.24 , 43-100

障害老人日常生活自立度

	度数	パーセント	累積パーセント
A	21	48.8	48.8
B	12	27.9	76.7
C	9	20.9	97.7
D	1	2.3	100.0
合計	43	100.0	

MSQ(3点以上で痴呆あ

	度数	パーセント	累積パーセント
0点	10	23.3	23.3
1点	11	25.6	48.8
2点	22	51.2	100.0
合計	43	100.0	

(3) 調査内容

調査法は半構成的な面接による聞き取りで、筆者が実施した。以下に各調査の内容を記載する。

1) 対象者の属性

年齢、性別、入院・入所期間、疾患名を施設の記録から転記した。

2) 痴呆の判定

痴呆の判定はMSQ(付録1)を用いて行った。MSQは大規模な施設老人調査のために開発されたもので、痴呆の重症度評価を目的としている。質問項目は、その日の日付など見当識に関する質問と生年月日など一般的な記憶に関する質問が各5題、合計10問からなる。日本では木戸(1973)が翻訳している。誤答数が3つ以上で明らかな痴呆と判断され、信頼性、妥当性は確認されている。

3) 日常生活活動の評価

日常生活活動はBarthel Index(Mahoney et al,1965)を用いて点数化した。Barthel Indexは食事、更衣、入浴、トイレ動作、排泄コントロール、移動など10項目からなり、各項目について「自立」「介助が必要」「できない」のどれかを選択することで、日常生活活動の能力を最高点が100になる指数で表すことができる。評価基準が詳細に定義されており、誰でも正確に行うことができるとされる(伊藤ら,1994)。

4) 典型的な1日の活動と各活動に対する対象者の認識

施設における典型的な1日の活動と各活動に対する対象者の認識を調査するために、本研究ではSmith(1986)らによって開発された作業質問紙(Occupational Questionnaire:以下OQと略す)をもとに、表2-2に示す調査用紙を作成した。OQは高齢者の意志と作業パターンと生活満足度の関係を調査する研究の過程で開発され

た質問紙で、信頼性、妥当性は良好とされている。本研究では遂行度とコミットメントの質問項目を新たに付け加える改変を行った。

表2-2 活動についての調査用紙（付録2）

ID - -		年 月 日		場所		name																										
時刻	①活動内容	メモ	②活動の分類				③価値				④興味				⑤遂行度				⑥有能感				⑦コミットメント									
			あなたにとってこの活動は次の内のどれか				あなたにとってこの活動はどれくらい重要ですか				あなたはこの活動をどのくらい楽しんだか				あなたにとってこの活動の出来はどの位ですか				あなたはこの活動を次の内どのように思いますか。				生きがいや、はまっている、待ち遠しいと感じます									
			仕事・生産的	日常生活活動	余暇・遊び	休息	非常に重要	重要	どちらでもない	ない方がよい	時間の無駄	非常に好き	好き	どちらでもない	嫌い	非常に嫌い	非常に良くてきた	良くてきた	普通にできた	あまり良くてきた	良くてきた	我ながら非常に良かった	我ながらよくやった	普通にやった	無能を感じた	非常に無能を感じた	とてもそう感じる	そう感じる	特に感じない			
5:00																																
5:15																																
5:30																																
5:45																																
6:00																																
6:15																																

以下、この調査用紙の項目と具体的な調査内容を示す。

①典型的な1日の活動の調査

典型的な1日の起床から就寝までの活動を聴取し、15分単位で記録した。具体的には、対象者に「ふだんの1日の生活について朝から順にお話し下さい」「昼食の後はいつもどう過ごされますか」「それは何時頃ですか」などと質問し、記録した。

②各活動の分類

対象者に確認を取りながら、①で聴取した各活動を作業遂行領域、すなわち「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」、「日常生活活動」および「休息」に分類した。

③価値

①で聴取した各活動に対する価値の程度を「非常に重要」「重要」「どちらでもない」「ない方がいい」「時間の無駄」の5段階から選択するよう依頼し、記録した。

④興味

①の各活動についてどのくらい楽しんだかを「非常に好き」「好き」「どちらでもない」「嫌い」「非常に嫌い」の5段階から選択するよう依頼し、記録した。

⑤遂行度

①の各活動についてどの程度うまくやれたと感じているかを「非常に良くできた」「良くできた」「ふつうにできた」「あまり良くできなかった」「良くできなかった」の5段階から選択するよう依頼し、記録した。

⑥有能感

①の各活動に対してどの程度「有能感」または「劣等感」を感じたかを「我ながら非常によくやった」「我ながらよくやった」「普通にやった」「無能を感じた」「非常に無能を感じた」の5段階から選択するよう依頼し、記録し、記録した。

⑦コミットメント

「この活動に対し生きがいを感じたり、はまっていると感じたり、いつも気になったり、待ち遠しいと感じますか」という問いに対し、「とてもそう感じる」「そう感じる」「特に感じない」の3段階から選択するよう依頼し、記録した。

5) 典型的な1日の活動内容の分類

4) の①で調査した活動内容をNHK国民生活時間調査の方法（以下、NHKの分類と略す）に従い分類した。NHK国民生活時間調査は日本国民一般を対象に、1960年より5年ごとに行われている代表的な生活時間調査である。NHKの分類は大分類3項目、中分類14項目、小分類27項目からなり、大分類は睡眠、食事、身辺処理、療養・静養など個体維持のために必要な活動である「必需時間」、仕事、学業、通勤、通学、社会参加など家庭や社会を維持させるために行う義務性・拘束性の高い「拘束時間」、レジャー活動、交際、マスメディア接触、休息などの「自由時間」からなる。ある活動がどの項目に該当するかは、あらかじめ定義されている。

本研究では療養・静養の範疇を「医師や看護による医療行為、理学療法士や作業療法士による個別セラピー、物理療法」とした。また休息と睡眠を独立した項目として集計したが、基本的にはNHKの分類に準じて行った。(表2-3)。

表2-3 NHKの分類による集計表

時刻	活動内容	睡眠	休息	必需時間			自由時間							拘束時間				その他						
				食事	身の周りの用事	医療行為・リハビリ	マスメディア				合計	レジャー			合計	家事			社会参加	合計				
							TV/ラジオ	新聞	雑誌	CD・テープ		ビデオ	合計	会話・交際		スポーツ	趣味・娯楽・教養				買い物	家事雑事	洗濯・掃除	仕事
5:00																								
5:15																								
5:30																								
5:45																								
6:00																								

* 通勤通学や学業など施設生活高齢者にあり得ない項目は削除した

6) 典型的な1日以外の活動

4) 以外で、現在、生きがいに思っていたり、楽しみにしていたり、重要だと感じている活動を聴取した。また、週単位、月単位、年単位で行っている習慣的な活動や今までしたことはないがこれからやってみたいと思う活動も聴取した。

7) 生活満足感の測定

生活満足感の測定は以下の3種の方法を用いた。

①口頭による施設生活の満足度 (以下、満足度100点法と略す)

対象者に「現在の施設での生活について、あなた自身はどのくらい満足と感じていますか。満足度を100満点で表すと何点ですか」と質問し回答を得た。

② Philadelphia Geriatric Center Morale Scale (以下 PGC モラールスケールと略)

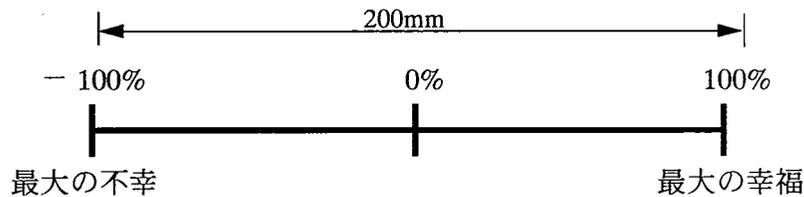
Lawton(1975)が老人のモラールの測定尺度として開発したもので、当初22項目の質問で構成されていたが、1975年に17項目に改訂されている。「モラールが高い」ということについて、Lawtonは「自分自身についての基本的な満足感をもっている」「環境の中に自分の居場所があるという感じを持っている」「動かし得ないような事実については、それを受容できている」の3つの意味があると述べている。

「生きることは大変厳しいと思いませんか」などの質問に「はい」「いいえ」で答える構成となっており、肯定的な回答に対し1点が与えられ、得点が高いほど幸福感が高いとされる。日本では前田ら(1979)、古谷野(1981)などによって妥当性、信頼性が検証されて以来、高齢者のQOLや生活満足感を示す指標として頻繁に使われている。

PGC モラールスケールの質問には「生きていてもしかたないと思うことがありますか」や「歳をとって前よりも役に立たなくなったと思いませんか」など否定的な項目が多いため、対象者に精神的な負担を強いる可能性が高い。そこで本研究では否定的な質問と正反対の肯定的な質問をダミーとして作成し、オリジナルの質問と組み合わせ合計29項目(付録3)の質問を行った。

③主観的幸福度スケール(Visual Analogue Scale of Happiness : 以下 VAS-H と略す)

VAS-Hは松林ら(1992A,1992B)によって開発された評価法で、Geriatric Depression Scaleとの有意な相関が確認されている($r=.31$ $P<0.01$)。VAS-Hは以下に示すような200mmの線分を用いて行う。対象者には、線分の左端を最大の不幸、右端を最大の幸福、中間点はどちらともいえない状態と説明した上で、「ご自分の健康状態、家族関係、おかれている境遇などすべてを総合して、あなたは現在、どのくらい幸福と感じていますか、線上に印を付けて下さい」と質問し回答を得る。VAS-Hは非常に簡便であることと、質問形式の評価法に比べ高い回答率を得られる点で優れている。



(4) 調査の順序

研究への参加に同意した者に対し、以下の順で調査を行った。なお、VAS-H と満足度 100 点法は再現性を確認するために調査の前半と後半の 2 回施行した。

- 1) 対象者の属性の記録
- 2) 痴呆の判定 (MSQ)
- 3) 満足度 100 点法
- 4) VAS-H
- 5) Barthel Index
- 6) 典型的な 1 日の活動内容 (調査紙)
- 7) 典型的な 1 日以外の活動内容
- 8) 満足度 100 点法の再測定
- 9) VAS-H の再測定
- 10) PGC モラール・スケール

調査は、疲労や他の用事など対象者の都合による中断を除き、同一日に連続して行った。調査に要した時間は対象者一人あたり約 1 時間であった。

(5) データの解析

- 1) 生活満足感と活動内容についての記述統計を行った。
 1. 生活満足感に関する調査結果
 2. 対象者から聴取した活動内容の集計
 3. 聴取した活動内容を NHK の分類方法に従って集計
 4. 聴取した活動内容を本人の認識に基づき作業遂行の各領域 (「仕事・生産的活動」、「日常生活活動」、「遊び・余暇活動」) および休息に分類し集計
- 2) 1 日の活動パターンと満足点の関係について、以下の解析を行った。
 1. 対象者の 1 日の活動を NHK の分類に従い「必需時間」、「拘束時間」、「自由時間」、「休息」の 4 領域に分類し、各領域ごとの合計時間と満足度 100 点法の得点 (以下、満足点と略す) との相関を分析した。
 2. 対象者の 1 日の活動を休息および作業遂行の各領域に分類し、各領域ごとの合計時

間と満足点との相関分析を行った。

3. 各対象者の総活動時間（起床から睡眠までの時間）に占める「仕事・生産的活動」、「日常生活活動」、「遊び・余暇活動」、「休息」の割合を変数としたクラスター分析を行った。
- 3) 各活動の時間および有無（行っている、行っていない）と満足点の相関分析を行った。
 1. NHK の分類の小分類項目に基づく 19 の活動ごとの合計時間と満足点の相関を分析し、さらに各活動ごとに活動の有無と満足点の相関を分析した。（活動を行っている者を [1]、行っていない者を [0] と数量化した。）
 2. 方法の（4）③～⑦の調査結果をもとに、聴取した活動を価値や興味の認識状況によって分類し、対象者の各項目（「非常に重要な活動」「非常に好きな活動」「良くできた活動」「我ながら良くやったと思う活動」など）ごとの合計時間と満足点の相関を分析した。さらに各項目ごとに、該当する活動の有無と満足点の相関を分析した。（該当する活動を行っている者を [1]、行っていない者を [0] と数量化した。）
 3. 2 の解析で有意差の認められた項目を独立変数とし、満足点を従属変数として重回帰分析を行った。変数の選択には変数クラスター分析（菅,1996）を用いた。
- 4) 各活動に対する対象者の認識状況を集計、検討した。
 1. NHK 分類の小分類項目と価値・興味・遂行度・有能感・コミットメントの状況のクロス集計
 2. 各活動の価値・興味・遂行度・有能感を最高 + 2 点から最低 - 2 点までの 5 段階、コミットメントを最高 + 2 点から最低 0 点までの 3 段階で点数化し平均点を求めた。

統計処理には、統計ソフト SPSS 9.0J for Windows を使い、有意水準は危険率 5 % 以下とした。

まとめ

5 施設 43 名の施設生活者を対象に、「典型的な 1 日の活動内容」、「各活動に対する本人自身の認識」、「生活満足感」を面接聴取した。「各活動に対する本人自身の認識」については、①価値の程度、②興味の程度、③遂行度、④有能感を 5 段階で評価、⑤コミットメントの程度を 3 段階で評価した。以上の調査で得られたデータについて、以下の分析を行った。

1. 生活満足感と活動内容についての記述統計
2. 活動パターンと満足点の関係についての解析
3. 各活動の時間および有無（行っている、行っていない）と満足点の相関分析
4. 各活動に対する対象者の認識状況を集計

3. 結果

対象者の生活満足感、活動内容、生活時間についての調査結果および、これらと満足点の相関分析、多変量解析の結果を以下に示す。

(1) 生活満足感および活動内容の調査結果

1) 生活満足感の測定結果

生活満足感の平均得点：生活満足感に関する3種の測定の結果を表3-1に示す。対象者の平均得点は満足点が72.88 ± 20.59(計測範囲：0～100)、VAS-Hは37.28 ± 41.39(計測範囲：-100～100)、PGCモラルスケールは10.84 ± 3.42(計測範囲：0～17)であった。満足点およびVAS-Hの得点は面接開始直後に行った一回目よりも後半に行った二回目の方がわずかに高かったが有意差は認められなかった。なお、VAS-Hは視力障害により実施不可能な者が3名いたためそれらを除外した40名の平均を示す。

表3-1 生活満足感の平均得点

	計測範囲	n	最小値	最大値	平均値	標準偏差	
満足点	(0～100)	43	30	100	72.9	20.6	} *n.s.
満足点(二回目)		43	30	100	75.1	17.8	
VAS-H	(-100～100)	40	-71	100	37.3	41.4	} *n.s.
VAS-H(二回目)		40	-47	100	38.7	38.0	
PGCモラルスケール	(0～17)	43	2	16	10.8	3.4	

補足：満足点とVAS-Hは信頼性確認のために面接の前半と後半に2度行った

*対応のある二標本t検定

生活満足感の施設タイプ別の比較：生活満足感の施設タイプ別の結果を表3-2に示す。満足点とVAS-Hの平均得点はケアハウス、老人保健施設、療養型病床施設の順に高く、VAS-Hの平均得点に有意差が認められた(p<.01)。一方、PGCモラルスケールの平均点は3施設ともほぼ同じであった。

表3-2 生活満足感の施設タイプ別の比較

	老人保健施設 (n=18)	療養型病床施設 (n=17)	ケアハウス (n=5)	
満足点	77.9±18.7	67.7±20.1	88.0±16.4	n.s.
VAS-H	45.9±32.0	17.2±42.7	74.6±35.6	p<0.01
PGCモラルスケール	11.4±3.7	10.6±3.14	11.2±3.0	n.s.

*VAS-Hを行えなかった者を除く

Kruskal Wallis 検定

生活満足感と基本属性の相関：生活満足感に関する3種の測定の結果および年齢、性別、入所期間、Barthel Index、障害老人日常生活自立度の間の相関係数を表3-3に示す。満足点はVAS-Hと強い相関を示し(r=.824,p<.01)、PGCモラルスケールともやや強い相関を示した(r=.717,p<.01)。VAS-HとPGCモラルスケールには弱い相関が認められた(r=.399,p<.05)。満足点は他にBarthel Index(r=.457,p<.01)及び障害老人日常生活自

立度($r=.433, p<.01$)、性別($r=-.341, p<.05$)とも有意な相関が認められた(表3-3)。

本研究において生活満足感とは、施設内での現在の生活全般についての満足感と定義している。VAS-HやPGCモラルスケールは、「施設内」や「現在」に限定された範囲ではなく、より広い範囲を含み、過去や未来の時間的な状況も含んだ評価であるため、本研究における生活満足感の評価として適切とは言えない。よって以降の分析では、生活満足感の程度を示す指標として満足点を用いることとする。

表3-3 生活満足感と基本属性の相関

	満足点	VAS-H	PGCモラルスケール
満足点	1.000	.824 **	.717 **
VAS-H	.824 **	1.000	.399 *
PGCモラルスケール	.717 **	.399 *	1.000
年齢	.283	.241	.037
性別(男:0 女:1)	.341 *	.171	.303 *
入所期間(月)	-.039	-.049	-.116
Barthel Index	.457 **	.407 **	.398 **
障害老人日常生活自立度	.433 **	-.287	-.454 **
Pearson の相関係数 * P<.05 ** P<.01 (両側)			
(障害老人日常生活自立度と性別はSpe			

2) 全対象者の活動内容

調査の結果得られた活動は33種類、延べ合計数は383であり、対象者一人あたり一日平均8.9±2.7種の活動を行っていた(表3-4)。活動の集計は時間や実施回数とは関係なく、同じ活動内容であれば1日に何度行っても1つとした。ただし、同じ活動内容であっても興味や価値、達成度など本人にとっての意味の部分が異なる場合は別々にカウントした。そのため、休息やTV・ラジオ、身辺処理、食事などの活動は対象者数よりも多くなった。

対象者が「仕事・生産的活動」と認識していた活動の中で最も多かったのはOT,PTによるリハビリテーション(22)であり、次いで体操(9)、レクリエーション(5)、洗濯物たたみ(5)、散歩(5)、TV・ラジオ(4)の順であった。「日常生活活動」の中で多かったのは身辺処理と食事で全員が行っていた。「遊び・余暇活動」の中で最も多かったのはTV・ラジオ(39)であり、以下レクリエーション(13)、教養・娯楽活動(11)、会話(7)の順であった。「休息」に分類されたのは休憩が最も多く、次いで多かったのはTV・ラジオであった。TV・ラジオは「仕事・生産的活動」「遊び・余暇活動」「休息」のいずれにおいても上位に選択されていた。

表3-4 全対象者の活動内容

活動内容	自己認識による分類				合計
	仕事・生産的活動	日常生活活動	遊び・余暇活動	休息	
休憩(食休み、一休み、など)				66	66
TV・ラジオ	4		39	12	55
身辺処理(着替え、洗顔、入浴、など)		54			54
食事(朝食、夕食など)		45			45
リハビリテーション(OT,PTIによる)	22		2		24
おやつ		12	5	2	19
レクリエーション	5		13		18
体操	9		2		11
趣味・娯楽活動(手芸、書道、歌、など)			11		11
会話	1	1	7		9
掃除	2	7			9
新聞	2		4		6
コーヒーブレイク		2	6		8
昼寝				8	8
洗濯物たたみ	5				5
散歩	5		2		7
読書			5		5
祈り	3			1	4
日記	2		1		3
洗濯	2				2
食事の準備	2				2
仕事(収入のあるもの)	1				1
自主訓練	1				1
食事介助	1				1
家族介助	1				1
鉢の水やり	1				1
カーテン開け	1				1
眺望(窓の外)			1		1
ビデオ視聴				1	1
考え事				1	1
手紙			1		1
面会			1		1
買い物			1		1
合計	70	121	101	91	383

3) 聴取した活動の集計

表3-5は対象者より聴取した活動を NHK の分類方法に従って集計した結果である。対象者の日中の総活動時間(起床から睡眠までの時間)は平均879.1±51.0分(約15時間)であった。そのうち、TV・ラジオや趣味・教養・娯楽などの「自由時間」が平均323.4分(36.8%)で最も多く、次いで「休息」が平均295.5分(33.6%)であった。

表3-6は本人が申告した作業遂行領域別の時間である。総活動時間のうち、対象者が「休息」に分類した時間は平均356.2分(40.5%)であり、「日常生活活動」は174.8分(19.9%)、「遊び・余暇活動」が241.4分(27.5%)、「仕事・生産的活動」は最も少なく106.7分(12.1%)であった。NHKの分類による結果と異なり、作業遂行領域別の分類では「休息」が最も多くの時間を

占めていた。

表 3-5 NHK の分類による各項目の時間

	平均時間(分)	標準偏差	割合	行為者数(人)	行為率(%)	
総活動時間(分)	879.1	51.0				
睡眠(夜間)	560.9	51.0				
休息	295.5	207.6	33.6%	40	93.0	
必需時間	食事	104.3	30.2	43	100.0	
	身の周りの用事	67.0	44.4	43	100.0	
	医療行為・リハ	47.1	64.4	23	53.5	
	218.4	82.0	24.8%	43	100.0	
自由時間	マスメディア	TV・ラジオ	198.8	214.5	29	67.4
		新聞	6.3	17.1	6	14.0
		雑誌	0.0	0.0	0	0.0
		本	7.7	37.7	3	7.0
		CD・テープ	0.0	0.0	0	0.0
		ビデオ	1.7	11.4	1	2.3
		214.5	216.1		31	72.1
	レジャー	会話・交際	17.4	30.7	13	30.2
		スポーツ	17.4	29.4	15	34.9
		行楽・散歩	9.4	27.4	6	14.0
趣味・娯楽・教養		64.5	112.2	19	44.2	
	108.8	129.6		29	67.4	
	323.4	214.1	36.8%	40	93.0	
拘束時間	家事	買い物	0.7	4.6	1	2.3
		家事雑事	4.2	19.2	3	7.0
		洗濯・掃除	10.1	17.2	12	27.9
		15.0	26.2	14	32.6	
	仕事	9.8	64.0	1	2.3	
社会参加	14.0	76.8	2	4.7		
	38.7	101.9	4.4%	16	37.2	
その他	3.1	11.1	0.3%	4	9.3	

表 3-6 本人の申告による作業遂行領域別の時間

	平均時間(分)	標準偏差	割合	行為者数	行為率(%)
総活動時間(分)	879.1	51.0			
睡眠(夜間)	560.9	51.0			
休息	356.2	185.8	40.5%	42	97.7%
日常生活活動	174.8	39.0	19.9%	43	100.0%
遊び・余暇活動	241.4	191.9	27.5%	38	88.4%
仕事・生産的活動	106.7	100.2	12.1%	36	83.7%
合計	879.1	51.0	100.0%		

図 3-1, 2 は個人別の各領域別の時間の長さを表すグラフである。NHK の定義に基づく分類と本人の申告（作業遂行領域別）とでは「休息」の長さに見られ、本人の申告によるものの方が全体に長くなっていた。この傾向はグラフ左の対象者ほど強く、例えば番号 1 の者は、NHK の分類では休息時間 0 分であったのに対し、本人の申告では約 400 分を占めていた。

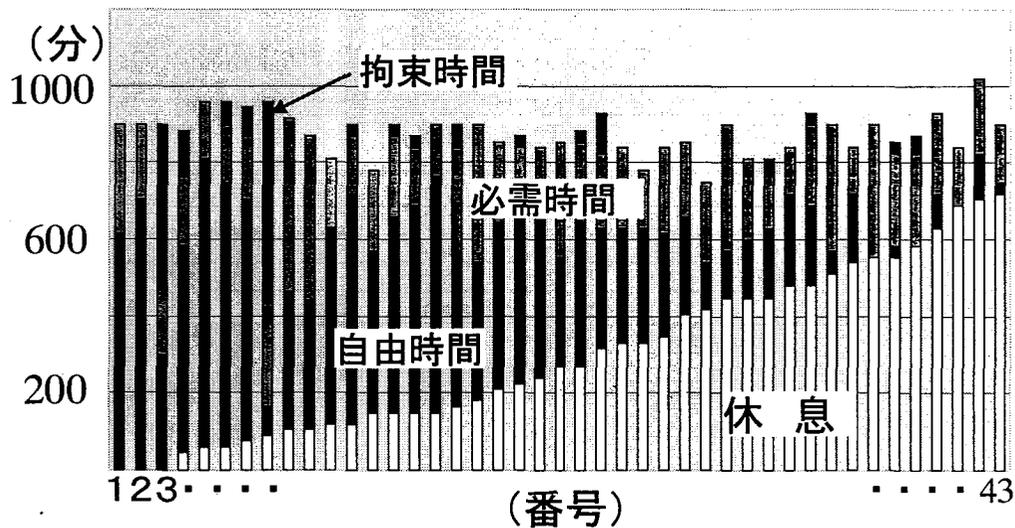


図3-1 NHKの分類による個人別領域別の時間

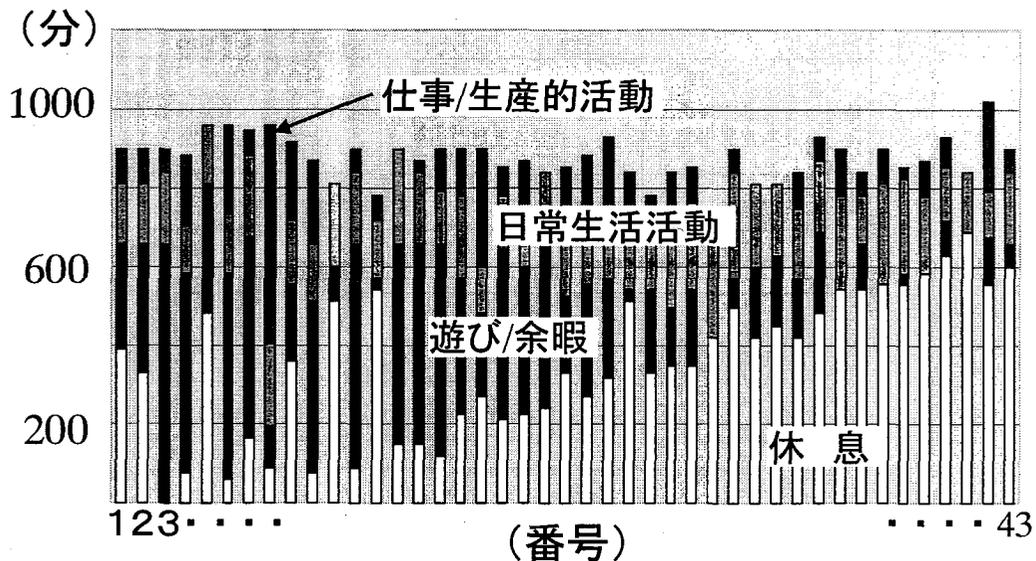


図3-2 自己申告による個人別（作業遂行）領域別の時間

(2) 1日の活動パターンと満足点の関係

1) 領域別の時間の長さとの満足点の相関

各領域別の時間の長さとの満足点に相関があるか分析したところ、NHKの分類方法による各領域（休息、必需時間、自由時間、拘束時間）の時間の長さとは相関が認められなかった。一方、本人の申告による作業遂行領域別による「休息」($r = -.485, p < .001$)、「日常生活活動」($r = -.378, p < .05$)、「遊び・余暇活動」($r = .525, p < .001$)の長さとは有意な相関が認められた(表3-7)。即ち、本人の申告に基づく分類において、「休息」や「日常生活活動」の時間が短く「遊び・余暇活動」の時間が長いほど満足点が高い傾向がみられた。

表3-7 各領域の時間の長さとの満足点の相関

分類方法	領域	相関係数
NHKの分類	休息	-.195
	必需時間	-.266
	自由時間	.219
	拘束時間	.143
作業遂行領域 (本人の申告による)	休息	-.485 **
	日常生活活動	-.378 *
	遊び・余暇活動	.525 **
	仕事・生産的活動	.046

Pearson の相関係数 * P<.05 ** P<.01

2) 各対象者の活動パターンによるクラスター分析

図3-3は全対象者43名の総活動時間に占める「仕事・生産的活動」「日常生活活動」「遊び・余暇活動」「休息」(作業遂行領域)の割合を表すグラフである。対象者間を比較すると、「休息」と「遊び・余暇活動」の割合に非常に大きな個人差が見られ、「仕事・生産的活動」の割合にも個人差が見られた。「日常生活活動」の割合は各対象者とも20%前後で一定しており、対象者間に大きな違いは見られなかった。

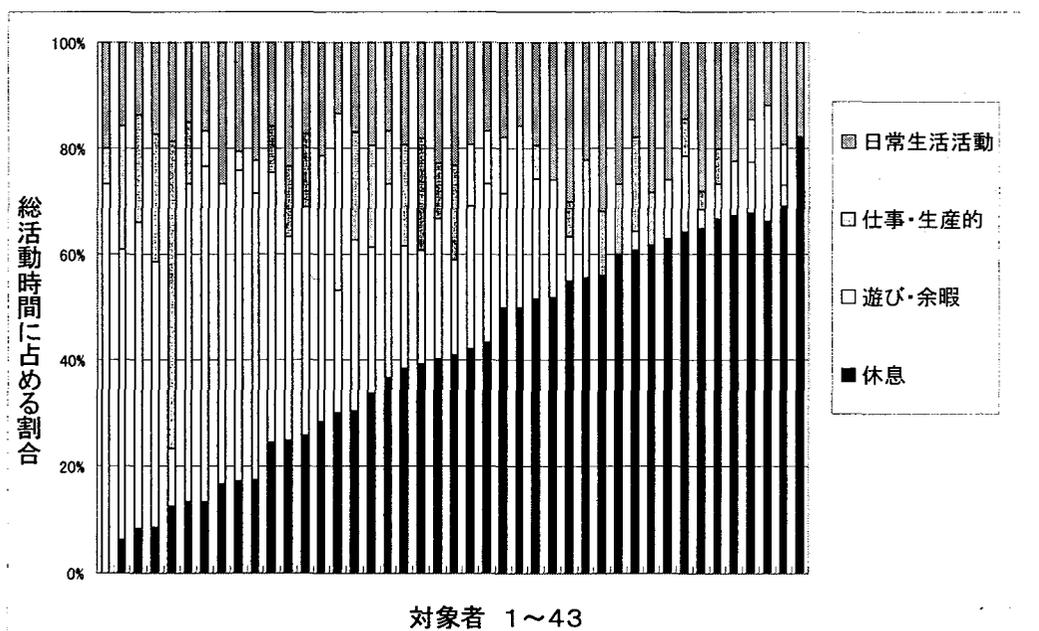
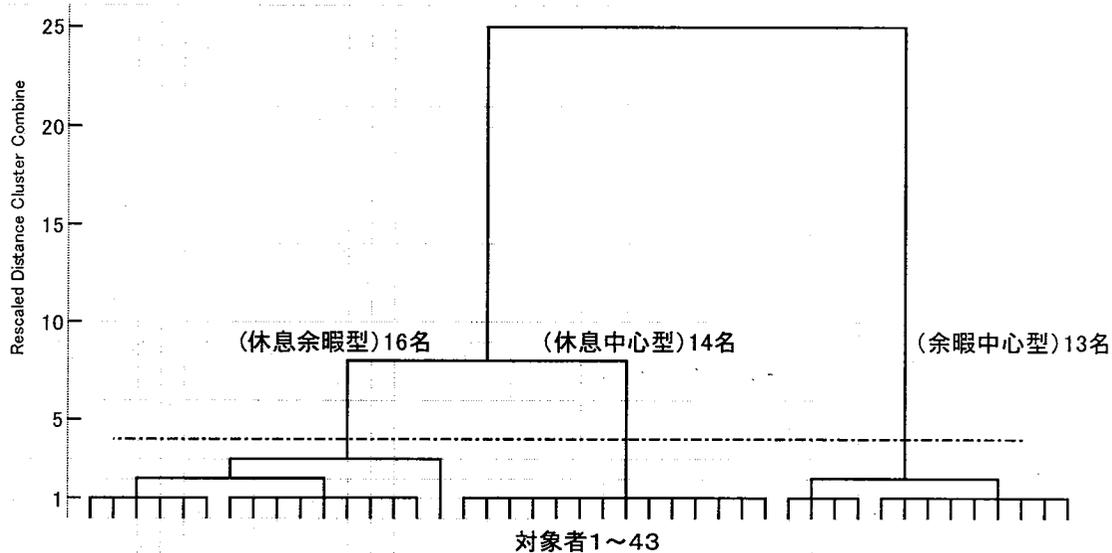


図3-3 対象者の活動パターン

活動パターンと満足点のおおよその関係を明らかにするために、対象者を活動パターンの類似の程度によりグループ分けし、各グループ間の満足点の比較を行った。「仕事・生産的活動」「日常生活活動」「遊び・余暇活動」「休息」の割合を変数としてクラスター分析を行ったところ、図3-4に示す樹形図が得られ、対象者を大きく3群に分けることができた。



Dendrogram using Ward Method)

図3-4 クラスタ分析

3群間には、「休息」と「遊び・余暇活動」の割合に特徴的な違いがみられ、「休息」の割合が55%以上の{休息中心型}、「余暇」の割合が約40%以上の{余暇中心型}、これらの中間の{休息余暇型}に分に分かれていた(表3-8)。各群の満足点の平均は{余暇中心型}が最も高く、以下{休息余暇型}、{休息中心型}の順に低くなっており、3群間には有意差が認められた。

表3-8 各群の時間構成と満足点

活動パターン	n	休息の割合	遊び・余暇活動の割合	仕事・生産的活動の割合	日常生活活動の割合	満足点	(Kruskal Wallis 検定)
休息中心型	14	64.8±6.7	4.4±4.9	9.0±6.3	22.1±6.4	57.1±23.7	} P<.005
休息余暇型	16	40.4±10.6	24.9±6.4	15.5±14.4	19.0±3.2	77.5±8.6	
余暇中心型	13	15.8±8.6	54.6±8.9	10.6±8.1	18.9±3.8	84.2±18.2	

mean±SD

(3) 各活動の時間の長さおよび有無と満足点の関係

1) 各活動の時間の長さおよび有無(行っている, 行っていない)と満足点の相関分析

表3-9は、NHKの分類の小分類項目に基づく19の活動ごとに、合計時間と満足点の相関分析および、活動の有無と満足点の相関分析を行った結果である。活動の有無については、該当する活動を行っている者を[1]、行っていない者を[0]と数量化して分析した。「医療行為・リハビリテーション」の時間と満足点には弱い負の相関が認められ、長時間行っている者ほど満足点が低い傾向が認められた。「医療行為・リハビリテーション」が必要な状態にある者の方が、満足点が低いと言える。他に有意な相関が認めら

れたのは「新聞」と「家事雑事」で、いずれも弱い正の相関が認められた。活動の有無と満足点の間にも同じ3項目で有意な弱い相関が認められ、「医療行為・リハビリテーション」は行っていない者、「新聞」と「家事雑事」は行っているものほど満足点が高い傾向にあった。

表3-9 NHKの分類による各活動の時間の長さおよび有無と満足点の相関

項目	時間の長さ		あり=1なし=0	
	相関係数	検定	相関係数	検定
休息	-.176	N.S.	-.022	N.S.
食事	-.034	N.S.	-	-
身の周りの用事	-.186	N.S.	-	-
医療行為・リハビリテーション	-.364	p<.05	-.420	p<.01
TV/ラジオ	-.020	N.S.	.085	N.S.
新聞	.315	p<.05	.307	p<.05
雑誌	-	-	-	-
本	.243	N.S.	.235	N.S.
CD・テープ	-	-	-	-
ビデオ	-.082	N.S.	-.082	N.S.
会話・交際	-.176	N.S.	.076	N.S.
スポーツ	.223	N.S.	.219	N.S.
行楽・散策	.092	N.S.	.099	N.S.
趣味・娯楽・教養	.215	N.S.	.164	N.S.
買い物	-.082	N.S.	-.082	N.S.
家事雑事	.315	p<.05	.313	P<.05
洗濯・掃除	-.082	N.S.	-.053	N.S.
仕事	.151	N.S.	.151	N.S.
社会参加	-.056	N.S.	-.059	N.S.

Spearmanの順位相関係数

2) 各活動に対する価値の程度などの認識状況と満足点の相関分析

表3-10は、方法(3)の4)③~⑦の調査をもとに、聴取した活動を価値や興味の認識状況によって分類し、各項目(「非常に重要な活動」「非常に好きな活動」「良くできた活動」など)ごとの合計時間と満足点の相関分析および、該当する活動の有無と満足点の相関分析を行った結果である。活動の有無については、該当する活動を行っている者を[1]、行っていない者を[0]と数量化して分析した。時間と満足点の間には9項目で有意な相関が認められ、「重要な活動」や「好きな活動」「非常に良くできた活動」「とてもコミットしている活動」などの時間とは弱い正の相関、「時間の無駄を感じる活動」「嫌いな活動」などの時間とは弱い負の相関が認められた。活動の有無と満足点の間にも同様の項目で有意な相関が認められたが、他に「非常に重要な活動」と「非常に好きな活動」にも有意な相関が認められた。

表3-10 各活動に対する対象者の認識状況と満足点の相関

項目	合計時間		あり=1なし=0	
	相関係数	検定	相関係数	検定
価値	非常に重要な活動	.297 N.S.	.327 p<.05	
	重要な活動	.345 p<.05	.246 N.S.	
	重要でも無駄でもない活動	.137 N.S.	.026 N.S.	
	ない方がよいと思う活動	-.369 p<.05	-.429 p<.01	
	時間の無駄を感じる活動	-.452 p<.01	-.355 p<.05	
興味	非常に好きな活動	.282 N.S.	.358 p<.05	
	好きな活動	.339 p<.05	-.059 N.S.	
	好きでも嫌いでもない活動	.151 N.S.	-	
	嫌いな活動	-.349 p<.05	-.283 N.S.	
	非常に嫌いな活動	-.364 p<.05	-.331 p<.05	
遂行度	非常に良く出来た活動	.350 p<.05	.373 p<.05	
	良く出来た活動	.232 N.S.	.050 N.S.	
	普通にできた活動	-.242 N.S.	-	
	あまり良くできなかった活動	-.172 N.S.	-.194 N.S.	
	良くできなかった活動	-.062 N.S.	-.059 N.S.	
有能感	我ながら非常によくやった活動	.451 p<.01	.451 p<.01	
	我ながらよくやったと思う活動	.215 N.S.	-.041 N.S.	
	普通にやったと思う活動	-.248 N.S.	-	
	無能を感じた活動	-.177 N.S.	-.169 N.S.	
	非常に無能を感じた活動	-.132 N.S.	-.132 N.S.	
コミット	とてもコミットしている活動	.371 p<.05	.526 p<.01	
	コミットしている活動	.071 N.S.	.030 N.S.	
	コミットしていない活動	-.265 N.S.	-	

Spearmanの順位相関係数

3) 各活動に対する価値の程度などの認識状況と満足点の重回帰分析

上記2)で有意差の認められた17項目を独立変数とし、満足点を従属変数として重回帰分析を行った。17項目全てを従属変数とした場合、単相関係数と偏回帰係数の間で符号の逆転が起きたため、変数クラスター分析により樹形図(図3-5)を作り、単相関係数の値の大きな方を選ぶ方法で変数の選択を行った。その結果、表3-11(a)に示す3項目からなるモデルが選択された。

その結果、標準偏回帰係数より、「時間の無駄を感じる活動」の時間が短いこと、「ない方がよいと思う活動」が無いこと、「とてもコミットしている活動」が有ること、の順に満足点の高さと関係していることが予想された。なおコミットしている活動とは、「この活動に対し生きがいを感じたり、楽しみに感じたり、はまっていたり、いつも気になったり、待ち遠しいと感じますか」という問いに対し、対象者が「そう感じる」と回答した活動である。

独立変数に選ばれた3項目のうち2項目は価値に関する項目であったが、もし3項目とも価値に関する項目であれば、活動の評価を行う際、価値についての質問のみで済むため効率がよい。そこで「とてもコミットしている活動」の代わりに、「非常に重要な活動の有無」を独立変数として重回帰分析を行ったところ、偏回帰係数は有意と判断できなかったが、決定係数はほぼ同じ値を得ることができた。(表3-11

(b))

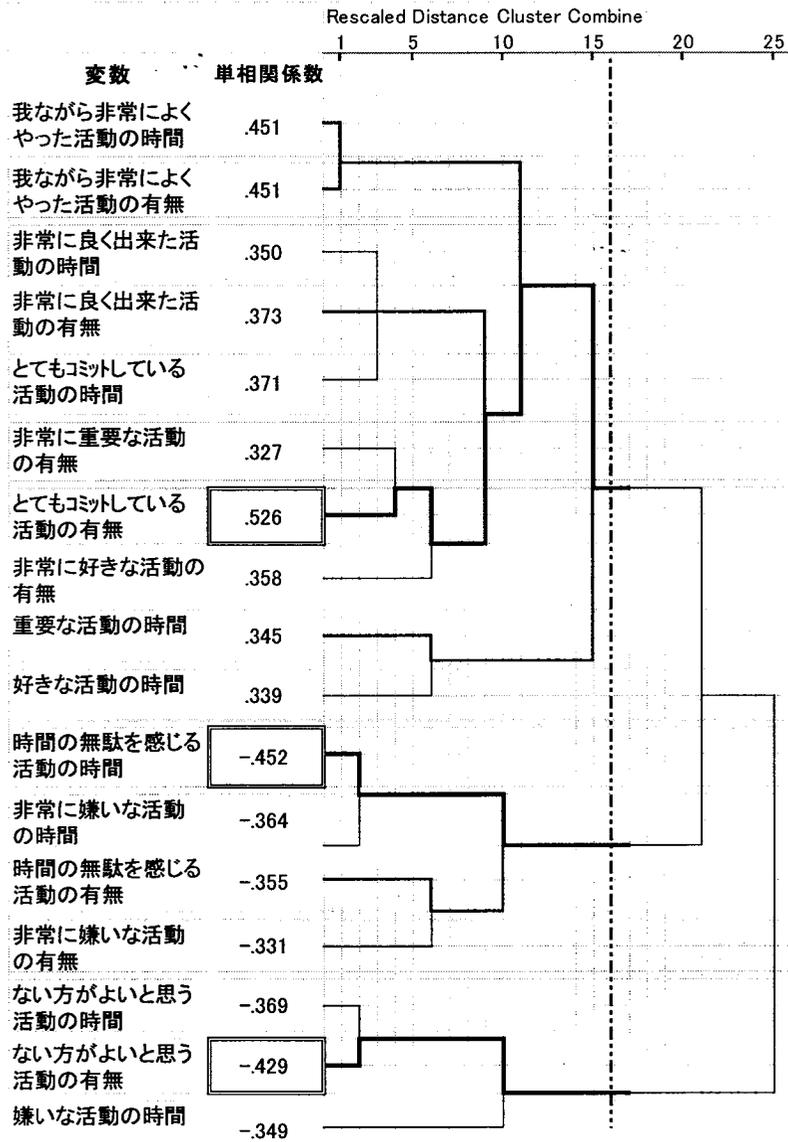


図 3-5 独立変数のクラスター分析

表 3-11 活動の時間及び有無と満足点の重回帰分析

(a)

	標準偏回帰係数	有意確率
とてもコミットしている活動の有無	.243	.019
ない方がよいと思う活動の有無	-.455	.000
時間の無駄を感じる活動の時間	-.659	.000
決定係数 $R^2 = .685$ ($R = .827$)		

(b)

	標準偏回帰係数	有意確率
非常に重要な活動の有無	.127	.220
ない方がよいと思う活動の有無	-.508	.000
時間の無駄を感じる活動の時間	-.698	.000
決定係数 $R^2 = .650$ ($R = .806$)		

(4) 各活動に対する対象者の認識状況

1) NHK の分類の小項目と価値・興味・遂行度・有効感・コミットメントの状況のクロス集計

横軸を NHK の分類、縦軸を対象者の認識としてクロス集計した結果を表 3-12 に示した。NHK の分類上同じ活動であっても認識のされ方には幅があることが分かる。特に休息や TV・ラジオの価値は「非常に重要な活動」から「時間の無駄を感じる活動」まで幅広く分布していた。

表 3-12 NHK の分類項目と認識状況のクロス集計

調査項目	休息	必需時間		自由時間										拘束時間			その他			
		食事	身の周りの用事	医療行為・リハ	マスメディア					レジャー					家事			仕事	社会参加	
					TV/ラジオ	新聞	雑誌	本	C・D・テープ	ビデオ	会話・交際	スポーツ	行楽・散歩	趣味・娯楽・教養	買い物	家事雑事				洗濯・掃除
価値	非常に重要な活動	3	2	5	11	3	2	1				3	4		6		5	1	6	7
	重要な活動	51	29	34	14	28	4	4				4	20	6	7	1	1	11		7
	重要でも無駄でもない活動	28	14	15		14					1	3	2	1			2			
	ない方がよいと思う活動	13				8														
	時間の無駄を感じる活動	8				2														
興味	非常に好きな活動	5	3	1	4	4	2	1			3	4		6			3	1		1
	好きな活動	21	17	7	10	29	2	4			6	15	4	7	1		2		4	2
	好きでも嫌いでもない活動	62	24	46	10	15	2			1	1	6	3			1	13		1	4
	嫌いな活動	10	1		1	7								1						
	非常に嫌いな活動	5																		
遂行度	非常に良く出来た活動			2	1			1	1		1	2		4			5	1		2
	良く出来た活動	1		3	12	3	1	2			2	13	5	6	1		4		2	3
	普通にできた活動	100	45	45	8	50	4	2	1	7	11	2	3			1	8			2
	あまり良くできなかった活動	1		3	4	2											1			3
	良くできなかった活動	1		1																
有能感	我ながら非常によくやった活動							1						2				1		1
	我ながらよくやったと思う活動	1	2	3	13	2	1	3			2	16	4	8	1		4		4	3
	普通にやったと思う活動	100	43	47	9	53	4	2	1	8	10	3	3			1	14		1	3
	無能を感じた活動	1		4	3															
	非常に無能を感じた活動	1																		
コミット	とてもコミットしている活動	1			4	2	1	2			2	3		6			4	1	3	4
	コミットしている活動	5	1	1	16	7	1	2			2	9	4	3	1	1	1		1	3
	コミットしていない活動	97	44	53	5	46	4	1	1	6	14	3	4			13				1

2) 各活動の価値、興味、遂行度、有能感、コミットメントの程度

各活動の価値、興味、遂行度、有能感、コミットメントの程度を知るために、価値、興味、遂行度、有能感については最高+2点から最低-2点までの5段階、コミットメントは最高+2点から最低0点までの3段階で点数化し、各活動の平均点をグラフにまとめた(図3-6~10)。なお、活動の分類項目については結果(1)の2)(表3-4)に示した各活動としたが、一部の活動については以下のように統合または細分化した。

- ・TV/ラジオについては積極的に見たい番組を見るなどの場合と、暇つぶしに何となく見るなどの場合を区別するために、TV/ラジオ(目的あり)とTV/ラジオ(目的無し)に細分化した。
- ・休息については食休みや運動後の休憩など対象者が能動的に選択した場合と、他にすることがないなど受動的な場合を区別するために、休息(必要)

と休息（不必要）に細分化した。また、昼寝や考え事は休息（必要）に統合した。

- ・ 会話、面会、手紙など他者とのコミュニケーションに目的がある活動は交流に統合した。
- ・ 自主訓練を体操に統合した。
- ・ 掃除、洗濯物たたみ、食事の準備などの家事活動は、一般的な家事の他に本人が自主的にリハビリテーションの一環として行っている家事（リハビリテーション目的）、他者の手伝いとして行っている奉仕活動、の3つに再分類した。

結果（3）の3）に示した重回帰分析では、「時間の無駄を感じる活動」の時間が短いこと、「ない方がよいと思う活動」がないこと、「とてもコミットしている活動」があることが満足点の高さに関係していた。本研究の対象者43名について、「とてもコミットしている活動」とは具体的にどのような活動であるかを図3-10のグラフからみると、家事（リハビリテーション目的）、祈り、趣味・教養・娯楽活動、読書、日記、奉仕活動がその可能性としてあげられる。「時間の無駄を感じる活動」および「ない方がよいと思う活動」に当てはまる活動にはTV・ラジオ（目的無し）、休息（不必要）、おやつがその可能性としてあげられる（図3-6）。

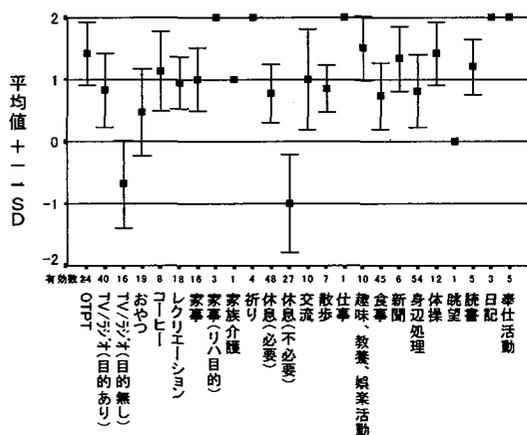


図3-6 価値

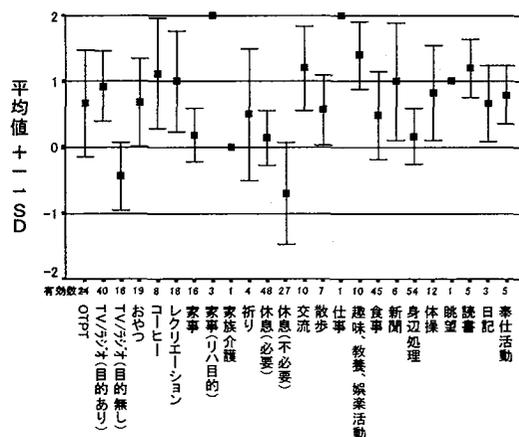


図3-7 興味

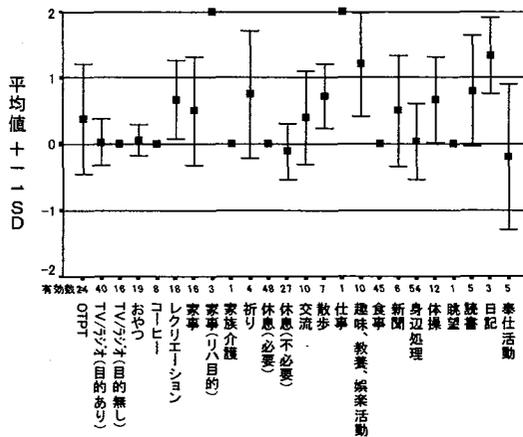


図 3-8 遂行度

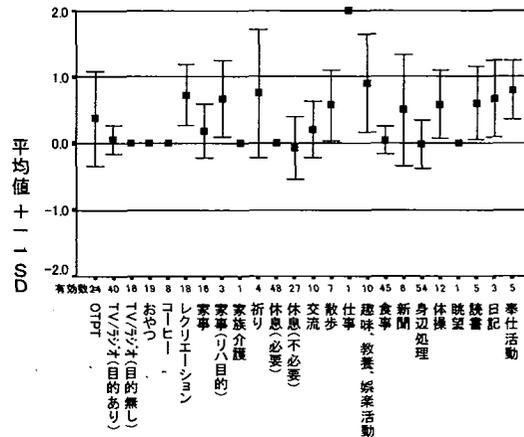


図 3-9 有能感

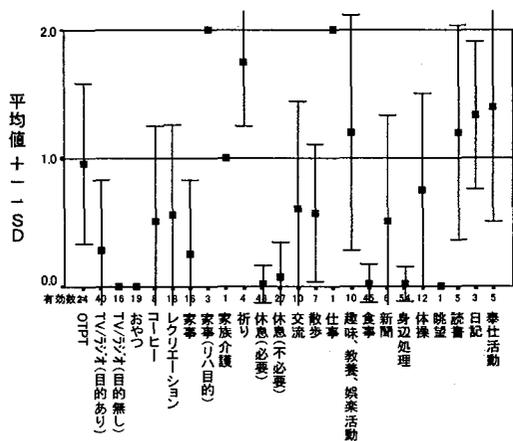


図 3-10 コミットメント

(5) 結果のまとめ

- ・ VAS-H と満足点の施設タイプ別の平均はケアハウス、老人保健施設、療養型病床施設の順に高い傾向が見られたが、PGC モラールスケールの平均得点は各施設ともほぼ同じであった。
- ・ 満足点は VAS-H および PGC モラールスケールとの間に強い相関が認められ、他に Barthel Index、障害老人日常生活自立度、性別とも有意な相関が認められた。
- ・ 対象者一人当たりの1日の活動数は、平均 8.9 ± 2.7 種であった。
- ・ 対象者の総活動時間は平均 879.1 ± 51.0 分(約 15 時間)であった。その内訳は、NHK の分類では「自由時間」が平均 323.4 分(36.8%)で最も多く、「休息」が 295.5 分(33.6%)、「必需時間」が 218.4 分(24.8%)、「拘束時間」が 38.7 分(4.4%)であった。一方、本人の申告による作業遂行領域別の分類では、「休息」が最も多く平均 65.2 分(40.5%)であった。

%)であり、「日常生活活動」は174.8分(19.9%)、「遊び・余暇活動」が241.4分(27.5%)、「仕事・生産的活動」が106.7分(12.1%)であった。

- ・各領域の時間の長さとの満足点の相関分析において、NHKの分類による各領域と満足点の間に有意な相関は認められなかったが、本人の申告(作業遂行領域)の分類による各領域と満足点の間には有意な相関が認められ、「休息」が短く「遊び・余暇活動」の間が長い者ほど満足点が高い傾向が認められた。
- ・「仕事・生産的活動」の長さとの満足点の間に有意な相関は認められなかった。
- ・NHKの分類に基づく19の活動ごとの合計時間と満足点の相関分析および、活動の有無と満足点の相関分析で有意な相関が認められた活動は、3つのみであった。
- ・活動に対する本人の認識状況による分類では、「重要な活動」や「非常に良くできた活動」「とてもコミットしている活動」「時間の無駄を感じる活動」「嫌いな活動」など9項目において、各項目に当てはまる活動の合計時間と満足点の間に有意な相関が認められた。
- ・「非常に重要な活動」と「非常に好きな活動」は、時間の長さとの満足点の間に相関が認められないにもかかわらず、活動の有無と満足点の間に有意な相関が認められた。
- ・従属変数を満足点、独立変数を各活動に対する対象者の認識状況とした重回帰分析において、「とてもコミットしている活動の有無」「ない方がよいと思う活動の有無」「時間の無駄を感じる活動の時間の長さ」を従属変数としたとき、決定係数.685のモデルが得られた。
- ・対象者43名において、「とてもコミットしている活動」とは、家事(リハビリテーション目的)、祈り、趣味・教養・娯楽活動、読書、日記、奉仕活動などであり、「時間の無駄を感じる活動」および「ない方がよいと思う活動」に当てはまる活動はTV・ラジオ(目的無し)、休息(不必要)、おやつなどであったが、個人差が大きく一概には言えない結果であった。

4. 考察

本研究で得られた調査結果および、対象者の活動内容との満足点の相関分析、多変量解析の結果について、以下に考察を述べる。

(1) 生活満足感に関する調査の結果

対象者全員のVAS-Hの平均点は 37.3 ± 41.4 であった。高齢者のVAS-Hについて、先行研究と今回の結果を比べると、坪井(1996)が特別養護老人ホーム入所中の障害老人43名に行った調査における平均得点(21.8 ± 65.7)よりもやや高く、松村ら(1992)が地域在住の高齢者313名を対象に行った調査における平均得点(男 35.3 ± 40.0 ,女 36.1 ± 40.1)とほぼ同じであった。

PGC モラールスケールについては測定方法が標準化された方法と異なるため先行研究と直

接比較することはできないが、本研究の平均点 (10.8 ± 3.42) は、阿野らが病院入院中の高齢者 30 名を対象に行った調査での平均得点 (10.6 ± 4.9) や石原ら (1989) がデイケアセンター通所中の高齢者 148 名を対象に行った調査での平均得点 (10.4 ± 3.5) とほぼ同じであった。

本研究の対象者の VAS-H と PGC モラールスケールの結果は、高齢者を対象とした先行研究の結果と類似していることから、生活満足感という点において特に偏った集団ではないと考えられる。

生活満足感の施設タイプの比較において、満足点と VAS-H の結果はケアハウス、老人保健施設、療養型病床施設の順に高い傾向が見られ、VAS-H の施設間の平均には有意差が認められた。今回の調査で、他に施設間の平均に有意差が認められた項目は、療養型病院と老人保健施設の年齢および入所期間 ($p < .05$)、3 施設間の Barthel Index ($p < .05$) であった。特に Barthel Index の平均は満足点や VAS-H の平均と同様に、ケアハウス、老人保健施設、療養型病床施設の順に高い傾向が見られた。従って、施設間の満足点や VAS-H の平均に違いが認められた要因の一つは身体状況であったと考えられる。

VAS-H のみ施設間に有意差が認められ、満足点には認められなかったことについては、満足点が現在の施設での生活に対する満足感に限定した質問であるのに対し、VAS-H は健康状態や家族関係など対象者がおかれている状況すべてを含めた上での質問であるためと考えられる。

PGC モラールスケールの平均得点は 3 施設ともほぼ同じであったが、PGC モラールスケールはスケールに含まれる因子として不満感の他に、心理的動揺、自分の老化に対する態度、孤独感の 4 因子があるとされており (前田, 1979)、したがってその総合的な結果は生活環境の違いや身体状況の違いのみではそれほど大きく影響されなかったと考えられる。

本研究では、施設生活者の現在の生活の満足感の評価として、対象者自身に現在の生活の満足度を点数で示してもらう方法 (満足度 100 点法) を用いた。満足度 100 点法は標準化された評価法ではないが、VAS-H および PGC モラールスケールの結果と強い相関 ($r = .824, p < .01$; $r = .717, p < .01$) が認められた。このことは、満足度 100 点法の生活満足感の指標としてのある程度の妥当性を示す結果と言える。

(2) 対象者の活動数

全対象者から聴取した活動は 33 種あり、対象者一人あたりの一日の活動数は平均 8.9 ± 2.7 種であった。類似の研究として、宮口ら (1999) がデイサービス通所の在宅脳卒中片麻痺患者 33 名に対して行った調査では平均 8.6 ± 4.8 種であった。本研究の調査は自由回答であるのに対し、宮口らの研究は予め決められた活動 44 項目の中から選択し回答するものであったため直接比較できないが、活動の数からみると在宅生活と施設生活に差は無いように思われる。しかし、施設生活者の活動内容はレクリエーションや体操、OT・PT によるリハビリテーションなど施設の日課として行われているのが多く、もし施設が提

供するこれらの日課が無ければ活動数は少なくなると思われる。事実、療養型病床施設は、施設としての日課が老人保健施設やケアハウスに比べ少ないが、調査した対象者一人あたりの活動数も 7.7 ± 2.3 と少なかった。施設生活者は在宅生活者とほぼ同じ種類数の活動を行っているが、その内容は施設の日課として行われている活動が多いため、施設側がどのような日課を準備するかが施設生活者の作業の内容と数に大きく影響すると考えられる。

(3) 活動パターン

NHK 国民生活時間調査 (1995) によると、70 歳以上の日本人の平均的な日中 (睡眠を除いた時間) の活動パターンは、「拘束時間」が男 222 分・女 580 分、「必需時間」は男 208 分・女 150 分、「自由時間」は男 403 分・女 186 分、「休息」は男女共 20 分となっている。一方、本研究の対象者の平均は、「拘束時間」が平均 38.7 分、「必需時間」218.4 分、「自由時間」323.4 分、「休息」295.5 分となっていた。今回の対象者の活動パターンは同年代の日本人一般に比べ、「拘束時間 (仕事や家事など)」が非常に短く「休息」が非常に長い点に特徴があると言え、これらの特徴は施設生活者の生活時間を調査した先行研究 (佐直, 1980; 小林ら, 1998) と一致していた。

対象者から聴取した活動を NHK の分類で集計した場合、「休息」は 295.5 分であった。一方、対象者自身の申告による分類では 356.2 分であり、約 1 時間の違いがあった。この違いは、NHK の分類では「休息」に当てはまらない活動でありながら、作業遂行領域の分類では対象者が「休息」と認識していたか、またはその逆の場合があったためである。TV・ラジオはその一例で、NHK の分類では「自由時間」でありながら、対象者自身は、TV・ラジオの一部 (約 25%) を「休息」と認識していた。また、おやつは NHK の分類では「休息」になるが、多くの対象者は「ADL」や「余暇」と認識していた。このような違いは「休息」以外の分類項目にも存在した。

(4) 活動パターンと満足点の関係

相関分析において、NHK の分類による各領域の長さや満足点との間に有意な相関が認められなかったにもかかわらず、作業遂行領域の分類による各領域の長さとの間には有意な相関が認められたが、これは活動パターンの考察で述べたように、NHK の分類は本人が各活動に付与している意味を考慮しない紋切り型の分類であるのに対し、作業遂行領域による分類では本人の認識を考慮しているためと思われる。生活満足感と活動パターンの関係を捉えようとする場合には、NHK の分類のような客観的な分類ではなく、本人がどのように認識しているのかという本人にとっての主観や意味を基準にした分類の方が好ましいことをこの結果は示したと言える。

「休息」及び「遊び・余暇活動」の時間と「満足点」の間には有意な相関が認められたが、強い相関では無かった。図 4-1 は「休息」及び「遊び・余暇活動」の時間 (横軸) と満足点 (縦軸) の関係を示す散布図に回帰直線を示したものであるが、図中○で囲んだ

4名は「休息」時間が長く「遊び・余暇活動」の時間が短いにもかかわらず満足点が高く、これが全体の相関係数を小さくさせていた。「休息」時間が長く「遊び・余暇活動」の時間が短い対象者に、日中の大半を「休息」が占める生活についてどう思うか質問すると、「他にやる事がない」「ここに居る以上、我慢しなければ」「家に居れば色々することがあるのだが」などと答えるのが普通であったが、図中○で囲んだ4名は、「これから何かを積極的にしてみようという気はない」「年寄りは何も考えずゆっくりと休むのがよい」「自然には逆らわない」「成り行きに任せるのがよい」「神様がそろそろ休めと言っている」「息子のおかげで働かなくても暮らせる」など現状に対し肯定的な答えをし、他の高齢者とは明らかに老年期の過ごし方に対する考え方が異なっているように思われた。対象者の多くは「遊び・余暇活動」を積極的に行いたいと思っているのに対し、○で囲んだ4名は「遊び・余暇活動」を積極的には望まず現状を受け入れているような言動と受け取れた。このような違いが一般的に存在するのかどうかは今後の検討課題であるが、高齢者の作業療法を実践する上で考慮しなければならない点である。

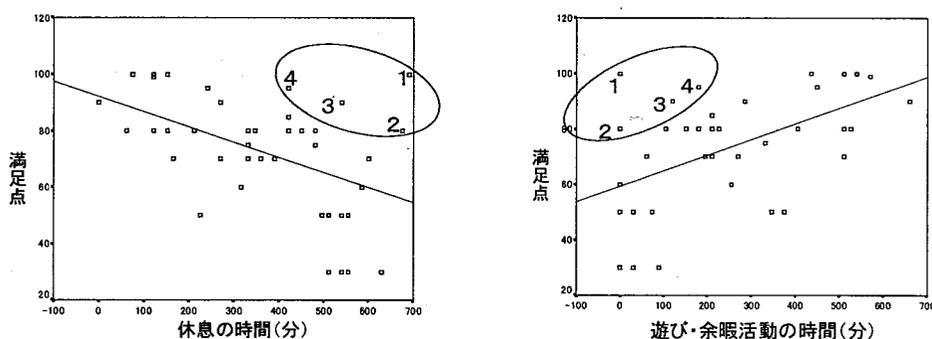


図4-1 休息および余暇時間と満足点の散布図

1日の生活の活動パターンと生活満足感の関係については、「仕事・生産的活動」や「遊び・余暇活動」の割合が多い者ほど満足感が高いとする研究(Pentland,1998;岡野,1992;宮脇ら,1992)がある一方、「女性の高齢者はそれまで自分が担ってきた活動(すなわち、家事など)を減らしたいと思っている」とする研究(Ludwing,1998)もある。本研究では、「遊び・余暇活動」と満足点に有意な相関を認めたが、「仕事・生産的活動」との間には認められなかった。本研究の対象者は平均年齢 82.6 歳と高齢であるが、このような高齢者では仕事の活動が満足点を必ずしも高めるとは言えないと考えられる。

日中の総活動時間に占める「仕事・生産的活動」「ADL」「遊び・余暇活動」「休息」の割合を変数としたクラスター分析によって得られた3群の満足点を比較すると、「余暇中心型」群、「休息余暇型」群、「休息中心型」群の順に高く、3群に有意差が認められた。この結果は、高齢者の生活時間について、余暇時間が長いほど生活満足感が高い傾向にあるとする岡野(1992)や Smithら(1986)の調査結果と一致している。

(5) 活動の内容及び意味と満足点の関係

対象者より聴取した活動を NHK の分類に従って 19 の活動に整理し、各活動と満足点の相関を分析したが、有意な相関はほとんど認められなかった。一方、聴取した活動を本人の認識に基づき、価値・興味・遂行度・有能感の程度によって各 5 項目、コミットメントの程度によって 3 項目、計 23 項目に分類した場合には、これらの中のいくつかの項目と満足点の間に有意な相関が認められた。この違いは、名目上同じ活動であっても、本人にとってその活動の意味が異なる為起こったものと考えられる。同じ活動であっても個人によって、または活動の行われる文脈によって意味が異なる場合があることは Yerxa (1990) や Primeau (1999) によっても指摘されている。生活満足感との関係としての活動を捉える場合には、活動の名目よりも、活動に対する本人の認識に注目することが重要と言える。

活動の認識状況と満足点の相関分析において、「非常に重要な活動」と「非常に好きな活動」の 2 項目は、その活動時間の長さや満足点に有意な相関は認められないにもかかわらず、活動の有無（行っているか否か）と満足点に有意な相関が認められた。40 名の学生を対象に、日常的な作業に対する情緒的反応と主観的幸福について調査した先行研究は、「たとえわずかな時間であっても、毎日の生活を基盤とするちょっとした良い出来事があるだけで全体的な幸福に効果的に影響する場合がある」と報告している (Clark, 1995)。このような理由により、「非常に重要な活動」や「非常に好きな活動」は時間の長さよりも、有るか無いか満足感に強く影響したと考えられる。

満足点との間に有意な相関が認められた 17 項目を独立変数とした重回帰分析において、最終的に選択された変数は 3 項目であった。このうち活動への肯定的な認識を意味する項目は「とてもコミットしている活動の有無」のみであった。この項目は、変数クラスター分析の樹形図においても、肯定的な認識を意味するすべての項目の代表になっており、この一項目のみで対象者の活動への肯定的な認識状況のある程度把握できると思われる。

3 項目のうち、標準偏回帰係数の絶対値が大きかったのは「時間の無駄を感じる活動の時間」と「ない方がよいと思う活動の有無」で、どちらも活動への否定的な認識を意味する項目であった。施設で生活する高齢者にとっては、肯定的な意味を持つ活動を得ると同時に、無駄に感じたり、ない方がよいと思う活動を減らすことが満足感を高めるのに有効と考えられる。

(6) 研究の限界

今回の調査では、活動内容の調査方法を実際場面の観察ではなく、本人の記憶に基づく面接調査としたため、信頼性の点で不十分な面があったことが考えられる。また、15 分を活動時間の最小単位としたため、それ以下で終了する活動は無視されたかもしれない。例えばトイレや移動時間などはあまり申告されておらず、本人があまり意識せずに行って

いると思われる活動は無視されている可能性がある。しかし、体操や祈り、TV（天気予報）などは短い活動であってもよく申告されていたことから、本人が意義深く感じている活動は比較的良好に調査できていたと考えられる。

週単位や年単位で行っている活動については、聴取したものの分析を行っていないため、満足点との関係は不明である。

本研究では、施設で生活する高齢者43名の作業と現在の生活満足感の間にあるいくつかの関係を見いだしたが、これらは因果関係を示したのではない。生活満足感に影響する因子としては身体障害の程度や経済状況、家族関係その他、色々考えられているが、作業との因果関係を検証するにはこれらの因子をふまえた分析が必要である。

7) まとめ

対象者の生活満足感と1日の活動数は、高齢障害者を対象としたこれまでの先行研究の結果とほぼ同じであった。1日の活動パターンは同年代の日本人一般に比べ「休息」が長く「遊び・余暇活動」の時間が短かった。

NHK の分類による各領域の時間の長さとの相関分析および、作業遂行領域の分類による各領域の時間の長さとの相関分析において、有意な相関が認められたのは作業遂行領域の分類のみであったが、これはNHKの分類が活動の本人にとっての意味を考慮しない分類であるのに対し、作業遂行領域による分類は本人の認識を考慮しているためと思われる。生活満足感と活動パターンの関係を捉えようとする場合には、本人がどのように認識しているのかという本人にとっての意味を基準にした分類の方が好ましいと言える結果であった。

「休息」が短く「遊び・余暇活動」の時間が長い者ほど生活満足感が高い傾向が認められ、この結果は先行研究の結果と一致していた。

聴取した活動をNHKの分類に従って19の活動に集計し、各活動と満足点との相関分析を行ったが、有意な相関はほとんど認められなかった。一方、活動についての興味、価値、コミットメントなどの程度により23項に集計した場合、いくつかの項目と満足点との間に有意な相関が認められた。この違いは、名目上同じ活動であっても、その活動の本人にとっての意味が異なるために起こったものと考えられた。

活動の認識状況と満足点の相関分析において、「非常に重要な活動」と「非常に好きな活動」の2項目は、その活動の時間の長さとの相関は認められないにもかかわらず、活動の有無と満足点との間に有意な相関が認められた。本人にとって特別な意味をもつ活動は、たとえわずかな時間であっても、行っていることが生活満足感に大きく影響すると考えられた。

満足点を従属変数とした重回帰分析の結果は、肯定的な意味を持つ活動を得ること、無駄に感じたり、ない方が良くと思う活動を減らすことが施設で生活する高齢者の満足感を

高めるのに有効であることを示していた。

5. 結語

施設で生活する高齢者の現在の生活の満足感と、日常的に行っている活動の内容およびその活動の本人にとっての意味を調査した。その結果、

- (1) 全対象者の PGC モラールスケールと VAS-H の平均得点は、高齢者を対象としたこれまでの先行研究の結果とほぼ同じであった。
- (2) 満足点と VAS-H の施設タイプごとの平均はケアハウス、老人保健施設、療養型病床施設の順に高い傾向がみられた。各施設ごとの Barthel Index の平均値にも同様の傾向が見られたことから、施設間の生活満足感の差の一要因は ADL 能力であることが示唆された。
- (3) 聴取した活動を NHK の分類に従って整理した場合、各活動ごとの合計時間および当該活動の有無と満足点の間に有意な相関はほとんど認められなかった。一方、聴取した活動を対象者の認識に基づき「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」、「ADL」、「休息」に分類した場合や、各活動に対する対象者自身の興味や価値、コミットの程度によって整理した場合、いくつかの項目で有意な相関が認められた。したがって、活動を生活満足感との関係として捉える場合、活動の名目よりも、その活動に対する意味の自己認識に注目することが重要であることが示唆された。
- (4) 日中の活動時間を本人の認識によって分けた場合、「遊び・余暇活動」は長い者ほど、「ADL」と「休息」は短い者ほど現在の生活満足感が高い傾向が認められた。
- (5) 「仕事・生産的活動」の時間と満足点との間に関連は認められなかった。
- (6) 「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」、「ADL」、「休息」の時間的なバランスを個人別にみると、1日の大半を「休息」が占める生活であっても満足点の高い者がいたことから、老年期の過ごし方についての考え方にはかなりの個人差があると思われた。
- (7) 「非常に重要な活動」と「非常に楽しい活動」は、その活動時間と満足点の間に関連は認められないにもかかわらず、活動の有無（行っているか否か）と満足点には関連が認められたことより、このような活動は時間の長さよりも、行っているか、行っていないかが満足感に大きく影響を与えたと考えられた。
- (8) 現在の施設での生活の満足感、日常的に行っている作業の中に、「とてもコミットしている活動」が有るか無いか、「時間の無駄を感じる活動」の時間、「ない方がよいと思う活動」が有るかどうかである程度予測可能であることが分かった。

以上の知見は本研究の対象者について言えることであり、施設で生活する高齢者すべてに一般化することはできない。また、活動と満足感の間にあるいくつかの関係を示すこと

はできたが、因果関係を明らかにするには、さらに身体障害の程度や経済状況、家族関係など、生活満足感に関係する他の因子を含めた上での縦断的な調査が必要である。しかし、「仕事・生産的活動」が必ずしも満足感を高めるとは言えないこと、「非常に重要な活動」や「非常に楽しい活動」は時間の長さに関係なく、行っていることが満足感を高めると予測できたことなど、高齢者の作業療法の実践に有用な知見を得ることができた。

今後の研究課題としては、本研究で明らかとなった活動と満足感の関係を検証すること、老年期の過ごし方に対する個人的な考え方の違いが作業と生活満足感にどのように影響するか明らかにすることなどが考えられる。

6. 文献

- 浅野仁 (1982) : 施設生活の課題とその対応. 理・作・療法 16 (11), 769-774.
- 阿野美子, 谷口照六ほか (1998) : 高齢入院患者の生活満足度と主観的幸福感に関する研究. 作業療法 17, 273-279.
- Deusen JV (1995) : マリー・ライリー. 作業療法実践のための6つの理論, 岩崎テル子監訳, 協同医書出版社, 東京, 159-185.
- Clark F. (1995) : 作業学—リサーチと実践に向けての新しい展望. 佐藤剛訳, 第28回全国研修会資料, 日本作業療法士協会.
- Gregory DM (1983) : Occupational behavior and life satisfaction among retirees. *American Journal of occupational therapy*, 37(8), 548-553.
- 東祐二, 東明, 他 (1991) : 老人の生活について—生活実態及びその意義—. 作業療法 10 (特別号), 312.
- 池田久男 (1995) : 施設が高齢者特に痴呆性老人のQOLに及ぼす影響. 厚生省長寿科学総合研究 平成6年研究報告 Vol7, 416-422.
- 伊藤利之, 鎌倉矩子 (1994) : ADLとその周辺—評価、指導、介護の実際. 医学書院.
- Kahn RL, Goldfarb AL, et al (1960) : Brief objective measures for the determination of mental status in the aged. *American Journal of Psychiatry* 117:326-328.
- 金沢一美, 山田孝, 他 (1996) : 老人保健施設入所者の片麻痺者の生活—1日の観察による活動時間の分析. 作業療法 15 (特別号), 156.
- 菅民郎 (1996) : 多変量統計分析. 現代数学社.
- 木戸又三 (1973) : 老人の簡便な精神状態評価法について. 東京都療育院月報 692, 5-7.
- Kielhofne G, Burke J (1980) : A model of human occupation, Part four. Assessment and intervention. *American Journal of occupational therapy*, 34, 777-788.
- 木下康仁 (1989) : 老人ケアの最前線. 看護学雑誌 53 (9), 858-868.
- 木下康仁 (1989) : 老人ケアの社会学 (第3部 「寝たきり老人」論). 医学書院.

- 厚生省 (1953) : 厚生法規総覧, 24巻 老人保健福祉Ⅱ. 中央法規, 東京.
- 古谷野恒(1981)「生きがいの測定-改訂版 PGC モラー・ルスケールの分析」老年社会科学 3, p83-95.
- Lawton MP(1975),"The philadelphia Geriatric Center Morale Scale : A revision,"J.Gerontol. ,30,p85-89.
- Ludwing, FM (1998) : The unpacking of routine in order woman.American Journal of occupational therapy,52(3),168-175.
- 前田大作, 浅野仁, 他(1979) : 「老人の主観的幸福感の研究ーモラール・スケールによる測定の試み」社会老年学 11 p15-31.
- Mahoney FI,el (1965) : Functional evaluation;The Barthel Index.Md St Med J 14,61-65.
- 松林公蔵, 木村茂昭, ほか (1992) : " Visual Analogue Scale" による老年者の「主観的幸福感」の客観的評価 : I -標準的うつ尺度との関連-. 日本老年医学雑誌 29(11), 811-816.
- 松林公蔵, 木村茂昭, ほか (1992) : " Visual Analogue Scale" による老年者の「主観的幸福感」の客観的評価 : II-ライフスタイルならびに認知・行動機能との関連-. 日本老年医学雑誌 29(11), 817-821.
- Miller RJ(1995) : ギャリー・キールホフナー. 作業療法実践のための6つの理論, 岩崎テル子監訳, 協同医書出版社, 東京, 159-185.
- 宮脇利幸, 三好隆夫, ほか (1992) : 施設老人と在宅老人の抑うつ度について. 作業療法 11 (特別号) ,300.
- 中村隆一, 他 (1977) : スモン患者の社会的生活ー家族構成の影響について. 厚生省特定疾患スモン調査研究班, 昭和51年度研究業績, 105-111.
- 中西信男 (1995) : ライフ・キャリアの心理学ー自己実現と成人期ー. ナカニシヤ出版.
- NHK 放送文化研究所・編 (1996) : 日本人の生活時間調査1995. NHK 出版.
- 岡野純毅 (1992) : 高齢者のQOLと生活時間. 作業療法 11 (特別号), 212.
- Pentland w,Harvey SA,el (1998) : The relationships between time use and health and well-being in men with spinal cord injury.Journal of occupational science,5(1),p14-25.
- Primeau LA (1999) : Work versus Nonwork.Occupational science (佐藤剛監訳) ,7章. 三輪書店.
- Reilly M(1962):Occupational therapy can be one of the great idea of 20th century medicine,American Journal of occupational therapy,16(1),1-9.
- Smith RN,Kielhofne G,el (1986) : The relationship between volition,activity pattern,and life satisfaction in the elderly.American Journal of occupational therapy,40(4),278-284.
- 総務庁編 (1998) : 高齢社会白書平成10年版.
- 小学館 (1994) : 小学館ランダムハウス英和大辞典

The American Occupational Therapy Association (1994) : Uniform Terminology for Occupational Therapy-Third Edition.American Journal of occupational therapy,48(11),1047-1054.

竹原敦, 山田孝, 他 (1996) : 高齢者に対する人生の役割と生活満足度に関する研究. 作業療法 15 (特別 2 号), 154.

竹内考仁 (1995) : 特別養護老人ホーム入所者の ADL 変化と活動時の心機能. 厚生省長寿科学総合研究 平成 6 年度研究報告 Vol6, 193-198.

椿真佐美, 吉川ひろみ, 他 (1990) : 脳卒中片麻痺患者の活動種目数の病前・病後の比較について. 作業療法 9(特別号) : 103.

坪井章雄 (1996) : 在宅高齢障害者と特別養護老人ホーム利用者の QOL の比較検討. 作業療法 15, 317-321.

渡辺美鈴, 河野公一, 他 (1996) : 一般病院と老人病院の長期入院患者の特性と退院の可能性に関する比較検討. 老年社会科学 18 (1), p 32-40.

Yerxa EJ,Locker SB (1990) : Quality of time use by adults with spinal cord injuries.American Journal of occupational therapy,44(4),318-326.

(小林法一)

Mental Status Questionnaire (MSQ)

付録1

ID-No _____

Mental Status Questionnaire (MSQ:精神状態質問表)

	問 題	正○、誤×
見 当 識 問 題	1 ここは、どこですか。(施設名あるいは施設の種類)	
	2 ここの住所を言って下さい。(自宅でも可、市町村名)	
	3 今日は何日ですか。(2日前後は正答)	
	4 いま、何月ですか。	
	5 今年は何年ですか。	
一 般 識 問 題	6 いま、何歳ですか。(2歳以上、1歳以下まで正答)	
	7 何月まれですか。	
	8 何年生まれですか。	
	9 いまの総理大臣はだれですか。	
	10 その前の総理大臣はだれでしたか。	

_____ 点

作業質問紙 (改訂版)

ID		年 月 日		場所		name																					
時刻	①活動内容	メモ	②活動の分類	③価値			④興味			⑤遂行度			⑥有能感			⑦コミットメント											
			あなたにとってこの活動は次の内のどれか	あなたにとってこの活動はどれくらい重要ですか			あなたはこの活動をどのくらい楽しんでるか			あなたにとってこの活動の出来はどの位ですか			あなたはこの活動を次の内どのようと思いますか			生きがいやばまっていると思ったりしますか											
			仕事・生産的 日常生活活動 余暇・遊び 休息	非常に重要	重要	どちらでもない	ない方がよい	時間の無駄	非常に好き	好き	どちらでもない	嫌い	非常に嫌い	非常に良い出来	良い出来	普通の出来	悪い出来	非常に悪い出来	我ながら非常によくやった	普通によくやった	無能を感じた	非常に無能を感じた	とてもそう思う	そう思う	特に思わない		
5:00																											
5:15																											
5:30																											
5:45																											
6:00																											
6:15																											
6:30																											
6:45																											
7:00																											
7:15																											
7:30																											
7:45																											
8:00																											
8:15																											
8:30																											
8:45																											
9:00																											
9:15																											
9:30																											
9:45																											
10:00																											
10:15																											
10:30																											
10:45																											
11:00																											
11:15																											
11:30																											
11:45																											
12:00																											
12:15																											
12:30																											
12:45																											
13:00																											
13:15																											
13:30																											
13:45																											
14:00																											
14:15																											
14:30																											
14:45																											
15:00																											
15:15																											
15:30																											
15:45																											
16:00																											
16:15																											
16:30																											
16:45																											
17:00																											
17:15																											
17:30																											
17:45																											
18:00																											
18:15																											
18:30																											
18:45																											
19:00																											
19:15																											
19:30																											
19:45																											
20:00																											
20:15																											
20:30																											
20:45																											
21:00																											

PGC モラールスケール (改訂版)

付録3

氏名 _____ 年齢 _____ 男・女 _____ 日付 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1 自分の人生は年をとるに従って、だんだん良くなっていくと感じますか	そう思う ・ そうは思わない
2 自分の人生は年をとるに従って、だんだん悪くなっていくと感じますか	そう思う ・ そうは思わない。
3 あなたは昨年と同じように元気だと思いますか	はい ・ いいえ。
4 楽しいと感じることがありますか	ない・あまりない・時々感じる
5 さびしいと感じることがありますか	ない・あまりない・時々感じる。
6 最近になって小さなことを気にしなくなったと思いますか	はい ・ いいえ
7 最近になって小さなことを気にするようになったと思いますか	はい ・ いいえ。
8 家族や親戚との行き来に満足してますか	満足・不満・もっと会いたい。
9 あなたは年を取って前よりも役に立つようになったと思いますか	思う・思わない・変わらない 同じ
10 あなたは年を取って前よりも役に立たなくなったと思いますか	思う ・ 思わない。
11 夜はよく眠れる方ですか	はい ・ いいえ
12 心配だったり、気になったりして眠れないことがありますか	ある ・ ない。
13 年を取るということは、若いときに考えていたより、よいと思いますか	よい・同じ・悪い。
14 長生きしてよかったと思うことがある	はい ・ いいえ
15 生きていても仕方がないと、思うことがありますか	はい ・ いいえ。
16 あなたは若いときと同じように幸福だと思いますか	はい ・ いいえ。
17 楽しいことがたくさんあると感じますか	はい ・ いいえ
18 悲しいことがたくさんあると感じますか	はい ・ いいえ。
19 あなたには楽しみががたくさんありますか	はい ・ いいえ
20 あなたには心配なことが、たくさんありますか	はい ・ いいえ。
21 前よりも腹を立てる回数が減ったと思いますか	はい・いいえ・変わらない
22 前よりも腹を立てる回数が多くなったと思いますか	はい ・ いいえ。
23 生きることは大変楽しいことだと思いますか	はい ・ いいえ
24 生きることは大変厳しいことだと思いますか	はい ・ いいえ。
25 今の生活に満足してますか	はい ・ いいえ。
26 物事をいつも明るく考える方ですか	はい ・ いいえ
27 物事をいつも深刻に考える方ですか	はい ・ いいえ。
28 あなたは、心配ごとがあっても、落ち着いてる方ですか	はい ・ いいえ
29 あなたは、心配ごとがあると、すぐおろおろする方ですか	はい ・ いいえ。

第6章 外的期待と内的期待からとらえた健常者の作業役割

1. はじめに

本研究の最終的な目的は、障害や高齢により役割を喪失した障害者が新たな役割を獲得できるよう支援するための方法を開発することである。そのために我々は役割に関する文献の検討や日常の作業に対し個人が付与している内的期待（自らしたいという願望）と外的期待（しなければならないという義務）についての予備的調査、施設に生活する高齢者を対象とした作業の意味に関する調査などを行ってきた。これらの詳細については前述した通りであるが、これらの研究結果から我々は役割が作業レベルで調査可能であること、また各作業について個人が付与している意味、特に外的期待と内的期待が役割の評価において重要であるとの認識に至り、これらの項目を含む評価票を開発した。本章ではこの評価票を用いて実際に健常者の日常的な作業を調査し、個人が作業に付与する外的期待と内的期待について分析した。目的は外的期待と内的期待からとらえた場合の健常者の作業の特徴を明らかにすることであった。

2. 方法

(1) 調査方法

10代から80代までの健常者を対象に調査票にもとづく面接聞き取り調査を行った。明らかな障害を持つものは除き、また高齢者の場合はその年齢に見合った健康レベルを維持し自宅で生活していることを条件として、広島大学医学部保健学科の学生およびその家族や広島県府中町の老人福祉センター福寿館を利用している高齢者などに面接調査への協力を依頼し、承諾の得られた者を対象者とした。

対象者には調査を開始する前に調査内容の説明と途中で調査を中止する権利があることを伝えた上で、承諾を確認するための署名をいただいた。

(2) 調査票（資料I）

面接に用いた調査票は対象者の基本的な情報を収集するためのフェイスシート（図4-1）と、1日の生活時間や作業内容および各作業の意味を書き込む調査票1（図4-2）、週・月・年単位で行っている作業や生活満足感、生活信条について書き込む調査票2（図4-3）からなる。

調査票1は第5章で使用したものを参考に作成した。第5章では個人が日々の作業に付与している意味と生活満足感の関係について分析し、特に「価値の程度」と「コミットメントの状況」が生活満足感の高さに関連していることを明らかにした。また、日々の作業を調査者の判断ではなく本人の認識にもとづいて「仕事・生産的活動」「遊び・余暇活動」「休息」「日常生活活動(ADL)」に分けた場合、この4項目のバランスが生活満足感と関

係していた。そこで本研究の調査票には、この4項目と「価値」および「コミットメント」についての項目を含めた。なお「コミットメント」については、この用語がまだそれほど普及していないため対象者によっては質問の理解を違える可能性が高いと考え、本調査では「楽しみにしているか」という表現にかえた。この他に第4章で行った予備調査の結果を参考に「外的期待」と「内的期待」の項目を加えた。

<p>・調査日(年 月 日 曜日)</p> <p>・調査者()</p> <p>・被調査者</p> <p>・氏名()</p> <p>・年齢(才)</p> <p>・性別(1.男 2.女)</p> <p>・居住地(県 市)</p> <p>・生活環境(自宅・施設入所・病院入院)</p> <p>・自宅の場合、同居者について (1. 単身 2. 夫婦二人暮らし 3. 子供のみと同居 4. 子供の家族と同居 5. その他 《 》)</p> <p>・婚姻状態(1. 独身 2. 既婚 3. 別居 4. 離婚 5. 死別)</p> <p>・健康状態(1. 良好 2. まあまあ 3. 不良)</p> <p>・これまでに大きな傷病の経験がありますか？また現在障害をお持ちですか？もし経験がある、また現在障害や傷病をお持ちである場合、ここにお書きください。</p> <p>・有給の仕事の有無 1. フルタイムの仕事に就いている 2. パートタイムの仕事についている(週 回× 時間) 3. 仕事にはついていない</p> <p>・生計を支えているのは主に次のうちいずれでしょうか。 (1. 給与 2. 年金 3. 貯蓄 4. 仕送り 5. その他《 》)</p> <p>・家計の経済状態(1. 良い 2. まあまあ 3. 厳しい)</p> <p>・生活の世話や経済面などで、責任を追わなくてはならない家族の存在(1. 有 2. 無) ? 「1. 有」と答えた方へ。それはどなたですか?()</p>
--

図 4-1 フェイスシート

時刻	具体的作業内容	価値	楽しみ	外的期待	内的期待	仕事	遊び	休息	ADL	その他	作業の意味
午前 4:00											
:30											
5:00											
:30											
6:00											
:30											
7:00											
:30											
8:00											
:30											
9:00											

図 4-2 調査票 1 (生活時間と作業内容および作業の意味)

週・月・年単位で行っている作業について (調査票 2)											
	具体的作業内容	価値	楽しみ	外的期待	内的期待	仕事	遊び	休息	ADL	その他	作業の意味
週単位											
月単位											
年単位											

生活満足度

「あなたの最も満足する生活を 100 点とすると、今の生活は何点ぐらいですか？」

生活信条

「いつも心がけていることとか、信念 (やモットー) とか、座右の銘などがありますか？もしありましたら、教えていただけませんか？」

将来展望

「あなたがお手本にしたいと思うような生き方をしている人や、逆にあまり感心しない生き方をしている人がいらっしゃいますか？いらしたら教えてください。その人のどんなところが良いと思いますか？またどんなところが良くないと思いますか？」

図 4-3 調査票 2 (週・年・月単位の作業や生活満足感、生活信条など)

調査票 1 および 2 の聞き取りは以下の手順で行った。

① 1 日の具体的な作業の内容 (調査票 1)

「あなたの今日または昨日の 1 日のことを朝から順をおって教えてください」と質問し、回答を得た。

② 週単位で行っている具体的な作業の内容 (調査票 2)

「週単位では定期的にしていることにはどんなことがありますか」と質問し、回答を得た。

③ 月単位で行っている具体的な作業の内容 (調査票 2)

「月単位では定期的にしていることにはどんなことがありますか」と質問し、回答を得た。

④ 年単位で行っている具体的な作業の内容 (調査票 2)

「年単位では定期的にしていることにはどんなことがありますか」と質問し、回答を得た。

⑤ 価値の程度 (調査票 1、2)

①～⑤で聴取した各作業についての価値の程度を「5.非常に重要」「4.重要」「3.どちらでもない」「2.ない方がよい」「1.時間の無駄」から選択するよう依頼した。この際、選択項目が書かれたカード (図 4-4) を提示し、回答を促した。

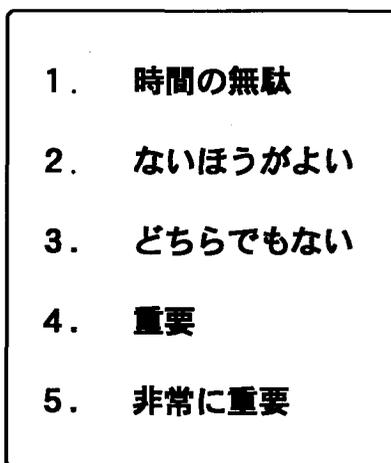


図 4-4 価値の程度を選択肢

⑥ 楽しみの有無 (調査票 1、2)

①～⑤で聴取した各作業に対する楽しみの有無について「そのことを楽しみにしていますか? (+)、それとも特に楽しみにはしていませんか? (-)」と質問し、回答を得た。

⑦ 外的期待の状況 (調査票 1、2)

①～⑤で聴取した各作業について「そのことは、しなければならないことですか？ (+)、 それとも特にしなくても良いことですか？ (-)」と質問し、回答を得た。

⑧内的期待の状況（調査票1、2）

①～⑤で聴取した各作業について「そのことをしたいと思っけてしていますか？ (+) それとも特にしたいと思っけていませんか？ (-)」と質問し、回答を得た。

⑨作業の分類（調査票1、2）

「そのことは、あなたにとって仕事ですか？遊びですか？それとも休息でしょうか？また日常生活を行っていく上で必要な活動でしょうか？」と質問し、回答を得た。

⑩作業の意味（調査票1、2）

「そのことをするのはどうしてでしょうか？」、または「そのことはあなたにとって、どのような意味がありますか？」などと質問し、回答を得た。

⑪生活満足度（調査票2）

「あなたの最も満足する生活を100点とすると今の生活は何点ぐらいですか？」と質問し、回答を得た。

⑫生活信条（調査票2）

「いつも心がけていることとか、信念（やモットー）とか、座右の銘などがありますか？もしありましたら、教えていただけませんか？」と質問した。

⑬将来展望（調査票2）

「あなたがお手本にしたいと思うような生き方をしている人や、逆にあまり感心しない生き方をしている人がいらっしゃいますか？もしいらっしゃいましたら教えてください。その人のどんなところが良いと思いますか？またどんなところが良くないと思いますか？」

(3) 分析

今回の目的は外的期待と内的期待からとらえた場合の健常者の作業の特徴を明らかにすることにあつたため、⑤および⑦と⑧の3項目を主な分析対象とし、まずこれらの項目の記述統計を求めた後、対象者を学生、主婦、労働者などに分け、各群の作業に付与された外的期待と内的期待の割合について比較した。割合の比較についてはカイ2乗検定を用い、さらに統計的な関連の強さを調べるために Goodman と Kruskal のタウを用いて測度を求めた。

統計処理には、統計ソフト SPSS9.0J for Windows を用い、有意水準は危険率5%とした。

3. 結果

(1) 対象者の構成

調査対象者は10代後半から80代前半までの健常者97名(平均44.2 ± 21.6歳)(資料Ⅲ)であった。対象者全体の性と年齢構成を表4-1に示し、学生、主婦、労働者、高齢者別の構成を表4-2に示した。

表4-1 調査対象者の性と年齢構成

年代	人数	男	女	平均年齢
10	3	0	3	16.7
20	36	4	32	21.7
30	7	5	2	34.1
40	9	3	6	46.3
50	13	3	10	55.9
60	15	3	12	65.2
70	10	2	8	74.5
80	4	0	4	82.8
合計	97	20	77	44.2 ± 21.6

表4-2 属性別の性と年齢構成

属性	人数	男	女	平均年齢
学生	34	4	30.0	21.4
主婦	16	0	16.0	48.9
労働者	18	11	7.0	41.6
高齢者	29	5	24.0	71.2
合計	97	20	77	44.2 ± 21.6

*属性は以下のように定義した。

- ・学生…日中に高校や大学に通う者
- ・主婦…65歳未満でフルタイムの職業を持たない学生以外の成人女性
- ・労働者…フルタイムの職業に就いている者
- ・高齢者…65歳以上で、労働者ではない者(フルタイムの職業に就かない者)

(2) 聴取した作業の数

全対象者97名から聴取できた作業は延べ2250であったが、この内、記入漏れなどがあるものを除く2073を分析対象とした。対象者1人から聴取した作業数は平均23.2 ± 6.73であった。これを年代別で見ると、20代と40代の1人当たりの平均作業数が26.1とやや多かったが、他の年代はほぼ20前後であった(表4-3)。一方、属性別では学生の平均作業数が最も多く、次いで主婦が多かった。労働者と高齢者の平均作業数はほぼ同じであっ

た。

表 4-3 年代別の作業数

年代	合計作業数	1人平均の作業数	標準偏差
10	60	20.0	2.65
20	904	26.1	6.67
30	109	17.1	4.30
40	194	26.1	9.08
50	293	22.9	5.19
60	292	20.9	5.58
70	144	20.3	6.00
80	77	20.0	4.83
全体	2073	23.2	6.73

表 4-4 属性別の作業数

属性	合計作業数	1人平均の作業数	標準偏差
学生	887	26.4	6.07
主婦	332	23.7	6.56
労働者	354	20.7	7.46
高齢者	500	20.4	5.43
全体	2073	23.2	6.73

(3) 外的期待と内的期待による作業の内訳

各作業に対し個人が付与する外的期待と内的期待の状況は、その有無により次の4通りの組み合わせが考えられる。

- ①外的期待が有り内的期待も有る（以下、「++」と略す）
- ②外的期待が有り内的期待は無い（ 「+-」 ）
- ③外的期待が無く内的期待は有る（ 「-+」 ）
- ④外的期待が無く内的期待も無い（ 「--」 ）

この組み合わせにより聴取した作業を分けたところ、全体としては「++」が 964(46.5%)、「+-」が 494 (23.8%)、「-+」が 502 (24.2%)、「--」が 113 (5.5%)であった。図4-1は聴取した作業全体のバランスを示す図である。縦軸を外的期待の有無、横軸を内的期待の有無とすることで、「++」が全体の約 1/2 を占め、「+-」と「-+」はそれぞれ約 1/4 を占めており、「--」はほとんど無いことが視覚的に理解できる。

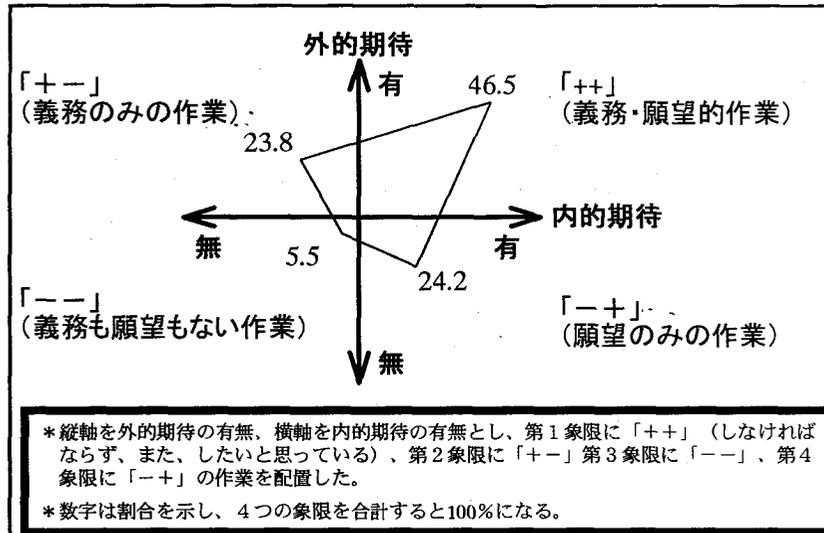


図4-1 外的期待と内的期待の状況からみた作業全体のバランス

(4) 外的期待と内的期待にもとづく属性別の作業の分布状況

表4.5は外的期待と内的期待による作業の内訳を属性別にまとめたものであり、図4.2はこの表をもとに作業のバランスを示したものである。作業のバランスは各群とも類似しており、「++」が全体の約40～50%、「+-」と「-+」が約20～30%、「--」が5%前後であった。属性により作業のバランスに違いが有るかどうかについて、カイ2乗検定を行いさらに測度を求めたところ、有意差は認められたものの測度は.015と非常に小さいことから、属性による作業バランスの明らかな違いは認められないと判断された。

表4-5 属性別の外的期待と内的期待の状況

属性	()内は%				合計
	++	+-	-+	--	
学生	374 (42.2)	221 (24.9)	254 (28.6)	38 (4.3)	887 (100.0)
主婦	129 (38.9)	86 (25.9)	99 (29.8)	18 (5.4)	332 (100.0)
労働者	192 (54.2)	100 (28.2)	41 (11.6)	21 (5.9)	354 (100.0)
高齢者	269 (53.8)	87 (17.4)	108 (21.6)	36 (7.2)	500 (100.0)
計	964	494	502	113	2073

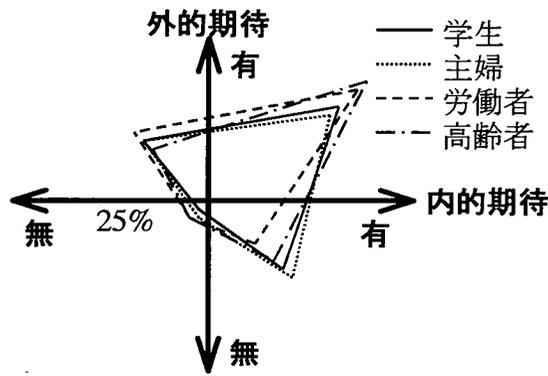


図4-2 属性別の作業バランス

(5) 作業に対する価値の程度と外的・内的期待の関係

聴取した全作業を個人が付与した価値の程度によって価値の高い作業と低い作業の2群に分け、さらに各群の外的期待と内的期待の状況を表4-6にまとめ、図4-3には両群の作業バランスを示した。両群の作業バランスには明らかな違いが認められ、価値の程度の高い群は「++」の占める割合が多く、逆に価値の程度の低い群は「++」の占める割合が少なかった。カイ2乗検定では両群の分布に有意差が認められ、また測度は0.145であったことから、外的期待と内的期待からとらえた場合、価値の高い作業と低い作業では作業のバランスが異なると判断された。

表4-6 価値の程度別の外的期待と内的期待の状況

価値の程度	++	+-	-+	--	合計
価値(高)	903 (53.7)	339 (20.3)	401 (23.7)	40 (2.4)	1683 (100.0)
価値(低)	61 (16.3)	155 (39.6)	101 (25.6)	73 (18.5)	100 (100.0)
計	964	494	502	113	2073

* 価値(低) ~ 価値の程度が1または2または3

* 価値(高) ~ 価値の程度が4または5

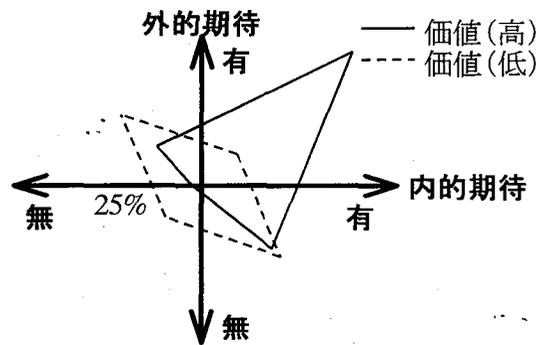


図4-3 価値の程度別の作業バランス

4. 考察

(1) 聴取した作業の数

対象者1人当たりから聴取できた作業数は平均 23.2 ± 6.73 であった。これを年代別で見ると、20代と40代の平均作業数が26.1と比較的多かった。一方、属性別では学生の平均作業数が最も多く、次いで主婦が多かった。したがって20代と40代の平均作業数が他の年代に比べて多いのは、年代による違いよりもむしろ属性が影響しているものと考えられる。

対象者1人当たりの平均作業数が23.2であるのに対しその標準偏差が6.73と大きく、対象者によって聴取できた作業数に大きな幅があった。このような幅が生じた理由の1つとして考えられることは、対象者がある作業の内容をどの程度詳しく話すかという点である。例えば同じ「仕事」でも、仕事中の休憩や昼食、会議、接待、伝票整理など細かい内容まで話す者から、すべてを含めて「仕事」とのみ答える者まで様々おり、これが標準偏差を大きくしている原因の1つと考えられる。このような事実は、一見すると本研究の信頼性・妥当性に疑問を投げかけることであるように思えるが、本研究において重要なのは対象者自身が日常の作業をどのように認識しているかであるため、対象者によって作業内容の答え方に違いがあることについては特に問題ないと考えられる。

(2) 外的期待と内的期待にもとづく作業の分布状況

対象者本人が作業に付与している外的期待と内的期待によって日常的な作業を分類したところ、義務・願望的作業（しなければならないし、したいとも思っている作業）が約50%、義務のみの作業（しなければならないと思っている作業）と願望のみの作業（したいと思っている作業）がそれぞれ約25%あり、この割合は学生や労働者、高齢者などの属性に関わらずほぼ一定であった。この事実は「健常者の日常生活には、属性に関わらない一定の作業のバランスが存在するかもしれない」ことを示唆している。もしそうであるな

ら、人間にとって適切な作業役割が遂行されている状態とは、このようなバランスが保たれている状態であると考えられる。

本人が価値を感じている作業の多くは義務・願望的作業であり、そのような作業の例としては、どの属性においても料理や仕事、食事、入浴などであったが、高齢者群ではさらに、TV や新聞、庭いじりなどの趣味的活動が比較的多く含まれていた。高齢期はそれまで行ってきた家事や仕事などの義務的な作業から解放される時期であるが、その際、TV や新聞などの仕事の外的なもの以外の作業にも義務的な意味付けを付与することで作業のバランスを図っているのではないかと考えられた。

今回の分析は対象者を4群に分け各群の平均を比較検討したものである。従って今回の分析で明らかとなった作業のバランスが個人レベルでも当てはまるかどうかについては今後さらに対象者を増やし、また、今回は分析しなかった他の調査項目を含めた検討が必要である。

5. まとめ

10代後半から80代までの健常者97名を対象に生活時間調査を行い、日常的に行っている作業の内容および各作業に本人自身が付与している外的期待や内的期待、価値の程度などを聴取した。対象者から聴取した作業は延べ2250であり、このうち記入漏れなどのあるものを除く2073の作業について分析した。

聴取した2073の作業を外的期待の有無と内的期待の有無によって4通りに分類したところ、義務・願望的作業が全体の約50%、義務のみの作業と願望のみの作業がそれぞれ約25%を占めていた。この割合は学生や労働者、高齢者などの属性に関わらずほぼ一定であったことから、健常者の日常的な作業はこのようなバランスで構成されていると考えられた。このように考えた場合、人間にとって適切な作業役割が遂行されている状態とは、外的期待と内的期待からとらえた作業のバランスが適切に保たれている状態と考えられた。

(小林法一)

第7章 作業に対する楽しみ感と外的・内的期待

1 研究目的

人間の日常生活は、様々な性質の作業で構成されている。とりわけ各個人が作業に対してどのような意味を付与しているかという観点から作業を見ることは、日常生活を評価する上で極めて重要である。前章では、健常者が作業に対して抱く外的期待と内的期待について分析を行った。小林（本書第5章参照）は、「とてもコミットメント（活動を生きがいに感じたり、楽しみ感じたりする）を感じる活動」の有無が生活に対する満足と関連があるとしている。このことは即ち、作業を行う動機として確かに「しなければならない」（＝外的期待が高い）という感情と「自らしたいと思う」（＝内的期待が高い）という感情とがあるが、この後者「自らしたいと思ってしている」（＝内的期待）の動機とは又異なる視点から見た要素として、「コミットメント（活動を生きがいに感じたり、楽しみ感じたりする）」の感覚が重要な役割を果たしていると考えられることができる。そこで、今回の研究では外的期待・内的期待に加えてこの「コミットメント」の要素も加え、作業に対する個人の意味付けの傾向を捉えることを目的として調査を実施した。「コミットメント」という言葉は、一般になじみがないことから、今回は「楽しみにしているか」という表現で、一般健常者に対し調査を行った。

2 調査方法と対象

調査方法および対象は、6章で述べた通りである。

3 分析方法

6章でも解説したように今回の質問紙では、調査対象者に対し、平均的な一日に、起床から就寝までの間に行っている作業をあげてもらい（巻末資料V参照）、さらにそこであげられた個々の作業に対して①「楽しみにしている（+）か、否（-）か」、②「しなければならないこと（+）か、否（-）か」（＝外的期待）、③「自らしたいと思っている（+）か、否（-）か」（＝内的期待）について聴取した。

分析の過程は以下の通りである。

1) 調査対象者があげた作業の名称は個別性が高く、またどこまでを一つの作業と認識するかについても個人差がある。しかし、異なる対象者であってもほぼ同じ名称で呼び、指し示す内容も同種であると判断できる作業をそれぞれ一つにまとめた。（巻末資料VI参照）ただし、この分類のうち「家事」「軽い運動」「趣味」についてのみ、他の作業分類と分類の水準を変えている。即ち、全く同じ作業でなく客観的に考えてほぼ“同種類の作業と考えられる”という水準で分類を行った。例えば、「ウォーキング」「散歩」「ストレッチ」「ラジオ体操」などは、決して同じ作業ではないがこれらを「軽い運動」という上位の概念から一まとめりとして分類している。同様にして、家事、趣味につい

ても「同種類の作業」という観点から分類した。

また、「食事の支度」「食事の片付け」「洗濯」は本来「家事」に分類されるべきものであるが、この3者については、それぞれ単独でも多くの数を占めたことから、家事に含めずにそれぞれ単独に集計を行っている。よって「家事」には「食事の支度」「洗濯」は含まれていない。

2) まとめられたそれぞれの作業について、前述の①②③について「+」「-」いずれに答えた回答がいくつ見られたか集計を行った。すなわち、

- 「+++」(楽しみであり、しなければならないと感じ、自らしたいと思っている)と答えた回答はいくつ見られたか。
- 同様に「+-」(楽しみであり、しなければならない義務を感じているが、自らしたいとは思わない)、「+-+」「+-+」「-++」「-+-」「--+」「---」の計8つの組み合わせについて回答はいくつ見られたかカウントした。

3) それぞれの活動別に上記8つの回答の組み合わせごとの数を集計し、その出現のパターン別に分類を行った。さらにクラスター分析を行って、この分類の妥当性を検証した。

4 結果

(1) 聴取された作業

調査対象者からあげられた作業は全部でのべ 2250 件であった。(巻末資料V) 個人があげる作業の呼称は実に多様であり、指し示す範囲も、調査対象者により異なっている。そこで、この作業名のうち例えば「食事」と「ご飯を食べる」などのように、呼称は異なっても具体的に指し示している作業が同種であると推測される作業や共通する性格を有する物と考えても差し支えないと判断した作業を一つのグループとしてまとめた。(各グループに分けられた作業名称の内訳は巻末資料VIの通り) その結果数の多い物 25 作業に 1877 件の作業が含まれた。(表1、図1) その他の作業は個別性が高いため分析対象から除外した。また、「家事」「軽い運動」「趣味」については、前述の様に“まったく同じ作業”ではなく、“同種の作業”という異なる水準での分類を行っている。また「家事」にはその他の分類に含まれる「食事の支度」「食事の片付け」「買い物」「洗濯」は含まれていない。

(2) 「楽しみ」「外的期待」「内的期待」に関する出現数

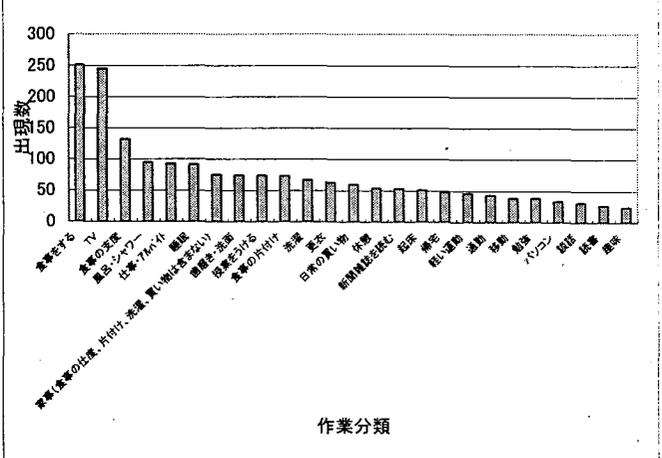
• 「楽しみ」「外的期待」「内的期待」それぞれについて「+-」のいずれを答えたかによって、「楽しみ+、外的期待+、内的期待+」など「++-」「+-+」「+-+」「-++」「-+-」「--+」「---」の8通りの回答が可能である。前述の25作業について、それぞれいずれに答えた回答がいくつあるかを示したものが、表2であ

表1. 作業の出現数

作業分類名	作業分類コード	重要)毎日の作業に関するデータ抽出のカウント	ポイントとする
食事をする	15	251	251 一日のメモ
TV	13	245	245 雨戸を開ける
食事の支度	6	132	132 駅から自宅まで歩く
風呂・シャワー	29	94	94 駅まで歩く
仕事・アルバイト	1	92	92 横になってノートを読む
睡眠	54	91	91 家の中で針仕事
家事(食事の仕度、片付け、洗濯、買い物は含まない)	12	75	75 家族と夕食
歯磨き・洗面	50	74	74 会場付近で散歩
授業をうける	49	74	74 海田市駅まで歩く
食事の片付け	14	73	73 夕食
洗濯	51	67	67 外訪活動(重要顧客)
更衣	48	63	63 街をぶらぶら
日常の買い物	16	60	60 確定申告の整理をする
休憩	45	54	54 学級活動
新聞雑誌を読む	17	53	53 学校
起床	58	51	51 患者が来る
帰宅	59	48	48 基礎体温
軽い運動	31	46	46 帰省
通勤	42	43	43 給食
移動	26	38	38 給食準備
勉強	28	38	38 給油
パソコン	56	33	33 牛乳
談話	47	31	31 近くの公園の掃除
読書	30	27	27 金銭管理
趣味	9	24	24 空白
ここまでの合計数		1877	1877 掲示板を見る
登校	41	24	24 健康食品の話聞く
お茶やコーヒー	64	22	22 懸案事項確認・整備
化粧	60	22	22 献立決め
身支度	55	19	19 研究
トイレに行く	61	17	17 個別OT
家族の世話	66	16	16 戸を開けて
整髪・整容	52	14	14 広島駅から自転車で学校へ
昼寝	44	13	13 仕事終了、バス
部活動	30	13	13 手紙
庭仕事	35	12	12 集団OT
友人と会う	19	10	10 出社
電話	20	9	9 準備
ペットの世話	32	8	8 渉外行員ミーティング
家族の送迎	23	7	7 水を飲む
日記・家計簿	38	7	7 整理
テストを受ける	62	6	6 生協でコピー
音楽鑑賞	43	6	6 川柳を考える
外出準備	40	6	6 打ち合わせ、申し送り
ミーティング(部下との)		6	6 退社
寝る準備	69	5	5 服の用意
神仏を拝む	67	5	5 本屋へ行く
暖房を入れる	48	5	5 郵便局・銀行
通院	33	5	5 翌日の準備
コンタクト	63	5	
タバコ	70	4	
髪の手入れ	34	4	
弁当作り	27	4	
肌の手入れ	36	3	
晩酌	71	3	
服薬	21	3	
ショッピング	11	2	
ラジオを聞く		2	
下校	68	2	
家族団欒		2	
会報を配る		2	
教室移動		2	
暖房をつける	48	2	
OT室のカーテンを開ける		1	
Telで頼まれた仕事(法事のこと)		1	
ウェイトの記録		1	
ウオーミングアップ		1	
お菓子づくり		1	
お菓子をたべる		1	
お昼		1	
カルテ書き		1	
グループで話し合い		1	
グループワーク		1	
スポーツ		1	
せっけん使っていない水は庭へ		1	
その日の予定を書く		1	
そろばん教室で教える		1	
タイムカードを押す		1	
テニス		1	
テニスに行く準備		1	
ノートチェック		1	
バザーへ(バスで駅の方に)		1	
パンを焼く		1	
パンを食べる		1	

2250

図1 作業コード別出現数



回答者があげた作業の総数は2250個であった。個々人があげる作業の名称は個別性が高く、またどこまでを一つの作業と認識するかについても個人差があったが、回答者がほぼ同じ名称で呼び、指し示す作業も同じものであると考えて差し支えない作業を1グループとしてまとめてみたところ、135グループに分けられ、その個数分布は表1の通りとなった。「食事をする」「TV」「食事の支度」「風呂・シャワー」などが上位を占め、回答者が日常の作業としてほぼ必ず一日一回以上は回答していることがわかる。

る。そして、各作業ごとにその回答数をグラフ表示したものが、巻末資料IVである。

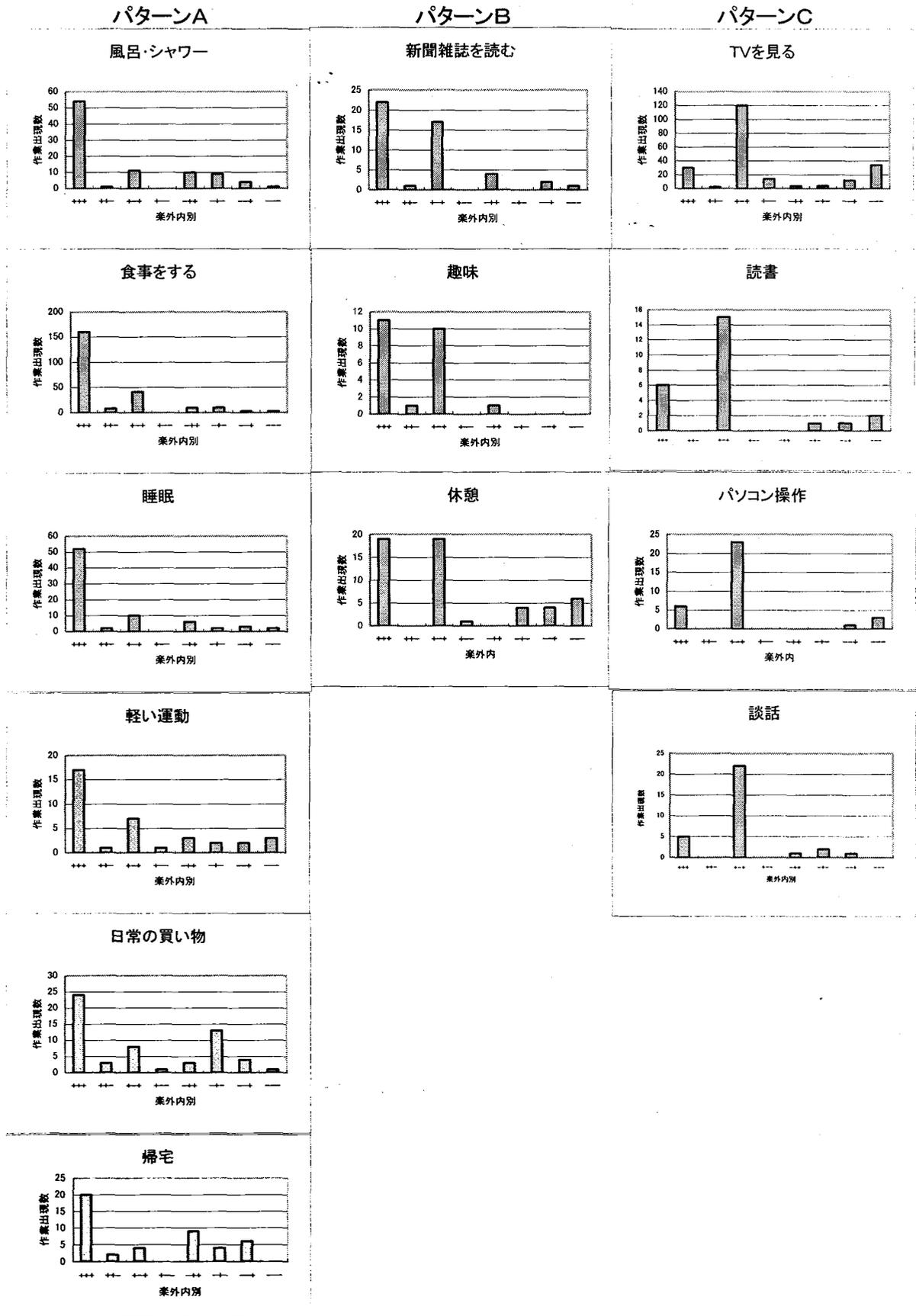
表2 作業分類ごとの「楽しみ」「外的期待」「内的期待」の各組み合わせに対する回答数

作業名	+++	++-	+-+	+--	--+	-+-	---+	---
仕事・アルバイト	31	4	2	1	18	30	3	3
食事の支度	54	8	3	0	16	37	4	2
趣味	11	1	10	0	1	0	0	0
家事(食事の仕度、片付け、洗濯、買い物は含まない)	19	1	3	0	5	36	2	3
TV	31	2	120	14	4	4	12	34
食事の片付け	10	1	3	0	5	45	2	2
食事をする	160	8	42	0	10	10	3	3
日常の買い物	24	3	8	1	3	13	4	1
新聞雑誌を読む	22	1	17	0	4	0	2	1
移動	9	0	6	0	3	13	3	2
勉強	3	1	2	1	10	18	3	0
風呂・シャワー	54	1	11	0	10	9	4	1
軽い運動	21	1	9	1	3	3	2	3
読書	6	0	15	0	0	1	1	2
通勤	12	2	0	0	6	18	1	2
休憩	19	0	19	1	0	4	4	6
更衣	16	4	1	0	20	17	4	1
談話	5	0	22	0	1	2	1	0
授業をうける	17	0	5	0	17	28	0	0
歯磨き・洗面	13	0	7	0	24	18	10	2
洗濯	11	2	0	0	12	33	0	3
睡眠	52	2	10	0	6	3	3	2
パソコン	6	0	23	0	0	0	1	3
起床	4	0	2	0	7	18	0	1
帰宅	20	2	4	0	9	4	6	0

(3) パターン分類

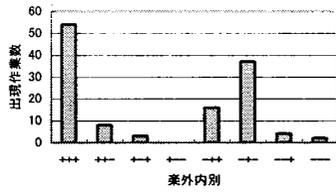
作業ごとの「楽しみ」「外的期待」「内的期待」の出現分布(巻末資料V参照)のグラフを見ると、各作業ごとに「楽しみ」「外的期待」「内的期待」に対する回答のパターンが様々であることがわかる。そこで類似のパターンを示す作業同士を集めると、大きくA~Fまで6つに分類することができた。(図2)更に階層クラスター分析を行ったところ、同様の分類がなされ、この分類の妥当性が裏付けられた。(図3)

図2 分類された6つのパターン



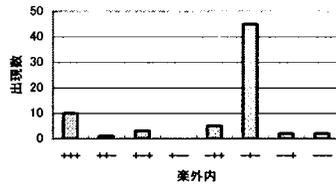
パターンD

食事の支度



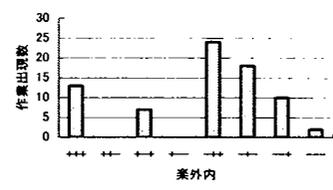
パターンE

食事の後片付け

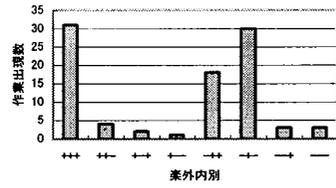


パターンF

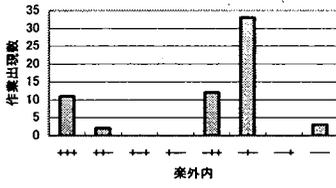
歯磨き洗面合計



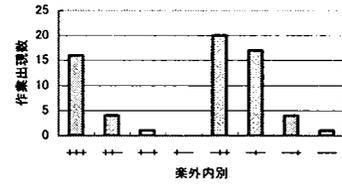
仕事



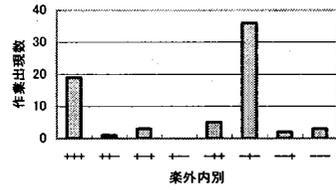
洗濯



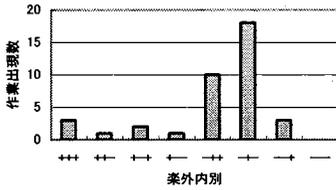
更衣



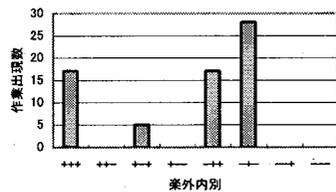
家事



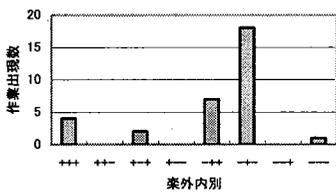
勉強



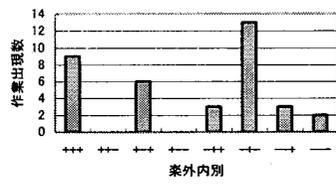
授業



起床



移動



通勤

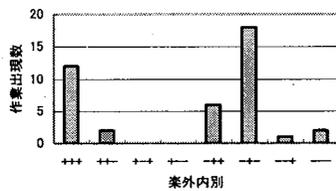
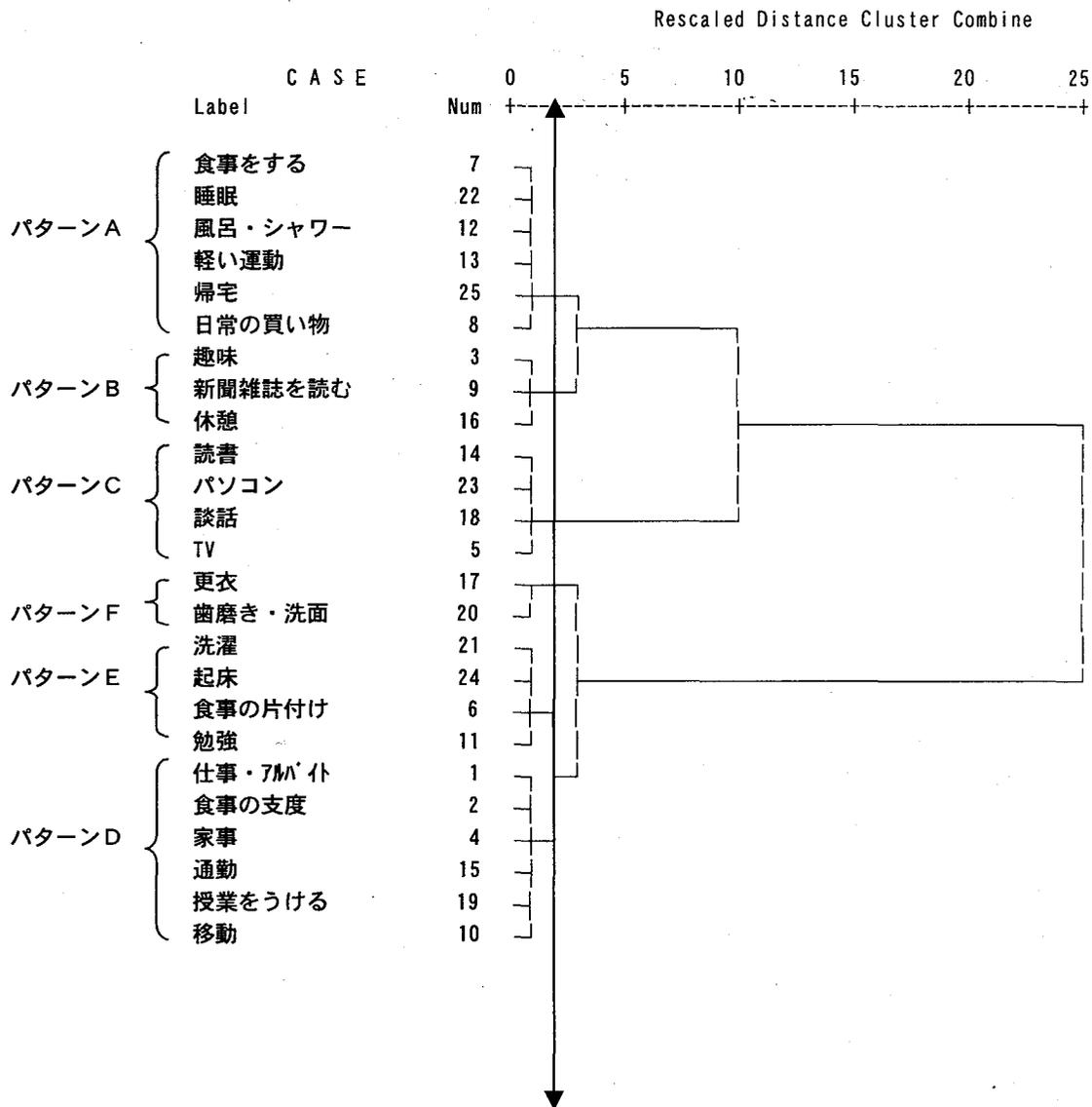


図3. クラスタ分析結果

***** HIERARCHICAL CLUSTER ANALYSIS *****

Dendrogram using Ward Method



5. 考察

パターンは、A～Fの6通りであり、各パターンを示した作業は表3に示す通りとなった。各パターンごとに考察する。

表3 各パターンを示した作業の一覧

A	風呂・シャワー、食事をする、睡眠、軽い運動、日常の買い物、帰宅
B	新聞・雑誌を読む、趣味、休憩
C	TVを見る、読書、パソコン操作、談話
D	食事の仕度、仕事、授業、移動、通勤* *この家事には、他のグループに出現している「食事の仕度」、「片付け」「洗濯」「買い物」を含まない。
E	食事の後片付け、洗濯、勉強、起床
F	歯磨き洗面、更衣

(1) パターンA

パターンAには「風呂・シャワー」「食事をする」「睡眠」「軽い運動」「日常の買い物」「帰宅」の6つが含まれた。このパターンの特徴は、「+++」つまり「楽しみであり、やらなければならない、やりたいと思う作業である」と答えた回答数が、他の回答に比して圧倒的に多かったという点にある。「食事をする」「睡眠」はいわば人間の本能に関する活動であり、人間が生存していくために欠くべからざる活動である。その意味で、本能的な欲求を充足させるという点からもこれらの活動が「楽しみ」であり「やりたいと思う」活動であったという結果は大いに納得のいくものである。同時に健康的な社会生活を維持していく為には、これらの活動は「やりたい」という「願望」の部分のみならず「やらねばならない」という「義務的」な意味合いも生じてくることも想像に難くない。このような視点でその他の4つの活動を見てみると、「風呂・シャワー」は、人間の生理的な欲求という点では、「食事」「睡眠」よりも低い位置づけとも考えられるが、多くの場合「風呂・シャワー」は「きもちいい」という快の感情に結びつく点で「楽しみ」や「内的期待」がプラスとなり、かつ社会生活上の必要性という点でも広く認識されていることが「外的期待」をプラスにし、この結果に結びついたと考えられる。同様に「軽い運動」「日常の買い物」も「快」の感情とともにそれが社会生活上必要な作業であると認識されていることを示しているのではないだろうか。同じグループに「帰宅」が含まれたことはある種意外な印象を与える。しかしよく考えてみると、一日の仕事や目的ある活動を終えて帰途につく道は、活動をなし終えた充足感や休息に対する期待から来る「快」の感情があると同時に、そのことがやはり労働をはじめとした社会生活の再生産のために必要な活動として認識されていると考えれば、共通する要素をそこに見出すことが可能であろう。

(2) パターンB

パターンBには「新聞・雑誌を読む」「趣味」「休憩」の3つが分類された。このパターンの特徴は、A同様「+++」と答えた回答数も多かったがそれに続いて「+-+」と答えた回答も多かったという点にある。「+-+」つまり「楽しみであるし、やりたい作業だが、やらなければならないものではない」という回答が「+++」に続いて多かったと言うことである。「新聞・雑誌を読む」「趣味」「休憩」の3つは、いずれも余暇的な活動であり、パターンAに比して社会生活上の必要性と言う面では、感じている人も多かったが、あまり重要視していない回答も多かったということはこの結果は示していると推測される。

(3) パターンC

「TVを見る」「読書」「パソコン操作」「談話」がパターンCを示した。パターンCの特徴は、「+-+」つまり「楽しみであるし、やりたい作業だが、やらなければならないものではない」という回答が最も多くの割合を占め、「+++」の回答がそれに続くものの少なく、ほぼこの2つに回答が分かれるというパターンを示している。この4つもパターンB同様に余暇的な活動であるが、Bに比し、「+-+」の割合が多く、より「外的期待が低い」＝「やらなければならないという度合いが少ない」＝「より余暇的な性格が強い活動」と位置付けられるのではないだろうか。「新聞・雑誌を読む」がBであるのに対し、「読書」がCであるということは、より「新聞・雑誌を読む」という作業に、人は「外的期待」を感じて行っていることを示していると考えられる。同じように出版物や活字を読むという作業でありながら「新聞・雑誌を読む」行為に人は、社会生活上の必要性を感じてながら行っているのに対し、「読書」はむしろ余暇の意味合いの方が強いと認識されているのではないかとということが考察される。

「趣味」がCではなくBに含まれたことについては、今回の対象者の多くを高齢者や主婦が占めており、積極的に意味や生活上の必要性を見出して習いごとなどの趣味活動を行っている対象者が多かったことによるのではないかと考えられる。

(4) パターンD

このパターンは「-+-」が「+++」と並んで多くを占めるという特徴を示している。「-+-」とはつまり「楽しくもなく、やりたいと思わない」が「やらなければならない」という義務的色彩を強く感じていることを示している。「食事の支度」「家事（掃除が多くを占めている）」「仕事」「通勤」「移動」「授業」などいずれも、作業遂行領域による分類では「生産的活動」と呼ばれる領域に含まれる活動であり、この領域に含まれる活動に対する一般の意味付けの傾向であると考えられるのではないだろうか。

(5) パターンE

このパターンはD同様「-+-」が多くを占めているが、Dに比し一層「+++」は少ない。つまり「楽しくもなく、やりたいと思わない」が「やらなければならない」という義務的色彩がD以上に強いことを示している。このパターンを示した活動は「食事の後片付け」「洗濯」「勉強」「起床」であった。いずれもやはり「生産的活動」にあたるものである。Dに分類されたものとの比較を行うと、同じ家事の中でも「食事の支度」はDに「食事の後片付け」はEに入っており、「食事」という目的ある活動に向けた準備の活動とその終了後の後处理的活動との違いが、DとEとの違いに反映されているとも考えられる。しかし掃除が多くを占めている「家事」がDに含まれているのに対して、「洗濯」がEに含まれることについては、この解釈は成立しにくい。これは前述のように「家事」に、掃除の他「ゴミだし」「布団の上げ下ろし」などの作業も含まれており、様々なその他の作業によりデータにばらつきがでたとも考えられ、単純に比較することの限界が予測される。今後データ数を増やす中で更なる検討を行いたい。

「授業」という大学での座学がDに含まれるのに対し、それ以外に自宅などで自主的にする「勉強」がEに含まれている点も興味深い。これは特にこの調査を実施した期間が学生のテスト期間でもあり、自主的な勉強とはいっても試験に追われた勉強を行っていたことが要因ではないかと考えられる。また「起床」がこのパターンに含まれたことから、今回の調査対象者にとって、朝起きることというものが、「楽しみでなく、やりたいと思わない」が「やらなければならない」という義務的色彩が強い作業であることが示され、睡眠から目覚めて一日のスタートを切るということが、多くの人にとって努力を要する作業であるということが分かる。

(6) パターンF

パターンFには、「歯磨き・洗面」「更衣」が含まれた。このパターンは6つの中でもっとも回答のばらつきが多いパターンを示している。それだけ個人による意味付けにバラエティーが見られていることを示している。しかしながら、いずれも「-++」つまり「楽しくはないが、やらなければならない、やりたいと思って行っている作業」と答えた回答が最も多くを占めており、その他「-+-」や「--+」など、楽しみが「-」である回答の割合が多いことが特徴的であると思われる。「歯磨き・洗面」や「更衣」は従来の作業遂行領域の分類では、「身辺処理」にあたるのものであり、パターンAの「風呂・シャワー」「睡眠」「食事」などと同じ分類に入るものであるが、示したパターンは異なるという結果となった。ADLと一口に言っても、個人が与えている意味付けは実に様々であることが分かる。ADLの中でも人間の本能的欲求である「睡眠」「食事」に対しては「+++」の意味付けの割合が多いと考えられるが、比

較的似た性格のものと一般に考えられる「風呂・シャワー」と「歯磨き・洗面」が異なったパターンを示したことについては、その理由は明確ではない。しかし「歯磨き・洗面」「更衣」には、「-++」又は「-+-」など「外的期待」が「+」である回答の割合が多いことから、「風呂・シャワー」に比し、その日の朝に行う「歯磨き・洗面」また「更衣」に対して「外的期待が高い」つまり社会生活を送る上での必要性をより強く感じていると考えることができるのではないと思われる。

6. まとめ

以上、健常者 97 名を対象に、平均的一日に行っている作業と、その作業に対し調査対象者がどのような意味付けをあたえているのかを、「楽しみ」「外的期待」「内的期待」という 3 つの観点から調査した。平均的一日に行われている作業としてあげられたものはのべ 2250 あり、そのうち多くの対象者が共通してあげていた 25 種類の作業（のべ 1877）を対象にこの 3 つに対してそれぞれどのように回答した数がいくつあったかを集計したところ、6 つのパターンに分類された。

この調査結果より、人々がある作業に対して付与する意味（「楽しみ」「外的期待」「内的期待」）には、一定の傾向があることが推測される。一般に従来の作業遂行領域で見れば同じ領域に分類されるものであっても、人々の意味付けがかなり異なるものがあったり（「風呂・シャワー」と「歯磨き洗面」、「食事の仕度」と「食事の片付け」、「趣味」と「TV を見る」など）、客観的な行動は似ているにもかかわらず、意味の観点ではかなり異なる位置付けをされているものがある（「新聞・雑誌を読む」と「読書」、「授業」と「勉強」、「風呂・シャワー」と「歯磨き洗面」など）など、この結果から各作業に関し、人々が与えている意味の新たな側面を知ることができた。このことを更に、以下の様に考察することができる。いずれも「余暇的活動」であるとも言えるにもかかわらず、「趣味活動」と「テレビを見る」ことや「パソコンを操作する」ことなどは、かなり異なるパターンを示している。即ち習い事などの「趣味活動」には、「外的期待が強い」＝「義務的に感じている人が多い」傾向がある。このことは、考察でも述べたように回答者である高齢者や主婦が、習い事に意識的に、生活上の必要性を見出して取り組んでいることを推測させる。また「風呂・シャワー」に比べ「歯磨き洗面」は「外的期待が強い」傾向があり、人々が「歯磨き洗面」という行為に、より社会生活との関連性を見出していることも推測される。「食事の仕度」と「食事の後片付け」とのパターンの違いを見ると、ある目的に向かって行われる準備的な活動と、活動が終了した後の片付けの活動とでは、取り組む者の意識にかなりはっきりとした違いがあるということがこの結果から推測される。

作業療法は、種々の作業を通じて人々の生活を構築し、ひいては人々の健康と幸福に対し、働きかけるものである。今回のこの結果の様に人々が一般にどのような意識

で作業に取り組んでいるのかについて知ることは、対象者の作業や作業バランス、すなわち役割の評価とそして対象者への働きかけの一助になるであろう。今後は、より多く、また多様な対象者に対して調査を行い、より精度の高い結果を導けるよう研究を続けることを検討している。

(田丸あき子、小林法一)

第8章 日常的作業に個人が付与する意味 —意味ラベルによる帰納的分類—

1. はじめに

本研究ではこれまでの章で述べたように、対象者が「日常的に行っている作業」を半構成的インタビューによって聴取し、各作業の「価値」、「楽しさ」、「外的期待」、「内的期待」の有無を聞き、そしてそれが対象者にとって「仕事、日常生活活動、余暇活動、休息」のいずれであるかを問うた。そして最後に、「回答者独自の言葉で各作業がどのような意味を持つか」を語ってもらい記録した。この最後の質問は、回答者のありのままの表現の中から、我々研究者が予期した枠組み以外の意味が帰納的に生成されるのではないかと考えたためである。本章ではこの最後の質問、回答者の言葉による各作業の意味をまとめた。

2. 方法

対象者：14歳～83歳（平均44.13 ± 22.72歳）の健常者78名（男性11名、女性68名）。このデータは、1999年10月～2000年3月に、研究者群の知人、広島大学医学部保健学科学生、学生の両親・その他の家族、および広島県内の某市で行われている健康体操グループ参加者から得た。

データ収集法：資料に示した半構成的インタビューの調査用紙を用いた。回答者は平均的1日の起床から就寝の間に行っている作業をリストアップし、予め決められた前記の質問と同時に、各作業について「それはあなたにとってどのような意味がありますか？」と質問され、自由に自分の言葉で答えるように促された。

データ処理法：各データは1内容を1ラベルに転記（対象者番号と、作業種目も併記）し、まず作業種目毎に分類した後、意味についてはKJ法を用いて処理した。

3. 結果

(1) 78名が回答した作業は、延べ1919件であったが、このうち意味が記入されていたのは1518件でありこれをラベル化した。まずラベルを作業別に分類したところ、次の4領域、ほぼ56作業に分けることができた。

日常生活活動：起床、歯磨き、洗顔、更衣、整容・化粧、トイレ、朝食、昼食、昼寝、

帰宅、夕食、健康管理（体温、塗薬、コンタクトレンズ、通院）、就寝

仕事：仕事、アルバイト、授業、買い物、勉強、移動

家事：朝食準備、掃除、洗濯、片づけ、昼食準備、布団畳み・敷き・干し、家族の世

話（子供を起こす、送迎、帰宅を待つなど）、夕食準備、ゴミ出し、暖房、雨戸

開け、アイロン、給油、銀行・郵便局、家計簿、準備的活動（外出準備など）

余暇活動：テレビ、ラジオ、新聞・雑誌、読書、パソコン・インターネット、園芸、

手工芸、楽器演奏、音楽・絵画鑑賞、お花、川柳、walking、体操、休憩、おしゃ

べり、お茶・おやつ、晩酌、日記、お経・礼拝

(2) 対象者が各活動に付与した意味：

上記で分類した意味ラベルを作業毎にKJ法によって処理した。KJ法の展開図は資料8に示すとおりである。各展開図の中から、およそ2段階以降の表札を別紙に展開し、インデックスとして示したので図8-1～4(資料8に再掲)である。

以下、1作業あたりの枚数の多い主要な作業の意味について文章化した。

なお、各項目の数値は、そのように答えた人数を示す。

1) 日常生活活動

①起床

1日を始めるため：8

健康のための規則正しい生活：4

次の活動をするため：7

世間体を意識して：1

当然の習慣として4

②歯磨き

衛生・清潔・虫歯予防のため：15

口の中がすっきりして気持ちがよいため：3

虫歯のないのが自慢なので：1

当然の習慣として：5

③洗顔

清潔のため：3

目を覚ますため：5

気持ちがすっきりするため：6

他者を意識して：4

当然の習慣として：5

④更衣

活動にあわせた服装をするため：17

外出のマナーとして：8

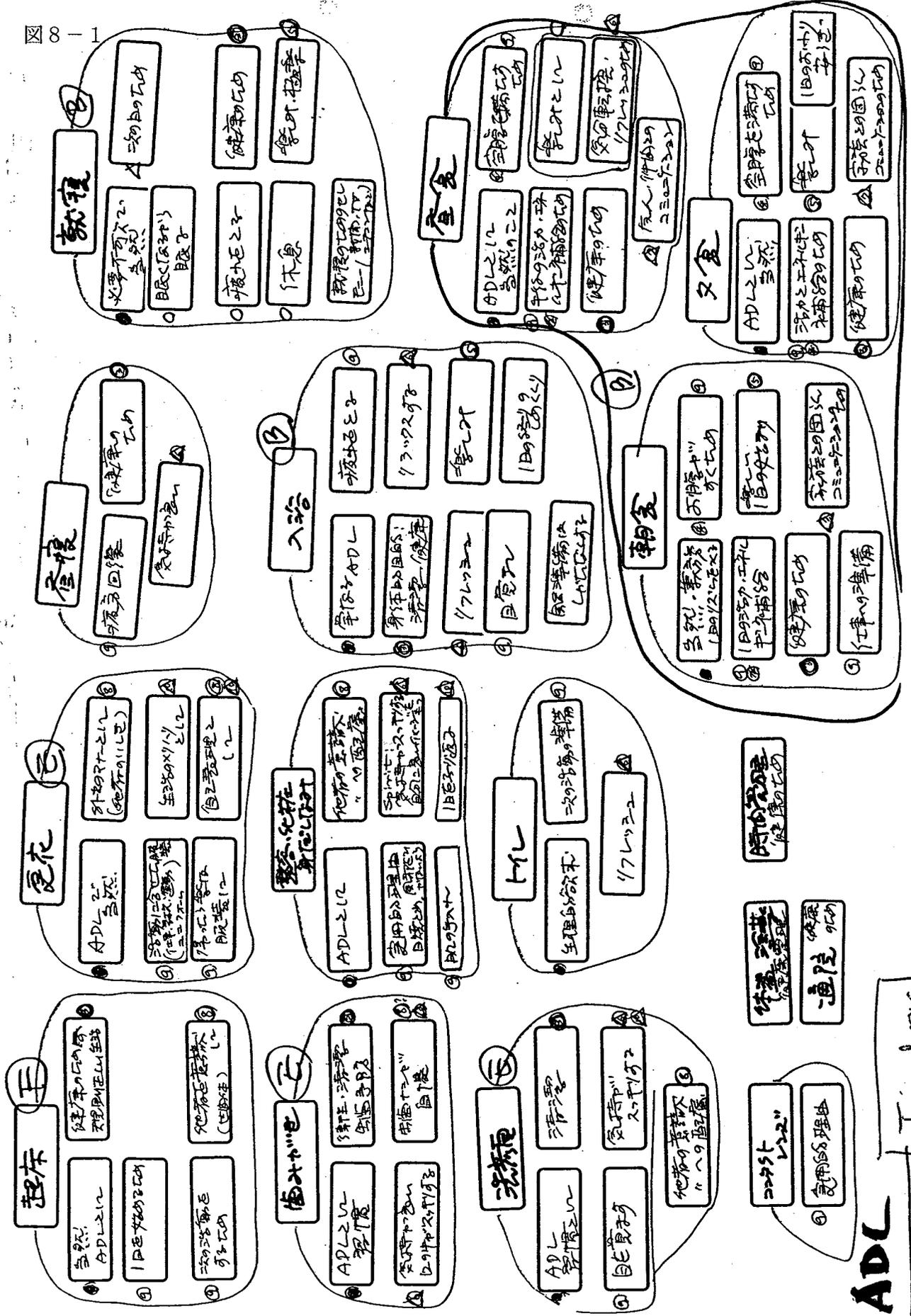
生活のメリハリとして：3

自己表現として：5

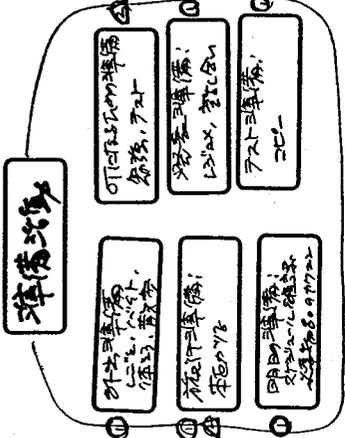
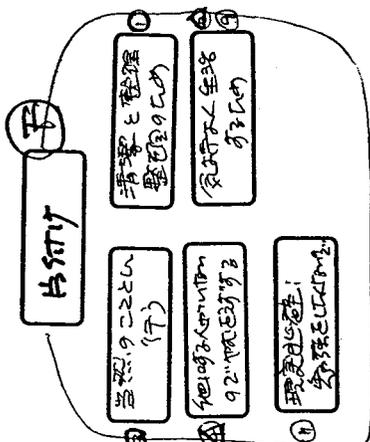
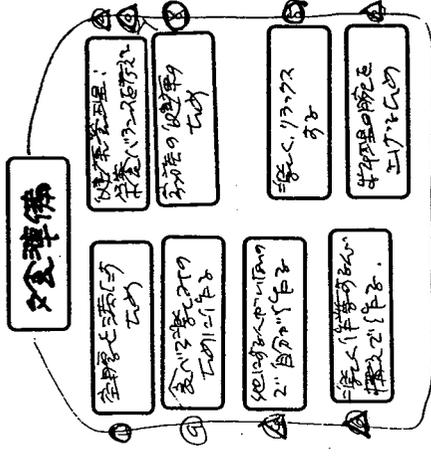
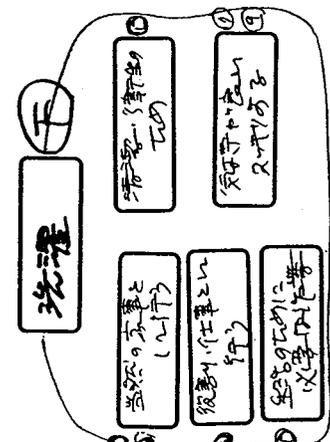
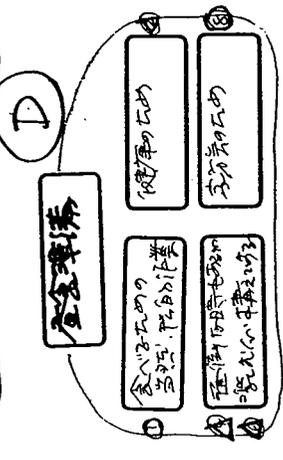
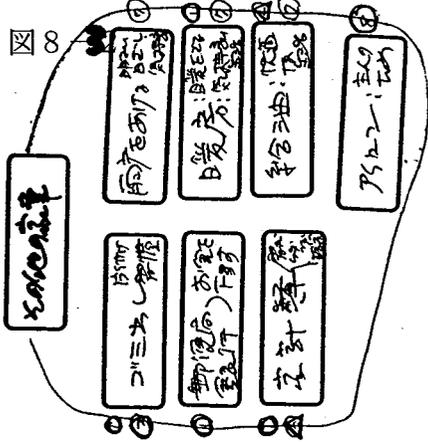
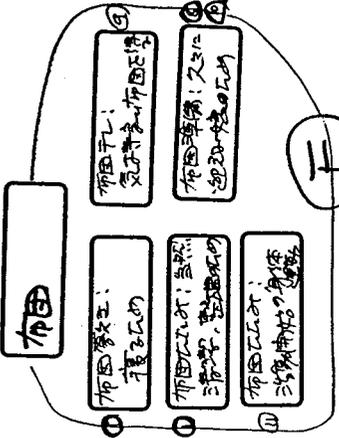
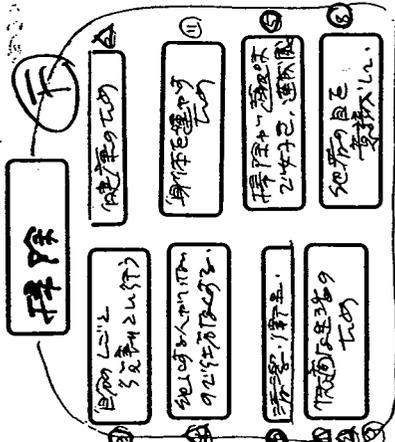
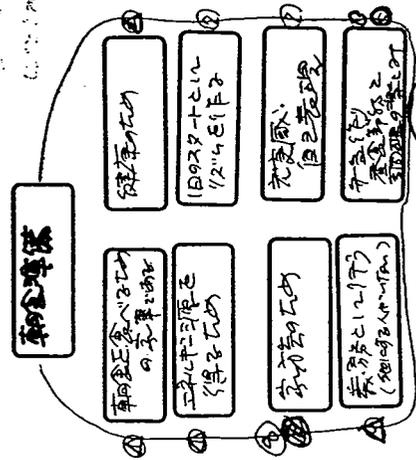
当然の習慣として：9

⑤整容・化粧

他者を意識・他者への配慮：17



ADL Index



和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備

和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備

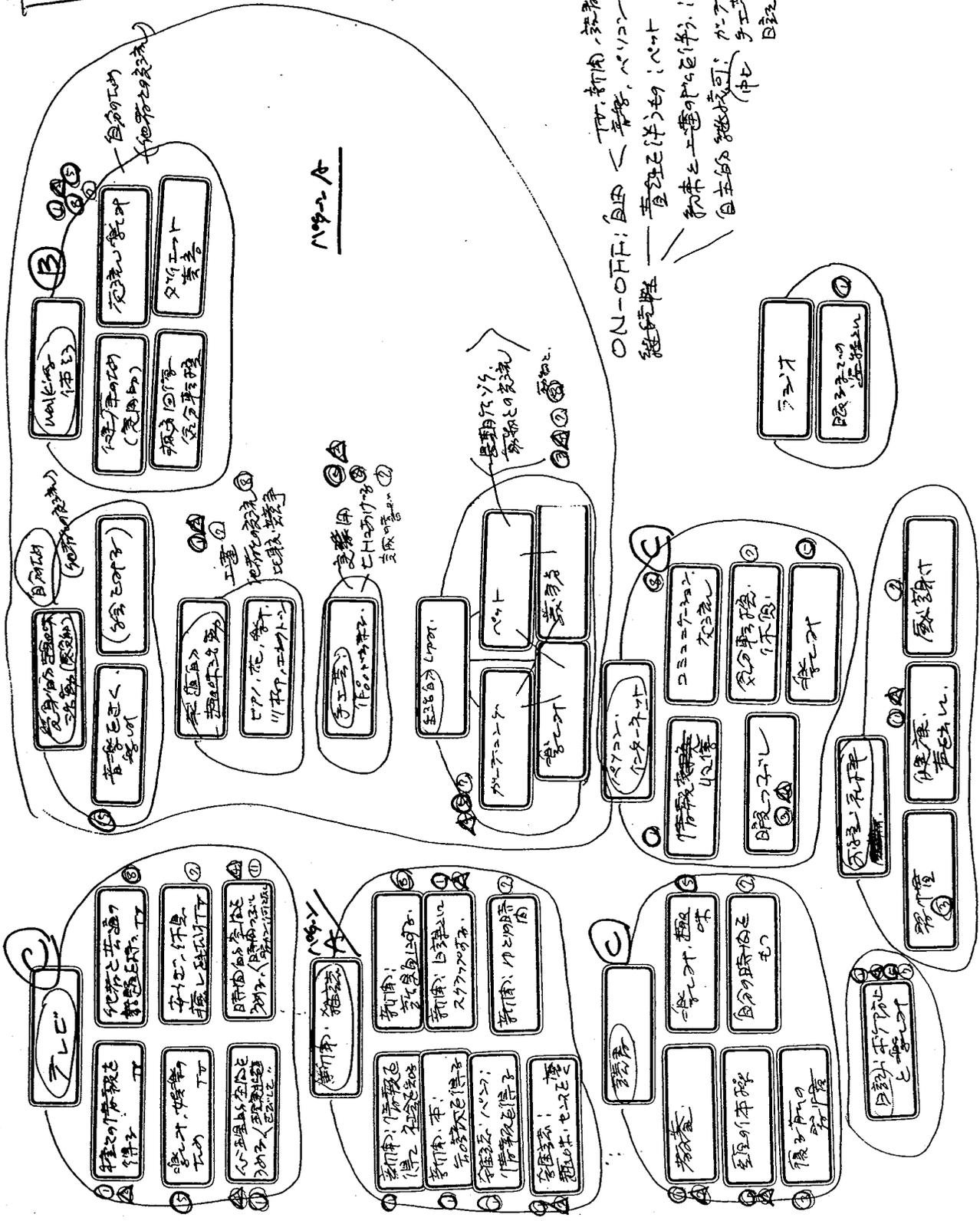
和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備

和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備
和合(わがく)の準備

Index

家事

Index



ON-OFF: 自由 < 歩行, パソコン
 継続性 — 歩行, パソコン
 歩行とパソコンの比較: 歩行の自由性, パソコンの歩行性, walking body, walking body, walking body, walking body, walking body, walking body.

気持ちがすっきりする・自分に良いイメージを持つ：3

日焼け止め、肌の手入れなど実用的理由：6

1日を振り返る時間：2

習慣として：4

⑥トイレ

生理的欲求：8

次の活動の準備：2

リフレッシュする：3

⑦昼寝

健康のため：2

疲労回復・仕事の効率アップ：6

気持ちが良い：1

眠いので：2

⑧入浴

清潔、健康のため：15+6

リフレッシュ、目覚ましのため：7

疲れをとる、リラックスのため：20

楽しみとして：6

1日の締めくくりとして：5

単なる習慣：3

コミュニケーション：1

⑨就寝

必要不可欠で当然：6

眠くなるから眠る：4

疲れをとる、休息：14

健康のため：8

楽しみ・極楽：4

次の日のため：10

睡眠導入へのセレモニー・新聞、TVなど：6

⑩朝食

おなかがすくから：8

当然の義務：3

健康のため：10

1日のリズムを作る：1

1日の活力、エネルギー補給：13

仕事への準備：1

家族との団らん・コミュニケーション：4

楽しい1日のはじまり：1

⑪昼食

空腹を満たすため：11

午後の活動、エネルギー補給のため：10

健康のため：6

気分転換、リフレッシュのため：4

楽しみとして：6

友人、仲間とのコミュニケーション：6

当然のこと、義務：7

⑫夕食

空腹を満たすため：10

活力とエネルギー補給のため：5

健康のため：6

楽しみ：11

1日の終わりの安らぎ：2

家族との団らん、コミュニケーションのため：8

当然のこと：4

2) 仕事・生産的活動

①仕事

収入を得るため：12

義務として：5

義務と楽しみ：6

生きがい：3

②授業に出る

知識獲得のため：7

将来の仕事のために：21

学生の本分として：3

義務と興味と：7

修行のよう：2

③勉強

義務、仕方なく：4+6

将来のため：7

学生の本分：3
テストのため：7
パソコンの勉強は楽しい：1

④アルバイト

お金のため：4
責任と楽しみ：5

⑤移動

義務・必要：3 4
気分転換・運動：6
楽しみ目的の移動：5
お楽しみ道中、友人・音楽：5

⑥帰宅

家に帰るため：6
仕事からの解放：2
健康と楽しみ：2
休息・ほっとする：7
家での活動をするため：8
次の活動のための準備：2

⑦集団の中の（自主的）仕事役割

清掃：4
部活の役割分担：4
ボランティア的、ピューリタンの精神

3) 家事

①朝食準備

朝食を食べるため：7
健康・エネルギー補給のため：7
家族のため：3
1日のスタート：3
楽しい：5
当然・義務的：3

②昼食準備

食べるための準備：3
健康のため：2
楽しい：3

当然・義務的：5

家族のため：1

③夕食準備

食べるための準備：10

健康のため：4

家族の健康のため：4

楽しみ：5

くつろぎのため：2

当然・義務的：5

④掃除

衛生のため：6

健康のため：3

仕事・当然：4

仕方なく・義務：5

楽しみ・すっきりする：5

他者の目を意識：1

⑤洗濯

衛生のため：11

仕事・当然：14

当然・義務的：8

気持ちよい・好き：4

⑥片づけ

衛生のため：14

次の作業のための準備：4

仕事として：1

仕方なく・義務：10

当然：2

気持ちよい・楽しい：7

現実逃避：2

他者の目を意識：2

⑦布団準備—片づけ

寝るため：2

快適を求めて：3

家族のため：1

次の活動のため：3

当然：1

⑧家族の送迎

家族への気遣い：3

楽しみ：2

⑨買い物

必要に迫られて：21

気分転換・楽しみ：15

健康のため：6

4) 余暇活動

①テレビ

情報収集のため：41

楽しみ・娯楽のため：33

他者と共通の話題を持つため：9

心理的空間を埋めるため：14

時間的空間を埋めるため：39

安らぎ・休息・癒しのため：22

②新聞・雑誌

知識・情報を得る：28

気分転換：3

日課として：3

③読書

教養・頭の体操：2

楽しみ：5

趣味：3

習慣：3

自分の時間：1

④パソコン・インターネット

交流・コミュニケーション：15

楽しみ・気分転換：2

情報収集：2

休息：1

暇つぶし：1

⑤日記

呆け防止：2

楽しみ：1

自分のため：1

主人のため主人の日記を：1

⑥お経・礼拝

感謝：2

健康：1

習慣：1

⑦手紙を書く

好きだから：1

⑧体操・ウォーキング

健康のため：6

体調改善：5

疲労回復・気分転換：5

体調を知る：2

ダイエット：3

楽しみ：5

友人との交流：3

生きがい：3

⑨生き物（ペット・植物）の世話

楽しみ：7

義務：4

安らぎ：2

⑩音楽・手工芸・他

楽しみ：2

好き：3

プレゼントする：2

出来上がりを楽しむ：2

自分を高める：2

頭の体操：3

勉強：3

怠惰の嫌悪：2

⑪家族と遊ぶ

楽しみ：3

⑫休憩

頭と体の休息：11

気分転換・リフレッシュ：13

暇つぶしなど、不本意な休憩：3

⑬お茶・おやつ

エネルギー・水分補給：5

目覚まし：4

ストレス発散・リフレッシュ：4

休憩・くつろぎ：9

つきあい：5

コミュニケーションをとる：6

情報収集：3

楽しみ・気分転換：10

楽しみ、ストレス解消、リラックス、癒し：8

4. 考察

上記の結果を作業毎に見てみると、ほとんどの作業でその意味がが次の3つに大別できることが分かる。

①直接的・実用的意味：作業が持つ目的ズバリの意味で、例えば、歯を磨くのは「虫歯予防のため」、新聞を読むのは「情報収集のため」、体操は「健康のため」など。

②情緒的・心理的意味：作業に伴う情緒的ないし心理的意味づけで、例えば、洗顔は「気持ちをしんとする」、休憩は「ストレス解消」、掃除は「仕方なくする」、就寝は「極楽」など。

③社交的・社会的意味：作業によってもたらされる他者との交流や他者を意識しつつ行う作業で、例えば、更衣は「外出のマナー」、夕食は「家族との団欒」、編み物は「他者へのプレゼント」など。

次に具体的作業例をあげて、示された3つの意味をまとめてみると次のようになる。

例1：テレビ

テレビは、対象者全員によって、延べ168の意味が付与され、その意味はまず次の6つに分類できた。即ち、「種々の情報を得る」「他者と共通の話題を持つ」「楽しみ・元気のもと」「安らぎと休息」「現実逃避-心理的空間を埋める」「時間つぶし-時間的空間を埋める」である。これらを先に述べた3種類の意味づけに分類すると次のようになる。

①直接的・実用的意味：情報を得る、時間つぶし

②情緒・心理的意味：楽しみ、元気のもと、安らぎ、現実逃避

③社交・社会的意味：他者と共通の話題を持つ

例2：歯磨き

歯磨きには、延べ25の意味が付与され、その意味は、「衛生・清潔・虫歯予防」、「単なる習慣」、「気持ちがよい・すっきりする」、「虫歯がないのが自慢」であり次のように分類できる。

①直接的・実用的意味：衛生、清潔、虫歯予防

②情緒的・心理的意味：気持ちがよい、すっきりする

③社交・社会的意味：虫歯のないのが自慢

その他のほとんど全ての作業においても、この3種類の意味づけがされていた。

ところでほとんどの作業は別の見方をすれば、個人にとって積極的な意味から否定的な意味まで幅広い意味を持ち、その中間として肯定でもなく否定でもない単に習慣として当然のように行っているという回答が得られた。この「肯定的↔否定的」意味づけの軸について先に述べた3種類の意味づけを、考えると次のように示すことができる。

①直接的・実用的意味：

個々の作業本来の目的 ← 習慣 → 他にすることがない

例：テレビ 本来の目的：情報を得る（ニュース・教養・クイズ）
習慣：何となくつけて見ている
他にすることがない：テレビ以外にすることがない

食事 本来の目的：栄養補給
習慣：単に習慣として食べる
他の方法なし：他に栄養補給の方法なし

②情緒的・心理的意味：

楽しい・好き ← 習慣 → できればしたくない

例：テレビ 本来の目的：楽しい（娯楽・クイズ）、リフレッシュ
習慣：習慣としていつも見る
見るが退屈、不愉快

食事 本来の目的：美味しいものを楽しむ
習慣：単に習慣として食べる
したくない：嫌いなものを無理に食べる

③社交的・社会的意味

他者との交流 ← 習慣 → 一人の時間を持つ

例：テレビ 他者との交流：共通の話題を持つ
 習慣：単なる習慣
 一人の時間：テレビをつけることにより他者との交流を避ける

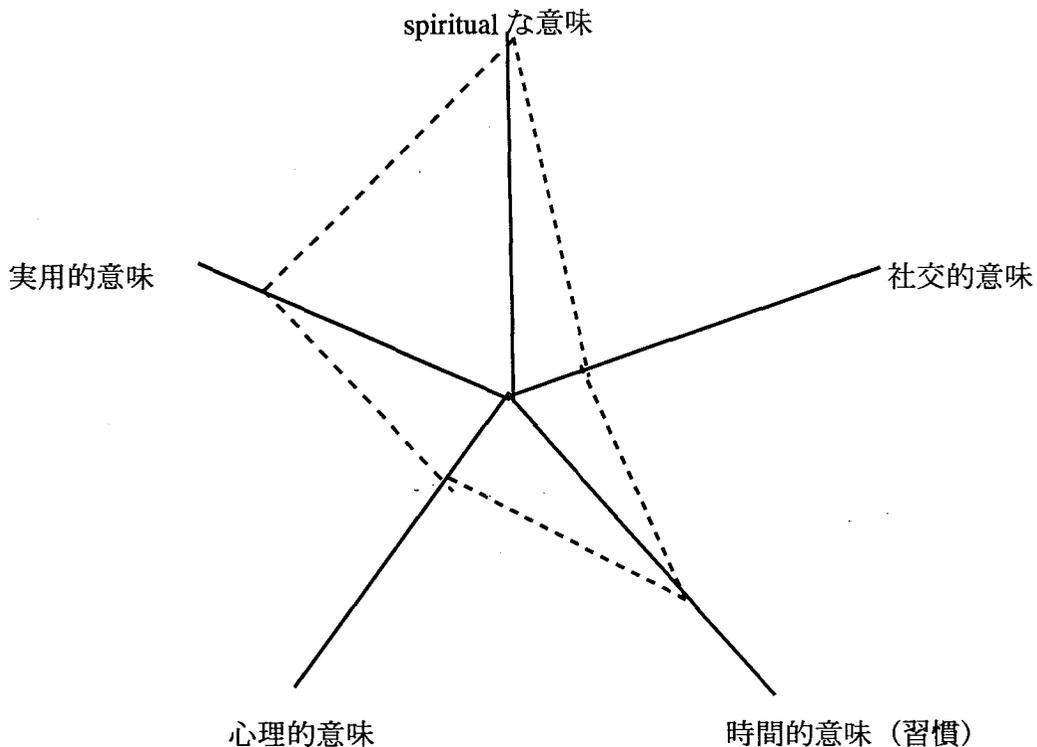
食事 他者との交流：団らんする
 習慣：単に習慣として一緒に食べる
 一人の時間：一人でほっとする、一人寂しく食べる

なお、習慣がそれぞれの中央に来るが、これは「意味が意識レベルにのぼらないまま作業を行う状態」であることを示している。

次に、上記の軸を考慮しつつ作業の意味の図式化を試みた。

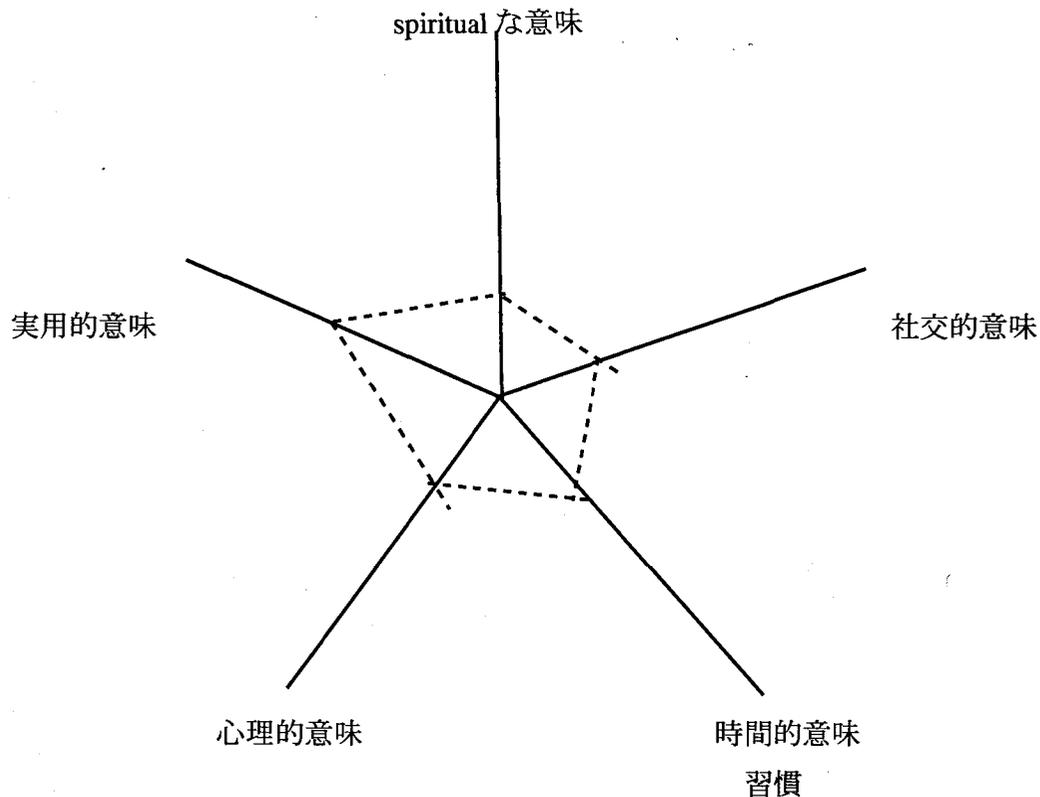
例1：テレビ

情報収集のため：4 1
 楽しみ・娯楽のため：3 3、安らぎ・休息・癒しのため：2 2 (spiritual)
 他者と共通の話題を持つため：9
 心理的空間を埋めるため：1 4
 時間的空間を埋めるため：3 9



④更衣

- 活動にあわせた服装をするため：17 (实用)
外出のマナーとして：8 (社交)
生活のメリハリとして：3、自己表現として：5 (spiritual)
当然の習慣として：9 (時間) ?
楽しむ服装に：8 (心理)



5. まとめ

78名の対象者が平均的1日に行う作業を明らかにし、各作業がどのような意味を持つかを対象者自身の言葉で語ってもらい、1内容1枚としてラベルに転記し、作業毎に分類した後、意味内容を帰納的にまとめた。ラベル数は系1518枚、作業数は56作業になったが、どの作業にも大きく分けて次の3つの意味が含まれることが分かった。

1. 直接的・実用的意味
2. 情緒的・心理的意味
3. 社交的・社会的意味

(宮前珠子、小林法一)

IV. 終章 まとめ

1. 文献レビューから

「役割」に関する文献は、Medline、学術情報センターのzassaku、広島大学図書館のOPAC、及び、関連文献の文献リストから得るという方法によって収集し、関連書籍14冊、和文献25編、洋文献21件、計60編の資料を得た。これらの資料の内容把握と分析の作業を研究者で分担した。即ち、全文献の抄録及びコメントを、それぞれA4用紙、1～2枚にまとめた文献カードを作成し、更に、個々の文献が、今回の研究にどの程度の重要性を持つかを、4段階に評価した。次に、これらの文献の、役割に関する内容を構造的にまとめ理解するため、それぞれの文献から重要な要素を、1要素1ラベルに抜き書きし、403枚のラベルを作った。これらのラベルをKJ法を用いてまとめ、10枚の展開図を作成した。

文献の内容はおおよそ次の6つのカテゴリーに分けられるものであり、役割の鳥瞰図を得た。①役割は年齢と共に発達し、移行し、そして喪失される。②高齢者は、退職などの社会的要因、また、社会が高齢者に対して持つマイナスイメージによって役割を喪失する。③人は、年齢と状況に見合った、バランスのとれた生活役割によって、生活構造を維持し、健康を保つ。④人は、コミットできる役割を持つことが必要であり、これからは、「役割獲得」即ち、役割をいかに取るかの教育が必要である。⑤「役割」概念の発達史（作業療法領域における役割研究の歴史を含む）。⑥役割の分類と決定要因。

この中で特筆すべきことは、中高年者の若年者に勝る優れた能力として「英智」が取り上げられ、不確実な事柄に対する処理能力が優れていることが明らかにされ、現在「英智研究が」行われていることであった。これに対応する我が国の研究結果として、地域や家での様々な相談役を高齢者が希望している場合が多かった。

2. 研究報告から

(1) 作業バランスを考察するための枠組み－義務と願望の視点－

役割には外的・内的双方の期待があるかどうか予備的調査を行った(19)。20代から90代の健常者26名を対象に、活動リストを用いて役割の作業的側面を捉える予備的調査を実施した。日常の作業は図4に示すように外的期待（義務）と内的期待（願望）の組み合わせによる4象限で捉えることができ、健常者では義務・願望的作業がもっとも多く、義務も願望もない作業はわずかであった。生きがいとなる作業には義務・願望的作業と願望のみの作業が多く、生きがいにならない作業には義務のみの作業が多かった。作業を外的・内的期待の関係で捉える枠組みは、作業の意味を調べることができると同時に、作業バランスを考える際にも役立つ。同時に調査した役割チェックリストとの比較では、高齢者は若年者と比べ役割数は減少したが、作業数では年代間に差がなく、役割の作業的側面を調べる

ことの独自性が明らかになった。

(2) 高齢障害者の役割と生活満足感

施設で生活する高齢者の現在の生活の満足感と、日常的に行っている活動の内容およびその活動の本人にとっての意味を調査した。その結果、次のことが明らかになった。

- 1) 全対象者のPGCモラールスケールとVAS-Hの平均得点は、高齢者を対象としたこれまでの先行研究の結果とほぼ同じであった。
- 2) 満足点とVAS-Hの施設タイプごとの平均はケアハウス、老人保健施設、療養型病床施設の順に高い傾向がみられた。各施設ごとのBarthel Indexの平均値にも同様の傾向が見られたことから、施設間の生活満足感の差の一要因はADL能力であることが示唆された。
- 3) 聴取した活動をNHKの分類に従って整理した場合、各活動ごとの合計時間および当該活動の有無と満足点の間に有意な相関はほとんど認められなかった。一方、聴取した活動を対象者の認識に基づき「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」、「ADL」、「休息」に分類した場合や、各活動に対する対象者自身の興味や価値、コミットの程度によって整理した場合、いくつかの項目で有意な相関が認められた。したがって、活動を生活満足感との関係として捉える場合、活動の名目よりも、その活動に対する意味の自己認識に注目することが重要であることが示唆された。
- 4) 日中の活動時間を本人の認識によって分けた場合、「遊び・余暇活動」は長い者ほど、「ADL」と「休息」は短い者ほど現在の生活満足感が高い傾向が認められた。
- 5) 「仕事・生産的活動」の時間と満足点との間に関連は認められなかった。
- 6) 「仕事・生産的活動」、「遊び・余暇活動」、「ADL」、「休息」の時間的なバランスを個人別にみると、1日の大半を「休息」が占める生活であっても満足点の高い者がいたことから、老年期の過ごし方についての考え方にはかなりの個人差があると思われた。
- 7) 「非常に重要な活動」と「非常に楽しい活動」は、その活動時間と満足点の間に関連は認められないにもかかわらず、活動の有無（行っているか否か）と満足点には関連が認められたことより、このような活動は時間の長さよりも、行っているか、行っていないかが満足感に大きく影響を与えたと考えられた。
- 8) 現在の施設での生活の満足感、日常的に行っている作業の中に、「とてもコミットしている活動」が有るか無いか、「時間の無駄を感じる活動」の時間、「ない方がよいと思う活動」が有るかどうかである程度予測可能であることが分かった。

(3) 外的期待と内的期待から捉えた健常者の作業役割

10代後半から80代までの健常者97名を対象に生活時間調査を行い、日常的に行っている作業の内容および各作業に本人自身が付与している外的期待や内的期待、価値の程度などを聴取した。対象者から聴取した作業は延べ2250であり、このうち記入漏れなどのあるものを除く2073の作業について分析した。

聴取した2073の作業を外的期待の有無と内的期待の有無によって4通りに分類したとこ

ろ、義務・願望的作業が全体の約50%、義務のみの作業と願望のみの作業がそれぞれ約25%を占めていた。この割合は学生や労働者、高齢者などの属性に関わらずほぼ一定であったことから、健常者の日常的な作業はこのようなバランスで構成されていると考えられた。このように考えた場合、人にとって適切な作業役割が遂行されている状態とは、外的期待と内的期待からとらえた作業のバランスが適切に保たれている状態と考えられた。

(4) 作業に対する楽しみ感と外的・内的期待

健常者97名を対象に、平均的1日に行っている作業を聞き、その作業に対して対象者が「楽しみ」を感じているか否か、「内的期待」「外的期待」があるかを聞き、多くの対象者が共通してあげた25種類の作業を回答によって分類したところ、大きく次の6つのパターンが見られた。

- A. 風呂、シャワー、食事、睡眠、軽い運動、買い物、帰宅
- B. 新聞、雑誌、趣味、休憩
- C. テレビ、読書、パソコン、談話
- D. 食事の支度、仕事、授業、移動、通勤
- E. 食事の後かたづけ、洗濯、勉強、起床
- F. 歯磨き、洗面、更衣

これらの分類はこれまでの学問的作業分類とは全く異なっており、個人が作業に対して感じる意味から見た新しい視点の分類である。

(5) 日常的作業に個人が付与する意味 —意味ラベルによる帰納的分類—

健常者78名のが平均的1日に行う作業を明らかにし、各作業がどのような意味を持つかを対象者自身の言葉で語ってもらい、1内容1枚としてラベルに転記し、作業毎に分類した後、意味内容を帰納的にまとめた。ラベル数は系1518枚、作業数は56作業になった。これらを作業毎にカテゴリー化し、13枚の展開図を作成し(資料8)、大きく日常生活活動、仕事活動、家事活動、余暇活動に分け、インデックスを4枚の図として作成した。各作業を意味的にまとめると、どの作業にも大きく分けて次の3つの意味が含まれることが分かった。即ち、

- 1. 直接的・実用的意味
- 2. 情緒的・心理的意味
- 3. 社会的・社会的意味

である。

3. 今後の課題

今回の研究では、人間が習慣的に行う活動を「役割」と考え、対象者が日常的に行っている作業を網羅的に調べ、それに対象者が付与している意味を、価値、楽しさの有無、外的期待の有無、内的期待の有無、そしてそれが本人にとって「日常生活活動」「仕事・生

産的活動」「遊び余暇活動」「休息」のいずれであるか、そして最後に各作業が本人にとってどのような意味を持つかを対象者自身の自由な言葉で語ってもらった。

その結果、次のことが明らかになった。

- ①各作業への「外的期待の有無－内的期待の有無」の組み合わせで一定の比率があること
- ②学問的な枠組みで分類された意味と個人の生活満足感には関係がなく、個人が作業に付与した意味が生活満足感と相関があること
- ③余暇活動の時間が長かった施設生活者の生活満足感が高いこと
- ④「楽しさの有無－内的期待の有無－外的期待の有無」の組み合わせで、作業毎にパターンがあり、似たパターンの作業をカテゴリー化できること
- ⑤対象者自身が作業に自由に付与した意味をまとめると、ほとんどどの作業も、「実用的意味」「心理的意味」「社会的意味」の3つを含んでいること。

今後の課題は今回得られた上記の結果を、慢性機能障害者の役割再獲得に結びつけるために、データを更に集積すること、今回の研究で概念化された要因を更に精緻化すること、そしてこれらを統合して臨床で使い得る簡便で有意義な評価表を開発することである。

また、今後の調査には各作業に対する対象者の技能を測る部分も必要になるかと考えられる。

(宮前 珠子、吉川ひろみ、小林法一、田丸あき子)

資 料 編

日常生活についての調査協力をお願い

私たちは、日常生活がどのような作業によって構成されており、その中にその人がどのような意味を見出しているかについて、研究しています。

この調査では、あなたの普段の生活についてお尋ねすることになります。もし途中で、この調査に協力することが嫌になったときは、気兼ねなくお申し出ください。その場で、調査は中止いたします。

なお、この調査により得られた情報は、研究のみに用いられ、決してあなたにご迷惑をおかけするようなことはありません。また調査結果の報告の際に、あなた個人が特定されることはありません。

2000年2月

研究代表者：宮前珠子（広島大学医学部保健学科教授）

〒734-8551 広島市南区霞 1-2-3

この調査にご協力いただける場合には、下の枠内にあなたのご署名をお願い申し上げます。

私は、上記の内容を理解し、この調査に協力します。

氏名

日常生活についての調査協力をお願い

科研役割研究面接調査表 その2 (第2版)

2000.2.2

・調査日(年 月 日 曜日)

・調査者()

・被調査者

・氏名()

・年齢(才)

・性別(1.男 2.女)

・居住地(県 市)

・生活環境(自宅・施設入所・病院入院)

・自宅の場合、同居者について

(1.単身 2.夫婦二人暮らし 3.子供のみと同居 4.子供の家族と同居 5.その他《 》)

・婚姻状態(1.独身 2.既婚 3.別居 4.離婚 5.死別)

・健康状態(1.良好 2.まあまあ 3.不良)

・これまでに大きな傷病の経験がありますか？また現在障害をお持ちですか？もし経験がある、また現在障害や傷病をお持ちである場合、ここにお書きください。

[]

・有給の仕事の有無 { 1.フルタイムの仕事に就いている
2.パートタイムの仕事についている(週____回×____時間)
3.仕事にはついていない

・生計を支えているのは主に次のうちいずれでしょうか。

(1.給与 2.年金 3.貯蓄 4.仕送り 5.その他《 》)

・家計の経済状態(1.良い 2.まあまあ 3.厳しい)

・生活の世話や経済面などで、責任を追わなくてはならない家族の存在(1.有 2.無)

「1.有」と答えた方へ。それはどなたですか？()

生活時間と作業,作業の持つ意味(調査票1)

時刻	具体的作業内容	価値	楽しみ	外的期待	内的期待	仕事	遊び	休息	ADL	その他	作業の意味
午前 4:00											
:30											
5:00											
:30											
6:00											
:30											
7:00											
:30											
8:00											
:30											
9:00											
:30											
10:00											
:30											
11:00											
:30											
12:00											
:30											
13:00											
:30											
14:00											
:30											
15:00											
:30											
16:00											
:30											
17:00											
:30											
18:00											
:30											
19:00											
:30											
20:00											
:30											
21:00											
:30											
22:00											
:30											
23:00											
:30											
午前 0:00											
:30											
1:00											
:30											
2:00											
:30											
3:00											
:30											
4:00											

週・月・年単位で行っている作業について (調査票 2)

	具体的作業内容	価値	楽しみ	外的期待	内的期待	仕事	遊び	休息	ADL	その他	作業の意味
週単位											
月単位											
年単位											

質問 1 1. 生活満足度

「あなたの最も満足する生活を 100 点とすると、今の生活は何点ぐらいですか？」

質問 1 2. 生活信条

「いつも心がけていることとか、信念 (やモットー) とか、座右の銘などがありますか？もしありましたら、教えていただけませんか？」

質問 1 3. 将来展望

「あなたがお手本にしたいと思うような生き方をしている人や、逆にあまり感心しない生き方をしている人がいらっしゃいますか？いらしたら教えてください。その人のどんなところが良いと思いますか？またどんなところが良くないと思いますか？」

日常生活上の作業とその意味に関する調査

面接における質問構成（第2版）

質問の仕方

質問1. 生活時間と作業に関する調査（調査票1）

「あなたの平均的な（または「ごく普通の」）一日のことを朝から順をおって教えてください。」

〈記入の仕方〉 同時にいくつものことを行っている場合もあるので、下記のように作業ごとに通し番号をつけ、価値の欄以降（質問5以降）右側の質問について各番号ごとに各回答を記入していく。

		価値	楽しみ
1:00	①昼食食べる②新聞読む	①5	+
30	③テレビを見る④おやつを食べる	②4	+
2:00		③3	+
30		④2	+

質問2. 生活時間と作業に関する調査（調査票2）

「今お聞きした中にはでてこなかったことで、週に一度程度、ほぼ定期的に行っていることにはどんなことがありますか？」

質問3. 生活時間と作業に関する調査（調査票2）

「今お聞きした中にはでてこなかったことで、月に一度程度、ほぼ定期的に行っていることにはどんなことがありますか？」

質問4. 生活時間と作業に関する調査（調査票2）

「今お聞きした中にはでてこなかったことで、年に一度程度、ほぼ定期的に行っていることにはどんなことがありますか？」

（質問5へ続く）

*** 以下質問 5～10 は、質問 1～4 で回答されたそれぞれの作業について尋ねます。**

質問 5. 価値 (調査票 1 および 2)

「あなたにとってそのことは、以下のうちどれにあたりますか? (別紙評価尺度用紙を使用してください)」

5. 非常に重要 4. 重要 3. どちらでもない 2. ない方がよい 1. 時間の無駄

質問 6. 楽しみの程度 (調査票 1 および 2)

「そのことを楽しみにしていますか? (+) それとも特に楽しみにはしていませんか? (-)」

質問 7. 外的期待 (調査票 1 および 2)

「そのことは、しなければならないことですか? (+) それとも特にしなくても良いことですか? (-)」

質問 8. 内的期待 (調査票 1 および 2)

「そのことをしたいと思ってしていますか? (+) それとも特にしたいと思っていませんか? (-)」

質問 9. 作業の意味 (調査票 1 および 2)

「そのことをするのはどうしてでしょうか?」

(その他「そのことはあなたにとって、どのような意味がありますか?」など)

(このような質問を通じて回答者が「何故そのことを行っているのか」というその根底にある真の動機を聞き出すことができるよう工夫する。)

この時に質問者は大まかに、例えば自我の3次元レベルにおける次元…生物的自己(健康に関する意識など)、社会的自己(他者とのコミュニケーションなど)、時間的自己(将来に関する目標など)…または、CMOPにおけるスピリチュアリティ、感情、認知、身体などの大まかなカテゴリ分類を思い描きながら質問を行う。回答者の真の動機を探りながら、それをどういった共通の要素で「ゴライズ」するのが適切であるかを検討しながら質問を行う。

質問 10. 作業の意味 (調査票 1 および 2)

「そのことは、あなたにとって仕事ですか? 遊びですか? それとも休息でしょうか? また日常生活を行っていく上で必要な活動でしょうか? (別紙評価尺度用紙を使用してください)」

- * いずれかに分類することに迷った場合には、あえていずれかを選んでもらい「?」をつけておく。
- * 複数を選択した場合には、主となる方を聞き、そちらに「◎」。副となる方に「○」を記す。
- * ここでの仕事や遊びの定義は、人それぞれ異なっても構わないとする。ここではあくまで、回答者自身が持つイメージで選んでもらう。

*** 以下はこれまでの質問とは独立した質問です。**

質問 11. 生活満足度 (調査票 2 下部)

「あなたの最も満足する生活を100点とすると今の生活は何点ぐらいですか?」

質問 12. 生活信条 (調査票 2 下部)

「いつも心がけていることとか、信念(やモットー)とか、座右の銘などがありますか? もしありましたら、教えていただけませんか?」

質問 13. 将来展望 (調査票 2 下部)

「あなたがお手本にしたいと思うような生き方をしている人や、逆にあまり感心しない生き方をしている人がいらっしゃいますか? もしいらっしゃいましたら教えてください。その人のどんなところが良いと思いますか? またどんなところが良くないと思いますか?」

1. 時間の無駄
2. ないほうがよい
3. どちらでもない
4. 重要
5. 非常に重要

質問5. 価値（評価用尺度用紙）

仕事

遊び

休息

日常生活を行っていく上で必要な活動

その他

質問10. 作業の意味分類

資料 II

日常生活構造と役割に関する研究
面接調査票(第1版)

被調査者番号 () 整理番号 ()

<役割研究調査票フェイスシート>

調査日 (1997年 月 日 曜日)
 調査者 ()
 被調査者
 被調査者番号 () 氏名 ()
<性(M/F)・年齢(満年齢)・姓名順(シ)・調査者記号(T/Y/O)>
 居住地 (県・市<政令市の場合> 県内地域性 (1.都市部 2.非都市部)
 性 (1.男 2.女) 年齢 (歳)
 職業 (1.有 2.無)
 健康状態 (1.良好 2.まあまあ 3.不良)
 同居者 (1.有 2.無)
 生活の世話や経済面などで、責任をおわなくてはならない家族の存在 (1.有 2.無)
 現在の生活への満足度 (1.満足 2.まあまあ満足 3.満足していない)
 将来展望 (1.明るい 2.まあまあ明るい 3.明るくない)

<The Role Checklist by Oakley>

性 (1.男 2.女) 年齢 (歳)
 退職の有無 (1.退職 2.非退職)
 婚姻状態<複数選択可> (1.独身 2.既婚 3.別居 4.離婚 5.死別)

	知覚された義務			価値の明示		
	過去 (以前)	現在 (今)	未来 (今後)	全く ない	少しは ある	非常に ある
学生						
勤労者						
ボランティア						
養育者						
家庭維持者						
友人						
家族の一員						
宗教への参加者						
趣味人/アマチュア						
組織への参加						
その他						

セルフケア領域

被調査者番号 ()

整理番号 ()

活動の目的	具体的活動リスト	/	/	/	/	/	/	/	頻度	コン	外的	内的	能力	対象	現在	将来
		月	火	水	木	金	土	日								
健康回復	服薬															
	民間療法															
	その他															
健康維持増進	散歩															
	体操															
	その他															

仕事領域

被調査者番号 ()

整理番号 ()

活動の目的	具体的活動リスト	/	/	/	/	/	/	/	頻	コ	外	内	能	対	現	将
		月	火	水	木	金	土	日	度	ット	的	的	力	象	在	来
給料のある仕事	主とする仕事															
	副とする仕事															
給料のない仕事	家の修理															
	ボランティア															
	地域活動															
	宗教活動															
	その他															
家事	料理・片づけ															
	洗濯・たたむ															
	掃除															
	裁縫															
	買い物															
	家計管理															
	その他															
育児・介護	子守・子どもの世話															
	子供の教育															
	成人・老人介護															
	その他															
世話	ペット															
	草木															
	その他															
情報交換・収集	手紙を使って															
	電話を使って															
	新聞・雑誌から															
	その他															
学習	自宅外での学習・研究															
	自宅での学習・研究															
	その他															

レジャー領域

被調査者番号 (

)

整理番号 (

)

活動の目的	具体的活動リスト	/	/	/	/	/	/	/	頻度	コミット	外的	内的	能力	対象	現在	将来
		月	火	水	木	金	土	日								
趣味	スポーツ															
	スポーツ観戦															
	買い物															
	登山・キャンプ															
	釣り															
	カメラ・ビデオ撮影															
	踊り															
	盆栽・園芸															
	旅行															
	ドライブ															
	収集															
	テレビ・ラジオ															
	映画・ビデオ鑑賞															
	読書															
	手工芸															
	料理															
	ゲーム・パズル															
	囲碁・将棋															
	歌・詩吟															
	楽器演奏															
	音楽鑑賞・コンサート															
	講演															
	書道															
	華道・茶道															
	絵画															
	絵画鑑賞															
ギャンブル (パチンコ・競馬・競輪等)																
その他																
社交	訪問・茶飲み															
	外食															
	団体旅行															
	宴会															
	電話															
	手紙															
	その他															
休息	昼寝															
	晩酌															
	タバコ															
	その他															

その他

被調査者番号 ()

整理番号 ()

活動の目的	具体的活動リスト	/	/	/	/	/	/	/	頻度	コミット	外的	内的	能力	対象	現在	将来
		月	火	水	木	金	土	日								
移動	車の運転															
	バイクの運転															
	自転車の運転															
	その他の乗り物															
	交通機関の利用															
	その他															
その他																

日常生活構造と役割に関する研究 面接調査における質問構成(第1版)

質問1 習慣的に行っている活動と実施頻度

「あなたが習慣として行っている活動とその頻度について話していただけますか。」
 <活動リスト>セルフケア・仕事・レジャー毎に選択あるいは、書き込み
 <頻度選択肢> 1. 毎日
 2. 時々(週2回~月2回)
 3. たまに(月1回~)

質問2 コミットメントの程度

「その活動は生きがいになっていますか。
 あるいは楽しんだり、おもしろがったり、はまっていると感じたり、価値を感じたりしていますか?」

<選択肢> 1. とても生きがいになっている
 2. まあまあ生きがいになっている
 3. 生きがいにはなっていない

質問3 コミットメント形成要因

外的期待 (have to) : 「その活動をしなけなければならないと思っと思っていますか」

<選択肢> 1. とても思う
 2. まあまあ思う
 3. 思わない

内的期待 (want to) : 「その活動をしたいと思っと思っていますか」

<選択肢> 1. とても思う
 2. まあまあ思う
 3. 思わない

能力 (competency) : 「その活動をうまくできていると思っっていますか」

<選択肢> 1. とても思う
 2. まあまあ思う
 3. 思わない

質問4 活動の対象者

「その活動はだれのためにやっていますか。
 貴方自身のためですか、他の人のためですか、それともその両方のためですか。」

<選択肢> 1. (主として) 自分自身のため
 2. (主として) 他の人のため
 3. 自分と他の人のため
 4. だれのためでもない

質問5 現在と将来の役割獲得・維持・喪失の状況

現在-獲得: 「今、習慣的にやっている活動の中で、最近新しく始めた活動がありますか」
 現在-維持: 「今、習慣的にやっている活動の中で、以前から続いている活動がありますか」
 現在-喪失: 「以前はやっていたけれど、最近やらなくなった活動がありますか」

将来-獲得: 「今後、新しく始めたい活動がありますか」
 将来-維持: 「今、習慣的にやっている活動の中で、今後続けたい活動がありますか」
 将来-喪失: 「今、習慣的にやっている活動の中で、今後やめることになる活動がありますか」

質問6 生活の満足度と将来展望

満足度: 「今の生活に満足していますか」
 <選択肢> 1. 満足している
 2. まあまあ満足している
 3. 満足していない

将来展望: 「あなたは今後の生活を明るく感じていますか」

<選択肢> 1. 明るい
 2. まあまあ明るい
 3. 明るくない

資料 Ⅲ 対象者の基本情報（第6、7章）

* 表中の数字はフェイスシートの選択番号を示す

ID	属性	調査日	曜日	年齢	性	住所	生活環境	同居者	同居先	婚姻	健康	仕事	生計	経済状態	扶養家族	扶養先	満足点
1	学生	H12.2.4	金	21	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	2	2		70
2	学生	H12.2.4	金	21	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	2	2		60
3	学生	H12.3.8	水	20	男	大分県大分市	自宅	1		1	2	2	4	1	2		65
4	学生	H12.2.1	火	20	女	広島市	自宅	1		1	2	2	4	2	2		70
5	学生	H12.2.4	金	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		70
6	学生	H12.2.13	日	21	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	1	2		80
7	学生	H12.2.13	日	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		70
8	学生	H12.2.7	月	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	1	2		80
9	学生	H12.2.9	水	21	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	2	2		70
10	学生	H12.2.14	月	22	男	東広島市	自宅	5	親	1	1	3	5	2	1	父親	75
11	学生	H12.2.9	水	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		75
12	学生	H12.2.10	木	20	女	広島市	自宅	1		1	1	3		2	2		65
13	学生	H12.2.13	日	21	女	広島市	自宅	1		1	2	3	4	2	2		65
14	学生	H12.2.9	水	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	3	2		70
15	学生	H12.2.9	水	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		40
16	学生	H12.1.13	木	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		60
17	学生	H12.1.19	水	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		50
18	学生	H12.2.15	火	21	女	広島市	自宅	1		1	2	2	4	2	2		50
19	学生	H12.2.12	土	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4		2		70
20	学生	H12.2.7	月	20	女	広島市	自宅	1		1	2	2	5	3	2		60
21	学生	H12.2.11	金	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	1	2		90
22	学生	H12.2.9	水	22	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		70
23	学生	H12.2.10	木	21	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	2	2		50
24	学生	H12.2.2	水	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		75
25	学生	H12.2.4	金	19	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	1	2		85
26	学生	H12.2.7	月	14	女	徳島県阿南市	自宅	5	祖父母・両親	1	1	3	5	2	2		70
27	高齢者	H12.3.1	月	65	女	広島県安芸郡府中町	自宅	2		2	1	2	2	2	2		100
28	高齢者	H12.2.28	月	67	女	広島県安芸郡府中町	自宅	1		5	1	3	2	3	2		80
29	高齢者	H12.2.24	木	66	女	広島県安芸郡府中町	自宅	2		2		3	2	2			60
30	高齢者	H12.2.24	木	64	男	広島県安芸郡府中町	自宅	5	妻・子供1	2	1	3	2	2	2		80
31	高齢者	H12.3.2	木	61	男	香川県坂出市	自宅	2		2	2	2	2	2	1	娘1	50
32	高齢者	H12.3.2	木	69	女	広島県安芸郡府中町	自宅	5	夫・子供	2	1	3	2	2	2		80
33	高齢者	H12.2.28	月	68	女	広島県安芸郡	自宅	5	夫・息子1	2	2	3	2	2	2		80
34	高齢者	H12.3.2	木	65	女	広島県安芸郡府中町	自宅	4	5人家族	2	1	2					90
35	高齢者	H12.3.2	木	66	女	広島県安芸郡	自宅	2		2	1	3	2	2	1	夫	50
36	主婦	H12.3.2	木	60	女	広島県安芸郡府中町	自宅	2		2	3	3	1	2	2		90
37	高齢者	H12.3.2	木	68	女	広島県安芸郡府中町	自宅	2		2	2	3	2	2	2		80
38	高齢者	H12.3.2	木	63	女	広島県安芸郡府中町	自宅	1		5	1	2	3	3	2		
39	高齢者	H12.3.2	木	65	女	広島県安芸郡府中町	自宅	5	夫・子供	2	1	3	2	1	2		90
40	労働者	H12.3.14	火	57	女	鳥取県東伯郡	自宅	5	夫・子供1	2	1	1	5	2			80
41	高齢者	H12.3.2	木	69	女	広島県	自宅	2		2	2	3	2	2	2		80
42	主婦	H12.2.28	月	58	女	広島県安芸郡府中町	自宅	5	夫・子供2	2	2	2		1	2		70
43	主婦	H12.2.28	月	59	女	広島県安芸郡府中町	自宅	5	夫・子供	2	2	2		2	1	夫、息子	80
44	主婦	H12.2.24	木	56	女	広島県安芸郡府中町	自宅	5	夫・子供1	2	2	2	2	2	1	子供	60
45	主婦	H12.2.24	木	56	女	広島県安芸郡	自宅	3		2	1	3	1	1	2		100
46	労働者	H12.3.1	水	55	女	香川県坂出市	自宅	2		2	2	1	1	1	1	娘1	
47	高齢者	H12.2.28	月	83	女	広島県	自宅	1		5	1	3	2	2	2		90
48	高齢者	H12.2.28	月	83	女	広島県安芸郡	自宅	1		5	1	3	2	2	2		90
49	高齢者	H12.2.24	木	80	女	広島県安芸郡府中町	自宅	2		2	1	3	2	3	1	夫	50
50	学生	H12.2.3	水	33	女	広島市	自宅	1		1	1	2		3	1	息子	50
51	労働者	H12.2.31	木	46	男	広島市	自宅	5	妻・子供1	2	1	1	1	2	1	妻・子	70

52	主婦	H12.3.4	土	46	女	愛媛県温泉	自宅	5	夫・子1	2	2	3	1	2	2	65	
53	主婦	H12.3.10	金	48	女	広島県東広島市	自宅	5	夫・子1	2	2	2	1	2	1	夫	80
54	労働者	H12.3.5	日	48	男	徳島県阿南市	自宅	5	両親・妻・子	2	1	1	1	2	1	妻・子3	80
55	主婦	H12.3.5	日	45	女	山口県宇部市	自宅	4		2	1	3	1	2	1	息子	70
56	高齢者	H12.3.2	木	76	女	広島県府中町	自宅	5	孫	5	1		2	2	2	100	
57	高齢者	H12.3.2	木	75	男	広島県	自宅	3	娘	5	3	3	2	2	2	50	
58	高齢者	H12.2.28	月	76	女	広島市	自宅	4		2	1	3	2	2	1	息子・孫	100
59	高齢者	H12.2.28	月	71	女	広島県府中町	自宅	5	夫・子供	2	1	3	2	1	2	100	
60	高齢者	H12.2.28	月	73	女	広島県安芸郡府中町	自宅	1		5	2	3	2	2	2		
61	高齢者	H12.2.24	木	71	女	広島県安芸郡府中町	自宅	1		5	2	3	2	2	2		80
62	高齢者	H12.2.24	木	78	女	広島県安芸郡府中町	自宅	4		5	2	3	5	2	2		95
63	高齢者	H12.2.24	木	78	女	広島県安芸郡府中町	自宅	4		5	2	3	2	2	2		90
64	高齢者	H12.3.9	木	76	男	徳島県阿南市	自宅	5	妻・子供3	2	1	2		2	2		60
65	労働者	H12.3.21	火	48	女	愛媛県	自宅	5	夫・子供	2	2	1	1	2	1	子供	80
66	労働者	H12.3.16	木	21	女	愛知県春日井市	自宅	5	父	1	1	1		2	2		80
67	学生	H12.3.19	日	27	女	愛知県春日井市	自宅	5	親	1	1	3	3	1	2		60
68	主婦	H12.2.24	木	52	女	愛知県春日井市	自宅	3		2	2	3	1	1	1	夫・娘2	70
69	高齢者	H12.3.22	水	71	女	高知県	自宅	3		2	2	3	2	2	1	息子(身体障害者)	80
70	学生	H12.3.21	火	21	女	広島市	自宅	1		1	1	3	4	2	2		80
71	学生	H12.2.25	金	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		50
72	労働者	H12.2.25	金	47	女	岐阜県各務原市	自宅	5	夫・義母・子	2	1	1	1	1	1	義母・子	92
73	学生	H12.2.25	金	17	女	岐阜県各務原市	自宅	5	親・祖母	1	1	3		1	2		75
74	労働者	H12.2.24	木	52	男	岐阜県各務原市	自宅	5	妻・母・子	2	1	1	1	1	1	妻・母・子	85
75	労働者	H12.3.29	水	52	男	大阪府堺	自宅	5	妻、子	2	2	1	1	2	1	妻、子	75
76	主婦	H12.3.30	木	52	女	大阪府堺	自宅	5	夫、子	2	1	3	1	2	1	子供2人	95
77	学生	H12.2.4	金	21	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	1	2		
78	学生	H12.3.2	木	21	男	東広島市	自宅	1		1	2	3	4	1	2		60
79	学生	H12.2.12	土	20	女	広島市	自宅	1		1	1	2	4	2	2		70
80	労働者	H12.10.3	水	29	女	広島	自宅	5	両親	1	1	1	1	3	2		70
81	主婦	H12.10.11	水	29	女	広島	自宅	5	両親と子ども	2	1	2	1	2	1	子供	80
82	主婦	H12.10.4	水	28	女	広島	自宅	5	両親、子供	4	1	2	1	1	1	子供	50
83	労働者	H12.8.23	水	24	男	広島	自宅	5	両親	1	2	1	1	2	2		50
84	主婦	H12.8.23	水	41	女	広島	自宅	5	夫と子供	2	1	2	1	2	1	子供	80
85	学生	H12.9.2	土	32	男	広島	自宅	2		2	1	2	1	2	1	妻	80
86	労働者	H12.9.21	木	34	男	広島県安芸津町	自宅	5	妻と子	2	1	1	1	1	1	妻と子	80
87	労働者	H12.10.12	木	22	女	東広島	自宅	1		1	3	1	1	3	2		10
89	労働者	H12.8.9	水	39	男	広島	自宅	1		3	1	1	1	3	1	妻・子2人	70
90	労働者	H12.8.9	水	48	男	広島市	自宅	5	妻・子供と母	2	1	1	1	1	1	妻・子供・母親	
91	主婦	H12.9.1	金	57	女	安芸郡	自宅	4		2	1	3	2	2	2		
92	主婦	H12.8.1	火	34	女	広島市	自宅	5	家族と同居	1	2	2	1	2	2		
93	主婦	H12.9.1	金	56	女	安芸郡	自宅	1		5	1	3	2	2	2		
94	労働者	H12.8.10	木	33	男	広島市	自宅	3		2	1	1	1	2	1	妻・子供2名	
95	労働者	H12.8.20	日	34	男	千葉県船橋市	自宅	1		3	2	1	1	2	2		
96	労働者	H12.8.31	木	59	男	安芸郡	自宅	5	妻と子供一	1	1	1	1	1	1	妻・子供	
97	高齢者	H12.1.8	土	62	男	神奈川県横須賀市	自宅	2	妻	2	1	1	2	2	1	妻	85
98	高齢者	H12.1.3	月	85	女	東京都杉並区	自宅	1		5	1	3		2	2		80
99	主婦	H12.10.21	土	57	女	神奈川県横須賀市	自宅	2	夫	2	1	2		1	2		90

資料 IV

外的・内的期待別の作業内容

* 外的・内的期待の状況別に作業内容の一覧を示した。
 なお、属性ごとに、価値の程度が高い順に並べた。

++

しなければならず、かつしたいと思う作業

属性	価値	作業内容
学生	5	朝食
学生	5	歯磨き
学生	5	買い物
学生	5	昼食
学生	5	夕食
学生	5	就寝
学生	5	朝食準備
学生	5	朝食
学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	昼食
学生	5	授業
学生	5	夕食準備
学生	5	夕食
学生	5	入浴
学生	5	バイト先から帰宅
学生	5	就寝
学生	5	シャワー
学生	5	着替え
学生	5	朝食準備
学生	5	食事
学生	5	新聞
学生	5	身支度
学生	5	学校へ
学生	5	大学で授業
学生	5	昼休み=食事(友人と)
学生	5	授業
学生	5	友人との談話
学生	5	アルバイト先へ
学生	5	アルバイト(家庭教師)
学生	5	帰宅
学生	5	食事準備
学生	5	食事
学生	5	勉強
学生	5	勉強
学生	5	TV(ニュース23)
学生	5	家計簿
学生	5	就寝
学生	5	コンタクトつける
学生	5	朝食
学生	5	化粧
学生	5	着替え
学生	5	登校

学生	5	授業
学生	5	お昼ごはんを生協に買いに行く
学生	5	授業
学生	5	昼食
学生	5	授業
学生	5	帰宅
学生	5	バイト
学生	5	帰宅
学生	5	就寝
学生	5	起床
学生	5	朝食
学生	5	トイレ
学生	5	着替え
学生	5	昼食
学生	5	着替え
学生	5	化粧
学生	5	入浴
学生	5	就寝
学生	5	学校へ(友達との約束)
学生	5	起床
学生	5	アルバイト(飲食店の調理補助)
学生	5	アルバイト(飲食店の調理補助)
学生	5	洗顔
学生	5	コンタクトを付ける
学生	5	朝食
学生	5	着替え
学生	5	歯磨き
学生	5	整髪
学生	5	化粧
学生	5	登校(自転車)
学生	5	講義
学生	5	勉強
学生	5	昼食
学生	5	歯磨き
学生	5	登校
学生	5	講義
学生	5	講義
学生	5	夕食仕度
学生	5	夕食
学生	5	歯磨き
学生	5	入浴
学生	5	勉強
学生	5	勉強

学生	5	トイレ
学生	5	コンタクトをはずす
学生	5	就寝
学生	5	トイレ
学生	5	整容
学生	5	着替え
学生	5	朝食
学生	5	授業or自習
学生	5	トイレ
学生	5	授業or自習
学生	5	昼食
学生	5	授業
学生	5	トイレ
学生	5	授業
学生	5	カドリのために病院に行く(3/w)
学生	5	夕食
学生	5	風呂
学生	5	寝る
学生	5	不特定の時間に猫をいじる
学生	5	トイレ
学生	5	洗顔
学生	5	朝食
学生	5	着替える
学生	5	整容
学生	5	化粧
学生	5	昼食を買いに行く
学生	5	夕食食べる
学生	5	入浴
学生	5	歯磨き
学生	5	就寝
学生	5	昼食
学生	5	買い物
学生	5	夕食
学生	5	就寝
学生	5	朝食
学生	5	休憩
学生	5	昼食(友達と)
学生	5	休憩
学生	5	夕食
学生	5	就寝
学生	5	トイレ
学生	5	昼休み・昼食(らーめん)
学生	5	帰宅

学生 5 バイトへ行く
 学生 5
 学生 5 帰宅
 学生 5 夕食支度
 学生 5 夕食
 学生 5 就寝
 学生 5 入浴〔シャワー〕
 学生 5 着替え
 学生 5 勉強
 学生 5 生協でコピー
 学生 5 郵便局でお金を下ろす
 学生 5 買い物〔サティ〕
 学生 5 昼寝
 学生 5 テレビ(おじゃれ丸)
 学生 5 夕食
 学生 5 勉強〔社会生活活動学のテスト〕
 学生 5 入浴
 学生 5 勉強
 学生 5 洗濯の予約
 学生 5 すいみん
 学生 5 洗顔
 学生 5 化粧、着替え
 学生 5 グループワーク
 学生 5 レジメ準備
 学生 5 洗顔
 学生 5 着替え
 学生 5 歯磨き
 学生 5 昼食-ラーメン
 学生 5 下校
 学生 5 夕食-ご飯味噌汁
 学生 5 風呂
 学生 5 朝食の準備
 学生 5 歯磨き。
 学生 5 休憩
 学生 5 昼食
 学生 5 先輩と実習の話
 学生 5 アルバイト
 学生 5 トイレ
 学生 5 朝食準備
 学生 5 朝食(パン、牛乳)
 学生 5 歯磨き、洗顔、洗髪、化粧着替え
 学生 5 昼食準備・昼食(うどん)
 学生 5 帰宅
 学生 5 夕食準備
 学生 5 夕食、片付け
 学生 5 入浴
 学生 5 就寝準備
 学生 5 就寝
 学生 5 暖房
 学生 5 洗顔
 学生 5 湯わかす
 学生 5 朝食
 学生 5 着がえ

学生 5 買物(昼食)
 学生 5 昼食
 学生 5 買い物(食物)
 学生 5 夕食支度
 学生 5 夕食
 学生 5 着がえ
 学生 5 風呂
 学生 5 就寝
 学生 5 整容
 学生 5 着替え
 学生 5 授業(テスト)
 学生 5 昼食
 学生 5 授業(テスト)
 学生 5 夕食作り
 学生 5 夕食
 学生 5 入浴
 学生 5 就寝
 学生 5 昼食
 学生 5 夕食
 学生 5 居眠り
 学生 5 就寝
 学生 5 整容
 学生 5 更衣
 学生 5 大学で講義を受ける。(5/1w)
 学生 5 講義
 学生 5 昼食
 学生 5 講義
 学生 5 講義
 学生 5 夕食の仕度
 学生 5 入浴
 学生 5 就寝
 学生 5 朝食
 学生 5 身じたく
 学生 5 買い物
 学生 5 夕食
 学生 5 就寝
 学生 5 昼休み
 学生 5 就寝
 学生 5 部屋掃除
 学生 5 猫のえさ
 学生 5 朝食
 学生 5 新聞
 学生 5 帰宅
 学生 5 夕食
 学生 5 猫にえさ
 学生 5 入浴
 学生 5 睡眠
 学生 5 朝食
 学生 5 新聞
 学生 5 昼食
 学生 5 夕食
 学生 5 入浴
 学生 5 お風呂に入る

学生 5 朝食
 学生 5 歯磨き
 学生 5 登校
 学生 5 授業
 学生 5 休憩
 学生 5 授業
 学生 5 昼休憩
 学生 5 授業
 学生 5 休憩
 学生 5 授業
 学生 5 ポーっとする
 学生 5 掃除
 学生 5 夕食
 学生 5 友人と電話
 学生 5 TV(ドラマ)
 学生 5 シャワーを浴びる、就寝
 学生 5 睡眠
 学生 5 昼休み(昼食)
 学生 5 夜食
 学生 5 朝食
 学生 5 夕食
 学生 5 ストレッチ
 学生 5 就寝
 学生 5 昼寝
 学生 5 就寝
 学生 5 バイト
 学生 5 研究
 学生 5 夕食の準備
 学生 5 夕食
 学生 4 洗顔
 学生 4 着替え
 学生 4 授業
 学生 4 授業
 学生 4 授業
 学生 4 風呂
 学生 4 化粧
 学生 4 雑談、移動
 学生 4 買い物(スーパー)
 学生 4 勉強
 学生 4 夕食(バイト先で)
 学生 4 入浴
 学生 4 目薬
 学生 4 朝食準備
 学生 4 洗面
 学生 4 移動(車)
 学生 4 部活動(エスキーツ)
 学生 4 部活動(エスキーツ)
 学生 4 移動(車)
 学生 4 お風呂を入れる
 学生 4 歯磨き
 学生 4 睡眠
 学生 4 洗顔、メイク
 学生 4 授業(プレゼンテーション)

学生 4 帰宅
 学生 4 TV(ニュースor娯楽)
 学生 4 学校を出る(帰る)
 学生 4 勉強(パソコンにて)
 学生 4 入浴
 学生 4 風呂
 学生 4 休憩・移動・談笑
 学生 4 休憩・移動・談笑
 学生 4 夕食
 学生 4 寝る
 学生 4 移動
 学生 4 片付け
 学生 4 整容(ドライヤー)
 学生 4 入浴
 学生 4 本を読む
 学生 4 朝食
 学生 4 夕食の買い物
 学生 4 TV(NEWS)
 学生 4 登校
 学生 4 授業
 学生 4 昼食
 学生 4 授業
 学生 4 入浴
 学生 4 朝食
 学生 4 通学
 学生 4 給食
 学生 4 部活(吹奏楽部)
 学生 4 下校
 学生 4 夕食
 学生 4 エレクトーンの練習
 学生 4 入浴
 学生 4 eメールチェック
 学生 4 更衣
 学生 4 洗顔
 学生 4 勉強
 学生 4 更衣
 学生 4 夕食準備
 学生 4 妹を迎えに行く
 学生 4 e-mail
 学生 4 電話
 学生 4 身支度 TV
 学生 4 片付け
 学生 4 買い物
 学生 4 昼食をとる
 学生 4 Emailを書いて送る
 学生 4 授業の用意
 学生 4 通学
 学生 4 勉強
 学生 4 睡眠
 学生 4 授業
 学生 4 授業
 学生 4 移動
 学生 4 晩ご飯を食べる

学生 4 塾
 学生 4 移動
 学生 4 入浴
 学生 4 目覚める
 学生 4 部活の準備
 学生 4 部活 後輩の指導
 学生 4 片付け
 学生 4 洗顔
 学生 4 昼寝
 学生 4 パンを食べる
 学生 4 ウォーミングアップ
 学生 4 ストレッチ
 学生 4 休息
 学生 4 シャワー
 学生 4 コンビニでおやつを買い込む
 学生 4 ノートチェック
 学生 4 朝食作り
 学生 4 食事準備(お皿に盛りつけて並べる)
 学生 4 朝食
 学生 4 おしゃべり
 学生 4 夕食作り
 学生 4 夕食準備
 学生 4 夕食
 学生 4 休けい(テレビなど)
 学生 4 風呂
 学生 3 帰宅
 学生 3 帰宅
 学生 3 買い物(ベスト電器)
 学生 3 更衣
 学生 3 テスト(選択科目)
 学生 3 入浴
 学生 3 起床、朝の支度
 学生 3 漫画を読む
 学生 3 漫画を読む
 学生 3 化粧をする
 学生 3 着替え
 学生 3 晩ご飯を買う
 学生 2 移動(学校→バイト先)
 主婦 5 掃除
 主婦 5 夕食の準備
 主婦 5 朝食準備
 主婦 5 料理
 主婦 5 煮込みのおかずを作りながら
 主婦 5 夕食
 主婦 5 洋裁しながら
 主婦 5 朝食・弁当の仕度
 主婦 5 昼食
 主婦 5 昼寝
 主婦 5 夕食
 主婦 5 主人の夕食
 主婦 5 起床
 主婦 5 トイレ
 主婦 5 朝食

主婦 5 風呂
 主婦 5 寝る
 主婦 5 起床
 主婦 5 朝食
 主婦 5 掃除
 主婦 5 夕食準備
 主婦 5 夕食
 主婦 5 入浴
 主婦 5 仕事
 主婦 5 休憩
 主婦 5 夕食
 主婦 5 入浴
 主婦 5 新聞
 主婦 5 洗顔
 主婦 5 化粧
 主婦 5 子供の世話(ご飯、着替え)
 主婦 5 朝食
 主婦 5 夕食
 主婦 5 風呂
 主婦 5 朝食
 主婦 5 就寝
 主婦 5 ゴルフの練習
 主婦 5 就寝
 主婦 5 通勤(徒歩で)
 主婦 5 ハート勤務(郵便局)
 主婦 5 ハート勤務(商店)
 主婦 5 帰り道に買い物
 主婦 5 食事
 主婦 5 昼寝
 主婦 5 洗濯
 主婦 5 新聞を読む
 主婦 5 テレビを見る
 主婦 5 ピアノを弾く
 主婦 5 夕食の支度
 主婦 5 食事
 主婦 5 後片付け
 主婦 5 風呂に入る
 主婦 5 テレビを見ながらアイロンがけ
 主婦 5 睡眠
 主婦 4 買い物に行く(散歩兼)
 主婦 4 洗濯しながら
 主婦 4 掃除しながら
 主婦 4 絵を描きながら
 主婦 4 お昼の準備
 主婦 4 食事
 主婦 4 合間をぬって新聞読んだり
 主婦 4 せっけん使っていない水は庭へ
 主婦 4 洋裁したり
 主婦 4 絵を描いたり
 主婦 4 家の片づけしたり
 主婦 4 夕食準備(5:30～)
 主婦 4 朝食
 主婦 4 みんなを送り出す

主婦 4 買い物
 主婦 4 掃除
 主婦 4 洗濯
 主婦 4 夕食の仕度
 主婦 4 おしゃべり
 主婦 4 起床
 主婦 4 洗濯
 主婦 4 洗濯物干し
 主婦 4 TV(あずか)
 主婦 4 入浴
 主婦 4 洗面
 主婦 4 就寝
 主婦 4 湯沸し
 主婦 4 着替え
 主婦 4 洗顔・着替え
 主婦 4 雨戸を開ける
 主婦 4 朝食準備
 主婦 4 給油
 主婦 4 トイレ掃除(タイル磨き)
 主婦 4 新聞
 主婦 4 昼食準備
 主婦 4 昼食
 主婦 4 花の手入れ
 主婦 4 洗濯物の取り入れ
 主婦 4 洗濯物たたみ
 主婦 4 布団準備
 主婦 4 お茶、おやつ
 主婦 4 ダンベル体操
 主婦 4 食事の支度
 主婦 4 食事の準備
 主婦 4 子供を保育所に送る
 主婦 4 仕事
 主婦 4 お昼ご飯
 主婦 4 休憩
 主婦 4 仕事
 主婦 4 保育園へ迎えに行く
 主婦 4 ご飯を食べる
 主婦 4 身支度
 主婦 4 休憩
 主婦 4 卓球
 主婦 4 朝食の仕度
 主婦 4 朝食
 主婦 4 洗濯
 主婦 4 昼食の仕度
 主婦 4 昼食
 主婦 4 夕食の仕度
 主婦 4 夕食の仕度
 主婦 3 洋裁しながら
 主婦 3 TV(柏村 今晚の一品)
 主婦 3 子供が帰宅するまで待っている
 主婦 3 夕食の仕度
 主婦 3 片づけ
 主婦 3 布団で手のマッサージ

主婦 3 食事
 主婦 3 通勤
 主婦 3 通勤
 主婦 3 洗濯
 主婦 3 買い物
 主婦 2 後かたづけ
 主婦 2 片づけ
 主婦 2 着替え
 主婦 2 子供を連れて自宅へ
 主婦 1 子どもを起こす
 労働者 5 更衣
 労働者 5 炊事
 労働者 5 朝食
 労働者 5 洗濯
 労働者 5 仕事
 労働者 5 仕事
 労働者 5 炊事
 労働者 5 昼食
 労働者 5 仕事
 労働者 5 買い物(徒歩)
 労働者 5 風呂掃除
 労働者 5 炊事
 労働者 5 夕食
 労働者 5 風呂
 労働者 5 就寝
 労働者 5 洗顔
 労働者 5 着替え
 労働者 5 休憩(トイレ、新聞)
 労働者 5 休憩
 労働者 5 終了、トイレ
 労働者 5 トイレ、休憩(おやつ)
 労働者 5 睡眠
 労働者 5 新聞を読む
 労働者 5 トイレ
 労働者 5 トイレ
 労働者 5 就寝
 労働者 5 起床
 労働者 5 朝食準備
 労働者 5 朝食
 労働者 5 身だしなみを整える
 労働者 5 出社
 労働者 5 ミーティング(部下との)
 労働者 5 日常業務(顧客折衝)
 労働者 5 日常業務(稟議書類検印)
 労働者 5 日常業務(伝票監査)
 労働者 5 日常業務(来客挨拶)
 労働者 5 昼食、休憩
 労働者 5 外訪活動(重要顧客)
 労働者 5 渉外行員ミーティング
 労働者 5 懸案事項確認・整備
 労働者 5 翌日翌週計画策定見直し
 労働者 5 食事
 労働者 5 入浴

労働者 5 翌日活動事項確認
 労働者 5 就寝
 労働者 5 朝食
 労働者 5 新聞を読む
 労働者 5 トイレ
 労働者 5 仕事(事務)
 労働者 5 昼食
 労働者 5 仕事
 労働者 5 夕食
 労働者 5 通勤
 労働者 5 出勤
 労働者 5 更衣
 労働者 5 勤務
 労働者 5 弁当作り
 労働者 5 TV(ぐるナイ、??アケスライ)
 労働者 5 洗顔
 労働者 5 電話で友人と話す
 労働者 5 睡眠
 労働者 5 タバコ
 労働者 5 OT室のカーテンを開ける
 労働者 5 昼飯
 労働者 5 着替え
 労働者 5 テニスに行く準備
 労働者 5 帰宅路
 労働者 5 風呂
 労働者 5 タバコ
 労働者 5 雑誌を読む
 労働者 5 家に帰る
 労働者 5 ご飯
 労働者 5 化粧
 労働者 5 休憩
 労働者 5 仕事
 労働者 5 仕事
 労働者 4 庭掃除
 労働者 4 片つける(掃除)
 労働者 4 朝食
 労働者 4 仕事開始
 労働者 4 仕事再開
 労働者 4 昼食(牛乳、パン、フルーツ)
 労働者 4 仕事再開
 労働者 4 仕事再開
 労働者 4 新聞
 労働者 4 読書、調べもの、パソコンを打つ
 労働者 4 トイレ
 労働者 4 新聞を読む
 労働者 4 通勤
 労働者 4 社内清掃
 労働者 4 退社
 労働者 4 帰宅
 労働者 4 食事準備
 労働者 4 歯磨き
 労働者 4 洗顔
 労働者 4 着替え

労働者 4 化粧
 労働者 4 子供を起こす
 労働者 4 入浴
 労働者 4 歯磨き
 労働者 4 就寝
 労働者 4 朝食
 労働者 4 テレビ(ニュース)
 労働者 4 更衣
 労働者 4 化粧
 労働者 4 昼食
 労働者 4 化粧直し
 労働者 4 帰宅
 労働者 4 入浴
 労働者 4 着替え
 労働者 4 洗顔、化粧
 労働者 4 食事
 労働者 4 マッサージ
 労働者 4 お風呂
 労働者 4 歯磨き
 労働者 4 睡眠
 労働者 4 食事
 労働者 4 通勤
 労働者 4 散歩
 労働者 4 通勤
 労働者 4 夕食
 労働者 4 晩酌
 労働者 4 入浴
 労働者 4 着替え
 労働者 4 化粧
 労働者 4 ご飯
 労働者 4 歯磨き
 労働者 4 仕事
 労働者 4 昼休み
 労働者 4 仕事
 労働者 4 夕食
 労働者 4 風呂
 労働者 4 整髪
 労働者 4 更衣
 労働者 4 更衣
 労働者 4 患者が来る
 労働者 4 集団OT
 労働者 4 テニスに行く
 労働者 4 整容
 労働者 4 着替え
 労働者 4 仕事
 労働者 4 仕事
 労働者 4 TV(娯楽)
 労働者 4 TV(ドラマ)
 労働者 4 着替え
 労働者 4 風呂
 労働者 4 シャワー
 労働者 4 食事
 労働者 4 風呂

労働者 4 就寝
 労働者 4 昼食(お弁当)
 労働者 4 夕食(テレビも見ない)
 労働者 4 風呂
 労働者 4 食事
 労働者 4 食事
 労働者 4 子供を風呂に入れる
 労働者 4 読書など
 労働者 4 新聞を読む
 労働者 4 朝御飯を食べる
 労働者 4 シャワーをあびる
 労働者 4 夕食
 労働者 4 就寝
 労働者 4 新聞を読む
 労働者 4 朝食
 労働者 4 仕事(学生のゼミ)
 労働者 4 昼食
 労働者 4 仕事(学生のゼミ)
 労働者 4 通勤時間
 労働者 4 食事
 労働者 4 睡眠
 労働者 3 出勤(夫の車で)
 労働者 3 帰宅(徒歩、電車)
 労働者 3 夕食(夫と一緒に)
 労働者 3 食事
 労働者 3 食事
 労働者 3 食事
 労働者 3 仕事に行く
 労働者 3 帰宅
 労働者 3 仕事に行く
 労働者 3 帰宅
 労働者 3 雑談
 労働者 3 片づけ
 労働者 3 雑誌
 労働者 3 お酒のむ
 労働者 3 昼食
 労働者 3 テレビ
 労働者 3 朝食
 労働者 3 通勤
 労働者 3 帰宅
 労働者 3 テレビを見ながら
 労働者 3 入浴
 労働者 2 仕事
 労働者 2 仕事
 高齢者 5 洗濯機
 高齢者 5 そうじ
 高齢者 5 編み物など手芸
 高齢者 5 夕食準備
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 入浴
 高齢者 5 朝は7時TVを見る(新聞)はいる、ニュースチャンネル
 高齢者 5 寝る
 高齢者 5 新聞をスクラップ

高齢者 5 出勤(バイク)
 高齢者 5 仕事(新聞配達)
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 就寝
 高齢者 5 食事
 高齢者 5 食事
 高齢者 5 食事
 高齢者 5 テレビ
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 ラジオを聞く(NHK)
 高齢者 5 起床
 高齢者 5 整容
 高齢者 5 着替え
 高齢者 5 ストープをつける
 高齢者 5 やかんを火にかける
 高齢者 5 その日の予定を書く
 高齢者 5 朝食の準備
 高齢者 5 朝食
 高齢者 5 仕事に出かける
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 帰宅
 高齢者 5 家の掃除
 高齢者 5 買物に出かける
 高齢者 5 昼食の準備
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 食べ物がいたまひように調理する
 高齢者 5 海田市駅まで歩く
 高齢者 5 電車で呉へ
 高齢者 5 散歩
 高齢者 5 読書
 高齢者 5 風呂を沸かす
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 風呂
 高齢者 5 寝る
 高齢者 5 1-2時間おきにトイレに行く
 高齢者 5 洗面
 高齢者 5 朝食準備
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 昼食準備
 高齢者 5 夕食準備
 高齢者 5 絵手紙
 高齢者 5 朝食仕度
 高齢者 5 洗濯
 高齢者 5 お経をあげる
 高齢者 5 朝食
 高齢者 5 昼食支度+そうじ
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 買い物
 高齢者 5 洗濯物とりいれる

高齢者 5 夕食支度
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 夕食片付け
 高齢者 5 入浴
 高齢者 5 就寝
 高齢者 5 スーパーに買い物(卵)
 高齢者 5 体操
 高齢者 5 出かける準備
 高齢者 5 走る
 高齢者 5 朝食
 高齢者 5 夕食(息子が来た)
 高齢者 5 ジョギング記録
 高齢者 5 睡眠
 高齢者 5 ご飯をたく
 高齢者 5 お風呂の掃除
 高齢者 5 洗濯
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 仕事
 高齢者 5 夕食準備
 高齢者 5 弁当作り(2こ)
 高齢者 5 朝食作り
 高齢者 5 洗濯
 高齢者 5 朝食
 高齢者 5 片づけ
 高齢者 5 着替え
 高齢者 5 準備
 高齢者 5 家を出る(自転車、徒歩)
 高齢者 5 卓球
 高齢者 5 家に帰る(自転車、徒歩)
 高齢者 5 昼食作り
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 昼寝
 高齢者 5 夕食支度
 高齢者 5 夕食(一人または孫)
 高齢者 5 夕食片づけ
 高齢者 5 入浴(ストレッチ)
 高齢者 5 睡眠
 高齢者 5 ウォーキング
 高齢者 5 散歩(8000歩程)
 高齢者 5 朝食
 高齢者 5 入浴
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 就寝
 高齢者 5 朝食準備・朝食をとる
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 睡眠
 高齢者 5 ストレッチ
 高齢者 5 着替える
 高齢者 5 暖房を入れる、湯を沸かす
 高齢者 5 コーヒーを入れる
 高齢者 5 化粧をする
 高齢者 5 テレビを見る
 高齢者 5 朝食

高齢者 5 買い物
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 テレビ(ニュース)
 高齢者 5 新聞
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 夕刊を読む、切り抜く
 高齢者 5 風呂
 高齢者 5 就寝
 高齢者 4 起床
 高齢者 4 洗面
 高齢者 4 朝食準備
 高齢者 4 朝食(自分・パンとコーヒー、夫一ご飯のみ)
 高齢者 4 TV(NHK、ニュース)
 高齢者 4 新聞を読む(広告など)
 高齢者 4 家を出る準備
 高齢者 4 バイクで行く
 高齢者 4 仕事 受付(入浴の)
 高齢者 4 帰宅、スーパーで買い物
 高齢者 4 昼食(ご飯、おかず)夫と
 高齢者 4 TVを見ながら(ニュース、ワイドショー)
 高齢者 4 昼寝
 高齢者 4 出る
 高齢者 4 お仕事(風呂掃除)
 高齢者 4 帰宅
 高齢者 4 洗濯物しまう
 高齢者 4 片付け
 高齢者 4 ウォーキング
 高齢者 4 健康体操(月・木)
 高齢者 4 新聞を読む、読書
 高齢者 4 夕食の仕度
 高齢者 4 買い物しながら、帰宅(途中で食事することもある)
 高齢者 4 目が覚める
 高齢者 4 洗顔
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 洗濯を干す(妻の手伝い)
 高齢者 4 帰宅
 高齢者 4 朝食(妻が用意したもの、TV見ながら、若いときテレビ)
 高齢者 4 パソコン学習(クラシック演奏を聴きながら)
 高齢者 4 読書(鉄道の本)
 高齢者 4 洗濯物の取り入れ(畳んで納める)
 高齢者 4 パソコン学習
 高齢者 4 ニュース(ローカル)
 高齢者 4 入浴
 高齢者 4 食事(妻が用意したもの+ビール)
 高齢者 4 パソコン
 高齢者 4 カメラ雑誌を読む
 高齢者 4 就寝
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 お風呂
 高齢者 4 みじたく整える
 高齢者 4 ウォーキング
 高齢者 4 ラジオ体操
 高齢者 4 買い物

高齢者 4 就寝
 高齢者 4 洗面
 高齢者 4 炊事
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 洗濯
 高齢者 4 炊事
 高齢者 4 昼食
 高齢者 4 買い物
 高齢者 4 炊事
 高齢者 4 夕食
 高齢者 4 入浴
 高齢者 4 歯磨き
 高齢者 4 就寝
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 食事
 高齢者 4 ウォーキング(高城へ)
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 おしゃべり(近所の方と)
 高齢者 4 庭掃除
 高齢者 4 犬の世話
 高齢者 4 夕食
 高齢者 4 お風呂
 高齢者 4 化粧
 高齢者 4 就寝
 高齢者 4 食事
 高齢者 4 友達の行き来
 高齢者 4 余暇があれば外で掃除
 高齢者 4 食事
 高齢者 4 お風呂
 高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 就寝
 高齢者 4 新聞
 高齢者 4 洗濯
 高齢者 4 ジョギング(ご主人と)
 高齢者 4 本を読んだり、琴を弾く
 高齢者 4 縫い物やそうじ(外、玄関)
 高齢者 4 食事準備
 高齢者 4 さんぼ
 高齢者 4 夕食の支度
 高齢者 4 入浴 各晩(娘の家で)
 高齢者 4 曾孫と遊ぶ
 高齢者 4 TV NHK 教育
 高齢者 4 朝食の準備
 高齢者 4 会報を配る
 高齢者 4 昼食の支度
 高齢者 4 昼食
 高齢者 4 夕飯の支度(おでん)
 高齢者 4 会報を配る
 高齢者 4 お経を唱える
 高齢者 4 家計簿を付ける
 高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 庭いじり
 高齢者 4 昼食(夫と)

高齢者	4	テレビ(NHK、ニュースなど)
高齢者	4	テレビ(NHK)
高齢者	4	風呂
高齢者	4	睡眠
高齢者	4	テレビ(はぐれ刑事)
高齢者	4	テレビ(歌、景色などNHK)
高齢者	4	テレビ(歌、景色などNHK)
高齢者	4	帰宅・化粧
高齢者	4	朝食
高齢者	4	洗濯(手洗い)
高齢者	4	掃除(掃除機の不使用)
高齢者	4	庭の手入れ
高齢者	4	買い物(自転車ですーパーへ)
高齢者	4	買い物(友人と談笑)
高齢者	4	帰宅
高齢者	4	昼食
高齢者	4	新聞(朝刊・スポーツ新聞)を読む
高齢者	4	庭の手入れ(草取り)
高齢者	4	夕食(家族そろって)・テレビ(夫と別々に見る)
高齢者	4	テレビを見ながら台所の後片付け
高齢者	4	入浴
高齢者	4	就寝準備・テレビ(歌番組が好き)
高齢者	4	就寝
高齢者	4	台所作業
高齢者	4	朝食
高齢者	4	パート(軽作業)
高齢者	4	昼食
高齢者	4	パート(軽作業)
高齢者	4	帰宅
高齢者	4	夕食
高齢者	4	新聞を読む
高齢者	4	テレビ(ニュース)
高齢者	4	入浴
高齢者	4	犬の散歩
高齢者	4	アートフラワー(又は彫刻)
高齢者	4	アートフラワー(又は彫刻)
高齢者	4	夕食の仕度
高齢者	4	夕食
高齢者	4	風呂
高齢者	3	庭の手入れ(水まき、落ち葉掃き)
高齢者	3	TV(ニュース、スポーツニュース、カーブのチャレンジ)
高齢者	3	着替え
高齢者	3	洗濯
高齢者	3	掃除
高齢者	3	昼食
高齢者	3	体操
高齢者	3	テレビを見る
高齢者	3	犬の散歩
高齢者	3	就寝
高齢者	3	仕事
高齢者	2	テレビ
高齢者	2	孫と遊ぶ

十一

しなければならず、したいとは思わない作業

属性	価値	作業内容
学生	5	登校
学生	5	布団を敷く
学生	5	掲示板を見る
学生	5	歯磨き
学生	5	片づけ
学生	5	通学
学生	5	テスト
学生	5	テスト勉強
学生	5	昼食(友達と話しながら)
学生	5	テスト勉強
学生	5	テスト
学生	5	友達と一緒にテスト勉強
学生	5	着替え
学生	5	目がさめる
学生	5	洗顔コンタクト
学生	5	着替え
学生	5	登校
学生	5	授業
学生	5	学校へ行く
学生	5	テスト(老年期障害学)
学生	5	勉強
学生	5	勉強
学生	5	テスト(発達障害)
学生	5	ごみ捨て
学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	登校
学生	5	授業(老年期)
学生	5	授業(研究法)
学生	5	授業(発達)
学生	5	授業(ハンド)
学生	5	バイト(学習相談)
学生	5	レポート
学生	5	更衣
学生	5	メイク・スタイリング
学生	5	途中で買い物
学生	5	レポート
学生	5	更衣
学生	5	目がさめる
学生	5	登校
学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	学校へ

学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	
学生	5	帰宅(自転車)
学生	5	ゴミ出し
学生	5	テスト勉強
学生	5	勉強
学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	身支度
学生	5	通学
学生	5	授業
学生	5	授業
学生	5	移動
学生	5	アルバイト
学生	5	宿題
学生	5	朝食準備
学生	5	髪を洗う
学生	5	着替える
学生	5	自転車で学校へ
学生	5	トイレに行く
学生	4	布団を畳む
学生	4	パンを焼く
学生	4	整髪
学生	4	登校準備
学生	4	買い物
学生	4	就寝準備
学生	4	服の用意
学生	4	洗顔・整容
学生	4	外出準備
学生	4	歯磨き
学生	4	夕食片づけ
学生	4	身だしなみ
学生	4	昼食
学生	4	コンビニに昼食を買いに行く
学生	4	移動(車)
学生	4	移動(電車)
学生	4	移動(電車)
学生	4	移動(自転車)
学生	4	洗濯
学生	4	昼食仕度
学生	4	布団の片づけ
学生	4	起床
学生	4	夕食作る
学生	4	起床
学生	4	登校
学生	4	グループで話し合い
学生	4	夕食準備
学生	4	洗顔
学生	4	歯磨き

学生 4 着替え
 学生 4 化粧
 学生 4 登校
 学生 4 授業を受ける1
 学生 4 授業を受ける2
 学生 4 授業を受ける3
 学生 4 整髪
 学生 4 片付け
 学生 4 入浴
 学生 4 髪を乾かす
 学生 4 勉強
 学生 4 風呂掃除
 学生 4 (外出の)準備
 学生 4 更衣
 学生 4 大学へ自転車
 学生 4 バイトへ(自転車)
 学生 4 バイト(家庭教師)
 学生 4 帰宅(自転車)
 学生 4 明日の準備
 学生 4 移動
 学生 4 身じたく
 学生 4 学校へ行く
 学生 4 学校
 学生 4 洗濯をする
 学生 4 勉強
 学生 4 後かたづけ
 学生 4 朝食準備
 学生 4 夕食準備
 学生 4 勉強
 学生 4 起床
 学生 4 洗顔・コンタクトをつける
 学生 4 給食準備
 学生 4 清掃
 学生 4 塾
 学生 4 起床
 学生 4 朝食後片付け
 学生 4 掃除
 学生 4 洗濯
 学生 4 昼食準備
 学生 4 昼食後片付け
 学生 4 母を迎えに行く
 学生 4 洗濯物たたみ
 学生 4 肌、髪の手入れ
 学生 4 夕食準備
 学生 4 朝食の用意
 学生 4 朝食
 学生 4 講義を受ける
 学生 4 講義を受ける
 学生 4 講義を受ける
 学生 4 講義を受ける
 学生 4 洗顔
 学生 4 登校(自転車)
 学生 4 歯磨き

学生 2 帰宅する(自転車)
 学生 2 洗顔
 学生 2 ウォーミングアップ
 学生 2 ストレッチ
 学生 2 ミーティング
 学生 2 乗艇準備(ボート部の活動)
 学生 2 乗艇
 学生 2 艇の片付け
 学生 2 ミーティング
 学生 2 起床
 学生 2 着替え
 学生 2 乗艇準備(ボート部の活動)
 学生 2 乗艇
 学生 2 片付け
 学生 2 ミーティング
 学生 2 サービス残業
 学生 1 授業
 学生 1 授業
 学生 1 皿洗い
 学生 1 通勤
 主婦 5 掃除
 主婦 5 片づけ
 主婦 5 洗濯
 主婦 5 料理
 主婦 5 料理
 主婦 5 絵描きながら
 主婦 5 ご飯の支度
 主婦 5 洗濯をする
 主婦 5 掃除
 主婦 5 洗濯物の取り込み
 主婦 5 アイロンがけ
 主婦 5 食事の準備
 主婦 5 起床
 主婦 4 着替え
 主婦 4 洗顔
 主婦 4 料理
 主婦 4 朝食
 主婦 4 洗顔
 主婦 4 ストレッチ
 主婦 4 TV(みのもんだ)見ながら
 主婦 4 暖房
 主婦 4 朝食の準備
 主婦 4 朝食
 主婦 4 掃除
 主婦 4 後かたづけ
 主婦 4 買い物
 主婦 4 食器乾燥機で乾いた皿を食器棚へ
 主婦 4 昼食準備
 主婦 4 後かたづけ
 主婦 4 洗濯物を入れてたたむ
 主婦 4 夕食準備
 主婦 4 片づけ
 主婦 4 朝食の支度

主婦 4 洗濯の水入れ
 主婦 4 洗濯
 主婦 4 洗濯を干す
 主婦 4 掃除
 主婦 4 買い物
 主婦 4 昼食の支度
 主婦 4 昼食
 主婦 4 身支度
 主婦 4 仕事へ行く
 主婦 4 仕事(学童保育)
 主婦 4 買い物をして帰る
 主婦 4 洗濯物を入れる、たたむ
 主婦 4 夕食の支度
 主婦 4 夕食
 主婦 4 後片付け
 主婦 4 本か新聞を読む
 主婦 4 片づけ
 主婦 4 家の片づけ
 主婦 4 片づけ
 主婦 4 夕食片づけ
 主婦 4 風呂
 主婦 4 仕事
 主婦 4 仕事
 主婦 4 睡眠
 主婦 4 洗濯物入れ
 主婦 4 ウォーキング
 主婦 4 庭に水やり
 主婦 3 洗濯物を干す
 主婦 3 整骨院へ(徒歩)
 主婦 3 着替え
 主婦 3 片づけ
 主婦 3 買い物
 主婦 3 テレビ(ワイドショー)
 主婦 3 片づけ
 主婦 3 夕食の仕度
 主婦 3 風呂・シャワー
 主婦 3 テレビ(歌番組)
 主婦 3 仕度(歯を磨く)
 主婦 3 きがえる
 主婦 3 通勤
 主婦 3 仕事
 主婦 3 仕事
 主婦 3 風呂
 主婦 2 犬の散歩
 主婦 2 掃除
 主婦 2 犬の散歩
 主婦 2 お風呂掃除
 主婦 2 身支度
 主婦 2 片づけ
 主婦 2 保育所に子供を送る
 主婦 2 保育所へ迎えに行く
 主婦 2 仕度(化粧)
 主婦 2 電話

労働者 4 出勤(JR1時間、バス20分)
 労働者 4 仕事(メールを見る)
 労働者 4 仕事(メールの返事を書く)
 労働者 4 仕事(事務書類を見に行く)
 労働者 4 事務的な仕事
 労働者 3 風呂
 労働者 3 起床
 労働者 3 着替え
 労働者 3 布団たたみ
 労働者 3 洗顔
 労働者 3 起床
 労働者 3 着替え
 労働者 3 電車
 労働者 3 仕事開始(授業)
 労働者 3 仕事
 労働者 3 仕事終了、バス
 労働者 3 電車
 労働者 3 打ち合わせ、申し送り
 労働者 3 片づけ
 労働者 3 風呂(子供も入れる)
 労働者 3 洗濯
 労働者 3 仕事
 労働者 3 食事作り
 労働者 3 片づけ
 労働者 3 就寝
 労働者 3 通勤時間
 労働者 3
 労働者 2 片付け(食器)
 労働者 2 着替え
 労働者 2 ゴミ出し
 労働者 2 通勤移動
 労働者 2 自室で座った仕事
 労働者 2 採点試験
 労働者 2 修士審査
 労働者 2 修士審査
 労働者 2 採点
 労働者 2 採点
 労働者 2 修士審査
 労働者 2 試験の採点
 労働者 2 歯磨き
 労働者 2 仕事
 労働者 2 着替え
 労働者 2 ゴミ出し
 労働者 2 通勤
 労働者 2 シャワー
 労働者 2 通勤
 労働者 2 通勤
 労働者 2 出勤
 労働者 2 帰宅
 高齢者 5 食事(仕度・片付け)
 高齢者 5 テレビ見ながら朝食
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 家計簿

高齢者 5 就寝
 高齢者 5 農業
 高齢者 5 薬を飲む
 高齢者 5 ごみ捨て
 高齢者 5 掃除
 高齢者 5 洗濯
 高齢者 5 夕食の支度
 高齢者 4 帰宅、昼食準備(簡単に)
 高齢者 4 起床
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 掃除
 高齢者 4 後かたづけ
 高齢者 4 入眠
 高齢者 4 着替え
 高齢者 4 歯磨き
 高齢者 4 洗顔
 高齢者 4 朝食準備
 高齢者 4 片づけ
 高齢者 4 洗濯
 高齢者 4 掃除
 高齢者 4 洗濯干し
 高齢者 4 調理
 高齢者 4 後片づけ
 高齢者 4 買い物(食料品、日用品)
 高齢者 4 洗濯取り込み、片つける
 高齢者 4 夕食準備
 高齢者 4 茶、ココア、水
 高齢者 4 洗濯
 高齢者 4 掃除
 高齢者 4 夕食準備
 高齢者 4 掃除
 高齢者 4 後片付け
 高齢者 4 後片付け
 高齢者 4 買い物
 高齢者 4 昼食準備
 高齢者 4 家事
 高齢者 4 食事
 高齢者 4 テレビ、大正琴
 高齢者 4 朝食
 高齢者 4 片づけ
 高齢者 4 掃除
 高齢者 4 夕食の支度
 高齢者 4 夕食(夫と)
 高齢者 4 後片づけ
 高齢者 4 談話(夫と)
 高齢者 4 起床
 高齢者 4 着替え・洗面
 高齢者 4 朝食準備
 高齢者 4 昼食準備
 高齢者 4 近くの公園の掃除
 高齢者 4 夕食準備
 高齢者 4 布団かたづけ
 高齢者 4 料理

高齢者 4 洗濯
 高齢者 4 更衣
 高齢者 4 化粧
 高齢者 4 散歩の途中買い物
 高齢者 4 洗濯物取り入れ
 高齢者 4 料理
 高齢者 4 片付け
 高齢者 4 お経を上げる
 高齢者 4 テレビ見ながら食事の片付け
 高齢者 4 日記を書く
 高齢者 4 夕食
 高齢者 4 風呂
 高齢者 4 起床
 高齢者 4 身だしなみ
 高齢者 4 台所片付け
 高齢者 4 片付け
 高齢者 3 食事の支度
 高齢者 3 食事
 高齢者 3 片付け
 高齢者 3 休憩(テレビ見て)
 高齢者 3 入浴(毎日ではない)
 高齢者 3 薬を塗る等
 高齢者 3 後片付け
 高齢者 3 着替え
 高齢者 3 家事(朝食準備)
 高齢者 3 夕食準備
 高齢者 3 家事、洗濯
 高齢者 3 目覚める
 高齢者 3 洗濯
 高齢者 3 掃除
 高齢者 3 買い物

一十

しなければならないことは
 はないが、したいと思う作
 業

属性	価値	作業内容
学生	5	コーヒを入れる
学生	5	TV(朝ドラ)
学生	5	TV(ドラマ)
学生	5	肌の手入れ
学生	5	本を読む
学生	5	休息
学生	5	TV(あすか)
学生	5	図書館で勉強
学生	5	TV(3B金八先生)
学生	5	新聞
学生	5	夕食
学生	5	TVのハイパーと273の入り方-セットする
学生	5	お店で食事と飲み
学生	5	雑誌を立ち読み
学生	5	お昼ご飯
学生	5	インターネット

学生	5	お菓子づくり
学生	5	友達の家へ行く、おしゃべり
学生	5	TV
学生	5	雑誌を読む
学生	5	友達と一緒に夕飯を食べに行く
学生	5	インターネット
学生	5	インターネット
学生	5	寝る
学生	5	TVを見る
学生	5	朝食を食べる
学生	5	休憩
学生	5	食事休憩
学生	5	インターネット、eメール
学生	5	紅茶を飲む
学生	5	トイレ
学生	5	駅まで歩く
学生	5	ストレッチ
学生	5	駅から自宅まで歩く
学生	5	空教室で友達と雑談
学生	5	買い物(食品)
学生	5	パソコン(インターネット・メール)
学生	5	テレビ(ドラマ)
学生	5	インターネット
学生	5	休憩、居眠り
学生	5	インターネット
学生	5	インターネット
学生	5	朝食を買う
学生	5	朝食
学生	5	昼食を買いに生協
学生	5	昼食
学生	5	コンビニ
学生	5	おやつ
学生	5	休憩(友達とおしゃべり)
学生	5	昼食
学生	5	バイト(電話の対応)
学生	5	インターネット
学生	5	入浴
学生	5	テレビ(エクスプレス)
学生	5	朝食・テレビ
学生	5	化粧
学生	5	テレビ(ドラマ)
学生	5	インターネット(eメール)
学生	5	スーパーで買い物
学生	5	パソコンでネット
学生	5	夕食
学生	5	パソコンでネット
学生	5	布団をたたむ
学生	5	洗顔
学生	5	朝食
学生	5	家へ帰る
学生	5	テレビを見ながら昼食
学生	5	本を借りる
学生	5	バイトへ

学生	5	帰宅
学生	5	料理
学生	5	夕食
学生	5	テレビ(バラエティ)
学生	5	食事の後片付け
学生	5	歯磨き
学生	5	入浴
学生	5	ストレッチ
学生	5	読書
学生	5	編み物
学生	5	就寝
学生	5	休憩(友達と談笑)
学生	5	休憩(友達と談笑)
学生	5	友人と電話
学生	5	パソコン
学生	5	TV(ニュース)
学生	5	休憩
学生	5	コーヒー
学生	5	買い物
学生	5	コーヒー
学生	5	休憩(談話)
学生	5	休憩(談話)
学生	5	インターネット
学生	5	談話(友達と)
学生	5	夕食
学生	5	パソコン
学生	5	友達と電話
学生	5	喫茶店で時間つぶし
学生	5	読書
学生	5	片付け
学生	5	就寝
学生	5	睡眠
学生	5	シャワーを浴びる
学生	5	整容
学生	5	休息
学生	5	昼食
学生	5	休息
学生	5	休けい
学生	5	スポーツ
学生	5	メールチェック
学生	4	談話
学生	4	談話
学生	4	雑談
学生	4	TV
学生	4	おやつ
学生	4	TV
学生	4	TV
学生	4	授業
学生	4	授業
学生	4	帰宅
学生	4	TV(バラエティーのみ)
学生	4	ポータブルMDで音楽を聴く
学生	4	雑誌、カタログ

学生	4	家でTV(教育)見つつ新聞読む
学生	4	暖房をつける
学生	4	テレビをつける(ニュース)
学生	4	日焼け止めをぬる
学生	4	顔を洗う
学生	4	ドライヤーで髪を乾かす
学生	4	洗顔
学生	4	布団干し
学生	4	TVを見る
学生	4	サティへ買い物
学生	4	TV
学生	4	TV
学生	4	お風呂に入る
学生	4	弁当をつくつ
学生	4	空き時間のため帰宅
学生	4	休み時間(トイレ、雑誌)
学生	4	情報センターにてパソコン
学生	4	TV(ドラマ)
学生	4	広島駅から自転車で学校へ
学生	4	自習
学生	4	TV(NHK連ドラ)
学生	4	生協で買い物
学生	4	TV(ドラマ)
学生	4	着替える
学生	4	コーヒーを作って飲む
学生	4	TV(ニュース)
学生	4	TV(バラエティ)
学生	4	TV[ドラマ]
学生	4	おしゃべり
学生	4	おしゃべり
学生	4	テレビ
学生	4	TV(目覚ましテレビ)
学生	4	テレビ
学生	4	テレビ
学生	4	読書
学生	4	テレビ
学生	4	買い物
学生	4	テレビ
学生	4	朝食の準備
学生	4	買い物
学生	4	テレビ
学生	4	帰宅
学生	4	バイト
学生	4	帰宅
学生	4	風呂
学生	4	歯磨き
学生	4	コーヒーを飲む
学生	4	音楽を聴く
学生	4	学校へ行く
学生	4	図書館へ
学生	4	ウインドウショッピング
学生	4	テレビ、雑誌を読む
学生	4	TV(ドラマ)

学生 4 TV(ドラマ)
 学生 4 雑談
 学生 4 昼寝
 学生 4 パソコン(メールチェック)
 学生 4 牛乳
 学生 4 本を読む
 学生 4 TV(ドラマ、ニュース)
 学生 4 お茶を飲む
 学生 4 朝食の仕度
 学生 4 TV(娯楽番組)
 学生 4 テレビ(NEWS)
 学生 4 テレビ(ズームイン朝)
 学生 4 昼食、休憩
 学生 4 テレビ(ドラマ)
 学生 4 雑談
 学生 4 テレビドラマ
 学生 4 読書
 学生 4 パソコンでE-mailチェック
 学生 4 朝食
 学生 4 着替え
 学生 4 授業
 学生 4 授業
 学生 4 昼休み
 学生 4 授業
 学生 4 部活 自分の練習
 学生 4 帰宅
 学生 4 夕食の準備
 学生 4 夕食
 学生 4 TVを見ながら
 学生 4 友人と電話
 学生 4 TV
 学生 4 読書
 学生 4 就寝
 学生 4 休息
 学生 4 おやつ
 学生 4 読書
 学生 4 軽い運動
 学生 4 休けい
 学生 4 体操
 学生 4 TV(ニュース)
 学生 4 新聞
 学生 4 TV(バラエティー)
 学生 4 歯磨き
 学生 3 TV
 学生 3 暖房
 学生 3 雑誌
 学生 3 CD
 学生 3 着替え
 学生 3 TV(ブランド)
 学生 3 NHKニュース見つつ
 学生 3 TV(再放送)
 学生 3 雑談
 学生 3 パンフレットを見る

学生 3 昼食
 学生 3 TV(News)
 学生 3 TV(朝ドラ)
 学生 3 TV(バラエティー)
 学生 3 コーヒー飲む
 学生 3 朝食
 学生 3 バイトから帰る
 学生 3 TV(再放送ドラマ、ニュース、アニメ、バラエティ)
 学生 3 テレビ(バラエティ)
 学生 3 インターネット
 学生 3 TV(ドラマ)
 学生 3 TV(バラエティ)
 学生 3 TV(音楽番組)
 学生 3 友人に手紙(メモ)を書く
 学生 3 テレビ
 学生 3 雑談
 学生 3 おやつ
 学生 3 散歩
 学生 3 友人と談笑する
 学生 3 TV
 学生 3 自転車で近くのスーパーへ買いに行く
 学生 3 読書
 学生 3 ウェイトの記録
 学生 3 朝食
 学生 3 通勤
 学生 3 TV(バラエティー)
 学生 3 TV(バラエティー)
 主婦 5 片付け
 主婦 5 布団干し
 主婦 5 庭弄り
 主婦 5 テレビ
 主婦 5 歩いて移動
 主婦 5 会場付近で散歩
 主婦 5 健康食品の話を聞く
 主婦 5 友たちの家へ歩いていく
 主婦 5 友たちとおしゃべり
 主婦 5 家へ帰る
 主婦 5 布団を取り入れる
 主婦 5 料理
 主婦 5 夕食
 主婦 5 テレビ
 主婦 5 入浴
 主婦 5 テレビ
 主婦 5 就寝
 主婦 5 洗面
 主婦 5 朝食
 主婦 5 花を活ける
 主婦 5 昼食
 主婦 5 TV
 主婦 5 歯磨き
 主婦 5 夕食
 主婦 5 歯磨き
 主婦 5 風呂

主婦 5 朝食
 主婦 5 徒歩で体操へ
 主婦 5 体操
 主婦 5 料理
 主婦 5 昼食
 主婦 5 おやつ(作って)
 主婦 5 そろばん教室で教える
 主婦 5 ピアノ弾く
 主婦 5 夕食
 主婦 5 就寝
 主婦 5 TV(ニュース)
 主婦 5 新聞を読む
 主婦 5 昼食
 主婦 5 夕食
 主婦 5 パソコンをいじる
 主婦 4 テレビ
 主婦 4 昼食
 主婦 4 片付け
 主婦 4 化粧
 主婦 4 移動
 主婦 4 体操
 主婦 4 移動
 主婦 4 コーヒー
 主婦 4 仕事(洋裁)
 主婦 4 休憩
 主婦 4 休憩
 主婦 4 仕事(洋裁)
 主婦 4 新聞
 主婦 4 趣味(手芸)
 主婦 4 着替え
 主婦 4 整骨院
 主婦 4 新聞・本を読む
 主婦 4 入浴
 主婦 4 こたつで休む
 主婦 4 空城山を歩く
 主婦 4 こたつで
 主婦 4 入浴
 主婦 4 雑談
 主婦 4 テレビドラマ
 主婦 4 雑談、おやつ
 主婦 4 TV(ニュース)
 主婦 4 外で子供と遊ぶ
 主婦 4 休憩
 主婦 4 TV(くつろぎ)
 主婦 4 コーヒータイム
 主婦 4 就寝
 主婦 4 朝食
 主婦 4 夕食
 主婦 4 メール
 主婦 4 読書
 主婦 4 ウォーキング
 主婦 3 TV
 主婦 3 家へ(徒歩)

主婦 3 TVを見る(思っきりテレビ)
 主婦 3 TVを見る(NHK)
 主婦 3 TVをみる(ニュース、ドラマ、NHK特集)本の目もある
 主婦 3 TV
 主婦 3 実家へ行く
 主婦 3 おやつを食べる
 主婦 3 TV
 主婦 3 TV
 主婦 3 夕食
 主婦 3 TV
 主婦 3 TV
 主婦 3 空いている時間でキルトをする
 主婦 3 食後の雑談
 主婦 3 テレビドラマ
 主婦 3 雑誌
 主婦 3 新聞
 主婦 3 昼食
 主婦 3 街をぶらぶら
 主婦 3 テレビ
 主婦 2 お菓子をたべる
 労働者 5 本を読む
 労働者 5 お茶
 労働者 5 10分休息
 労働者 5 昼食(外食)休息
 労働者 5 タバコ
 労働者 5 タバコ
 労働者 5 テニス
 労働者 5 昼寝
 労働者 4 新聞、暖房
 労働者 4 論文指導
 労働者 4 会話
 労働者 4 TV(NHKニュース)
 労働者 4 休憩
 労働者 4 テレビ
 労働者 4 雑談
 労働者 4 友人と電話
 労働者 4 テレビ
 労働者 4 帰宅、夕食、新聞、テレビ
 労働者 4 読書
 労働者 4 TV
 労働者 4 趣味の時間(読書orパソコンorTVゲーム)
 労働者 4 パソコン(ネットサーフィン)
 労働者 4 本を読む
 労働者 4 戸を開けて
 労働者 3 昼寝
 労働者 3 テレビ(ずもう)コーヒー
 労働者 3 TV(news、ドラマ、nhkなど)
 労働者 3 居眠り
 労働者 3 テレビを見る
 労働者 3 軽い食事
 労働者 3 テレビ
 労働者 3 入浴
 労働者 3 就寝(ラジオ)

労働者 3 整理
 労働者 3 昼食
 労働者 3 新聞を読む
 労働者 3 テレビ見ながら
 労働者 3 インターネット
 労働者 3 朝のパロックを聞く
 労働者 3 シャワー
 労働者 3 読書
 高齢者 5 寝る
 高齢者 5 水を飲む
 高齢者 5 朝食
 高齢者 5 買物
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 就寝
 高齢者 5 起床
 高齢者 5 食事
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 身仕度
 高齢者 5 昼食
 高齢者 5 TV(TV宣言、ニュース)
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 TV(目撃ドキュン、ニュース)
 高齢者 5 入浴
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 TV
 高齢者 5 就寝
 高齢者 5 コーラス
 高齢者 5 川柳を考える
 高齢者 5 夕食
 高齢者 5 起床
 高齢者 5 新聞
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 病院へ(手続き)
 高齢者 5 食事
 高齢者 5 読書
 高齢者 5 日記
 高齢者 5 歯磨き
 高齢者 5 散歩
 高齢者 5 ラジオ体操
 高齢者 5 テレビ(ニュース)
 高齢者 5 一日のメモ
 高齢者 4 昼食
 高齢者 4 風呂
 高齢者 4 夕食
 高齢者 4 本屋へ
 高齢者 4 家の中で針仕事
 高齢者 4 習字
 高齢者 4 花の勉強
 高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 テレビ

高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 入浴
 高齢者 4 友人宅へ
 高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 テレビNHK暖房
 高齢者 4 テレビNHKあすか
 高齢者 4 新聞
 高齢者 4 そうじ
 高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 新聞(声)、広告
 高齢者 4 TV NHK
 高齢者 4 日記、家計簿
 高齢者 4 友達とお茶をする
 高齢者 4 談話(近所の人と)
 高齢者 4 歯磨き
 高齢者 4 片付け
 高齢者 4 テレビ(柏村さんのテレビを見ながら)
 高齢者 4 テレビ(歌番組が好き・若い人の音楽)
 高齢者 4 洗顔
 高齢者 4 新聞を読む
 高齢者 4 徒歩で公民館へ
 高齢者 4 家へ(徒歩で)
 高齢者 4 更衣
 高齢者 4 入浴
 高齢者 4 テレビ(NHKドラマBS)
 高齢者 4 帰宅、昼食準備
 高齢者 4 テレビ(何となく)
 高齢者 4 テレビ
 高齢者 4 就寝
 高齢者 4 テレビ(ニュース)
 高齢者 4 大正琴
 高齢者 4 テレビ(ニュース)
 高齢者 4 大正琴
 高齢者 4 小休憩
 高齢者 4 休憩
 高齢者 4 勉強
 高齢者 4 草むしり
 高齢者 4 TV(居眠りしながら)
 高齢者 3 テレビを見る(徹子の部屋)
 高齢者 3 テレビを見る(スポーツ、娯楽)
 高齢者 3 TV見る
 高齢者 3 TVをみる(ニュース、ドラマ、NHK特集)本の目もある
 高齢者 3 おやつ(牛乳、フルーツ)
 高齢者 3 TV(NHKの番組)
 高齢者 3 昼寝
 高齢者 3 休憩(TV等)
 高齢者 3 新聞読む
 高齢者 3 TV
 高齢者 3 TVゲーム
 高齢者 3 テレビ
 高齢者 3 テレビ
 高齢者 3 テレビ
 高齢者 3 テレビ

高齢者	3	近所の人と話をしたり、花を見たり
高齢者	3	テレビ 柏村さんの
高齢者	3	テレビを見る
高齢者	3	テレビを見る
高齢者	3	酒
高齢者	3	テレビ(ワイドショー、料理、健康)
高齢者	3	煮た時間テレビ(おもいきりテレビ)
高齢者	3	ラジオを聞きながら横になる
高齢者	3	テレビ(ドラマ)
高齢者	3	ニュースを見る
高齢者	3	テレビ

じやないはなちないこと
はなく、したいとも思わな
い

属性	価値	作業内容
学生	5	洗顔
学生	5	昼休み(自宅へ戻る)
学生	4	新聞を読む
学生	4	着替え
学生	4	TV
学生	4	外出準備
学生	4	TV(ニュース)
学生	4	電車に乗る
学生	4	電車に乗る
学生	4	TVドラマ
学生	4	化粧
学生	4	テレビ(ニュース)
学生	4	基礎体温
学生	4	化粧
学生	4	洗濯
学生	4	洗濯物を干す
学生	4	インターネット
学生	3	アルバイト
学生	3	TV(うたばん)
学生	3	スーパーで買い物
学生	3	テレビ(バラエティー)
学生	3	テレビ(バラエティー)
学生	3	TV
学生	3	TV
学生	3	TV
学生	3	学級活動
学生	3	TV(娯楽)
学生	3	TV(ニュース)
学生	3	テレビ
学生	3	テレビ
学生	3	起床
学生	3	洗顔
学生	3	TV(ドラマ)
学生	2	TV(連ドラ)
学生	2	TVを見る

学生	2	居眠り
学生	1	休息
主婦	4	のんびりしている
主婦	4	掃除
主婦	4	整容
主婦	4	食器洗い
主婦	4	風呂に入る
主婦	3	庭いじり(5分は草むしり)
主婦	3	TV(NHKの徹子の部屋)を見たり
主婦	3	テレビ見ながら
主婦	3	TV
主婦	3	TV
主婦	3	読書
主婦	3	掃除
主婦	3	読書
主婦	3	昼寝
主婦	3	テレビ(ニュース)
主婦	2	TVつけたままで
主婦	1	TV(朝ドラ)
主婦	1	テレビ
労働者	5	昼食
労働者	5	寝かしつける
労働者	4	休憩(おやつ)
労働者	4	湯沸かし
労働者	4	論文指導
労働者	4	TV(たけしの誰でもピカソ)
労働者	3	学校(職場)につく、ふきそうじ
労働者	3	仕事
労働者	3	仕事
労働者	3	TV(ニュース)
労働者	3	TV(娯楽)
労働者	3	音楽を聴く
労働者	3	TV(ドラマ)
労働者	3	音楽を聴く
労働者	3	テレビ(ニュース)
労働者	3	休憩
労働者	2	食事の支度
労働者	2	睡眠
労働者	1	ストーブ
労働者	1	子ども送り
労働者	1	テレビ
高齢者	5	2~3日に1回買い物(歩いて2~3分)
高齢者	4	ラジオ体操
高齢者	4	体操
高齢者	4	体操
高齢者	4	かんがまさつ
高齢者	4	食事準備
高齢者	4	テレビ(ニュース・美っていいも)
高齢者	4	ワープロ(主人の日記を打つ)
高齢者	4	ワープロ(主人の日記を打つ)
高齢者	4	1000円札の裏面(歩いて2~3分)
高齢者	4	朝食
高齢者	4	居眠り

高齢者	3	TV
高齢者	3	妻を仕事場へ車で送る
高齢者	3	TV
高齢者	3	TV
高齢者	3	TV
高齢者	3	テレビ
高齢者	3	テレビ
高齢者	3	テレビ連続小説
高齢者	3	テレビ生活情報
高齢者	3	テレビNHK
高齢者	3	テレビみのもんだ
高齢者	3	テレビ(朝ドラ)
高齢者	3	20~30分昼寝
高齢者	3	テレビ
高齢者	3	身支度
高齢者	3	テレビ
高齢者	3	昼食、テレビ
高齢者	3	洗濯物取り入れ
高齢者	3	テレビ
高齢者	3	片づけ、入浴
高齢者	3	テレビ
高齢者	3	勉強
高齢者	2	バザーへ(バスで駅の方に)
高齢者	1	通勤
高齢者	1	通勤

資料V

対象別平均的一日の作業

表の見方

- * 調査対象者一人一人のID番号ごとに、平均的な一日にそれぞれが朝起床してから、夜寝るまでの間に行っている作業を、行っている順番にあげていただいたものをそのまま時系列に沿って、記載している。
- * 欠落しているID番号のデータは、調査したデータ内容が不十分であった為に分析から除外されたものである。

ID	対象	作業内容
1	学生	TV(ニュース)
1	学生	歯磨き
1	学生	昼食
1	学生	買い物
1	学生	教室移動
1	学生	授業
1	学生	談話
1	学生	教室移動
1	学生	授業
1	学生	登校
1	学生	整髪
1	学生	買い物
1	学生	朝食
1	学生	TV(朝ドラ)
1	学生	コーヒを入れる
1	学生	着替え
1	学生	洗顔
1	学生	パンを焼く
1	学生	布団を畳む
1	学生	新聞を読む
1	学生	登校準備
1	学生	就寝準備
1	学生	談話
1	学生	就寝
1	学生	授業
1	学生	風呂
1	学生	夕食片づけ
1	学生	TV
1	学生	夕食
1	学生	夕食準備
1	学生	着替え
1	学生	TV(ドラマ)
1	学生	帰宅
2	学生	おやつ
2	学生	肌の手入れ
2	学生	TV
2	学生	入浴

2	学生	雑誌
2	学生	夕食片づけ
2	学生	TV
2	学生	夕食
2	学生	夕食準備
2	学生	登校
2	学生	外出準備
2	学生	本を読む
2	学生	TV
2	学生	帰宅
2	学生	雑談
2	学生	授業
2	学生	昼食
2	学生	授業
2	学生	雑談、移動
2	学生	買い物(スーパー)
2	学生	勉強
2	学生	布団を敷く
2	学生	睡眠
2	学生	CD
2	学生	化粧
2	学生	授業
2	学生	布団をたたむ
2	学生	歯磨き
2	学生	朝食
2	学生	朝食準備
2	学生	外出準備
2	学生	洗顔・整容
2	学生	暖房
2	学生	服の用意
2	学生	TV
2	学生	授業
3	学生	就寝
3	学生	TV(バラエティーのみ)
3	学生	入浴
3	学生	バイト先から帰宅
3	学生	夕食(バイト先で)
3	学生	アルバイト
3	学生	アルバイト先へ
3	学生	帰宅
3	学生	休息
3	学生	昼食
3	学生	授業
3	学生	通学
3	学生	身だしなみ
3	学生	起床
3	学生	休息
4	学生	シャワー
4	学生	食事
4	学生	着替え
4	学生	図書館で勉強
4	学生	勉強
4	学生	TV(うたばん)
4	学生	食事
4	学生	着替え
4	学生	食事準備
4	学生	ポータブル MD で音楽を聴く
4	学生	帰宅
4	学生	新聞
4	学生	アルバイト先へ
4	学生	TV(ブランド)
4	学生	友人との談話
4	学生	授業
4	学生	昼休み=食事(友人と)

4	学生	大学で授業
4	学生	学校へ
4	学生	身支度
4	学生	新聞
4	学生	TV(あすか)
4	学生	アルバイト(家庭教師)
4	学生	朝食準備
4	学生	TV(3B 金八先生)
4	学生	就寝
4	学生	家計簿
4	学生	雑誌,カタログ
4	学生	TV(ニュース23)
4	学生	勉強
5	学生	就寝
5	学生	TVの消タイマーとエアコンの入りタイマーセットする
5	学生	コンタクトをはずす
5	学生	部の仕事(今度の合気道の演武会の進行表作り)
5	学生	TV(連ドラ)
5	学生	帰宅
5	学生	バイト
5	学生	家でTV(教育)見つつ新聞読む
5	学生	TV(再放送)
5	学生	化粧
5	学生	スーパーで買い物
5	学生	帰宅
5	学生	授業
5	学生	昼食
5	学生	授業
5	学生	お昼ごはんを生協に買いに行く
5	学生	授業
5	学生	着替え
5	学生	夕食
5	学生	朝食
5	学生	コンタクトつける
5	学生	目薬
5	学生	NHK ニュース見つつ
5	学生	登校
6	学生	暖房をつける
6	学生	部活動(エスキーテニス)
6	学生	雑談
6	学生	移動(車)
6	学生	日焼け止めをぬる
6	学生	着替え
6	学生	トイレ
6	学生	洗面
6	学生	朝食
6	学生	朝食準備
6	学生	部活動(エスキーテニス)
6	学生	起床
6	学生	テレビをつける(ニュース)
6	学生	お店で食事と飲み
6	学生	就寝
6	学生	パンフレットを見る
6	学生	ドライヤーで髪を乾かす
6	学生	歯磨き
6	学生	入浴
6	学生	お風呂を入れる
6	学生	テレビ(バラエティー)

6 学生	コンビニに昼食を買いに行く
6 学生	移動(電車)
6 学生	昼食
6 学生	移動(電車)
6 学生	買い物(ベスト電器)
6 学生	移動(車)
6 学生	化粧
6 学生	着替え
6 学生	顔を洗う
6 学生	テレビ(バラエティー)
6 学生	移動(車)
6 学生	移動(自転車)
7 学生	布団干し
7 学生	お菓子づくり
7 学生	インターネット
7 学生	TV
7 学生	歯磨き
7 学生	お風呂に入る
7 学生	インターネット
7 学生	TV
7 学生	友達と一緒に夕飯を食べに行く
7 学生	雑誌を読む
7 学生	友達の家へ行く、おしゃべり
7 学生	インターネット
7 学生	TV
7 学生	お昼ご飯
7 学生	雑誌を立ち読み
7 学生	サティへ買い物
7 学生	掲示板を見る
7 学生	学校へ(友達との約束)
7 学生	TV
7 学生	寝る
7 学生	洗濯
7 学生	TVを見る
7 学生	洗顔
8 学生	紅茶を飲む
8 学生	起床
8 学生	昼食
8 学生	インターネット、eメール
8 学生	入浴
8 学生	アルバイト(飲食店の調理補助)
8 学生	食事休憩
8 学生	アルバイト(飲食店の調理補助)
8 学生	移動(学校→バイト先)
8 学生	テスト(選択科目)
8 学生	休憩
8 学生	勉強
8 学生	睡眠
8 学生	テストをうける(選択科目)
8 学生	学校へ行く
8 学生	TVを見る
8 学生	洗顔、メイク
8 学生	更衣
8 学生	弁当をつくつ
8 学生	朝食を食べる
8 学生	TVを見る
8 学生	授業(プレゼンテーション)
9 学生	化粧
9 学生	講義
9 学生	登校

9 学生	歯磨き
9 学生	昼食
9 学生	昼食仕度
9 学生	TV
9 学生	勉強
9 学生	空き時間のため帰宅
9 学生	洗顔
9 学生	登校(自転車)
9 学生	情報センターにてパソコン
9 学生	整髪
9 学生	歯磨き
9 学生	着替え
9 学生	TV(朝ドラ)
9 学生	TV(News)
9 学生	朝食
9 学生	トイレ
9 学生	講義
9 学生	TV(ドラマ)
9 学生	就寝
9 学生	コンタクトをはずす
9 学生	休み時間(トイレ、雑談)
9 学生	勉強
9 学生	講義
9 学生	勉強
9 学生	入浴
9 学生	歯磨き
9 学生	片づけ
9 学生	TV(バラエティー)
9 学生	夕食
9 学生	夕食仕度
9 学生	帰宅
9 学生	トイレ
9 学生	コンタクトを付ける
10 学生	TV(ニュース)
10 学生	朝食
10 学生	着替え
10 学生	整容
10 学生	トイレ
10 学生	布団の片づけ
10 学生	広島駅から自転車で学校へ
10 学生	駅まで歩く
10 学生	リハビリのために病院に行く(3/w)
10 学生	不特定の時間に猫をいじる
10 学生	寝る
10 学生	風呂
10 学生	自習
10 学生	TV(ニュース or 娯楽)
10 学生	夕食
10 学生	電車に乗る
10 学生	授業
10 学生	トイレ
10 学生	授業
10 学生	昼食
10 学生	授業 or 自習
10 学生	ストレッチ
10 学生	トイレ
10 学生	授業 or 自習
10 学生	駅から自宅まで歩く
10 学生	電車に乗る
11 学生	テスト勉強
11 学生	就寝

11 学生	横になってノートを読む
11 学生	布団を敷く
11 学生	部屋を片付ける
11 学生	歯磨き
11 学生	入浴
11 学生	お風呂に湯を入れる
11 学生	TV(ドラマ)
11 学生	コーヒー飲む
11 学生	テスト勉強
11 学生	パソコン(インターネット・メール)
11 学生	TV(バラエティ)
11 学生	洗い物をする
11 学生	夕食作る
11 学生	TV(ニュース)
11 学生	起床
11 学生	洗顔
11 学生	朝食
11 学生	テスト勉強
11 学生	コーヒーを作って飲む
11 学生	着替える
11 学生	TV(ドラマ)
11 学生	買い物(食品)
11 学生	学校を出る(帰る)
11 学生	生協で買い物
11 学生	友達と一緒にテスト勉強
11 学生	トイレ
11 学生	テスト
11 学生	夕食食べる
11 学生	夕食[友達と話しながら]
11 学生	テスト勉強
11 学生	昼食を買いに行く
11 学生	テスト
11 学生	通学
11 学生	TV(NHK連ドラ)
11 学生	化粧
11 学生	整容
11 学生	着替える
11 学生	空教室で友達と雑談
12 学生	授業 1
12 学生	登校
12 学生	着替え
12 学生	朝食
12 学生	起床
12 学生	昼食
12 学生	片付け
12 学生	就寝
12 学生	入浴
12 学生	勉強(パソコンにて)
12 学生	授業 2
12 学生	テレビ(ドラマ)
12 学生	休憩
12 学生	テレビ
12 学生	夕食
12 学生	夕食準備
12 学生	買い物
12 学生	おしゃべり
12 学生	グループで話し合い
12 学生	授業 3
12 学生	おしゃべり
12 学生	インターネット
13 学生	歯磨き
13 学生	洗顔
13 学生	台所片付け

13 学生	TV(目覚ましテレビ)
13 学生	朝食
13 学生	登校
13 学生	着替え
13 学生	休憩、居眠り
13 学生	テレビ
13 学生	勉強
13 学生	読書
13 学生	風呂
13 学生	テレビ
13 学生	片付け、掃除
13 学生	テレビ
13 学生	夕食準備
13 学生	買い物(スーパー)
13 学生	授業を受ける3
13 学生	休憩
13 学生	昼食(友達と)
13 学生	授業を受ける2
13 学生	昼食と買い物(生協)
13 学生	休憩
13 学生	授業を受ける1
13 学生	夕食
13 学生	就寝
13 学生	化粧
14 学生	就寝
14 学生	入浴
14 学生	TVドラマ
14 学生	インターネット
14 学生	目がさめる
14 学生	トイレ
14 学生	休憩・移動・談笑
14 学生	夕食
14 学生	夕食支度
14 学生	帰宅
14 学生	買い物
14 学生	バイト(音楽教室受付 け・ごみ捨て・電話応 対・月謝受け取りな ど))
14 学生	バイトへ行く
14 学生	インターネット
14 学生	授業
14 学生	片付け
14 学生	授業
14 学生	昼休み・昼食(らーめ ん)
14 学生	授業
14 学生	休憩・移動・談笑
14 学生	授業
14 学生	登校
14 学生	整髪
14 学生	着替え
14 学生	洗顔コンタクト
14 学生	帰宅
15 学生	学校へ行く
15 学生	生協でコピー
15 学生	テスト(発達障害)
15 学生	勉強
15 学生	昼食
15 学生	昼食を買いに生協
15 学生	勉強
15 学生	テスト(老年期障害学)
15 学生	勉強
15 学生	朝食をかう
15 学生	買い物[サティ]
15 学生	TV

15 学生	化粧
15 学生	髪を乾かす
15 学生	着替え
15 学生	入浴[シャワー]
15 学生	起床
15 学生	朝食
15 学生	入浴
15 学生	すいみん
15 学生	洗濯の予約
15 学生	勉強
15 学生	勉強
15 学生	郵便局でお金を下ろす
15 学生	風呂掃除
15 学生	ごみ捨て
15 学生	勉強(社会生活活動学 のテスト)
15 学生	夕食
15 学生	コンビニ
15 学生	テレビ(ニュース)
15 学生	テレビ(おじゃれ丸)
15 学生	昼寝
15 学生	おやつ
16 学生	登校
16 学生	朝食
16 学生	朝食の準備
16 学生	洗顔
16 学生	テレビ
16 学生	起床
16 学生	授業
16 学生	化粧、着替え
16 学生	バイト(電話の対応)
16 学生	就寝
16 学生	入浴
16 学生	レジユメ準備
16 学生	インターネット
16 学生	バイトから帰る
16 学生	バイトへ行く
16 学生	夕食
16 学生	買い物
16 学生	下校
16 学生	グループワーク
16 学生	授業
16 学生	昼食
16 学生	授業
16 学生	休憩(友達とおしゃべ り)
16 学生	テレビ
17 学生	洗顔
17 学生	テレビ(エクスプレス)
17 学生	目がさめる
17 学生	化粧
17 学生	着替え
17 学生	バイトへ行く
17 学生	寝る
17 学生	歯磨き。
17 学生	朝食の準備
17 学生	インターネット(e-メー ル)
17 学生	風呂
17 学生	テレビ(ドラマ)
17 学生	朝食・テレビ
17 学生	バイト(学習相談)
17 学生	夕食-ご飯味噌汁
17 学生	下校
17 学生	授業(ハンド)
17 学生	授業(発達)

17 学生	昼食-ラーメン
17 学生	授業(研究法)
17 学生	授業(老年期)
17 学生	登校
17 学生	歯磨き
17 学生	バイトからかえる
18 学生	風呂
18 学生	歯磨き
18 学生	パソコンでネット
18 学生	帰宅
18 学生	夕食
18 学生	バイト
18 学生	パソコンでネット
18 学生	帰宅
18 学生	スーパーで買い物
18 学生	授業
18 学生	寝る
18 学生	授業
18 学生	昼食
18 学生	起床、朝の支度
18 学生	休憩
19 学生	就寝
19 学生	編み物
19 学生	読書
19 学生	歯磨き
19 学生	ストレッチ
19 学生	朝食
19 学生	更衣
19 学生	音楽を聴く
19 学生	コーヒーを飲む
19 学生	レポート
19 学生	洗顔
19 学生	布団をたたむ
19 学生	起床
19 学生	先輩と実習の話
19 学生	ウインドウショッピング
19 学生	食事の後片付け
19 学生	テレビ(バラエティ)
19 学生	夕食
19 学生	料理
19 学生	洗顔
19 学生	帰宅
19 学生	更衣
19 学生	メイク・スタイリング
19 学生	更衣
19 学生	学校へ行く
19 学生	バイトへ
19 学生	本を借りる
19 学生	図書館へ
19 学生	(外出の)準備
19 学生	レポート
19 学生	テレビを見ながら昼食
19 学生	途中で買い物
19 学生	家へ帰る
19 学生	アルバイト
19 学生	入浴
20 学生	登校
20 学生	アルバイト(スキー洋品店、 ウェア販売)販売・接 客・倉庫整理・商品出し
20 学生	授業
20 学生	休憩(友達と談笑)
20 学生	授業
20 学生	学校へ
20 学生	昼食準備・昼食(うどん)

	ん)
20 学生	昼休み(自宅へ戻る)
20 学生	授業
20 学生	授業
20 学生	夕食、片付け
20 学生	歯磨き、洗顔、洗髪、化粧着替え
20 学生	朝食(パン、牛乳)
20 学生	朝食準備
20 学生	トイレ
20 学生	目がさめる
20 学生	休憩(友達と談笑)
20 学生	帰宅
20 学生	夕食準備
20 学生	就寝
20 学生	就寝準備
20 学生	パソコン
20 学生	入浴
20 学生	友人と電話
20 学生	テレビ、雑誌を読む
21 学生	着がえ
21 学生	就寝
21 学生	風呂
21 学生	授業
21 学生	TV(ドラマ)
21 学生	帰宅(自転車)
21 学生	バイト(家庭教師)
21 学生	バイトへ(自転車)
21 学生	夕食
21 学生	夕食支度
21 学生	TV(ドラマ)
21 学生	買い物(食物)
21 学生	明日の準備
21 学生	休憩
21 学生	帰宅(自転車)
21 学生	洗顔
21 学生	授業
21 学生	昼食
21 学生	授業
21 学生	買い物(昼食)
21 学生	授業
21 学生	大学へ自転車で
21 学生	着がえ
21 学生	朝食
21 学生	TV(ニュース)
21 学生	暖房
21 学生	目が覚める
21 学生	湯わかす
22 学生	授業(テスト)
22 学生	移動
22 学生	ゴミ出し
22 学生	着替え
22 学生	整容
22 学生	目が覚める
22 学生	コーヒー
22 学生	夕食作り
22 学生	牛乳
22 学生	テスト勉強
22 学生	テレビ(バラエティ)
22 学生	整容(ドライヤー)
22 学生	入浴
22 学生	コーヒー
22 学生	居眠り
22 学生	テスト勉強
22 学生	テスト勉強

22 学生	夕食
22 学生	雑談
22 学生	TV(再放送ドラマ、ニュース、アニメ、バラエティ)
22 学生	片付け
22 学生	昼寝
22 学生	移動
22 学生	授業(テスト)
22 学生	テスト勉強
22 学生	昼食
22 学生	買い物
22 学生	パソコン(メールチェック)
22 学生	就寝
23 学生	身じたく
23 学生	居眠り
23 学生	就寝
23 学生	本を読む
23 学生	お茶を飲む
23 学生	インターネット
23 学生	TV
23 学生	入浴
23 学生	夕食
23 学生	TV(ドラマ、ニュース)
23 学生	本を読む
23 学生	洗濯をする
23 学生	買い物に行く
23 学生	昼食
23 学生	学校
23 学生	学校へ行く
23 学生	勉強
23 学生	目がさめる
24 学生	勉強
24 学生	朝食の仕度
24 学生	目が覚める
24 学生	整容
24 学生	更衣
24 学生	インターネット
24 学生	TV(バラエティ)
24 学生	TV(ドラマ)
24 学生	入浴
24 学生	後かたづけ
24 学生	TV(音楽番組)
24 学生	夕食
24 学生	夕食の仕度
24 学生	朝食
24 学生	談話(友達と)
24 学生	就寝
24 学生	講義
24 学生	休憩(談話)
24 学生	休憩(教室移動)
24 学生	講義
24 学生	昼食
24 学生	講義
24 学生	休憩(談話)
24 学生	休憩(教室移動)
24 学生	大学で講義を受ける。(5/1w)
24 学生	夕食の買い物
25 学生	授業
25 学生	就寝
25 学生	入浴
25 学生	友達と電話
25 学生	勉強
25 学生	テレビ(NEWS)

25 学生	夕食
25 学生	夕食準備
25 学生	パソコン
25 学生	昼食
25 学生	授業
25 学生	登校
25 学生	身じたく
25 学生	TV(NEWS)
25 学生	片付け
25 学生	朝食
25 学生	朝食準備
25 学生	買い物
25 学生	起床
26 学生	起床
26 学生	身だしなみを整える
26 学生	部活(吹奏楽部)
26 学生	就寝
26 学生	漫画を読む
26 学生	友人に手紙(メモ)を書く
26 学生	入浴
26 学生	漫画を読む
26 学生	TV(音楽番組)
26 学生	塾
26 学生	エレクローンの練習
26 学生	朝食
26 学生	下校
26 学生	洗顔・コンタクトをつける
26 学生	学級活動
26 学生	清掃
26 学生	授業
26 学生	昼休み
26 学生	給食
26 学生	給食準備
26 学生	授業
26 学生	通学
26 学生	夕食
27 高齢者	洗面
27 高齢者	仕事 受付(入浴の)
27 高齢者	夕食準備
27 高齢者	帰宅
27 高齢者	お仕事(風呂掃除)
27 高齢者	出る
27 高齢者	編み物など手芸
27 高齢者	就寝
27 高齢者	TVを見ながら(ニュース、ワイドショー)
27 高齢者	昼食(ご飯、おかず)夫と
27 高齢者	帰宅、スーパーで買い物
27 高齢者	片付け
27 高齢者	バイクで行く
27 高齢者	家を出る準備
27 高齢者	新聞を読む(広告など)
27 高齢者	そうじ
27 高齢者	洗濯機
27 高齢者	TV(NHK、ニュース)
27 高齢者	朝食(自分パンとコーヒー、夫ご飯とみそ汁)
27 高齢者	帰宅、昼食準備(簡単に)
27 高齢者	洗濯物しまう
27 高齢者	夕食

27 高齢者	寝る
	横になってTVを見る (布団)にはいる、ニュー
27 高齢者	ーステーション
27 高齢者	入浴
27 高齢者	起床
27 高齢者	朝食準備
28 高齢者	昼食
28 高齢者	寝る
28 高齢者	後かたづけ
	テレビを見る(スポーツ、
28 高齢者	娯楽)
28 高齢者	夕食
28 高齢者	風呂
28 高齢者	夕食の仕度
28 高齢者	新聞を読む、読書
28 高齢者	掃除
28 高齢者	健康体操(月・木)
28 高齢者	朝食
28 高齢者	ラジオ体操
28 高齢者	ウォーキング
28 高齢者	起床
	テレビを見る(徹子の部
28 高齢者	屋)
29 高齢者	入浴(毎日ではない)
29 高齢者	家事(洗濯)
29 高齢者	入眠
29 高齢者	休憩(テレビ見て)
29 高齢者	片付け
29 高齢者	食事
29 高齢者	食事の支度
	庭の手入れ(水まき、落
29 高齢者	ち葉掃き)
	買い物しながら、帰宅
	(途中で食事することも
29 高齢者	ある)
29 高齢者	病院へ行く(整形)
29 高齢者	睡眠
29 高齢者	食事(仕度・片付け)
29 高齢者	家事(掃除)
29 高齢者	起床
30 高齢者	本屋へ
	バザーへ(バスで駅の方
30 高齢者	に)
30 高齢者	新聞をスクラップ
	洗濯を干す(妻の手伝
30 高齢者	い)
30 高齢者	TV
30 高齢者	朝食
30 高齢者	洗顔
30 高齢者	目が覚める
30 高齢者	TV見る
30 高齢者	パソコン
30 高齢者	就寝
30 高齢者	帰宅
	TV(ニュース、スポーツ
	ニュース;カーブのチェ
30 高齢者	ック)
	昼食(妻が用意したも
	の、TV見ながら、思い
30 高齢者	っきりテレビ)
	TV(ビデオ、おもいき
	りテレビが見られない
30 高齢者	時に、録画しておく)
	食事(妻が用意したも
30 高齢者	の+ビール)
30 高齢者	入浴

30 高齢者	ニュース(ローカル)
30 高齢者	パソコン学習
	洗濯物の取り入れ(量
30 高齢者	んで納める)
30 高齢者	読書(鉄道の本)
	パソコン学習(クラシッ
30 高齢者	ク演奏を聴きながら)
30 高齢者	カメラ雑誌を読む
31 高齢者	朝食準備
31 高齢者	仕事(新聞配達)
31 高齢者	出勤(バイク)
31 高齢者	洗顔
31 高齢者	歯磨き
31 高齢者	おやつ(牛乳、フルーツ)
31 高齢者	着替え
31 高齢者	洗濯
31 高齢者	朝食
31 高齢者	昼寝
31 高齢者	お風呂
31 高齢者	TV
31 高齢者	夕食
31 高齢者	夕食準備
31 高齢者	体操
	洗濯取り込み、片つけ
31 高齢者	る
31 高齢者	新聞読む
31 高齢者	就寝
31 高齢者	休憩(TV等)
31 高齢者	後片づけ
31 高齢者	昼食
31 高齢者	調理
31 高齢者	TV(NHKの番組)
31 高齢者	体操
31 高齢者	洗濯干し
31 高齢者	妻を仕事場へ車で送る
31 高齢者	掃除
	買い物(食料品、日用
31 高齢者	品)
31 高齢者	片づけ
31 高齢者	薬を塗る等
32 高齢者	花の勉強
32 高齢者	かんぶまさつ
32 高齢者	TV
32 高齢者	習字
32 高齢者	TV
32 高齢者	食事
32 高齢者	夕食準備
32 高齢者	TVゲーム
32 高齢者	買い物
32 高齢者	TV
32 高齢者	掃除
32 高齢者	就寝
32 高齢者	家の中で針仕事
32 高齢者	洗濯
32 高齢者	TV
32 高齢者	食事
32 高齢者	食事準備
32 高齢者	ラジオ体操
32 高齢者	ウォーキング
32 高齢者	みじたく整える
32 高齢者	茶、ココア、水
32 高齢者	食事
33 高齢者	炊事
33 高齢者	後片付け
33 高齢者	テレビ
33 高齢者	夕食

33 高齢者	テレビ
33 高齢者	炊事
33 高齢者	テレビ
33 高齢者	買い物
33 高齢者	後片付け
33 高齢者	昼食
33 高齢者	テレビ
33 高齢者	テレビ
33 高齢者	後片付け
33 高齢者	掃除
33 高齢者	洗濯
33 高齢者	朝食
33 高齢者	テレビ
33 高齢者	着替え
33 高齢者	炊事
33 高齢者	テレビ
33 高齢者	入浴
33 高齢者	歯磨き
33 高齢者	就寝
33 高齢者	洗面
34 高齢者	テレビ
34 高齢者	就寝
34 高齢者	入浴
34 高齢者	新聞
34 高齢者	テレビ
34 高齢者	片付け
34 高齢者	孫と遊ぶ
34 高齢者	かいもの
34 高齢者	仕事
34 高齢者	仕事
34 高齢者	昼休み(お弁当)
34 高齢者	仕事
34 高齢者	仕事
34 高齢者	朝食
34 高齢者	食事
35 高齢者	洗濯
35 高齢者	夕食準備
35 高齢者	就寝
35 高齢者	体操
35 高齢者	化粧
35 高齢者	お風呂
35 高齢者	テレビ
35 高齢者	夕食
35 高齢者	犬の世話
35 高齢者	テレビ
35 高齢者	庭掃除
35 高齢者	テレビ
35 高齢者	昼食
35 高齢者	昼食準備
	おしゃべり(近所の方
	と)
35 高齢者	買い物
35 高齢者	家事
35 高齢者	朝食
35 高齢者	掃除
35 高齢者	家事(朝食準備)
35 高齢者	ウォーキング(高城へ)
35 高齢者	着替え
36 主婦	就寝
36 主婦	テレビ
36 主婦	洗顔
36 主婦	着替え
36 主婦	テレビ
36 主婦	会場付近で散歩
36 主婦	入浴

36 主婦 片付け
 36 主婦 テレビ
 36 主婦 夕食
 36 主婦 料理
 36 主婦 布団を取り入れる
 36 主婦 家へ帰る
 36 主婦 友たちとおしゃべり
 36 主婦 料理
 36 主婦 健康食品の話聞く
 36 主婦 朝食
 36 主婦 歩いて移動
 36 主婦 昼食
 36 主婦 テレビ
 36 主婦 庭弄り
 36 主婦 おしゃべり
 36 主婦 掃除
 36 主婦 布団干し
 36 主婦 片付け
 36 主婦 友たちの家へ歩いていく
 37 高齢者 テレビ
 37 高齢者 就寝
 37 高齢者 テレビ
 37 高齢者 お風呂
 37 高齢者 テレビ
 37 高齢者 食事
 37 高齢者 余暇があれば外で掃除
 37 高齢者 友達の行き来
 37 高齢者 食事
 37 高齢者 食事の準備
 37 高齢者 新聞
 37 高齢者 掃除
 37 高齢者 洗濯
 37 高齢者 食事
 37 高齢者 食事の準備
 37 高齢者 食事のたく
 38 高齢者 整容
 38 高齢者 起床
 38 高齢者 ラジオを聞く(NHK)
 38 高齢者 やかんを火にかける
 38 高齢者 昼食の準備
 38 高齢者 寝る
 38 高齢者 風呂
 38 高齢者 夕食
 38 高齢者 風呂を沸かす
 38 高齢者 読書
 38 高齢者 散歩
 38 高齢者 電車で呉へ
 38 高齢者 海田市駅まで歩く
 38 高齢者 着替え
 38 高齢者 昼食
 38 高齢者 ストープをつける
 38 高齢者 買い物に出かける
 38 高齢者 家の掃除
 38 高齢者 帰宅
 38 高齢者 仕事
 38 高齢者 仕事に出かける
 38 高齢者 朝食
 38 高齢者 朝食の準備
 38 高齢者 その日の予定を書く
 38 高齢者 食べ物がいたまないよ
 うに調理する
 38 高齢者 1-2 時間おきにトイレに
 行く
 39 高齢者 水を飲む
 39 高齢者 昼食

39 高齢者 就寝
 39 高齢者 歯磨き
 39 高齢者 絵手紙
 39 高齢者 テレビ
 39 高齢者 夕食
 39 高齢者 夕食準備
 39 高齢者 歯磨き
 39 高齢者 昼食準備
 39 高齢者 買物
 39 高齢者 洗濯
 39 高齢者 歯磨き
 39 高齢者 朝食
 39 高齢者 入浴
 39 高齢者 朝食準備
 39 高齢者 新聞
 39 高齢者 友人宅へ
 39 高齢者 洗面
 40 労働者 就寝
 40 労働者 風呂
 40 労働者 金銭管理
 40 労働者 片づけ
 40 労働者 炊事
 40 労働者 テレビ
 40 労働者 更衣
 40 労働者
 40 労働者 ゴミだし
 40 労働者 炊事
 40 労働者 風呂掃除
 40 労働者 テレビ(すもう)コーヒー
 40 労働者 買い物(徒歩)
 40 労働者 仕事
 40 労働者 片つける
 40 労働者 洗濯とりこみ
 40 労働者 就寝
 40 労働者 新聞、暖房
 40 労働者 昼食
 40 労働者 夕食
 40 労働者 片つける(掃除)
 40 労働者 仕事
 40 労働者 洗濯干す
 40 労働者 仕事
 40 労働者 庭掃除
 40 労働者 洗濯
 40 労働者 テレビ
 40 労働者 朝食
 40 労働者 炊事
 40 労働者 テレビ
 41 高齢者 テレビ連続小説
 41 高齢者 縫い物やそうじ(外、玄
 関)
 41 高齢者 近所の人と話をしたり、
 花を見たり
 41 高齢者 買い物
 41 高齢者 テレビみのもんだ
 41 高齢者 テレビ NHK
 41 高齢者 昼食
 41 高齢者 昼食支度+そうじ
 41 高齢者 本を読んだり、琴を弾く
 41 高齢者 テレビ生活情報
 41 高齢者 夕食
 41 高齢者 朝食
 41 高齢者 お経をあげる
 41 高齢者 洗濯
 41 高齢者 朝食仕度
 41 高齢者 ジョギング(ご主人と)

41 高齢者 洗濯物とりいれる
 41 高齢者 夕食支度
 41 高齢者 就寝
 41 高齢者 テレビ、大正琴
 41 高齢者 入浴
 41 高齢者 夕食片付け
 41 高齢者 テレビ柏村さんの
 42 主婦 花を活ける
 42 主婦 TV
 42 主婦 昼食
 42 主婦 休憩
 42 主婦 仕事(洋裁)
 42 主婦 コーヒー
 42 主婦 移動
 42 主婦 体操
 42 主婦 移動
 42 主婦 TV
 42 主婦 掃除
 42 主婦 朝食
 42 主婦 洗面
 42 主婦 化粧
 42 主婦 仕事(洋裁)
 42 主婦 休憩
 42 主婦 趣味(手芸)
 42 主婦 新聞
 42 主婦 洗濯
 42 主婦 風呂
 42 主婦 朝食準備
 42 主婦 片づけ
 42 主婦 歯磨き
 42 主婦 夕食
 42 主婦 夕食の準備
 42 主婦 歯磨き
 43 主婦 整骨院
 43 主婦 整骨院へ(徒歩)
 43 主婦 体操
 43 主婦 徒歩で体操へ
 43 主婦 洗濯物を干す
 43 主婦 朝食
 43 主婦 料理
 43 主婦 料理
 43 主婦 洗顔
 43 主婦 TVを見る(思いっきりテ
 レビ)
 43 主婦 着替え
 43 主婦 ビアノ弾く
 43 主婦 ストレッチ
 43 主婦 TV をみる(ニュース、ド
 ラマ、NHK 特集)本の日
 もある
 43 主婦 入浴
 43 主婦 家へ(徒歩)
 43 主婦 夕食
 43 主婦 料理
 43 主婦 そろばん教室で教える
 43 主婦 新聞・本を読む
 43 主婦 おやつ(作って)
 43 主婦 料理
 43 主婦 着替え
 43 主婦 買い物に行く(散歩兼)
 43 主婦 TV を見る(NHK)
 43 主婦 昼食
 43 主婦 片づけ
 44 主婦 家の片づけしたり
 44 主婦 絵描きながら

44 主婦	洋裁しながら
44 主婦	テレビ見ながら
44 主婦	子供が帰宅するまで待っている
44 主婦	夕食
44 主婦	夕食準備(5:30~)
44 主婦	TV(NHKor 徹子の部屋)を見たり
44 主婦	絵を描いたり
44 主婦	洋裁したり
44 主婦	せっけん使っていない水は庭へ
44 主婦	庭いじり(5分は草むしり)
44 主婦	合間をぬって新聞読んだり
44 主婦	食事
44 主婦	TV(みのもんだ)見ながら
44 主婦	お昼の準備
44 主婦	TV(柏村 今晚の一品)
44 主婦	煮込みのおかずを作りながら
44 主婦	絵を描きながら
44 主婦	洋裁しながら
44 主婦	TV つけたままで
44 主婦	TV(朝ドラ)
44 主婦	洗濯しながら
44 主婦	掃除しながら
45 主婦	朝食
45 主婦	朝食・弁当の仕度
45 主婦	TV
45 主婦	昼寝
45 主婦	入浴
45 主婦	おしゃべり
45 主婦	主人の夕食
45 主婦	片づけ
45 主婦	こたつで
45 主婦	夕食
45 主婦	夕食の仕度
45 主婦	後かたづけ
45 主婦	夕食の仕度
45 主婦	みんなを送り出す
45 主婦	片づけ
45 主婦	昼食
45 主婦	洗濯
45 主婦	掃除
45 主婦	おやつを食べる
45 主婦	買い物
45 主婦	実家へ行く
45 主婦	こたつで休む
45 主婦	空城山を歩く
45 主婦	就寝
46 労働者	朝食
46 労働者	洗顔
46 労働者	仕事再開
46 労働者	片付け(食器)
46 労働者	新聞
46 労働者	TV(news, ドラマ, nhk など)
46 労働者	夕食(夫と一緒に)
46 労働者	トイレ、休憩(おやつ)
46 労働者	帰宅(徒歩、電車)
46 労働者	終了、トイレ
46 労働者	風呂
46 労働者	休憩

46 労働者	睡眠
46 労働者	休憩(トイレ、新聞)
46 労働者	朝食(牛乳、パン、フルーツ)
46 労働者	仕事再開
46 労働者	休憩(おやつ)
46 労働者	仕事開始
46 労働者	学校(職場)につく、ふ
46 労働者	きそうじ
46 労働者	出勤(夫の車で)
46 労働者	着替え
46 労働者	整容
46 労働者	仕事再開
46 労働者	居眠り
47 高齢者	新聞(声)、広告
47 高齢者	TV NHK 教育
47 高齢者	日記、家計簿
47 高齢者	TV NHK
47 高齢者	曾孫と遊ぶ
47 高齢者	入浴 各晩(娘の家で)
47 高齢者	夕食
47 高齢者	さんぼ
47 高齢者	テレビ
47 高齢者	そうじ
47 高齢者	昼食
47 高齢者	スーパーに買い物(卵)
47 高齢者	新聞
47 高齢者	テレビ NHK あすか
47 高齢者	朝食
47 高齢者	食事準備
47 高齢者	テレビ NHK 暖房
47 高齢者	夕食の支度
48 高齢者	お経を唱える
48 高齢者	睡眠
48 高齢者	ジョギング記録
48 高齢者	家計簿を付ける
48 高齢者	テレビを見る
48 高齢者	テレビを見る
48 高齢者	会報を配る
48 高齢者	夕飯の支度(おでん)
48 高齢者	昼食
48 高齢者	テレビを見る
48 高齢者	夕食の支度
48 高齢者	友達とお茶をする
48 高齢者	会報を配る
48 高齢者	朝食
48 高齢者	夕食(息子が来た)
48 高齢者	出かける準備
48 高齢者	朝食の準備
48 高齢者	体操
48 高齢者	走る
49 高齢者	片づけ
49 高齢者	朝食
49 高齢者	テレビ
49 高齢者	家事、洗濯
49 高齢者	昼食(夫と)
49 高齢者	睡眠
49 高齢者	掃除
49 高齢者	庭いじり
49 高齢者	風呂
49 高齢者	テレビ(NHK)
49 高齢者	談話(夫と)
49 高齢者	後片づけ
49 高齢者	夕食(夫と)
49 高齢者	夕食の支度

49 高齢者	談話(近所の人と)
49 高齢者	テレビ(NHK、ニュースなど)
50 学生	読書
50 学生	睡眠
50 学生	eメールチェック
50 学生	テレビ(ドラマ)
50 学生	宿題
50 学生	入浴
50 学生	猫にえさ
50 学生	夕食
50 学生	帰宅
50 学生	アルバイト
50 学生	授業
50 学生	喫茶店で時間つぶし
50 学生	昼食、休憩
50 学生	授業
50 学生	通学
50 学生	身支度
50 学生	テレビ(ズームイン朝)
50 学生	新聞
50 学生	朝食
50 学生	部屋掃除
50 学生	猫のえさ
50 学生	移動
51 労働者	自室で座った仕事
51 労働者	トイレ
51 労働者	湯沸かし
51 労働者	通勤移動
51 労働者	ゴミ出し
51 労働者	食事
51 労働者	ストーブ
51 労働者	着替え
51 労働者	採点試験
51 労働者	新聞を読む
51 労働者	食事
51 労働者	就寝
51 労働者	歯磨き
51 労働者	トイレ
51 労働者	読書、調べもの、パソコンを打つ
51 労働者	トイレ
51 労働者	試験の採点
51 労働者	食事
51 労働者	会話
51 労働者	修士審査
51 労働者	採点
51 労働者	本を読む
51 労働者	採点
51 労働者	修士審査
51 労働者	論文指導
51 労働者	修士審査
51 労働者	論文指導
52 主婦	夕食準備
52 主婦	TV
52 主婦	夕食
52 主婦	TV
52 主婦	夕食準備
52 主婦	お風呂掃除
52 主婦	犬の散歩
52 主婦	洗濯物を入れてたたむ
52 主婦	後かたづけ
52 主婦	洗濯物干し
52 主婦	TV
52 主婦	入浴

52 主婦 食器乾燥機で乾いた皿を食器棚へ
 52 主婦 買い物
 52 主婦 掃除
 52 主婦 犬の散歩
 52 主婦 TV(あすか)
 52 主婦 後かたづけ
 52 主婦 掃除
 52 主婦 昼食
 52 主婦 片づけ
 52 主婦 TV
 52 主婦 就寝
 52 主婦 TV
 52 主婦 洗面
 52 主婦 朝食
 52 主婦 TV
 52 主婦 朝食の準備
 52 主婦 洗濯
 52 主婦 暖房
 52 主婦 起床
 52 主婦 洗濯
 53 主婦 身支度
 53 主婦 昼食
 53 主婦 昼食の支度
 53 主婦 買い物
 53 主婦 掃除
 53 主婦 洗濯を干す
 53 主婦 着替え
 53 主婦 新聞を読む
 53 主婦 朝食
 53 主婦 洗濯の水入れ
 53 主婦 朝食の支度
 53 主婦 トイレ
 53 主婦 湯沸し
 53 主婦 起床
 53 主婦 TV(ニュース)
 53 主婦 買い物をして帰る
 53 主婦 仕事へ行く
 53 主婦 空いている時間でキルトをする
 53 主婦 寝る
 53 主婦 風呂
 53 主婦 本か新聞を読む
 53 主婦 後片付け
 53 主婦 夕食
 53 主婦 夕食の支度
 53 主婦 洗濯物を入れる、たたむ
 53 主婦 仕事(学童保育)
 54 労働者 起床
 54 労働者 日常業務(顧客折衝)
 54 労働者 ミーティング(部下との)
 54 労働者 社内清掃
 54 労働者 出社
 54 労働者 通勤
 54 労働者 身だしなみを整える
 54 労働者 新聞を読む
 54 労働者 日常業務(伝票監査)
 54 労働者 朝食準備
 54 労働者 日常業務(来客挨拶)
 54 労働者 朝食
 54 労働者 入浴
 54 労働者 就寝
 54 労働者 休憩
 54 労働者 歯磨き

54 労働者 日常業務(稟議書類検印)
 54 労働者 TV(NHK ニュース)
 54 労働者 食事
 54 労働者 食事準備
 54 労働者 帰宅
 54 労働者 退社
 54 労働者 翌日翌週計画策定見直し
 54 労働者 懸案事項確認・整備
 54 労働者 渉外行員ミーティング
 54 労働者 外訪活動(重要顧客)
 54 労働者 昼食、休憩
 54 労働者 翌日活動事項確認
 55 主婦 家族でゲームセンターで遊ぶ
 55 主婦 Tel で頼まれた仕事(法事のこと)
 55 主婦 Tel 話す
 55 主婦 本を読む(趣味)
 55 主婦 TV見る
 55 主婦 洗濯物を取り込む・畳む
 55 主婦 確定申告の整理をする
 55 主婦 TV見る(ドラマ)
 55 主婦 コーヒー飲む
 55 主婦 買い物
 55 主婦 夕食
 55 主婦 家族と外で昼食
 55 主婦 買い物
 55 主婦 子供を迎えに行く
 55 主婦 家(台所、玄関)掃除
 55 主婦 家族で買い物に出る
 55 主婦 親戚宅へ仏様を参りに行く
 55 主婦 子供を学校に送る
 55 主婦 コーヒー飲む
 55 主婦 帰宅
 55 主婦 家族と一緒にTV見る
 55 主婦 畑仕事
 55 主婦 就寝
 55 主婦 夕食準備
 55 主婦 家族と団らん
 55 主婦 読書
 55 主婦 洗濯物干す
 55 主婦 洗濯する
 55 主婦 風呂に入る
 55 主婦 風呂準備
 55 主婦 TV見る
 55 主婦 後始末
 55 主婦 片付け
 55 主婦 ゴミ出し
 55 主婦 朝食
 55 主婦 朝食を作る
 55 主婦 仏様、神様への礼拝
 55 主婦 起床
 55 主婦 洗濯物洗う・干す
 56 高齢者 昼食
 56 高齢者 身支度
 56 高齢者 洗濯
 56 高齢者 お風呂の掃除
 56 高齢者 歯磨き
 56 高齢者 食事
 56 高齢者 ご飯をたく
 56 高齢者 歯磨き
 56 高齢者 起床

56 高齢者 仕事
 56 高齢者 仕事
 56 高齢者 TV(TV 直言ニュース)
 56 高齢者 夕食準備
 56 高齢者 夕食
 56 高齢者 片付け
 56 高齢者 TV(目撃ドキュン、ニュース)
 56 高齢者 入浴
 56 高齢者 歯磨き
 56 高齢者 TV
 56 高齢者 TV
 56 高齢者 就寝
 57 高齢者 テレビ
 57 高齢者 みじたく
 57 高齢者 朝食
 57 高齢者 昼食
 57 高齢者 テレビ
 57 高齢者 ふろ
 57 高齢者 夕食
 57 高齢者 酒
 57 高齢者 テレビ
 57 高齢者 睡眠
 57 高齢者 歩きに行く
 58 高齢者 睡眠
 58 高齢者 家を出る(自転車、徒歩)
 58 高齢者 卓球
 58 高齢者 家に帰る(自転車、徒歩)
 58 高齢者 昼食作り
 58 高齢者 昼食
 58 高齢者 昼寝
 58 高齢者 テレビ(はぐれ刑事)
 58 高齢者 夕食支度
 58 高齢者 夕食(一人または孫)
 58 高齢者 テレビ(歌、景色などNHK)
 58 高齢者 夕食片づけ
 58 高齢者 テレビ(歌、景色などNHK)
 58 高齢者 片づけ
 58 高齢者 入浴(ストレッチ)
 58 高齢者 準備
 58 高齢者 着替え
 58 高齢者 弁当作り(2こ)
 58 高齢者 朝食作り
 58 高齢者 洗濯
 58 高齢者 朝食
 59 高齢者 買い物(友人と談笑)
 59 高齢者 起床
 59 高齢者 着替え・洗面
 59 高齢者 ウォーキング
 59 高齢者 帰宅・化粧
 59 高齢者 朝食準備
 59 高齢者 朝食
 59 高齢者 テレビ(朝ドラ)
 59 高齢者 洗濯(手洗い)
 59 高齢者 掃除(掃除機の不使用)
 59 高齢者 庭の手入れ
 59 高齢者 帰宅
 59 高齢者 買い物(自転車ですーへ)
 59 高齢者 就寝
 59 高齢者 夕食準備

59 高齢者 昼食
 テレビ(ニュース・笑っていいとも)
 新聞(朝刊・スポーツ新聞)を読む
 59 高齢者 庭の手入れ(草取り)
 59 高齢者 近くの公園の掃除
 59 高齢者 夕食準備
 テレビ(柏村さんのテレビを見ながら)
 59 高齢者 夕食(家族そろろう)・テレビ(夫と別々に見る)
 59 高齢者 テレビ(歌番組が好き・若い人の音楽)
 59 高齢者 テレビを見ながら台所の後片付け
 59 高齢者 就寝準備・テレビ(歌番組が好き)
 59 高齢者 入浴
 60 高齢者 編物
 60 高齢者 テレビ(なんでも鑑定団)
 60 高齢者 夕食
 60 高齢者 テレビ(笑点)
 60 高齢者 片付け
 60 高齢者 日記(兼家計簿)
 60 高齢者 テレビ(タケシムケン)
 60 高齢者 風呂
 60 高齢者 テレビ
 60 高齢者 就寝
 60 高齢者 散歩・買い物
 60 高齢者 新聞
 60 高齢者 夕食の仕度
 60 高齢者 起床
 60 高齢者 朝食
 60 高齢者 体操
 60 高齢者 掃除
 60 高齢者 新聞
 60 高齢者 お昼の仕度
 60 高齢者 お昼
 60 高齢者 テレビ(駅伝)
 60 高齢者 片付け
 60 高齢者 新聞
 60 高齢者 テレビ(ニュース)
 61 高齢者 散歩の途中買い物
 61 高齢者 料理
 61 高齢者 片付け
 61 高齢者 川柳を考える
 61 高齢者 入浴
 61 高齢者 お経を上げる
 61 高齢者 夕食
 61 高齢者 テレビ(NHKドラマBS)
 61 高齢者 テレビ見ながら食事の片付け
 61 高齢者 家計簿
 61 高齢者 日記を書く
 61 高齢者 就寝
 61 高齢者 ラジオを聞きながら横になる
 61 高齢者 散歩(8000歩程)
 61 高齢者 洗濯物取り入れ
 61 高齢者 テレビ見ながら朝食
 61 高齢者 布団かたづけ
 61 高齢者 料理
 61 高齢者 洗濯
 61 高齢者 新聞を読む

テレビ(ワイドショー、料理、健康)
 61 高齢者 昼食
 61 高齢者 更衣
 61 高齢者 化粧
 61 高齢者 余った時間でテレビ(おもしろいテレビ)
 61 高齢者 徒歩で公民館へ
 61 高齢者 コーラス
 61 高齢者 家へ(徒歩で)
 61 高齢者 更衣
 61 高齢者 洗顔
 62 高齢者 歯磨き
 62 高齢者 就寝
 62 高齢者 夕食
 62 高齢者 起床
 62 高齢者 日記
 62 高齢者 テレビ
 62 高齢者 台所作業
 62 高齢者 新聞
 62 高齢者 朝食
 62 高齢者 歯磨き
 62 高齢者 空白
 62 高齢者 病院へ(手続き)
 62 高齢者 帰宅、朝食準備
 62 高齢者 食事
 62 高齢者 読書
 62 高齢者 テレビ(何となく)
 62 高齢者 入浴
 63 高齢者 2~3日に1回買い物(歩いて2~3分)
 63 高齢者 散歩
 63 高齢者 ラジオ体操
 63 高齢者 食事の仕度
 63 高齢者 テレビ(ニュース)
 63 高齢者 大正琴
 63 高齢者 ワープロ(主人の日記を打つ)
 63 高齢者 昼食
 63 高齢者 テレビ(ニュース)
 63 高齢者 大正琴
 63 高齢者 20~30分昼寝
 63 高齢者 夕食
 63 高齢者 風呂
 63 高齢者 ふとんに入ってテレビを見る(タイマーでテレビを切る。藤田まこと、ドラマ時代劇)
 63 高齢者 就寝
 63 高齢者 ワープロ(主人の日記を打つ)
 64 高齢者 パート(軽作業)
 64 高齢者 起床
 64 高齢者 朝食
 64 高齢者 身だしなみ
 64 高齢者 パート(軽作業)
 64 高齢者 小休憩
 64 高齢者 昼食
 64 高齢者 農業
 64 高齢者 休憩
 64 高齢者 帰宅
 64 高齢者 夕食
 64 高齢者 新聞を読む
 64 高齢者 テレビ(ニュース)
 64 高齢者 テレビ(ドラマ)
 64 高齢者 入浴

64 高齢者 就寝
 65 労働者 就寝
 65 労働者 片付け
 65 労働者 テレビを見る
 65 労働者 仕事に行く
 65 労働者 仕事
 65 労働者 帰宅
 65 労働者 洗濯取り込み
 65 労働者 買い物
 65 労働者 夕食準備
 65 労働者 夕食
 65 労働者 アイロンがけ
 65 労働者 テレビ
 65 労働者 洗濯物干す
 65 労働者 入浴
 65 労働者 洗顔
 65 労働者 起床
 65 労働者 食事準備
 65 労働者 朝食
 65 労働者 新聞を読む
 65 労働者 昼食
 65 労働者 洗い物
 65 労働者 昼食準備
 65 労働者 トイレ
 65 労働者 着替え
 65 労働者 化粧
 65 労働者 洗濯物を干す
 65 労働者 子供を起す
 65 労働者 朝食準備
 65 労働者 片付け
 65 労働者 洗濯
 65 労働者 仕事に行く
 65 労働者 仕事(事務)
 65 労働者 帰宅
 65 労働者 洗濯
 65 労働者 歯磨き
 66 労働者 昼食
 66 労働者 朝食準備
 66 労働者 朝食
 66 労働者 テレビ(ニュース)
 66 労働者 歯磨き
 66 労働者 更衣
 66 労働者 化粧
 66 労働者 通勤
 66 労働者 出勤
 66 労働者 更衣
 66 労働者 勤務
 66 労働者 起床
 66 労働者 雑談
 66 労働者 更衣
 66 労働者 残業
 66 労働者 雑談
 66 労働者 友人と電話
 66 労働者 食事の片付け
 66 労働者 就寝準備・就寝
 66 労働者 就寝
 66 労働者 洗濯物干し
 66 労働者 テレビ
 66 労働者 軽い食事
 66 労働者 入浴
 66 労働者 帰宅
 66 労働者 化粧直し
 66 労働者 勤務
 67 学生 入浴
 67 学生 雑談

67 学生	おやつ
67 学生	化粧
67 学生	更衣
67 学生	散歩
67 学生	夕食準備
67 学生	夕食
67 学生	妹を迎えに行く
67 学生	肌、髪の手入れ
67 学生	テレビドラマ
67 学生	e-mail
67 学生	電話
67 学生	読書
67 学生	就寝
67 学生	雑談
67 学生	基礎体温
67 学生	起床
67 学生	更衣
67 学生	洗顔
67 学生	朝食準備
67 学生	朝食
67 学生	朝食後片付け
67 学生	テレビ
67 学生	洗濯物たたみ
67 学生	洗濯
67 学生	新聞
67 学生	勉強
67 学生	昼食準備
67 学生	昼食
67 学生	昼食後片付け
67 学生	母を迎えに行く
67 学生	掃除
68 主婦	子どもを起こす
68 主婦	起床
68 主婦	両戸を開ける
68 主婦	洗顔・着替え
68 主婦	ダンベル体操
68 主婦	テレビドラマ
68 主婦	朝食準備
68 主婦	布団で手のマッサージ
68 主婦	雑談、おやつ
68 主婦	就寝
68 主婦	夕食
68 主婦	テレビドラマ
68 主婦	朝食
68 主婦	食後の雑談
68 主婦	片づけ
68 主婦	給油
68 主婦	掃除
68 主婦	トイレ掃除(タイル磨き)
68 主婦	家の片づけ
68 主婦	新聞
68 主婦	昼食準備
68 主婦	雑誌
68 主婦	片づけ
68 主婦	夕食片づけ
68 主婦	花の手入れ
68 主婦	洗濯物の取り入れ
68 主婦	テレビ
68 主婦	雑談
68 主婦	洗濯物たたみ
68 主婦	布団準備
68 主婦	お茶、おやつ
68 主婦	夕食準備
68 主婦	入浴
68 主婦	昼食

70 学生	TV(ニュース)
70 学生	片付け
70 学生	友人と電話
70 学生	TV(ドラマ)
70 学生	洗濯
70 学生	洗濯物を干す
70 学生	インターネット
70 学生	就寝
70 学生	夕食
70 学生	朝食
70 学生	ポットとする
70 学生	目がさめる
70 学生	授業
70 学生	身支度 TV
70 学生	歯磨き
70 学生	片付け
70 学生	登校
70 学生	授業
70 学生	買い物
70 学生	休憩
70 学生	授業
70 学生	休憩
70 学生	授業
70 学生	昼休憩
70 学生	お風呂に入る
70 学生	夕食準備
70 学生	掃除
70 学生	TV(娯楽)
71 学生	Email を書いて送る
71 学生	講義を受ける
71 学生	髪を洗う
71 学生	朝食の用意
71 学生	朝食
71 学生	睡眠
71 学生	シャワーを浴びる、就寝
71 学生	トイレに行く
71 学生	昼食を買いに行く
71 学生	講義を受ける
71 学生	昼食をとる
71 学生	講義を受ける
71 学生	友人と談笑する
71 学生	講義を受ける
71 学生	バイト先まで移動する
71 学生	バイト
71 学生	帰宅する(自転車)
71 学生	パソコンでE-mail チェック
71 学生	化粧をする
71 学生	着替える
71 学生	自転車で学校へ
72 労働者	片づけ
72 労働者	弁当作り
72 労働者	朝食作り
72 労働者	洗濯
72 労働者	着替え
72 労働者	洗顔、化粧
72 労働者	食事
72 労働者	通勤
72 労働者	仕事
72 労働者	通勤
72 労働者	着替え
72 労働者	食事の支度
72 労働者	TV(ぐるナイ、??アケスライ)
72 労働者	TV(たけしの誰でもピカ

72 労働者	雑誌
72 労働者	お酒のむ
72 労働者	マッサージ
72 労働者	お風呂
72 労働者	歯磨き
72 労働者	睡眠
72 労働者	食事
73 学生	勉強
73 学生	着替え
73 学生	洗顔
73 学生	授業の用意
73 学生	睡眠
73 学生	通学
73 学生	授業
73 学生	昼休み(昼食)
73 学生	授業
73 学生	移動
73 学生	晩ご飯を買う
73 学生	晩ご飯を食べる
73 学生	塾
73 学生	移動
73 学生	夜食
73 学生	入浴
73 学生	洗顔
73 学生	睡眠
74 労働者	入浴
74 労働者	夕食
74 労働者	着替え
74 労働者	晩酌
74 労働者	睡眠
74 労働者	テレビ
74 労働者	布団たたみ
74 労働者	洗顔
74 労働者	ゴミ出し
74 労働者	食事
74 労働者	子ども送り
74 労働者	通勤
74 労働者	仕事
74 労働者	昼食
74 労働者	散歩
74 労働者	仕事
74 労働者	通勤
75 労働者	仕事終了、バス
75 労働者	起床
75 労働者	朝食
75 労働者	着替え
75 労働者	テレビ
75 労働者	出勤
75 労働者	電車
75 労働者	徒歩で勤務地へ
75 労働者	お茶
75 労働者	仕事開始(授業)
75 労働者	10分休息
75 労働者	仕事
75 労働者	電車
75 労働者	帰宅、夕食、新聞、テレビ
75 労働者	読書
75 労働者	入浴
75 労働者	就寝(ラジオ)
75 労働者	昼食(外食)休息
76 高齢者	掃除
76 高齢者	アートフラワー(又は彫刻)

76 高齢者 犬の散歩
 76 高齢者 昼食、テレビ
 76 高齢者 買い物
 アートフラワー(又は彫刻)
 76 高齢者 洗濯物取り入れ
 76 高齢者 夕食の仕度
 76 高齢者 テレビ
 76 高齢者 夕食
 76 高齢者 片づけ、入浴
 76 高齢者 テレビ
 76 高齢者 就寝
 76 高齢者 洗濯
 76 高齢者 目覚める
 76 高齢者 犬の散歩
 76 高齢者 テレビ
 76 高齢者 朝食
 76 高齢者 身支度
 76 高齢者 テレビ
 77 学生 部活 後輩の指導
 77 学生 帰宅
 77 学生 夕食の準備
 77 学生 夕食
 77 学生 TVを見ながら
 77 学生 片付け
 77 学生 休息
 77 学生 友人と電話
 77 学生 TV
 77 学生 洗顔
 77 学生 部活の準備
 77 学生 就寝
 77 学生 授業
 77 学生 読書
 77 学生 TV
 77 学生 部活 自分の練習
 77 学生 目覚める
 77 学生 朝食
 77 学生 着替え
 77 学生 TV
 77 学生 登校(自転車)
 77 学生 授業
 77 学生 休息
 77 学生 授業
 77 学生 昼休み
 77 学生 昼食
 77 学生 シャワーを浴びる
 77 学生 整容
 78 学生 起床
 78 学生 休息
 78 学生 着替え
 78 学生 ウォーミングアップ
 78 学生 ストレッチ
 78 学生 ミーティング
 乗艇準備(ボート部の活動)
 78 学生 乗艇
 78 学生 艇の片付け
 78 学生 ミーティング
 78 学生 朝食
 78 学生 歯磨き
 自転車近くのスーパ
 78 学生 ーへパンを買いに行く
 78 学生 皿洗い
 78 学生 テレビ
 78 学生 昼寝

78 学生 起床
 78 学生 パンを食べる
 78 学生 着替え
 78 学生 ウォーミングアップ
 78 学生 ストレッチ
 78 学生 ミーティング
 乗艇準備(ボート部の活動)
 78 学生 乗艇
 78 学生 片付け
 78 学生 ミーティング
 78 学生 休息
 78 学生 シャワー
 78 学生 ストレッチ
 コンビニでおやつを買
 78 学生 い込む
 78 学生 テレビ
 78 学生 就寝
 78 学生 夕食
 79 学生 軽い運動
 79 学生 献立決め
 79 学生 食材の買い出し
 79 学生 スポーツ
 79 学生 おやつ
 79 学生 おしゃべり
 79 学生 昼寝
 79 学生 読書
 79 学生 夕食作り
 79 学生 夕食準備
 79 学生 夕食
 79 学生 休けい
 79 学生 ウェイトの記録
 79 学生 朝食
 79 学生 休けい
 79 学生 シャワー
 79 学生 体操
 79 学生 就寝準備
 79 学生 就寝
 79 学生 休けい(テレビなど)
 79 学生 食費収集
 79 学生 起床
 79 学生 身仕度
 79 学生 ノートチェック
 79 学生 読書
 79 学生 朝食作り
 食事準備(お皿に盛り
 79 学生 つけて並べる)
 80 労働者 通勤
 80 労働者 睡眠
 80 労働者 髪を乾かす
 80 労働者 風呂
 80 労働者 電話で友人と話す
 80 労働者 TV(娯楽)
 80 労働者 仕事
 80 労働者 夕食
 80 労働者 昼休み
 80 労働者 仕事
 80 労働者 通勤
 80 労働者 TV(ニュース)
 80 労働者 歯磨き
 80 労働者 ご飯
 80 労働者 化粧
 80 労働者 洗顔
 80 労働者 着替え
 81 主婦 通勤

81 主婦 入浴
 81 主婦 片づけ
 81 主婦 夕食
 81 主婦 食事の準備
 81 主婦 休憩
 81 主婦 着替え
 81 主婦 買い物
 81 主婦 仕事
 81 主婦 新聞
 81 主婦 TV(ニュース)
 81 主婦 身支度
 81 主婦 食事
 81 主婦 食事の支度
 81 主婦 通勤
 81 主婦 洗濯
 82 主婦 休憩
 82 主婦 風呂
 82 主婦 ご飯を食べる
 82 主婦 外で子供と遊ぶ
 82 主婦 お菓子をたべる
 82 主婦 子供を連れて自宅へ
 82 主婦 保育園へ迎えに行く
 82 主婦 仕事
 82 主婦 お昼ご飯
 82 主婦 仕事
 82 主婦 通勤
 82 主婦 子供を保育所に送る
 子供の世話(ご飯、着替
 82 主婦 え)
 82 主婦 化粧
 82 主婦 洗顔
 82 主婦 新聞
 82 主婦 ご飯を食べる
 82 主婦 休憩
 83 労働者 整髪
 83 労働者 タバコ
 83 労働者 更衣
 83 労働者 個別 OT
 83 労働者 帰宅路
 83 労働者 テニス
 83 労働者 TV
 83 労働者 テニスに行く
 83 労働者 テニスに行く準備
 83 労働者 帰宅路
 83 労働者 着替え
 83 労働者 カルテ書き
 83 労働者 飯
 83 労働者 片づけ
 83 労働者 TV
 83 労働者 集団 OT
 83 労働者 タバコ
 83 労働者 昼飯
 83 労働者 患者が来る
 83 労働者 打ち合わせ、申し送り
 83 労働者 整理
 OT 室のカーテンを開け
 83 労働者 る
 83 労働者 更衣
 83 労働者 タイムカードを押す
 83 労働者 仕事に行く
 83 労働者 タバコ
 83 労働者 風呂
 83 労働者 雑誌を読む
 83 労働者 タバコ
 84 主婦 睡眠

84 主婦 TV(くつろぎ)
84 主婦 風呂
84 主婦 夕食
84 主婦 食事の準備
84 主婦 アイロンがけ
84 主婦 洗濯物の取り込み
84 主婦 保育所へ迎えに行く
84 主婦 仕事
84 主婦 休憩
84 主婦 仕事
84 主婦 通勤
84 主婦 保育所に子供を送る
84 主婦 朝食
84 主婦 身支度
84 主婦 掃除
84 主婦 洗濯をする
84 主婦 ご飯の支度
85 学生 メールチェック
85 学生 布団を畳む
85 学生 TV(バラエティー)
85 学生 片づけ
85 学生 TV(バラエティー)
85 学生 夕食
85 学生 夕食の準備
85 学生 研究
85 学生 通勤
85 学生 サービス残業
85 学生 バイト
85 学生 通勤
85 学生 食器を洗う
85 学生 新聞
85 学生 TV(ニュース)
85 学生 朝食
85 学生 歯磨き
85 学生 TV(ドラマ)
85 学生 仕事
85 学生 TV(バラエティー)
85 学生 風呂
85 学生 洗顔
86 労働者 TV(娯楽)
86 労働者 睡眠
86 労働者 パソコン(ネットサーフィン)
86 労働者 TV(ドラマ)
86 労働者 ご飯
86 労働者 風呂(子供も入れる)
86 労働者 趣味の時間(読書 or パソコン) or TV ゲーム
86 労働者 家に帰る
86 労働者 仕事
86 労働者 昼寝
86 労働者 昼食
86 労働者 仕事
86 労働者 通勤
86 労働者 着替え
86 労働者 朝食
86 労働者 新聞
86 労働者 TV(情報番組)
86 労働者 整容
87 労働者 通勤
87 労働者 音楽を聴く
87 労働者 TV(ドラマ)
87 労働者 音楽を聴く
87 労働者 仕事
87 労働者 休憩

87 労働者 仕事
87 労働者 通勤
87 労働者 化粧
87 労働者 着替え
87 労働者 シャワー
87 労働者 風呂
89 労働者 起床
89 労働者 風呂
89 労働者 片づけ
89 労働者 食事
89 労働者 食事作り
89 労働者 帰宅
89 労働者 仕事
89 労働者 出勤
89 労働者 洗濯
89 労働者 シャワー
89 労働者 就寝
90 労働者 風呂
90 労働者 夕食(テレビも見ない)
90 労働者 就寝
90 労働者 帰宅
90 労働者 昼食(お弁当)
90 労働者 仕事
90 労働者 出勤
90 労働者 新聞を読む
90 労働者 起床
91 主婦 片づけ
91 主婦 就寝
91 主婦 テレビ(歌番組)
91 主婦 風呂・シャワー
91 主婦 ウォーキング
91 主婦 夕食
91 主婦 洗濯物入れ
91 主婦 テレビ(ワイドショー)
91 主婦 昼食
91 主婦 卓球
91 主婦 読書
91 主婦 コーヒータイム
91 主婦 掃除
91 主婦 のんびりしている
91 主婦 朝食
91 主婦 起床
91 主婦 夕食の仕度
92 主婦 起床
92 主婦 朝食
92 主婦 仕度(歯を磨く)
92 主婦 帰宅
92 主婦 就寝
92 主婦 読書
92 主婦 電話
92 主婦 メール
92 主婦 テレビ
92 主婦 お弁当を作る
92 主婦 夕食
92 主婦 街をぶらぶら
92 主婦 仕事
92 主婦 昼食
92 主婦 仕事
92 主婦 通勤
92 主婦 きがえる
92 主婦 仕度(化粧)
92 主婦 風呂
93 主婦 庭に水やり
93 主婦 風呂に入る
93 主婦 食器洗い

93 主婦 朝食の仕度
93 主婦 整容
93 主婦 起床
93 主婦 夕食の仕度
93 主婦 ウォーキング
93 主婦 テレビ(ニュース)
93 主婦 夕食の仕度
93 主婦 就寝
93 主婦 洗濯
93 主婦 ゴルフの練習
93 主婦 朝食
93 主婦 昼寝
93 主婦 読書
93 主婦 昼食
93 主婦 昼食の仕度
93 主婦 買い物
93 主婦 掃除
94 労働者 起床
94 労働者 新聞を読む
94 労働者 食事
94 労働者 保育園へ子供を送り
94 労働者 出勤
94 労働者 仕事
94 労働者 食事
94 労働者 昼食
94 労働者 帰宅
94 労働者 子供を風呂に入れる
94 労働者 寝かしつける
94 労働者 テレビ
94 労働者 読書など
94 労働者 就寝
94 労働者 仕事
95 労働者 テレビ見ながら
95 労働者 新聞を読む
95 労働者 テレビを見ながら
95 労働者 朝御飯を食べる
95 労働者 歯を磨く
95 労働者 通勤時間
95 労働者 仕事
95 労働者 シャワーをあびる
95 労働者 夕食
95 労働者 起床
95 労働者 インターネット
95 労働者 本を読む
95 労働者 就寝
96 労働者 新聞を読む
96 労働者 昼食
96 労働者 仕事(学生のゼミ)
96 労働者 仕事(学生のゼミ)
96 労働者 仕事(メールの返事を書く)
96 労働者 仕事(メールを見る)
96 労働者 出勤(JR1時間、バス 20分)
96 労働者 シャワー
96 労働者 テレビ(ニュース)
96 労働者 朝食
96 労働者 朝のパロックを聞く
96 労働者 起床
96 労働者 戸を開けて
96 労働者 仕事(事務書類を見に行く)
96 労働者 睡眠
96 労働者 休憩

	次の日の仕事の準備 (屋間のことを思い巡らし、必要なことは書きとめておく)
96 労働者	入浴
96 労働者	読書
96 労働者	食事
96 労働者	通勤時間
96 労働者	事務的な仕事
97 高齢者	勉強
97 高齢者	ニュースを見る
97 高齢者	朝食準備・朝食をとる
97 高齢者	仕事
97 高齢者	通勤
97 高齢者	テレビ
97 高齢者	勉強
97 高齢者	通勤
97 高齢者	夕食
97 高齢者	風呂
97 高齢者	睡眠
98 高齢者	居眠り
98 高齢者	テレビ(ニュース)
98 高齢者	昼食
98 高齢者	買い物
98 高齢者	草むしり
98 高齢者	夕食の支度
98 高齢者	台所片付け
98 高齢者	掃除
98 高齢者	洗濯
98 高齢者	夕刊を読む、切り抜く
98 高齢者	就寝
98 高齢者	一日のメモ
98 高齢者	風呂
98 高齢者	新聞
98 高齢者	TV(居眠りしながら)
98 高齢者	片付け
98 高齢者	テレビ(ニュース)
98 高齢者	夕食
98 高齢者	暖房を入れる、湯を沸かす
98 高齢者	着替える
98 高齢者	ストレッチ
98 高齢者	テレビを見る
98 高齢者	朝食
98 高齢者	化粧をする
98 高齢者	薬を飲む
98 高齢者	コーヒーを入れる
98 高齢者	ごみ捨て
99 主婦	後片付け
99 主婦	食事
99 主婦	夕食の支度
99 主婦	睡眠
99 主婦	パソコンをいじる
99 主婦	テレビを見ながらアイロンがけ
99 主婦	風呂に入る
99 主婦	パート勤務(郵便局)
99 主婦	通勤(徒歩で)
99 主婦	昼寝
99 主婦	ピアノを弾く
99 主婦	テレビを見る
99 主婦	新聞を読む
99 主婦	洗濯
99 主婦	食事
99 主婦	帰り道に買い物
99 主婦	パート勤務(商店)

家事	風呂掃除	TV	TV(ドラマ)	TV	TV をみる(ニュース、ドラマ、NHK 特集)本の日もある
家事	片つける(掃除)	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見ながら
家事	片付け、掃除	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見ながら(ニュース、ワイドショー)
家事	縫い物やそうじ(外、玄関)	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見る
家事	余暇があれば外で掃除	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見る
TV	TV	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見る
TV	NHK ニュース見つつ	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見る
TV	TV	TV	TV(ドラマ)	TV	TVを見る(NHK)
TV	TV	TV	TV(ドラマ、ニュース)	TV	TV を見る(思いっきりテレビ)
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	TV見る
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	TV見る
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	TV見る
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	TV見る(ドラマ)
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ニュース)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ニュース、スポーツニュース:カーブのチェック)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ニュース23)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ニュース or 娯楽)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(バラエティ)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(バラエティ)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(バラエティー)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(バラエティー)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(バラエティー)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(バラエティーのみ)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ビデオ、おもいっきりテレビが見られない時に、録画しておく)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(ブランド)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(みのもんだ)見ながら	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(音楽番組)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(居眠りしながら)	TV	テレビ
TV	TV	TV	TV(娯楽)	TV	テレビ
TV	TV NHK	TV	TV(娯楽)	TV	テレビ
TV	TV NHK 教育	TV	TV(娯楽)	TV	テレビ
TV	TV(3B 金八先生)	TV	TV(娯楽番組)	TV	テレビ
TV	TV(NEWS)	TV	TV(再放送)	TV	テレビ
TV	TV(News)	TV	TV(再放送ドラマ、ニュース、アニメ、バラエティ)	TV	テレビ
TV	TV(news、ドラマ、nhk など)	TV	TV(情報番組)	TV	テレビ
TV	TV(NHK、ニュース)	TV	TV(朝ドラ)	TV	テレビ
TV	TV(NHKor 徹子の部屋)を見たり	TV	TV(朝ドラ)	TV	テレビ
TV	TV(NHK ニュース)	TV	TV(朝ドラ)	TV	テレビ
TV	TV(NHK の番組)	TV	TV(柏村 今晚の一品)	TV	テレビ
TV	TV(NHK 連ドラ)	TV	TV(目覚ましテレビ)	TV	テレビ
TV	TV(TV 直言ニュース)	TV	TV(目撃ドキュン、ニュース)	TV	テレビ
TV	TV(あすか)	TV	TV(連ドラ)	TV	テレビ
TV	TV(あすか)	TV	TV(ドラマ)	TV	テレビ
TV	TV(うたばん)	TV	TV(ニュース)	TV	テレビ
TV	TV(くつろぎ)	TV	TV ゲーム	TV	テレビ
TV	TV(ぐるナイ、??アクセスライン)	TV	TV つけたままで	TV	テレビ
TV	TV(たけしの誰でもピカソ)	TV	TVドラマ	TV	テレビ
TV	TV(ドラマ)	TV	TV の消タイマーとエアコンの入りタイマーセットする	TV	テレビ
		TV		TV	テレビ

家族の世話	子ども送り
家族の世話	寝かしつける
家族の世話	子供を風呂に入れる
家族の世話	子供を迎えに行く
家族の世話	子供を学校に送る
家族の世話	家族でゲームセンターで遊ぶ
家族の世話	曾孫と遊ぶ
家族の世話	子供を起こす
家族の世話	子どもを起こす
神仏を拝む	お経をあげる
神仏を拝む	親戚宅へ仏様を参りに行く
神仏を拝む	仏様、神様への礼拝
神仏を拝む	お経を唱える
神仏を拝む	お経を上げる
下校	下校
下校	下校
寝る準備	就寝準備
寝る準備	就寝準備
寝る準備	就寝準備
寝る準備	就寝準備・就寝
寝る準備	就寝準備・テレビ(歌番組が好き)
タバコ	タバコ
晩酌	お酒のむ
晩酌	晩酌
晩酌	酒
翌日の準備	明日の準備
バザーへ(バスで駅の方に)	バザーへ(バスで駅の方に)
本屋へ行く	本屋へ
家の中で針仕事	家の中で針仕事
学校	学校
牛乳	牛乳
給食	給食
学級活動	学級活動
給食準備	給食準備
手紙	友人に手紙(メモ)を書く
金銭管理	金銭管理
掃省	突家へ行く
せっけん使っていない水は庭へ	せっけん使っていない水は庭へ
そろばん教室で教える	そろばん教室で教える
会場付近で散歩	会場付近で散歩
健康食品の話聞く	健康食品の話聞く
水を飲む	水を飲む
ラジオを聞く	ラジオを聞く(NHK)
その日の予定を書く	その日の予定を書く
海田市駅まで歩く	海田市駅まで歩く
掲示板を見る	掲示板を見る
お菓子づくり	お菓子づくり
外食	お店で食事と飲み
広島駅から自転車	広島駅から自転車
車で学校へ	車で学校へ
駅まで歩く	駅まで歩く

駅から自宅まで歩く	駅から自宅まで歩く
服の用意	服の用意
教室移動	教室移動
パンを焼く	パンを焼く
教室移動	教室移動
グループワーク	グループワーク
グループで話し合い	グループで話し合い
横になってノートを読む	横になってノートを読む
生協でコピー	生協でコピー
ミーティング(部下との)	ミーティング
ウォーミングアップ	ウォーミングアップ
パンを食べる	パンを食べる
ミーティング(部下との)	ミーティング
ノートチェック	ノートチェック
ミーティング(部下との)	ミーティング
ミーティング(部下との)	ミーティング
ミーティング(部下との)	ミーティング
お菓子をたべる	お菓子をたべる
ウエイトの記録	ウエイトの記録
スポーツ	スポーツ
献立決め	献立決め
	食費収集
ポーっとする	ポーっとする
仕事終了、バス	仕事終了、バス
戸を開けて	戸を開けて
街をぶらぶら	街をぶらぶら
一日のメモ	一日のメモ
研究	研究
OT 室のカーテンを開ける	OT 室のカーテンを開ける
個別 OT	個別 OT
集団 OT	集団 OT
患者が来る	患者が来る
整理	整理
タイムカードを押す	タイムカードを押す
打ち合わせ、申し送り	打ち合わせ、申し送り
カルテ書き	カルテ書き
テニス	テニス
テニスに行く準備	テニスに行く準備
社内清掃	社内清掃
出社	出社
	翌日翌週計画策定見直し
	翌日活動事項確認
ミーティング(部下との)	ミーティング(部下との)
退社	退社
懸案事項確認・整備	懸案事項確認・整備
渉外行員ミーティング	渉外行員ミーティング
外訪活動(重要顧客)	外訪活動(重要顧客)
家族団楽	家族と一緒にTV見る
家族団楽	家族と団らん
家族と外食	家族と外で昼食
Tel で頼まれた仕事(法事のこと)	Tel で頼まれた仕事(法事のこと)

と)	
確定申告の整理をする	確定申告の整理をする
会報を配る	会報を配る
会報を配る	会報を配る
	終了、トイレ
	自室で座った仕事
給油	給油
雨戸を開ける	雨戸を開ける
基礎体温	基礎体温
近くの公園の掃除	近くの公園の掃除
お昼	お昼
準備	準備
空白	空白
	ラジオを聞きながら
ラジオを聞く	横になる
川柳を考える	川柳を考える

資料Ⅶ 作業分類ごとの「楽しみ」「外的期待」「内的期待」に対する回答数

食事の支度

案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

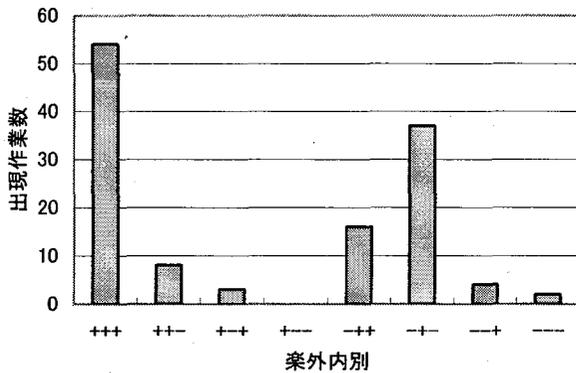
1	+++	54
2	++	8
3	+-	3
4	+--	0
5	---	16
6	---	37
7	---	4
8	---	2

食事をする

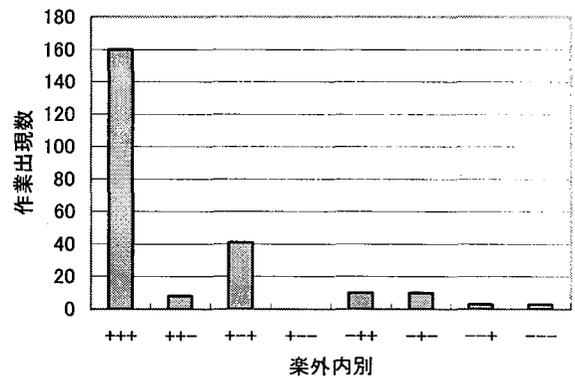
案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	160
2	++	8
3	+-	41
4	+--	0
5	---	10
6	---	10
7	---	3
8	---	3

食事の支度



食事をする



風呂に入る

案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

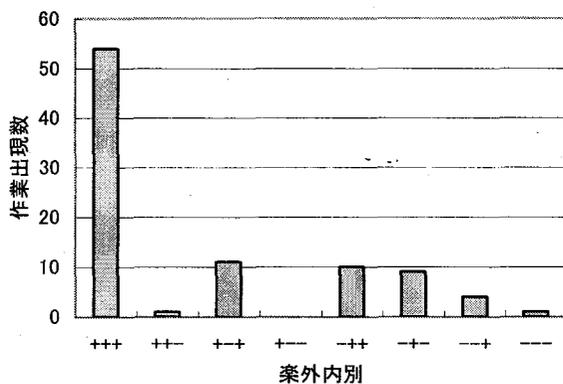
1	+++	54
2	++	1
3	+-	11
4	+--	0
5	---	10
6	---	9
7	---	4
8	---	1

仕事

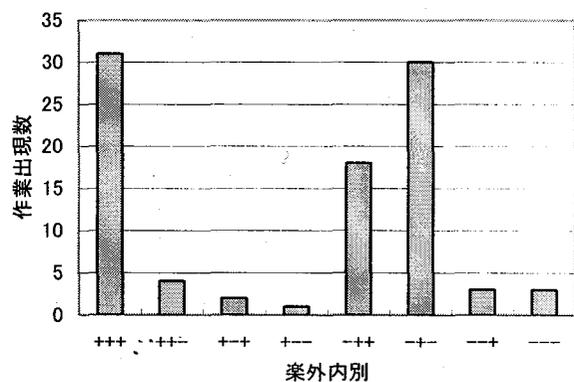
案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	31
2	++	4
3	+-	2
4	+--	1
5	---	18
6	---	30
7	---	3
8	---	3

風呂に入る



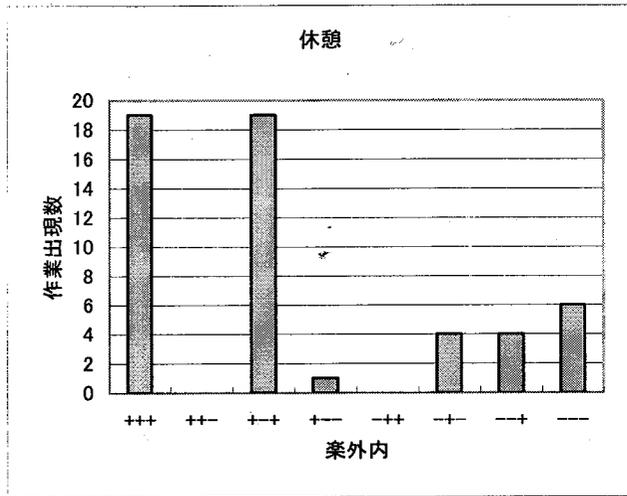
仕事



休憩

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

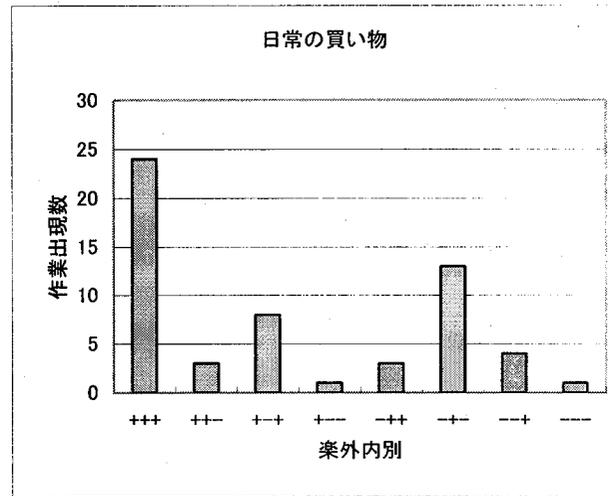
1	+++	19
2	++	0
3	++	19
4	+-	1
5	-++	0
6	-+	4
7	--+	4
8	---	6



日常の買い物

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

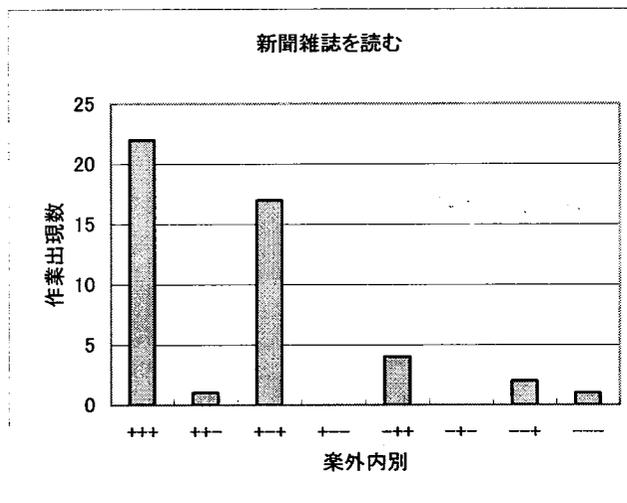
1	+++	24
2	++	3
3	++	8
4	+-	1
5	-++	3
6	-+	13
7	--+	4
8	---	1



新聞雑誌を読む

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

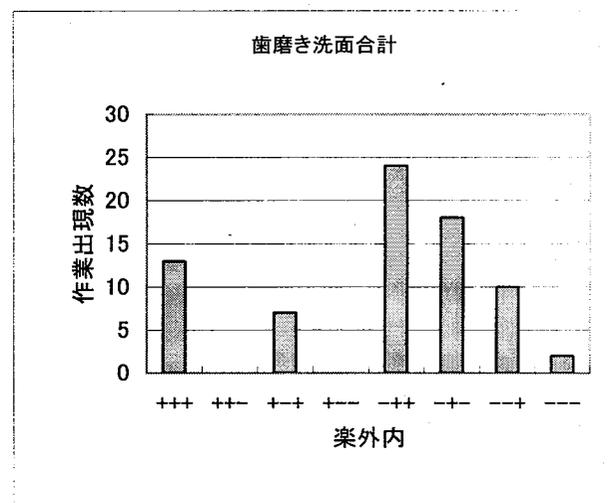
1	+++	22
2	++	1
3	++	17
4	+-	0
5	-++	4
6	-+	0
7	--+	2
8	---	1



歯磨き・洗面

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

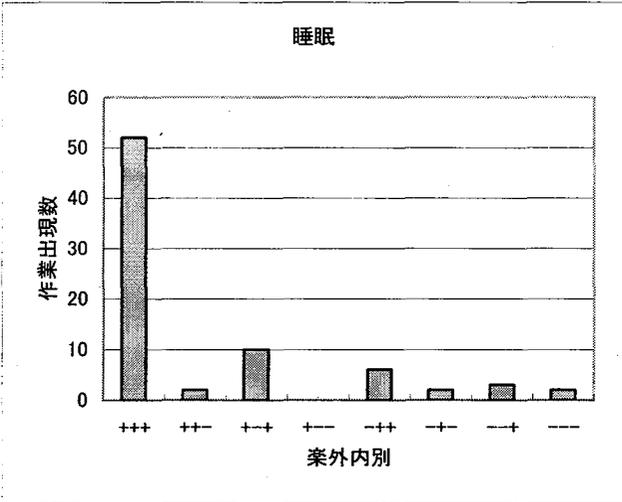
1	+++	13
2	++	0
3	++	7
4	+-	0
5	-++	24
6	-+	18
7	--+	10
8	---	2



睡眠

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

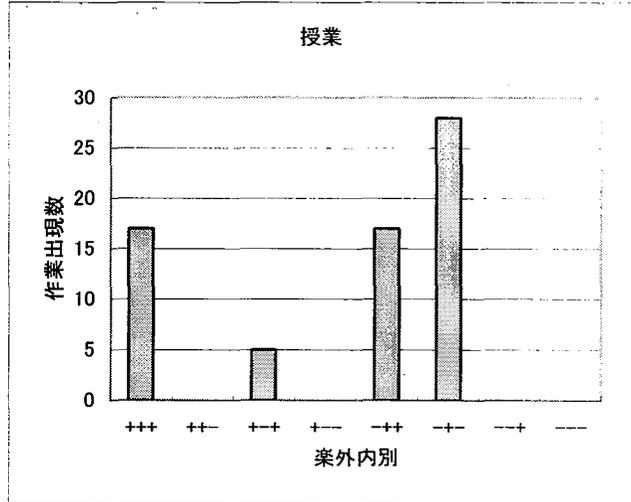
1	+++	52
2	++	2
3	++	10
4	+-	0
5	-++	6
6	-+	2
7	--+	3
8	---	2



授業

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

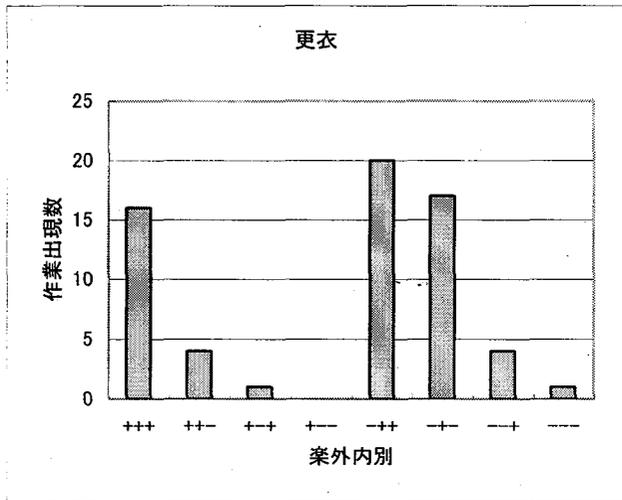
1	+++	17
2	++	0
3	++	5
4	+-	0
5	-++	17
6	-+	28
7	--+	0
8	---	0



更衣

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

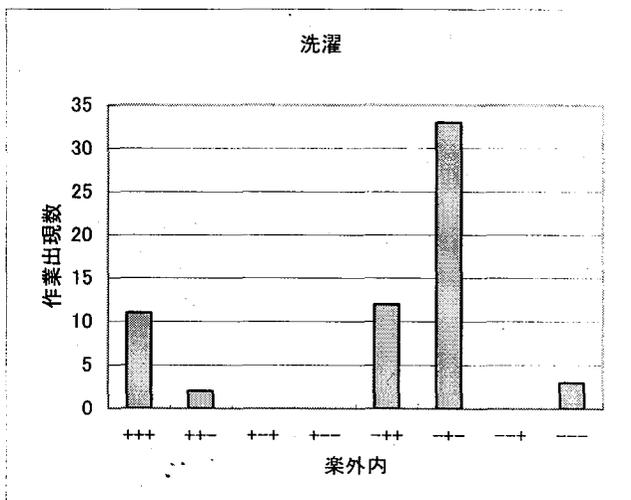
1	+++	16
2	++	4
3	++	1
4	+-	0
5	-++	20
6	-+	17
7	--+	4
8	---	1



洗濯

楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

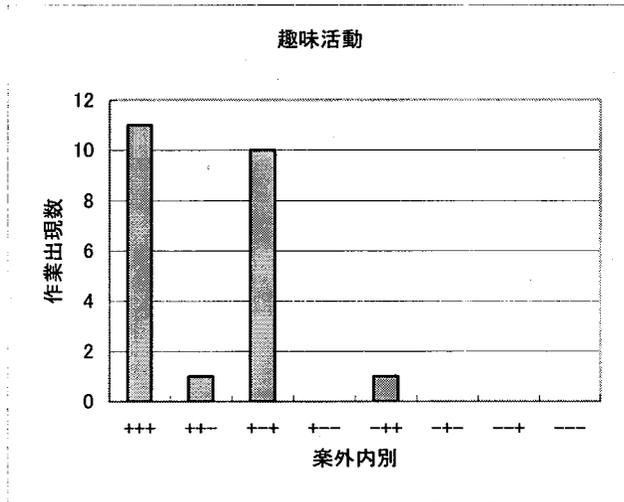
1	+++	11
2	++	2
3	++	0
4	+-	0
5	-++	12
6	-+	33
7	--+	0
8	---	3



趣味活動

案内外p番号に関するデータ抽出のカウン

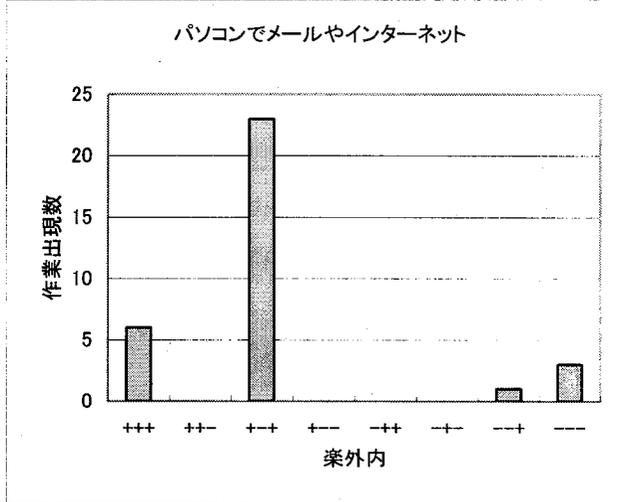
1	+++	11
2	++-	1
3	++	10
4	+--	0
5	---	1
6	+-	0
7	--+	0
8	---	0



パソコン操作

案内外p番号に関するデータ抽出のカウン

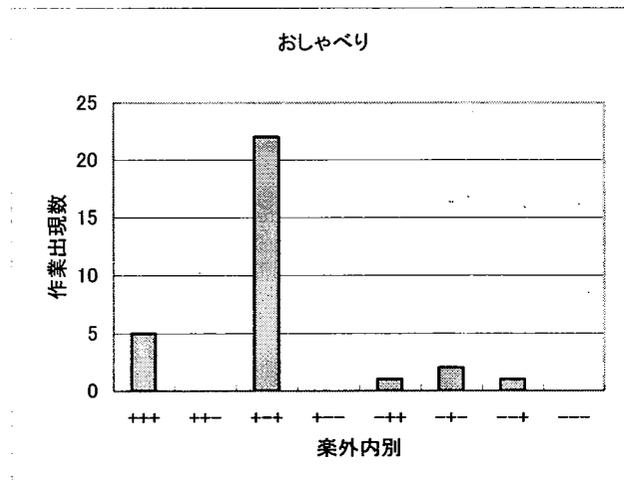
1	+++	6
2	++-	0
3	++	23
4	+--	0
5	---	0
6	+-	0
7	--+	1
8	---	3



おしゃべり

案内外p番号に関するデータ抽出のカウン

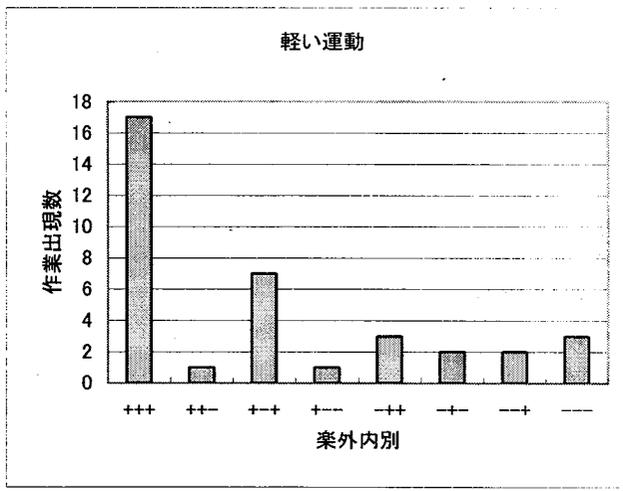
1	+++	5
2	++-	0
3	++	22
4	+--	0
5	---	1
6	+-	2
7	--+	1
8	---	0



軽い運動

案内外p番号に関するデータ抽出のカウン

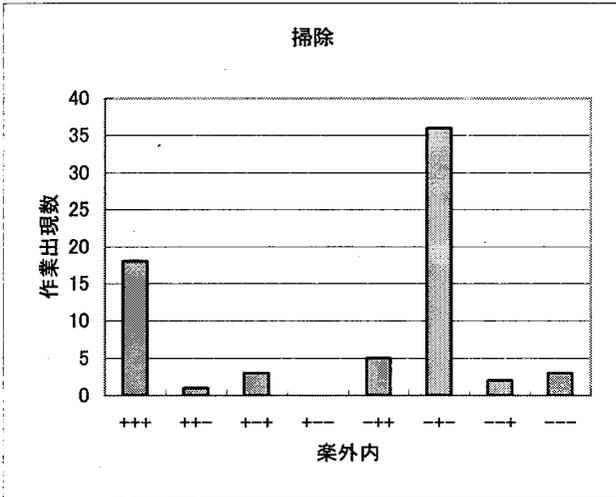
1	+++	17
2	++-	1
3	++	7
4	+--	1
5	---	3
6	+-	2
7	--+	2
8	---	3



掃除

案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

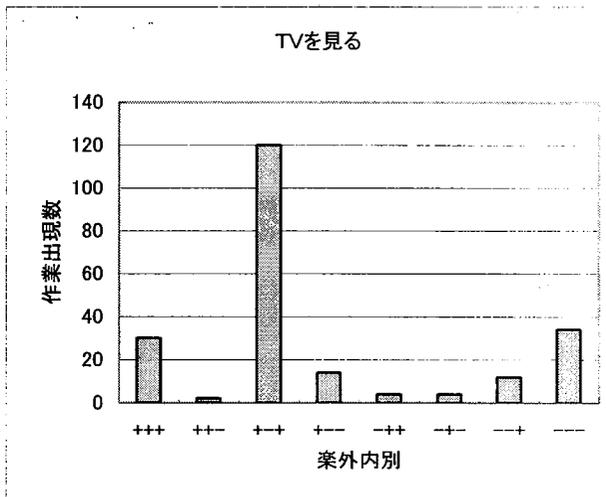
1	+++	18
2	++	1
3	++	3
4	+-	0
5	-++	5
6	-+	36
7	--+	2
8	---	3



TV

案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

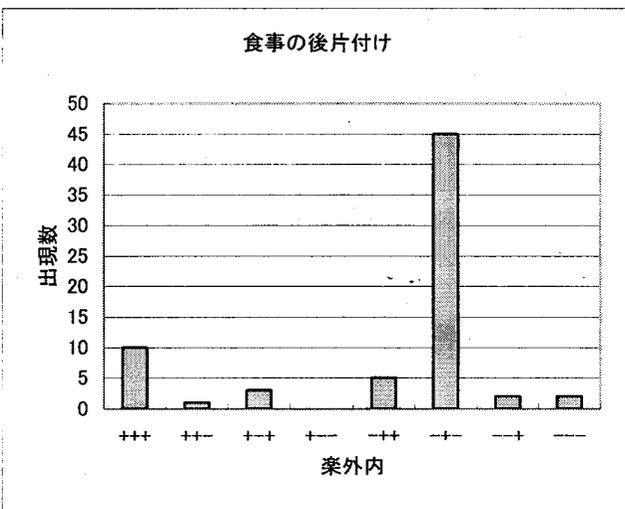
1	+++	30
2	++	2
3	++	120
4	+-	14
5	-++	4
6	-+	4
7	--+	12
8	---	34



食事の後片付け

案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

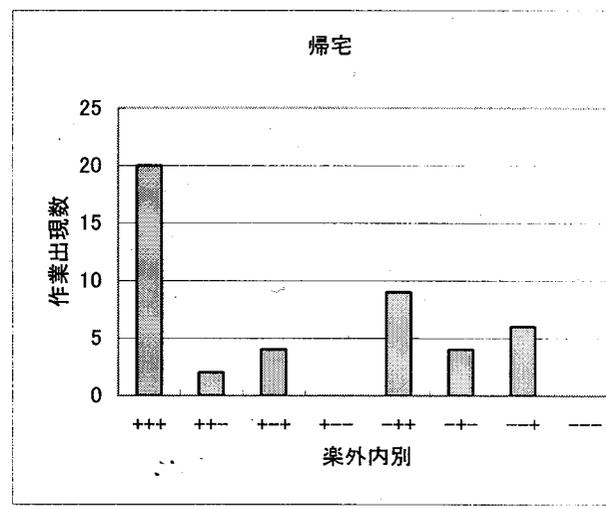
1	+++	10
2	++	1
3	++	3
4	+-	0
5	-++	5
6	-+	45
7	--+	2
8	---	2



帰宅

案内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	20
2	++	2
3	++	4
4	+-	0
5	-++	9
6	-+	4
7	--+	6
8	---	0

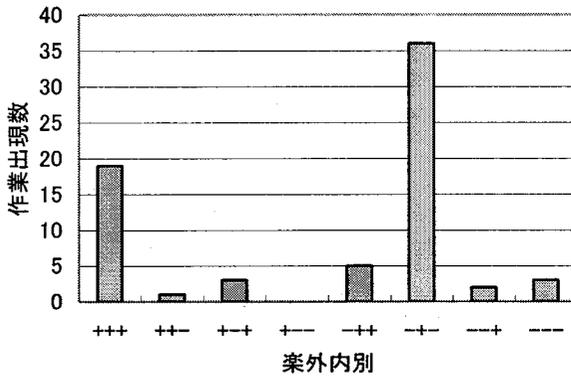


家事

楽内外p番号j日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	19
2	++-	1
3	++	3
4	+--	0
5	--+	5
6	+-	36
7	---+	2
8	---	3

家事

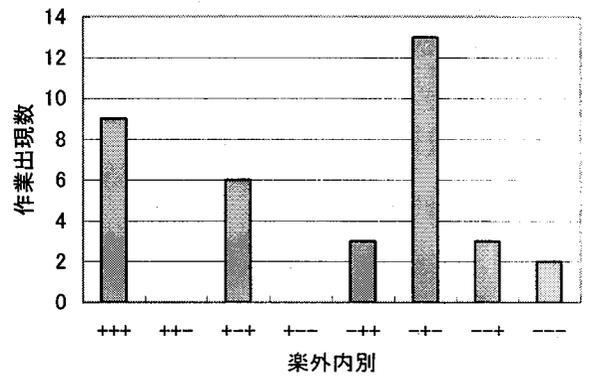


移動

楽内外p番号j日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	9
2	++-	0
3	++	6
4	+--	0
5	--+	3
6	+-	13
7	---+	3
8	---	2

移動

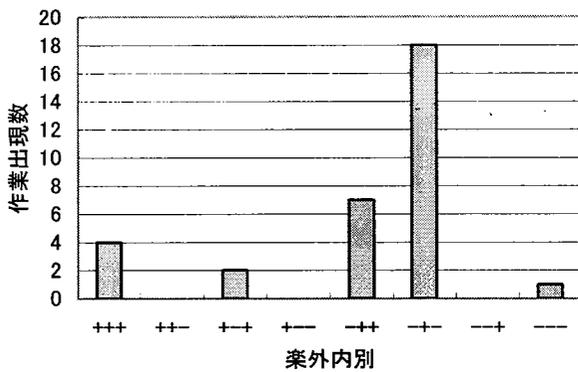


起床

楽内外p番号j日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	4
2	++-	0
3	++	2
4	+--	0
5	--+	7
6	+-	18
7	---+	0
8	---	1

起床

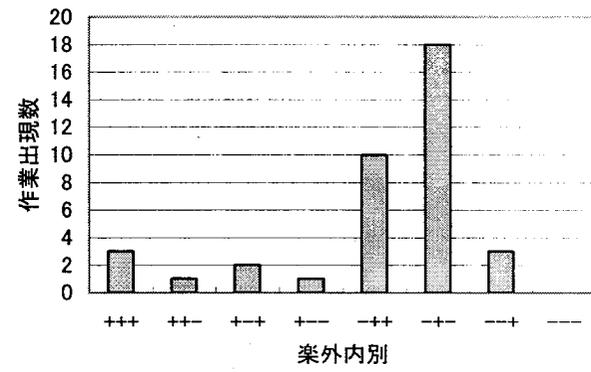


勉強

楽内外p番号j日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	3
2	++-	1
3	++	2
4	+--	1
5	--+	10
6	+-	18
7	---+	3
8	---	0

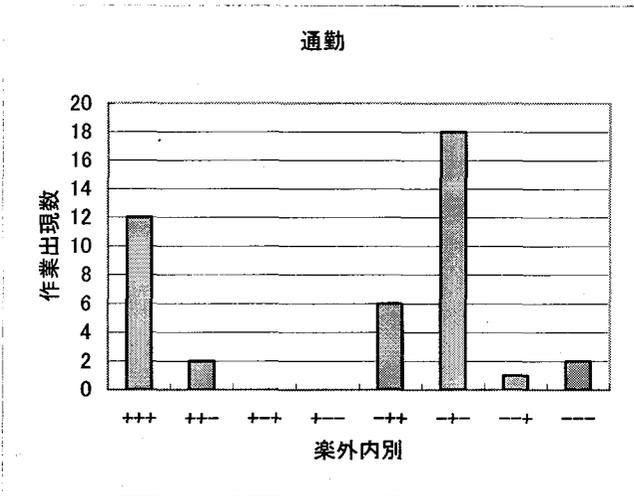
勉強



通勤

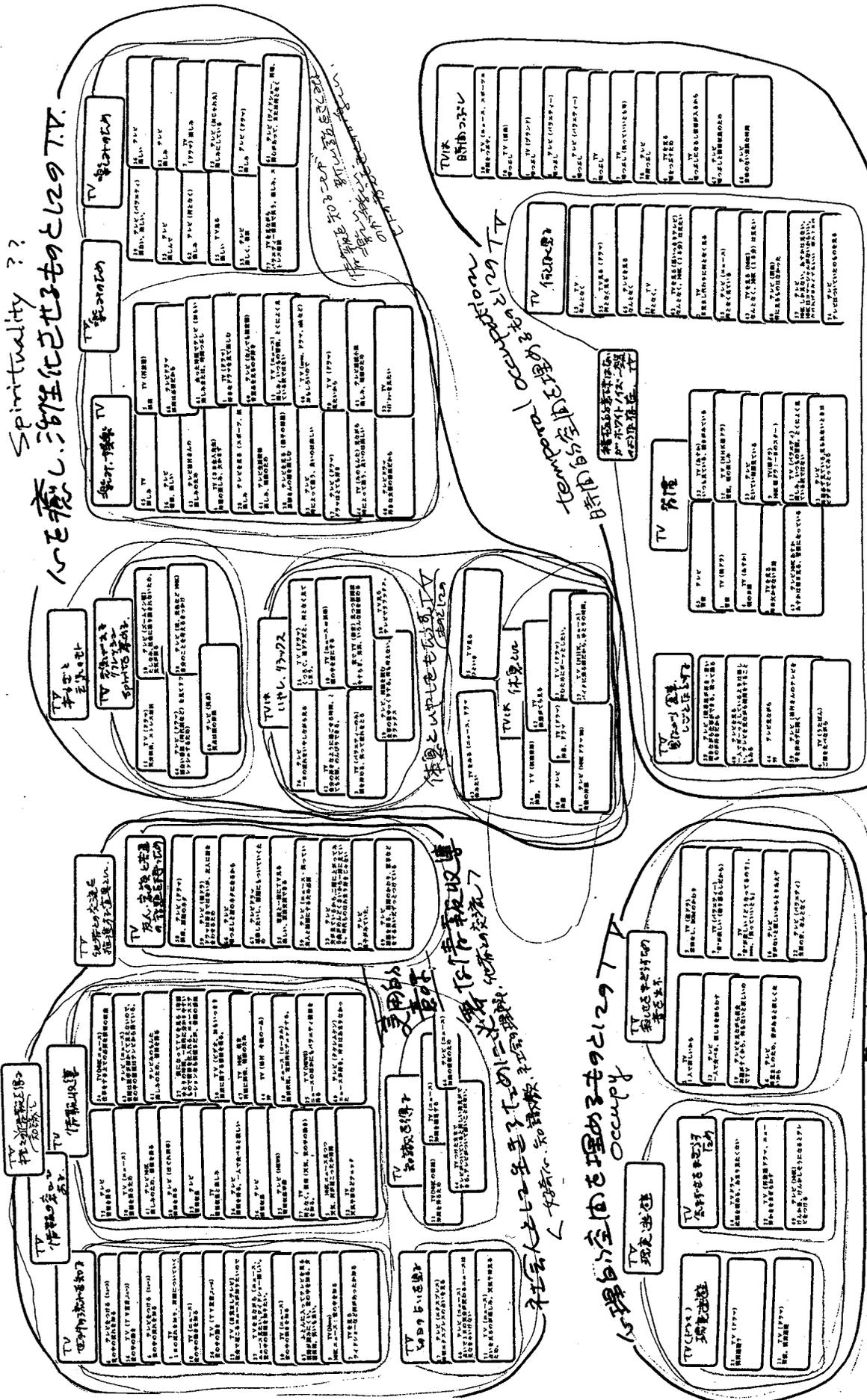
楽内外p番号日の作業に関するデータ抽出のカウン

1	+++	12
2	++-	2
3	+++	0
4	+--	0
5	---+	6
6	--+	18
7	---+	1
8	---	2



Spirituality ??

心を癒し、治癒化させたところとこのT.V.



現代人のTVは何か？

生活の空間を満喫TV

心理的自由を占めるTV

2000.7.22 読

新聞・雑誌の紹介

新聞・情報誌

新聞
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞
 6. 朝日新聞
 7. 読売新聞
 8. 毎日新聞
 9. 産経新聞
 10. 日本経済新聞

新聞・本
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

雑誌
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

雑誌
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

雑誌
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

雑誌
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

雑誌
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

新聞・雑誌の紹介
 情報収集手段
 最新の情報
 最新の雑誌

白紙
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

手紙三巻
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

雑誌

有楽町線
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

有楽町線
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

有楽町線
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

有楽町線
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

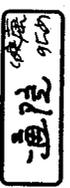
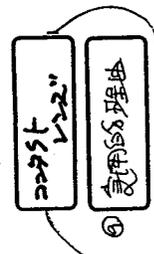
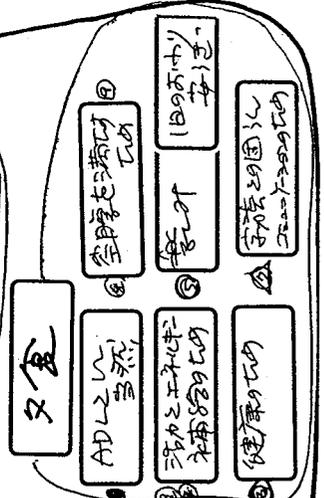
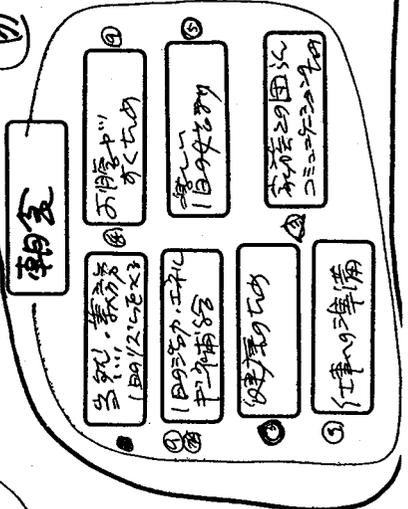
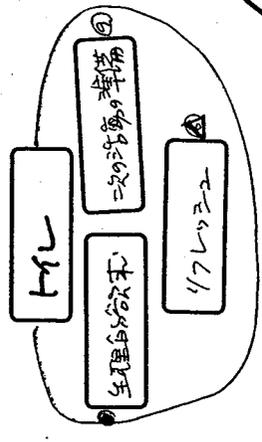
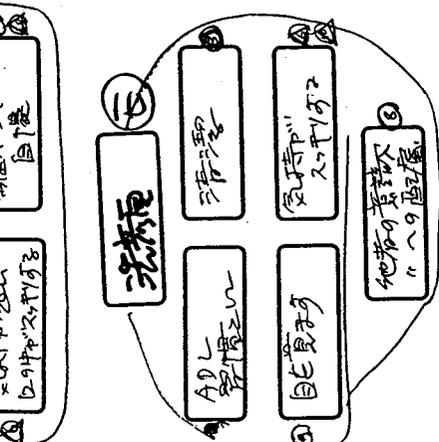
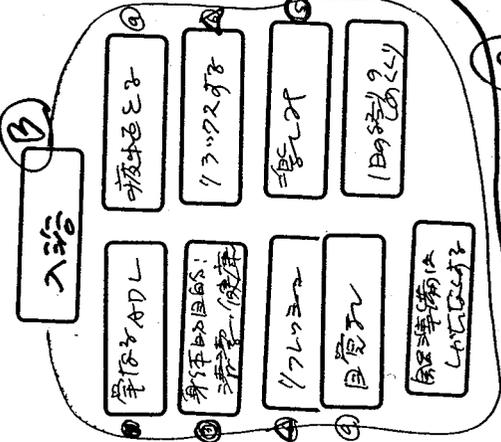
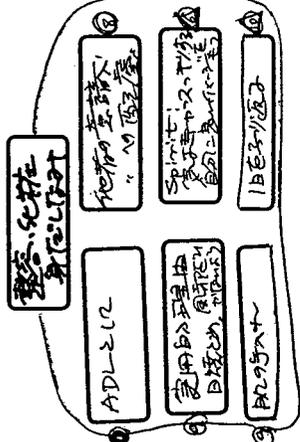
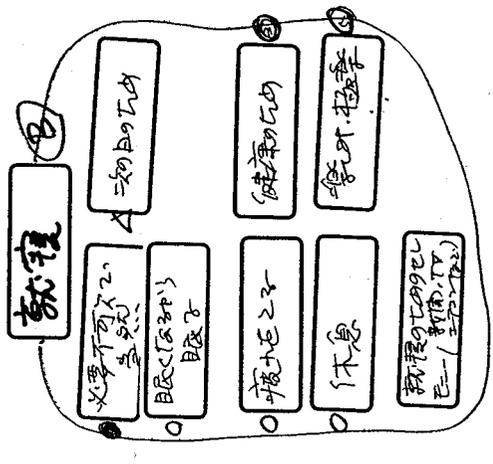
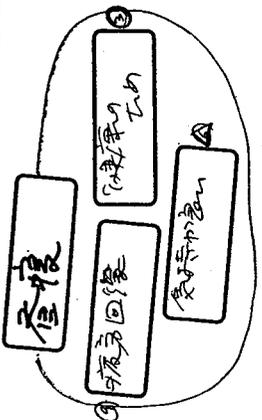
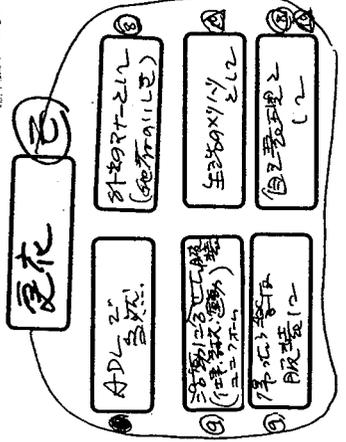
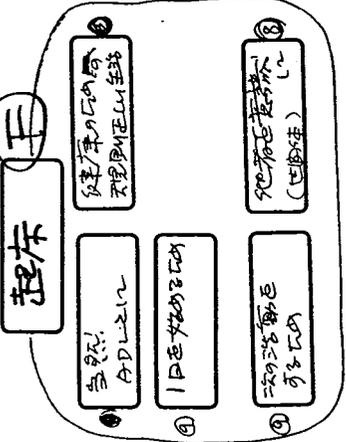
インターネット
 1. 朝日新聞
 2. 読売新聞
 3. 毎日新聞
 4. 産経新聞
 5. 日本経済新聞

インターネットは
 コミュニケーションの
 手段の中心に。

雑誌の紹介
 最新の雑誌
 最新の情報

2000-7-25

ADLの分類
① 身体的ADL
② 心理的ADL
③ 社会的ADL



ADL

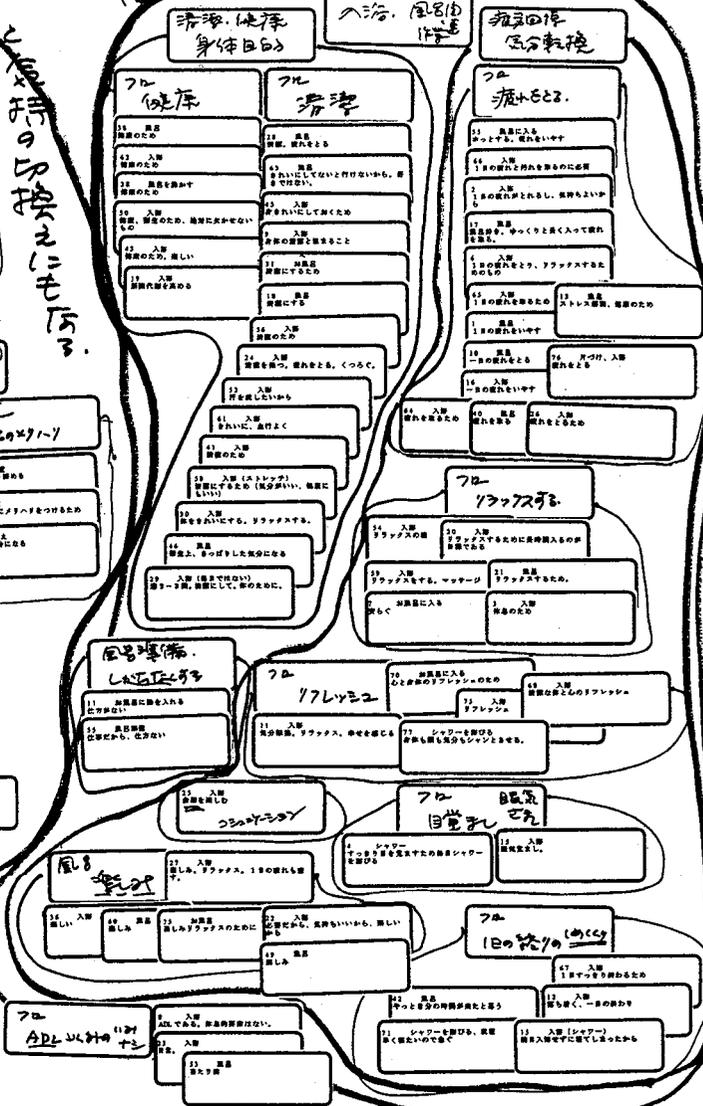
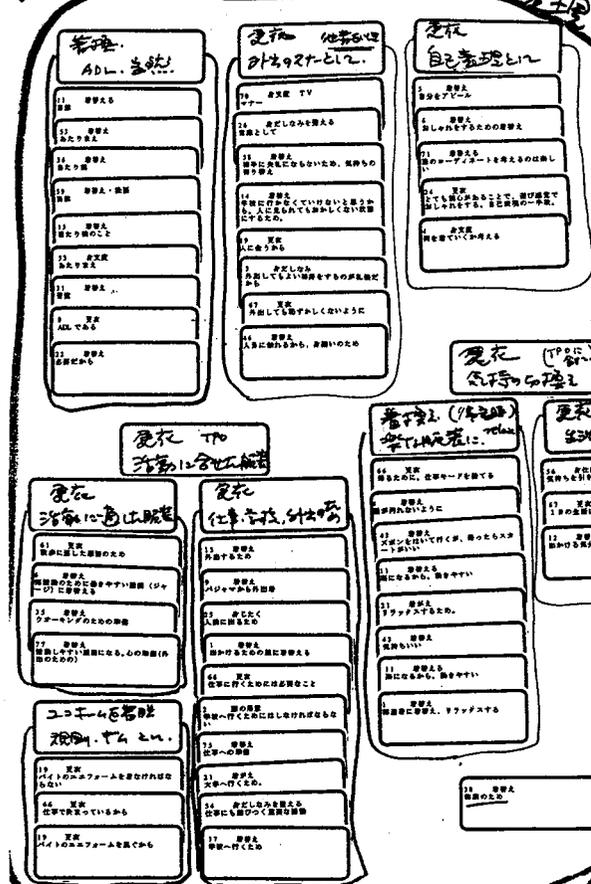
Index

変化するTPO

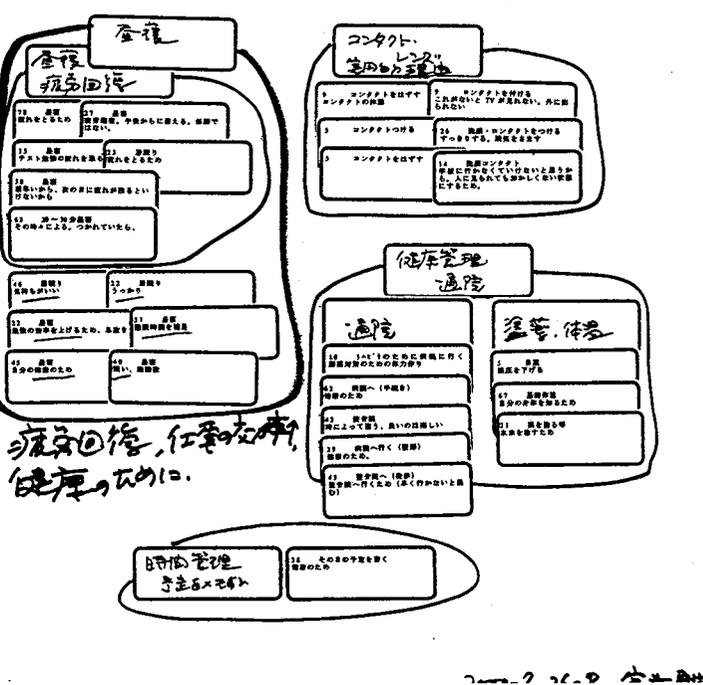
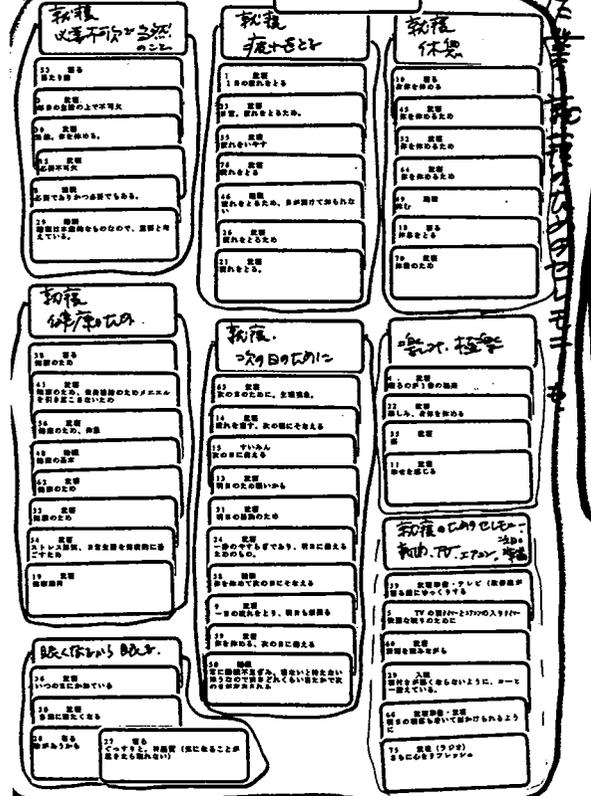
変化

変化 自己管理

1日の生活リズム



病後回復 健康生活のための準備



朝食

健康のため

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 3. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 4. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 5. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 6. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 7. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 8. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 9. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 10. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

コミュニケーションが大切

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

1日の活力・エネルギー補給

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 3. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 4. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 5. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 6. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 7. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 8. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 9. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 10. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

1日の活力・エネルギー補給

お昼がすくなく

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 3. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 4. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 5. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 6. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 7. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 8. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 9. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 10. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

朝の準備として
1日のリズムづくり

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

当然

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

義務

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 3. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

義務的意識的に
朝食ととる

気持ちよく
フリスター

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

1日のスタート

- 1. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 2. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 3. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 4. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 5. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 6. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 7. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 8. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 9. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。
- 10. 朝食を食べない、朝食抜き、朝食を遅くする。

コミミ三才の生活の大切

- 1. 生活リズムを整えること
- 2. 食生活の改善
- 3. 運動の習慣化
- 4. 睡眠の改善
- 5. 精神生活の充実
- 6. 社会生活の充実
- 7. 家族生活の充実
- 8. 趣味生活の充実
- 9. 学習生活の充実
- 10. 職業生活の充実

昼食

あじふべくこと

- 1. 朝食の重要性
- 2. 朝食の摂取量
- 3. 朝食の摂取時間
- 4. 朝食の摂取場所
- 5. 朝食の摂取方法
- 6. 朝食の摂取内容
- 7. 朝食の摂取効果
- 8. 朝食の摂取不足の影響
- 9. 朝食の摂取過多の影響
- 10. 朝食の摂取不足の予防
- 11. 朝食の摂取過多の予防

健康食

- 1. 健康食の定義
- 2. 健康食の種類
- 3. 健康食の効果
- 4. 健康食の摂取方法
- 5. 健康食の摂取量
- 6. 健康食の摂取時間
- 7. 健康食の摂取場所
- 8. 健康食の摂取内容
- 9. 健康食の摂取効果
- 10. 健康食の摂取不足の影響
- 11. 健康食の摂取過多の影響

午後のおやつ・お茶・お水

- 1. 午後のおやつ
- 2. お茶
- 3. お水
- 4. 午後のおやつの種類
- 5. 午後のおよつの摂取量
- 6. 午後のおよつの摂取時間
- 7. 午後のおよつの摂取場所
- 8. 午後のおよつの摂取方法
- 9. 午後のおよつの摂取内容
- 10. 午後のおよつの摂取効果
- 11. 午後のおよつの摂取不足の影響
- 12. 午後のおよつの摂取過多の影響

健康・生活・補給の

1日9時間以上

義務的

責任

責任的・意識的に
昼食をとる

- 1. 朝食の重要性
- 2. 朝食の摂取量
- 3. 朝食の摂取時間
- 4. 朝食の摂取場所
- 5. 朝食の摂取方法
- 6. 朝食の摂取内容
- 7. 朝食の摂取効果
- 8. 朝食の摂取不足の影響
- 9. 朝食の摂取過多の影響
- 10. 朝食の摂取不足の予防
- 11. 朝食の摂取過多の予防

気血を上げて
アゲアゲ

気分爽快・リフレッシュ

- 1. 朝食の重要性
- 2. 朝食の摂取量
- 3. 朝食の摂取時間
- 4. 朝食の摂取場所
- 5. 朝食の摂取方法
- 6. 朝食の摂取内容
- 7. 朝食の摂取効果
- 8. 朝食の摂取不足の影響
- 9. 朝食の摂取過多の影響
- 10. 朝食の摂取不足の予防
- 11. 朝食の摂取過多の予防

楽しみ

- 1. 朝食の重要性
- 2. 朝食の摂取量
- 3. 朝食の摂取時間
- 4. 朝食の摂取場所
- 5. 朝食の摂取方法
- 6. 朝食の摂取内容
- 7. 朝食の摂取効果
- 8. 朝食の摂取不足の影響
- 9. 朝食の摂取過多の影響
- 10. 朝食の摂取不足の予防
- 11. 朝食の摂取過多の予防

身（心）とにより
精神の安定を
得る。

- 1. 朝食の重要性
- 2. 朝食の摂取量
- 3. 朝食の摂取時間
- 4. 朝食の摂取場所
- 5. 朝食の摂取方法
- 6. 朝食の摂取内容
- 7. 朝食の摂取効果
- 8. 朝食の摂取不足の影響
- 9. 朝食の摂取過多の影響
- 10. 朝食の摂取不足の予防
- 11. 朝食の摂取過多の予防

健康のための

- 1. 健康維持
- 2. 精神安定
- 3. 睡眠の確保
- 4. 運動の習慣
- 5. 食生活の改善
- 6. 禁煙・節酒
- 7. 定期的な健康診断
- 8. ストレスの解消
- 9. 十分な休息
- 10. 社会参加

- 1. 生活リズムを整える
- 2. 十分な睡眠をとる
- 3. 栄養バランスのとれた食生活を送る
- 4. 定期的な運動を行う
- 5. 禁煙・節酒
- 6. 精神的な負担を減らす
- 7. 社会参加を促す

健康維持・生活リズムの改善

健康・不安定・補給のための

明日の活力・エネルギー補給

- 1. エネルギー補給
- 2. 栄養素の摂取
- 3. 水分補給
- 4. 睡眠の確保
- 5. 運動の習慣
- 6. 禁煙・節酒
- 7. 定期的な健康診断
- 8. ストレスの解消
- 9. 十分な休息
- 10. 社会参加

お昼のエネルギー

- 1. エネルギー補給
- 2. 栄養素の摂取
- 3. 水分補給
- 4. 睡眠の確保
- 5. 運動の習慣
- 6. 禁煙・節酒
- 7. 定期的な健康診断
- 8. ストレスの解消
- 9. 十分な休息
- 10. 社会参加

夕食

- 1. エネルギー補給
- 2. 栄養素の摂取
- 3. 水分補給
- 4. 睡眠の確保
- 5. 運動の習慣
- 6. 禁煙・節酒
- 7. 定期的な健康診断
- 8. ストレスの解消
- 9. 十分な休息
- 10. 社会参加

食生活

- 1. エネルギー補給
- 2. 栄養素の摂取
- 3. 水分補給
- 4. 睡眠の確保
- 5. 運動の習慣
- 6. 禁煙・節酒
- 7. 定期的な健康診断
- 8. ストレスの解消
- 9. 十分な休息
- 10. 社会参加

1日の総量・やまびき

楽しむことによる
精神的安定を得る。

1日のリズム

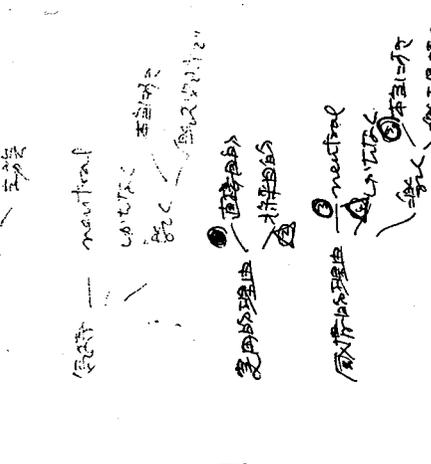
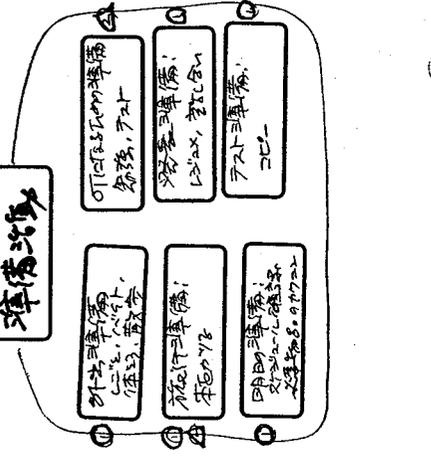
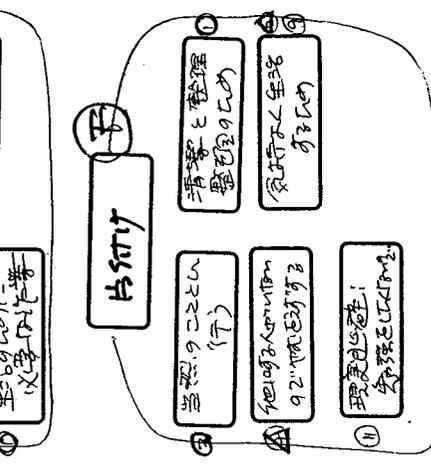
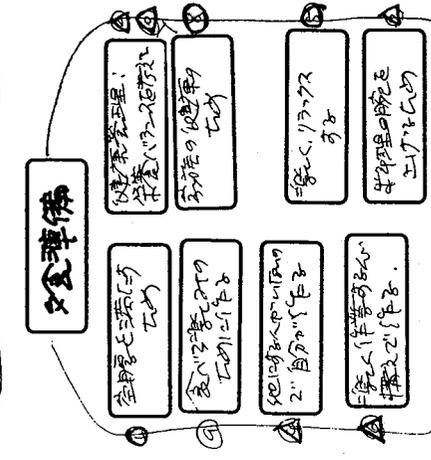
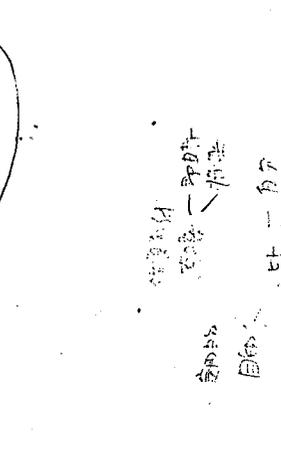
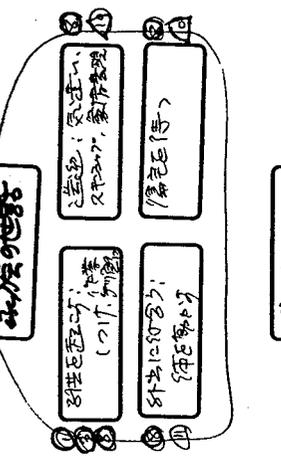
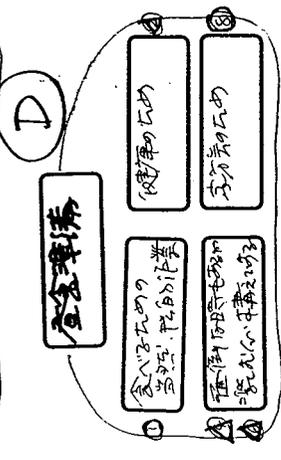
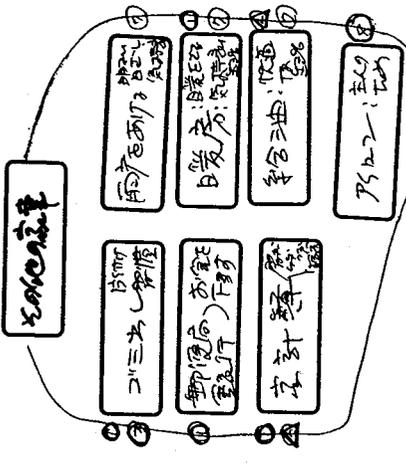
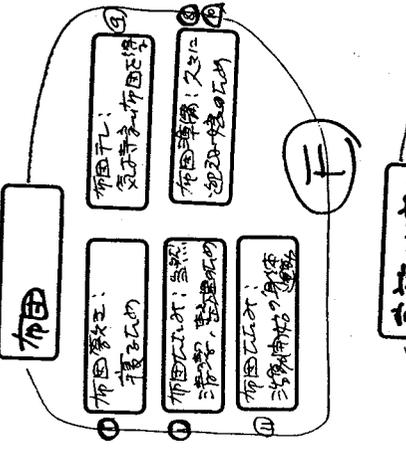
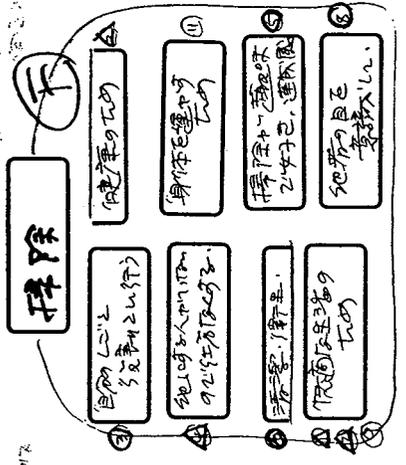
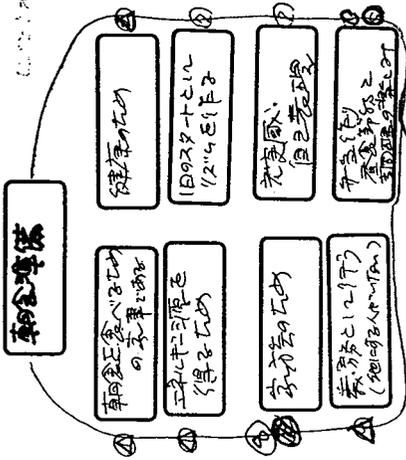
自然

義務的

義務的・意識的に
食生活

- 1. 生活リズムを整える
- 2. 十分な睡眠をとる
- 3. 栄養バランスのとれた食生活を送る
- 4. 定期的な運動を行う
- 5. 禁煙・節酒
- 6. 精神的な負担を減らす
- 7. 社会参加を促す

- 1. 生活リズムを整える
- 2. 十分な睡眠をとる
- 3. 栄養バランスのとれた食生活を送る
- 4. 定期的な運動を行う
- 5. 禁煙・節酒
- 6. 精神的な負担を減らす
- 7. 社会参加を促す



準備 - 準備
準備 - 準備

準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備

準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備
準備 - 準備

準備 - 準備

家事 Index

朝食準備

健康のために

家族のために

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

工業化を促す

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

楽しむ

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

充足感

1日のスタートの準備

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

当然、忙しさを義務的に

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

- 1. 朝食を食べる習慣を身につける
- 2. 朝食を食べる時間を守る
- 3. 朝食を食べる場所を決める
- 4. 朝食を食べる姿勢を正す
- 5. 朝食を食べる速度を遅くする
- 6. 朝食を食べる量を減らす
- 7. 朝食を食べる種類を変える
- 8. 朝食を食べる回数を変える
- 9. 朝食を食べる時間帯を変える
- 10. 朝食を食べる温度を変える

健康のため

- 1. 食生活の改善
- 2. 運動の習慣化
- 3. 睡眠の確保

家族のため

- 1. 家族の健康維持

当然・仕方なく・義務的に

- 1. 家族の健康維持
- 2. 家族の健康維持

- 3. 家族の健康維持
- 4. 家族の健康維持
- 5. 家族の健康維持

食生活準備

楽しむ

- 1. 家族の健康維持
- 2. 家族の健康維持
- 3. 家族の健康維持

食べるための準備

- 1. 家族の健康維持
- 2. 家族の健康維持
- 3. 家族の健康維持

- 1. 家族の健康維持
- 2. 家族の健康維持
- 3. 家族の健康維持
- 4. 家族の健康維持
- 5. 家族の健康維持
- 6. 家族の健康維持
- 7. 家族の健康維持
- 8. 家族の健康維持

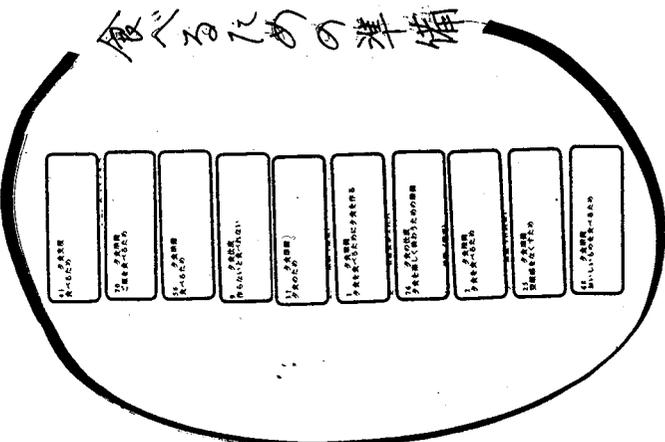
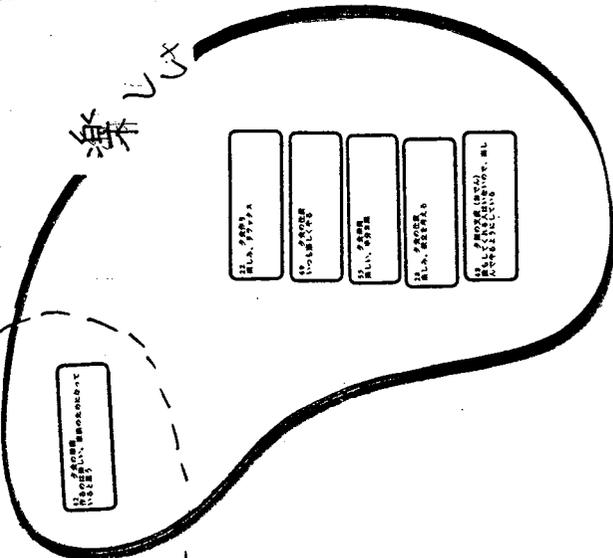
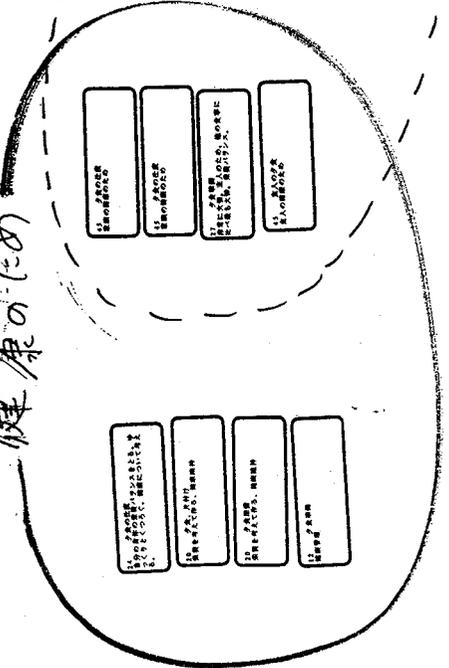
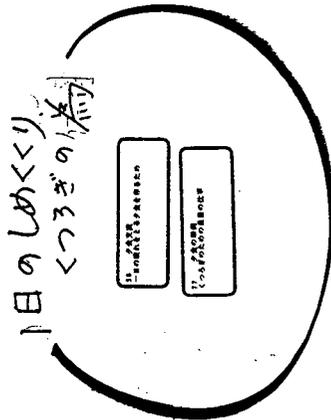
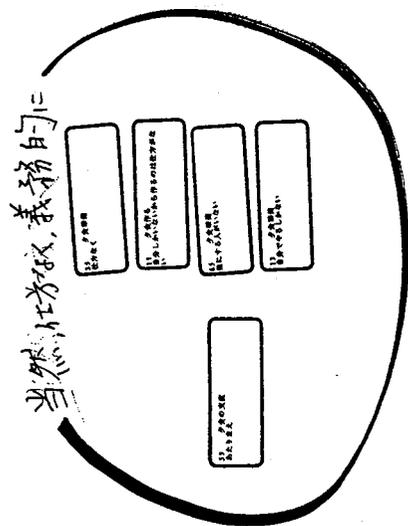
食 準備

健康のため

家族のため

楽しむ

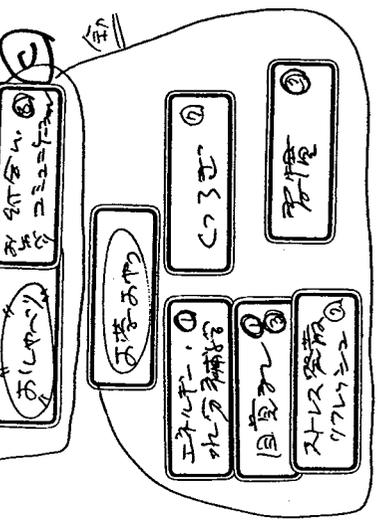
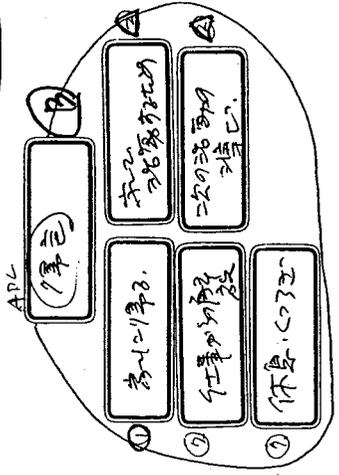
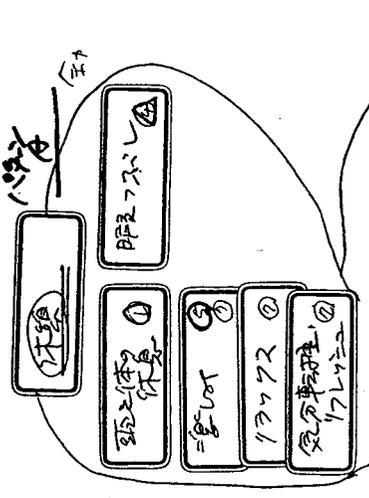
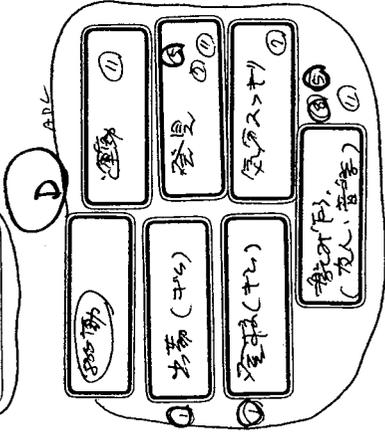
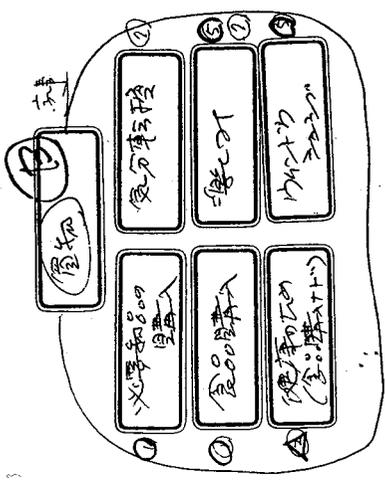
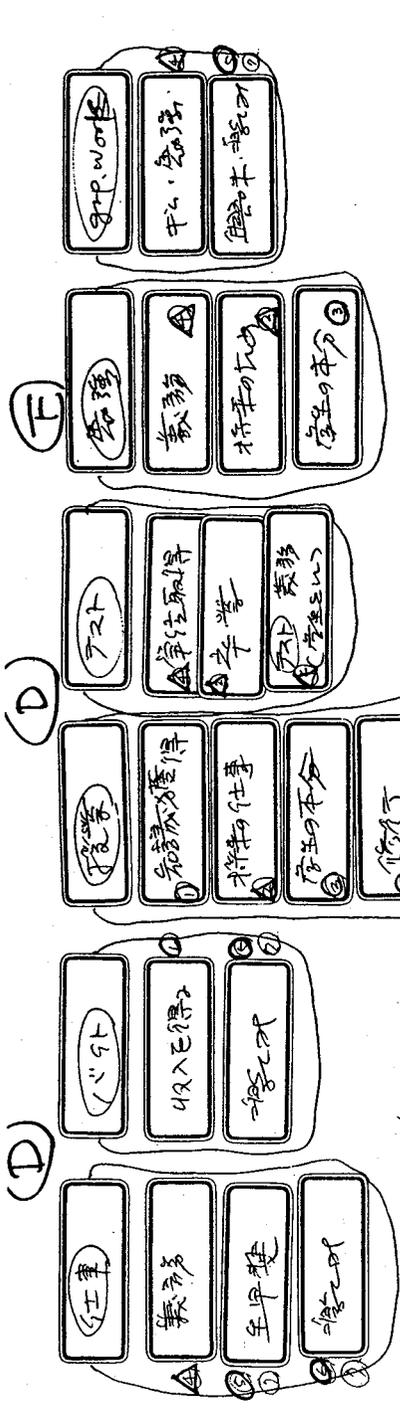
食べるための準備



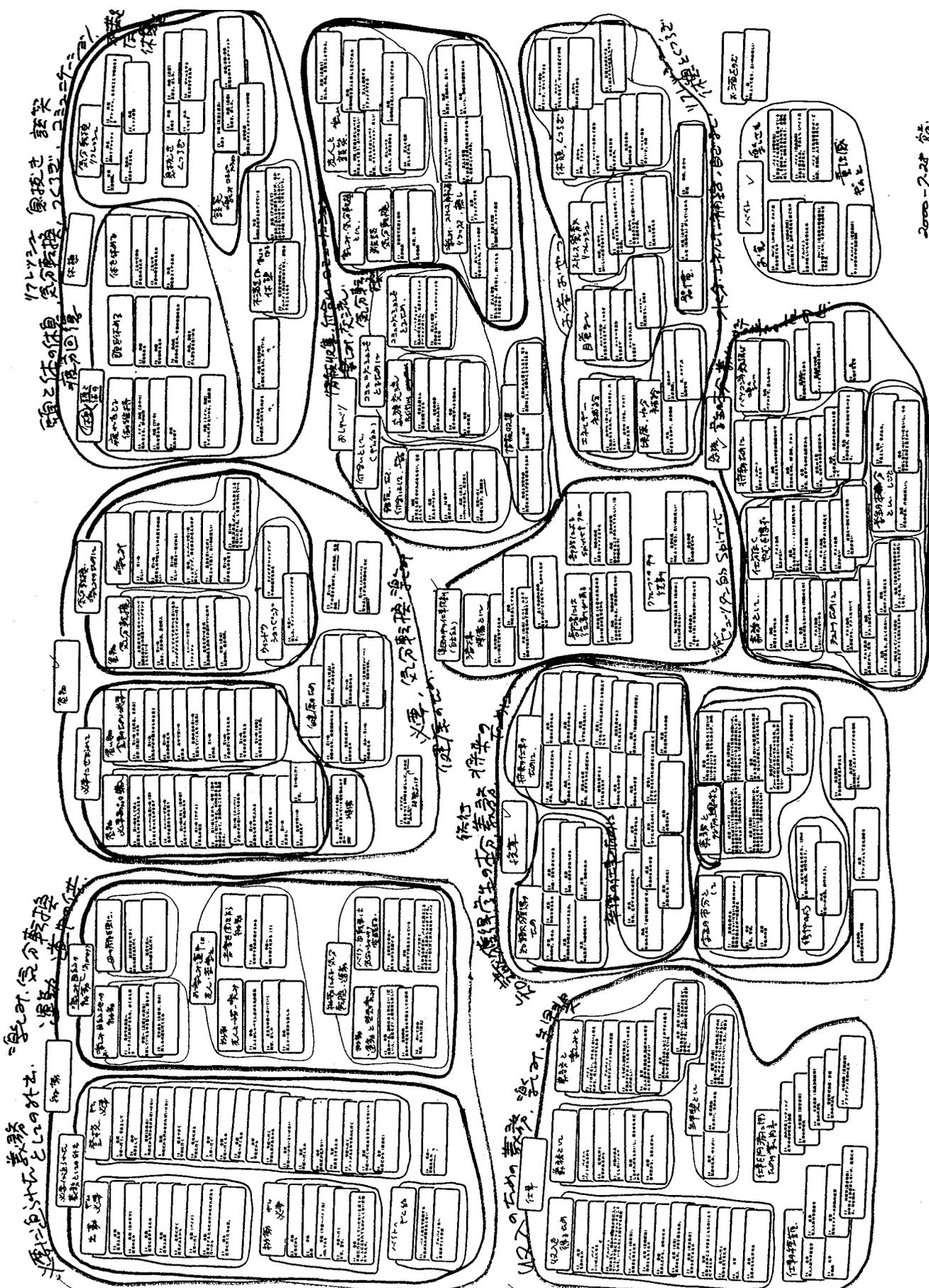
- 1. 準備時間
- 2. 準備場所
- 3. 準備内容
- 4. 準備方法



仕事etc Index



お酒
- 飲み物



2000-7-28 稿

研究発表

慢性障害者の役割再獲得に関する研究

課題番号 11835019

**平成11・12年度科学研究補助金
基盤研究(C)(2)研究成果報告書**

平成13年3月

研究代表者 宮前 珠子

(広島大学医学部保健学科)

〒734-8551 広島市南区霞1-2-3

電話：082-257-5440

FAX：082-257-5444

E-mail：tmiyama@hiroshima-u.ac.jp
