令和元年度　運営費研究事業

自然観察を用いた介護職員の感性を育てるための教育内容の開発に資する予備調査

報告書

社会福祉法人浴風会

認知症介護研究・研修東京センター

令和元年　3 月

はじめに

対人援助は、「感情労働」と呼ばれるように、単純な機械的作業とは異なり、ケアをする認知症の人や家族、上司・同僚等との言語的・身体的なコミュニケーションとそれに伴う感情を扱うことを前提とした活動という側面がある。このことは、認知症ケアの質向上を図ろうとしたときに、自分自身の感情を適切に扱う「スキル」が求められることを示しているだろう。現在、認知症の人の介護の教育においては、感情を扱う領域として、具体的には、ストレスマネジメント・アンガーマネジメント等の文脈で、個人での対策及びチームでのマネジメント中心の対策及び教育・研修が実施されている。しかし、「感情」を扱うスキルを単にストレスや怒りの扱い方だけに限定するのは不十分であり、より視野を広げると、認知症の人の生活の支援において喜怒哀楽といった感情の動きをどのように理解し、どう向き合うかということも大きなテーマになる。例えば、自然観察に参加した、老人保健施設みどりの杜の武藤とみ子氏（認知症介護指導者）は、ケアプランに上がっている「鯉の餌やり」を実施しているスタッフを見て「鯉の餌やりが作業になっている、セミがうるさく鳴いていても、花が咲いていても利用者と一緒に話をするということがない」と指摘した。これは翻って言えば、セミがうるさく鳴くこと、花が咲いていることに、スタッフとして感情が動いて、それを利用者と共有する機会を持つことができてほしいという期待と読み取ることができる。

このような前提を基に認知症介護実践研修を振り返ってみると、事実を捉え論理的に解釈し、答えを導き出すためのロジカルな実践のための知識・技術は提供している一方で、前述のような感情を捉え、ケアに活かしていくといった実践については学ぶ授業は設定されていないことに気づく。また、認知症介護の現場においても、介護職員である自分や認知症の人の情動に気づき、それに対する手当をするスキルは、感性やセンスなどと分類され、「あの人はセンスがない」の一言で片づけられ、育成の可能性が模索されていないということはないだろうか。

本研究では、自分自身の感覚を駆使し、感情の揺らぎを感じることが、他者の感情に対する興味を賦活し、相手の感情を想像する力、あるいは共感する力を高めることにつながっているということを仮説として、自然観察を実施し、感性を育む手段としての可能性を探った。自然観察においては、五感をフルに使うが、経験的に自然観察で五感を使うと利用者・スタッフの感情が揺れ動きやすい。これは嗅覚、触覚、聴覚等と情動との関係について検討する多数の先行研究とも一致する。また、認知症ケアの現場では、日常的に散歩等の機会で外出し、自然観察をする機会に恵まれることも多い。そのような機会を認知症の人だけでなく、スタッフにとっても豊かな時間となる可能性について示すことは、結果としてこの仕事の魅力にもつながり、それが利用者の生活の豊かさにつながるといった良循環を期待させる取り組みでもある。手探りの研究ではあるが、初年度は、そのような感性を育てるコンテンツとしての自然観察の意義や方法について、実際に介護職員等による自然観察を行いながら、仮設生成を目指した。ご参照いただき、様々な角度から、批判・議論をいただければ幸いである。

【目次】

はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ i

目次・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・iii

第１章　東京センターでの自然観察会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１
1. 研究の目的　１
2. 研究の方法　１
3. 研究結果　２
   １）参加者数とアンケート回収率　２
   ２）参加者の属性　３
   ３）感性を育てる必要性及び自然観察が完成を育てることに寄与するかどうかのアンケート結果　４
   ４）第 1 回自然観察会の結果　５
   ５）第 2 回自然観察会の結果　15
   ６）第 3 回自然観察回の結果　34

4. スタッフの感性を育む自然観察会ロジックモデルの検討　49
5. 考察　54

第２章　熊本県自然観察会視察結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・56
1. 視察の目的　56
2. 視察方法　56
3. 視察結果　56
4. 考察　57

第３章　認知症介護と自然観察の関係・・・・・・・・・・・・・・・・・・・58
1. 認知症ケアの制度的理念、目的　58
2. 尊厳の保持及び自立支援の構造と感性・自然との関係性　58
3. 感性教育が求められる今日的理由・背景　59
4. 自然との触れ合いを切り口にした感性教育　59
5. まとめ　60

第１章　東京センターでの自然観察会

１．研究の目的

自然観察の意義・効果的な実践方法、自然観察の効果評価の方法などについて、実践をふまえた仮設生成を行う。

２．研究の方法

１）　自然観察会及びワークショップの方法

(1)　日時

第 1 回 2019/6/16、第 2 回 8/31、第 3 回 12/8 の 3 回実施した。時間はそれぞれ、10：00～16：00 とした。

(2)　対象者

「認知症介護指導者養成研修受講者、認知症介護にかかわる専門職」とした。

(3)　対象者の募集方法

認知症介護指導者養成研修において、受講者に対し、呼びかけるとともに、研究担当者のフェイスブックにおいて、参加者を募集した。

(4)　参加定員

先着順で、20 名/回とした。

(5)　自然観察会講師

下表１の通りとした。

表１　自然観察会講師

回	氏名（敬称略）	所属及び職位
第 1 回	勝山智男	独立行政法人国立沼津工業高等専門学校　名誉教授
第 2 回	一寸木肇	大井町教育委員会おおい自然園　園長
第 3 回	勝山智男	独立行政法人国立沼津工業高等専門学校　名誉教授

(6)　協力

公益財団法人日本自然保護協会　高川晋一氏、小林今日子氏

(7)　自然観察会及びワークショップのプログラム

下表２の通りとした。

表２　プログラム

時間	内容
10：00～12：00	趣旨説明、自己紹介、自然観察会
12：00～13：00	昼食
13：00～13：30	自然観察会講師による講義
13：30～16：00	ワークショップ・まとめ

＊ただし、第 3 回は、ワークショップの時間を短縮し、武藤とみ子氏、高橋恵子氏（ともに認知症介護指導者）の実践報告を行った（約 60 分間）。

(8) 記録・データ収集

自然観察会の内容・方法については、研究担当者による写真撮影とフィールドノートの作成によって記録した。ワークショップの内容については、テーマに沿った回答を板書し、記録した。加えて、自然観察会の参加者に対しアンケートを実施した。

(9) 倫理的配慮

調査協力は任意とし、協力しないことによる不利益は一切ないことを書面にて説明した。写真撮影については、報告書及び研究報告会等で活用する可能性があることを説明した。収集した情報の目的外使用の禁止、研究協力の途中取り消しの自由及び取り消しても不利益がないことについて説明し、書面にて同意を得た。写真撮影および公表については、報告書及び成果のパワーポイント等で公表することとし、公表の可否について、書面にて確認を求めた。

2） 自然観察会ロジックモデル等の生成の方法

自然観察会における取組の結果をもとに、「公益財団法人日本自然保護協会」の事務局スタッフ及び自然観察指導員講習会講師、高橋恵子氏（認知症介護指導者）の協力を得て、研究担当者により、自然観察会ロジックモデル試案の検討を行った。加えて、介護現場において自然観察会を実施する際のモデルプログラムの検討及び効果評価項目の検討を行った。

３．研究結果

1） 参加者数とアンケート回収率

参加者数は 39 名であり、そのうちアンケートに回答の得られた者は 38 名であった。すなわちアンケートの回収率は、97.4％となる。

2） 参加者の属性

第 1 回～第 3 回の参加者の属性は、表 3 の通りであった。全体としては、男女比はおおむね半数ずつであり、年代は 40 代が約 50％を占めた。所持資格としては、複数回答で介護福祉士が最も多く 76.3％であり、次いで介護支援専門員が 44.7％であった。所属サービス種別としては老健が最も多く、23.7％であり、次いで特養の 18.4％であった。訪問介護、訪問看護、デイサービス等、在宅サービス所属者の参加もあった。一般の参加者も 1 名いた。最終修了研修としては、リーダー研修が最も多く 28.9％であった。指導者研修受講者を対象としたことによる。職位としては監督職が最も多く 28.9％であり、ほぼ同数で、管理職が 26.3％であった。表 4 は参加者の認知症介護の経験年数を示した。平均して 15 年程度の経験年数の者が参加した。

表３　参加者の属性（第１回～第３回）

		第1回（n=5）		第2回（n=14）		第3回（n=19）		全体（n=38）	
		件数	%	件数	%	件数	%	件数	%
性別	男性	2	40.0	9	64.3	9	47.4	20	52.6
	女性	3	60.0	3	21.4	10	52.6	16	42.1
年代	20代	0	0.0	0	0.0	1	5.3	1	2.6
	30代	0	0.0	3	21.4	4	21.1	7	18.4
	40代	4	80.0	4	28.6	10	52.6	18	47.4
	50代	1	20.0	2	14.3	3	15.8	6	15.8
	60代	0	0.0	2	14.3	1	5.3	3	7.9
所持資格	介護福祉士	4	80.0	10	71.4	15	78.9	29	76.3
	看護師	1	20.0	0	0.0	3	15.8	4	10.5
	社会福祉士	0	0.0	1	7.1	2	10.5	3	7.9
	介護支援専門員	3	60.0	7	50.0	7	36.8	17	44.7
	保健師	0	0.0	0	0.0	1	5.3	1	2.6
	理学療法士	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	作業療法士	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	その他	1	20.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6
所属	特養	2	40.0	1	7.1	4	21.1	7	18.4
	老健	0	0.0	4	28.6	5	26.3	9	23.7
	GH	1	20.0	2	14.3	1	5.3	4	10.5
	小規模多機能	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	デイサービス	0	0.0	0	0.0	5	26.3	5	13.2
	病院	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	包括	0	0.0	1	7.1	0	0.0	1	2.6
	居宅介護支援	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	訪問介護	1	20.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6
	訪問看護	1	20.0	0	0.0	1	5.3	2	5.3
	法人本部	0	0.0	0	0.0	1	5.3	1	2.6
	その他	0	0.0	3	21.4	2	10.5	5	13.2
修了研修（最終修了）	実践者研修	1	20.0	3	21.4	3	15.8	7	18.4
	リーダー研修	2	40.0	3	21.4	6	31.6	11	28.9
	指導者研修	1	20.0	4	28.6	5	26.3	10	26.3
	なし	1	20.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6
職位	一般介護職員	1	20.0	3	21.4	3	15.8	7	18.4
	監督職	2	40.0	3	21.4	6	31.6	11	28.9
	管理職	1	20.0	4	28.6	5	26.3	10	26.3
	経営者	1	20.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6

＊無回答・欠損値は除く

表４　経験年数（年）

	第１回	第２回	第３回	全体
平均値±SD	21.2±5.3	14.5±7.4	14.7±7.3	15.6±7.3

3）感性を育てる必要性及び自然観察が感性を育てることに寄与するかのアンケート結果

第２回、第３回の自然観察会終了後に、感性を育てる必要性及び自然観察が感性を育てることに寄与するかについて、参加者に尋ねた。無回答や欠損を除く、32 名から回答が得られた結果について、図１・２に示した。参加者全員が感性を育てる必要性について、とても必要、または、必要と回答した。また、自然観察が感性を育てることに寄与するかについては、参加者全員が「大きく寄与する」または「寄与する」と回答した。

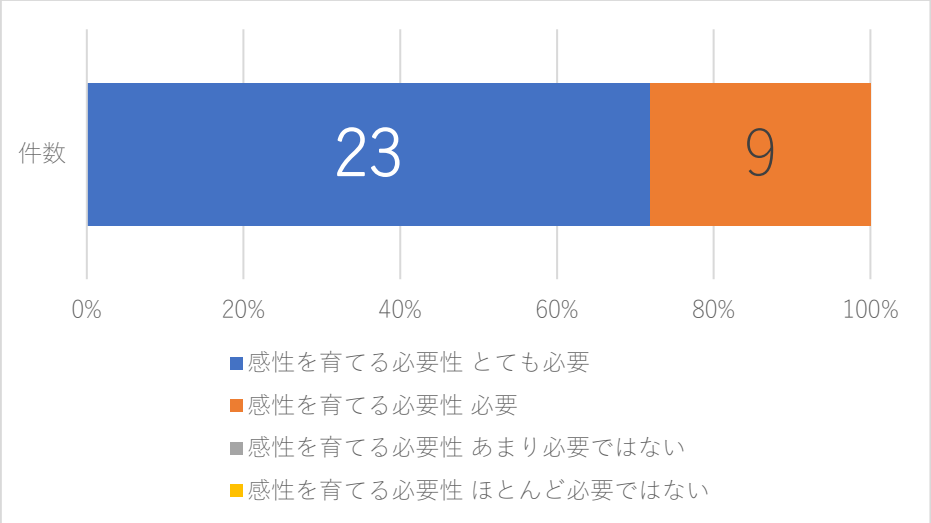

図１　スタッフの感性を育てる必要があると思うか

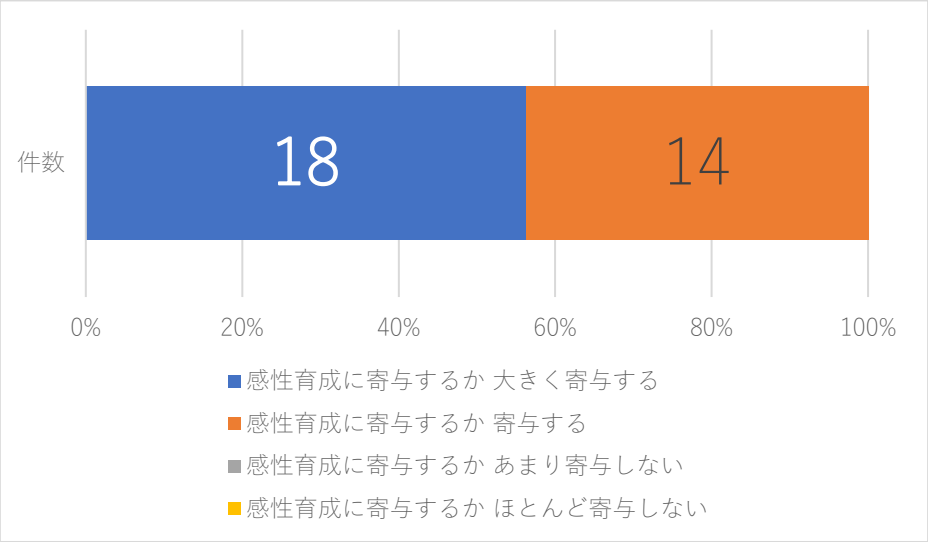

図２　自然観察はスタッフの感性を育てることに寄与すると思うか

4） 第 1 回自然観察会の結果

（1） 自然観察会の結果

第 1 回の自然観察会は、勝山智男氏を講師として、6 名の参加者、日本自然保護協会より高川晋一氏、事務局 2 名（佐藤信人、中村考一）で行った。前日は強風が吹き荒れたが当日は、好天に恵まれた。

① 花のスケッチ

まず、認知症介護研究・研修東京センター（以下、センター）のわきにある草むらにおいて、花の観察をした。ブドウの様に連なって実をつける花をスケッチした（図 3-1）。講師からは、花びら、がく、おしべ、めしべ等がどれにあたるか投げかけがあり、参加者の回答を得ながら花の構造の基本を知ることで、それぞれの花の特徴を知ることができるといった解説がされた。

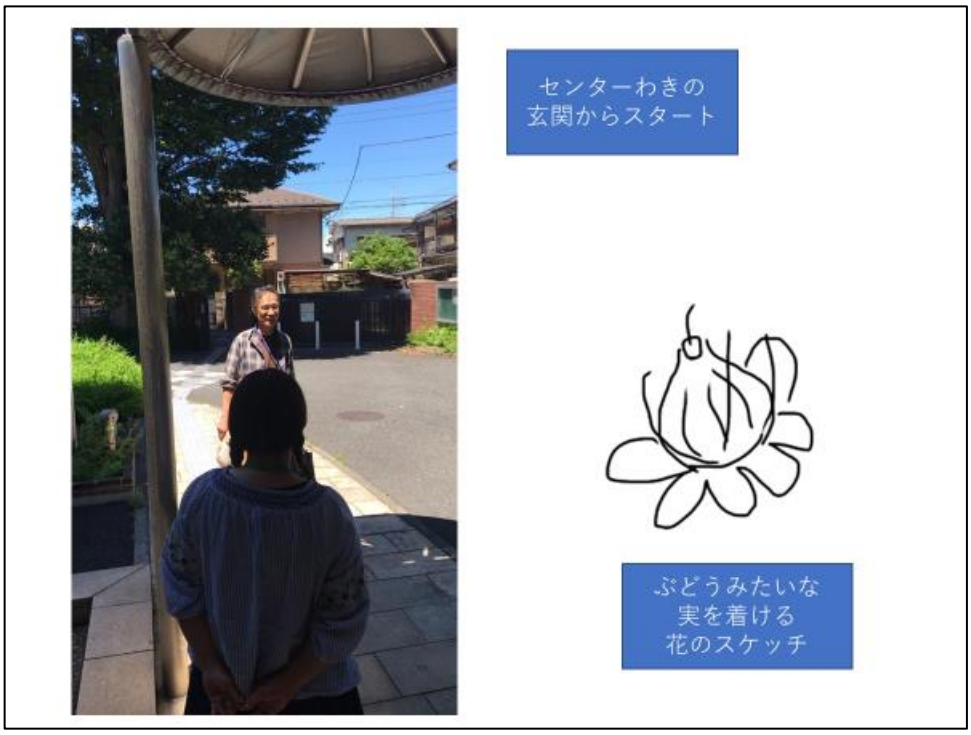

図３－1　花のスケッチ

② アジサイの観察

続いて、隣の公園に咲いているアジサイを観察した。①での投げかけを踏まえて、勝山氏より、アジサイの花はどこにある？という問いかけがあった。参加者は、①出の知識を基に、花に該当する部分を各自探し、講師とやり取りをしていた。また、アジサイの花について枯れている花と枯れていない花があること、花弁が枯れても落ちていないことなどを観察した（図 3-2、3-3）。

図３－２　アジサイの花の観察

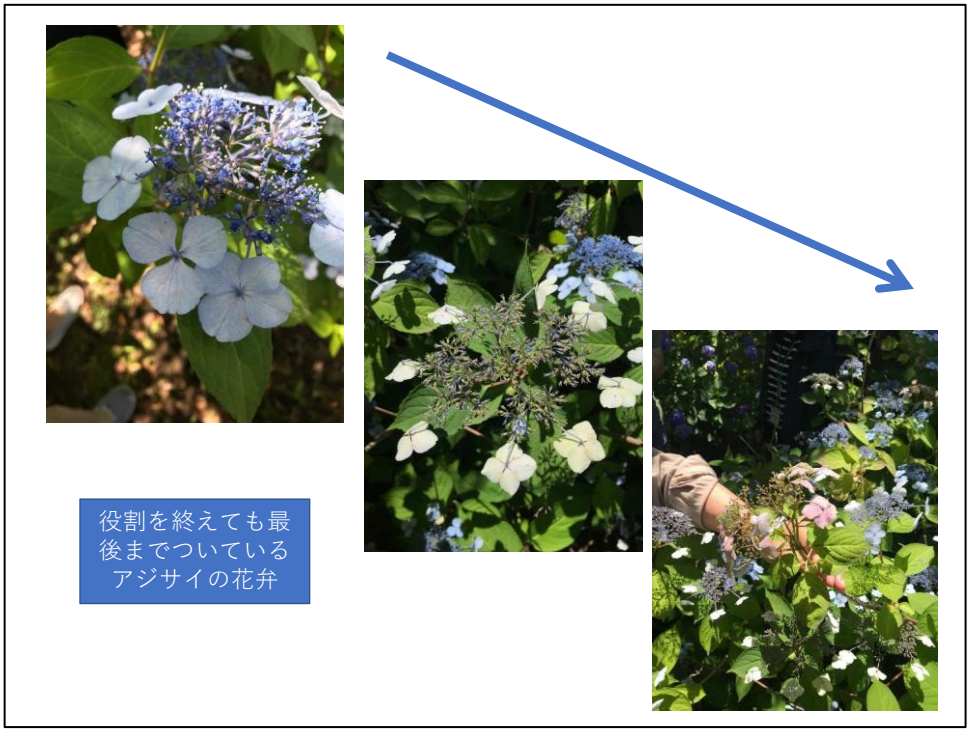

図３－３　アジサイの花の枯れていく様子（公園内で当日撮影）

③ 嵐で落ちたものの観察

前日の嵐で落ちているものを観察した。花弁とおしべが T シャツとを脱ぐように落ちている花などが見つけられた（図 3-4）。

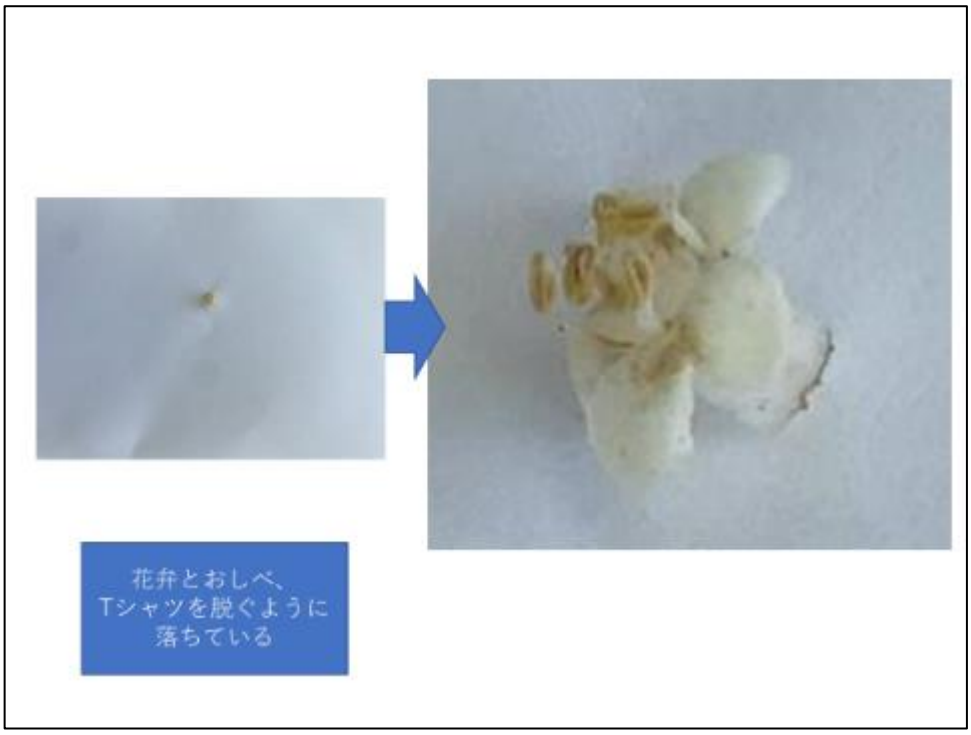

図３－4　嵐で落ちたもの

④ 葉っぱのつき方の観察

葉っぱのつき方を観察した。木の下の方は、葉っぱがついても日が当たりにくく成長が止まっている事、より高い位置では葉っぱの数が増えていることが観察された。葉っぱが付きにくくなっているところに自分を重ねる参加者がいたが、多様に育っていることがリスクを軽減する（例えば、周りの環境が変わった時に栄養を取りやすくする）といったことが解説された（図 3-5）。

図３－５　葉っぱのつき方の観察

⑤　音を描いてみよう

１分間、目をつぶって周囲の音に耳を澄ませ、聞こえてきた音を絵に描く（文字は書かない）という活動を行った。「雲の音が聞こえた」という人もいたほか、高いところ、低いところその間の音など距離で描いた人もいた。バスケの音が気になった人、気にならなかった人などさまざまであった（図 3-6）。

図３－６　音を描くワーク

⑥ チームでコケの観察

最後にチームでコケの観察を行った。3 人のグループで、けやきに生えているコケの種類が何種類か、コケの生え方に特徴はあるかを観察し報告した。コケを触って触り心地を確認したり、コケの特徴から種類について議論する様子が見られた（図 3-7）。

図３－７　観察したコケ

(2) 観察会後の講義

勝山氏による約 40 分間の講義を実施した。具体的には、１．自然観察会の効用として、自然観察と自然観察会、生きる力（イノシシと豚、自然志向というけれど、伝統と文化）、脳の活性化（見えると観る）、２．自然の見方として、五感（五官を使って仕組みを見抜こう、発見を大切に、表現しよう、３．フィールドマナーと安全対策として、無駄に取らない、ローインパクト、危険を知ろう、保険、４．自然観察会が目指すものとして自然と親しむ人を増やそう、自然を大切にできる人を増やそう、自然を守る仕組みを作ろうなどの内容であった。

(3) グループワークの結果

観察結果から、自然観察の意義を明らかにすることを念頭に、グループワークで、自然観察の感想や、今後の活用方法等について議論した。記録は調査事務局がグループワーク中に筆記したメモから作成した（表 5～6）

表５　グループワークで出た意見①自然観察会の感想

参加者	意見
A 氏（男性）	一緒に観察すると、視点が違った。改めてみると違って見える。目を閉じて絵を描く、自然の音より車の音や違う音が入ってきた。ちゃんと絵にならなかった。それを感じた。
B 氏（女性）	前回（注１）の刺激が強く、頭で考えず五感で感じる、正解はないと言われ、自然観察指導員までなった。音を描くのは意外とできないと感じた。視覚にとらわれて生きていると感じた。場所や時期がずれるだけで自然が違ったり見え方が変わる。刺激を受けた。名前にこだわらずなぜを掘っていくことが大事で活性化されていると思った。苔にあんなに触れたのは初めて。気持ちよかった。いろんな種類の苔に触って興味を持った。
C 氏（女性）	一本の木を見ただけで、こんな疑問、そんなことを考えたことがなかった。風の日に何が落ちているか、天気のいい日との違いを考えたことがなかった。大事なものを見落としていないか刺激になった。考えることの大切さがわかった。風の音を描くのは楽しかった。難しいが面白く、職場でもやってみたいと思った。ほかのスタッフにどんな風に景色が見えているか共有できるのではないか。五感を使うのが気持ちいいと知ることができて楽しかった。
D 氏（男性）	今いるところで、事業として行わなければいけないというイメージをもって帰って企画が立てられるという目的で参加した。まだ具体的には持てていない。そこまで完成形を最初から求めなくてもいいのではないか、荷物を軽くしてもいいのではないかと思ってきた。絵について、ストーリーを考えた。もし民家があったら、聞こえないだろうな。テンション上がるだろうな。想像してみましょう。
佐藤（調査事務局）	役割分担をしているという話が合った。役割が終わると、もうどうでもよくなる。役割を果たすところが芽生えてくる。大事なめしべは残して、いらない雄しべは落とす。自然て、合理的で冷徹なんだなと思った。ところで、それをみて悲しいなと思うわたしってなんなの？葉っぱや枝は何も考えてないと思うが、それを見てコミュニケーションしていないがこっちが勝手にそう思う。人生に疲れた人は森に住みなさい、という話を思い出した。 勝山講師よりフォロー⇒残った葉っぱも大事かもしれない。上の葉っぱが全滅するかもしれない。無駄に見えてもそうでないかも。
E 氏（女性）	役割分担、用のなくなったものは落ちるはメモした（笑）。やっぱり楽しい。とにかく楽しい。一度として同じ景色ではない。おんなじけやきでも毎回違うことを感じるのがすごい。自然が役割分担が行われている。仕事でも自然に役割分担必要なことは自然の中でも当たり前のように行われている。基本の花を知らないと応用は知れない。
F 氏（男性）	普段見ない方向から見た。いつも南側からくる。日差しが入って明るいイメージ。今日は暗かった。見え方が違うというのを感じた。止まって

	しっかり見る大事さを感じた。動いているスピードの中で見ているので、見ているつもりが見ていない。止まってみるとそこにテーマがある、というのがより分かった。実践研修の実習は止まってそこからいろんなものをみなさいと言っている。間違っていないと感じた。 何日か前のテレビで音の絵を描くというのをやっていた。子供はできるが親は困るというのをやっていた。難しそうと思っていたが、実際にやるとこうなるんだなと。描いた空は3層に分かれていて、境目で何が起こっているかをみたい、境目が重要という気がしている。変われているラインがみれたらいいと思った。止まって、感じながら考えるのは大事と思った。いい関わりをしている人の間にスタッフが入ると残った人がどうなるかわからない。広く感じられるのはいい。空間を認識する力が必要。自然を見るとそういったことも育つのかなと思った。
中村（調査事務局）	音を描くはよかった。けやきの葉っぱを描いてみた。気に入るのが描けた。音を描くのは難しい、言葉を書かないなどブロックがあったが、絵が思い浮かぶならそれを描いていいという許しを得たら結構気持ちよく描けた。風の気持ちよさを感じた。 時間の流れの中で、自然を見ることで感情が動く体験をした。気づいた喜びがあるからなくなったら残念。勝山さんの講義を聞いてどんぐりが根を張っていてなくなった時を思い出した。そういった経験を基にして感情が動くことによって、感性が育てられている側面があると思った。勝山講師より→自然の仕組みでは適正生存の何倍も生まれる。掃除しようがしまいが、どんぐりはほとんど死ぬ。それを感情移入しないで見るとそういうもの、となる。人はそんなにたくさん生まれるわけではない。わざわざライオンがシカを狩るところは見たくない。それよりも生きているところを躍動的に見せてくれた方がいい。それで十分。たくさん生まれてたくさん死ぬところは感情移入しないところで見たい。
勝山氏より	・ 嗅覚は人によって差があることがある。においがするのが当たり前という前提で進めると仲間に入れなかったりすることがあるので注意が必要。

（注1）平成29年度に任意で実施した自然観察会のこと

表6　グループワークで出た意見②　活用の可能性

参加者	意見
E氏（女性）	絵にしろと言われると難しいが、現場でがやがやしている、目をつぶって音だけ1分というのは職員にとっても何か気づきがある気がする。現場にいたときには、後ろがみえていなくても危険を感じとって行けていた。今の職員は目の前で起こっていることですら後手の対応になっている。視覚がなくなる一瞬があることが効果があるかもしれない。
A氏（男性）	自然観察、一番はただ歩いていただけでも自然の環境を壊している。それを気付かずやっていて、以前、石の下にカニがいることを知っていて見せたとたんに、天敵に食べられた。これはダメだ、どのように見せよ

	うかと考えた。何気なくやっていることが利用者に影響を与えていることがある。それをどうわかってもらえるか、考えた。貴重なカニだった。なのに目の前で食べられた。
C 氏（女性）	入居されている方の生活環境を振り返るということを 1 年通してやっている。ハード面も生活している人が気持ちのいい空間で生活することを考えている。音のワークは自分にとって、気持ちのいい音、不快な音ってどんな音が聞こえてくるか、実際にやってみてどう感じるか気づけたら、入居者の環境改善につながるかもと考えた。どんな音が聞こえるかからやってみたい。スタッフの声が大きく聞こえているか、どのようなかかわりの声が聞こえてくるか、それが心地いいか、普段の音を聞いてみることをしてみたいと思った。
F 氏（男性）	一連の流れはいろんなことが分かった。現場の職員は答えを求める。型にはめる。本来そうではない。いろんなことがあるんだよ。という答えの出ないもやもやを持って帰るのもいい。落としどころはそこでいいと思う。自分たちのやっていることももやもやする、話すと答えが出たり、ヒントが出たりもする。人によって開くところも違う。いろんな視点があるんだなと。どのように捉えるのか自分の特徴、人それぞれ違う、それを共有すると楽しく学べる。そういうことができるパッケージが欲しい。
勝山氏	いろいろな感じ方をしてもらえたと思う。このメンバーだからこうだった。またやってみてもいい。それって答えはない。繰り返しやってみていい。お互い様かな。それぞれのところでそれぞれのやり方でフィードバックしてもらえるといい。情報ステーションを設けて集まってくるといい。

(4) アンケート結果

アンケートにおいては、自由記述で、「感想」「印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取り」「研究やプログラムに対する提案」「今後誘ってみたい人とその理由」について尋ねた。

表７　参加しての感想

本日の感想を記入ください
やっぱり楽しい。とにかく楽しい、同じ公園、同じ欅の木でも毎回違うことを感じる。風の音がいろいろ聞こえた（降りてくる風、昇っていく風など）
普段見ない方向からの見え方の違い
今日のワークは自分の中の気づきの視点や考えてみることの大切さを知るためにとても有意義なものとなりました。同じもの（似たようなもの）でも環境の違いで全く異なるようになる変化を知ることができたのと一本の木を見て「なんでこうなるんだろう…？」と考えることで名前にこだわらないことの大切さ自分で考えることの楽しさに気づきました。五感を使うことの気持ちよさをとても感じた一日でした。

今日２回目の参加です。前回の刺激が強く、頭で考えるから、五感で感じる、答えはない、とのことが忘れられず、指導員になりました。今回は音を絵にするという不思議な体験を通し、視覚だけでない大切なことを知りました。場所、時期が違うだけで、その時の自然の見方が変わるので、毎回たくさんの刺激を受けます。名前にこだわらず、なぜなぜを深く掘っていくことで、普段使わない右脳を使い、豚でなく猪でいられそうです。コケにとても興味を持ちました。
日頃何気なく通り過ぎている環境の中に、足を止め意識して細かく植物のことを見てみると、新たな発見があり、とても無意識に行っていることを意識化することの大切さを強く感じました

表８　印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取り

印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取りなど教えてください
音を形（絵）にする 基本（花の）を知って応用？を知る（あたりまえだけど改めて） 役割分担は自然の中でも行われている（用がなくなったら落ちる）世代交代も大事
音を絵で表現することの難しさ 止まって観ることの大切さ 絞り込みと目標設定、問いかけの工夫
風の絵、音の絵を描く活動がとても楽しかった。聞いた音を形に表現することの難しさを感じましたが、面白いと感じた。お天気の日と風の日に落ちているものの違い。
目を閉じて、音を聞く、それを絵にする。形にする。どんな場所でも自然観察ができる
風の音の絵を描くことは目に見えないもの、自分でイメージがわかないものを形にする難しさを感じました。

表９　研究やプログラムに対する提案

研究やプログラムに対する提案がありましたら教えてください。
グループ作業は研修にも取り入れやすいかも。
五感を活かして行うプログラム
欅の木から剥がれ落ちた皮をパズルのようにあてはめ場所を探したり、種の広がり方の仕組みを説明を受けて学ぶことは楽しみながら学べてよかったと思います。

表 10　今後誘ってみたい人と理由

今後こんな人を誘ってみたいという人がいましたらこんな人、誘ってみたい理由をお知らせください。
当事者（認知症に限らず）と一緒に自然を感じてみたい。一緒の職場で疲れ切っている同僚（心病んでいる人？）
指導員の仲間たち

(5) 第 1 回終了後の議論

① ターゲットの明確化

終了後、調査事務局及び講師、日本自然保護協会事務局で意見交換を行った。認知症の人とどのように自然観察をするかを考えるために参加した指導者もおり、その指導者に対しては十分な情報提供が難しかったことが確認された。本研究におけるターゲットを認知症の人とスタッフとするのではなく、認知症の人の介護をするスタッフに限定した方が、参加者と主催者の視点がズレない、また自然活動を効果的に導入するための手段として適切との意見でまとまった。以上を踏まえ、第 2 回については、スタッフの感性を高めるということを念頭に企画タイトルを変更し、最初に趣旨説明を行い進めることとした。また第 3 回は、第 2 回の結果を見ながら、認知症の人との観察会の留意点をまとめることも視野に入れた活動を行うこととした。

② アウトカム評価

また、自然観察会のアウトカムとしては、直後以上に、観察会をしてしばらく後、あるいは継続的に参加することの効果が重要であることが話し合われた。継続的に参加している人に対する配慮についても含め、情報収集しつつ、検討することとした。

③ 自然観察会の形態

自然観察指導員の主導で実施する自然観察をインプットとするか、あるいは、介護職員が自分たちで行う自然観察をインプットとするかが論点となった。現段階では前者を想定することとした。

5） 第２回自然観察会の結果

(1)　 自然観察会の結果

第２回の自然観察会は、一寸木肇氏を講師として、14 名の参加者、日本自然保護協会事務局より小林今日子氏、事務局１名（中村考一）で行った。観察会は、前回よりもより五感を使い、感情に働きかけることを意図した内容となるよう構成された。公園の外側から回るルートとした。

① 木の実の観察

公園の外側を回り、目についた木の実の生る木を観察した。木の実を見て、それぞれの参加者が印象を言い合った。かわいいね、という意見や少し不気味、という意見が得られた。講師からは、「肯定的に感じても否定的に感じてもよい（感じたことに正解・不正解はない）」というコメントがあった（図 4-1，4-2）。

図４－１　観察した木の実①

図４－２　観察した木の実②

② アベリアの観察

続いて、公園に咲いているアベリアを観察した。一寸木氏からは、アベリアは別名、「ハナゾノツクバネウツギ」というなぜでしょう？という問いかけがなされた。参加者は、仮説を立てて一寸木氏に回答をした。一寸木氏から「ツクバネ」というのは何か？問いかけがあり、正月の追羽根であることがわかると、花が追羽根に似ているという意見が出た。それだけか？という一寸木氏のさらなる投げかけで、学のところに追羽根に似た部分があることを参加者が発見していた。また、うつぎとは「空木」であると解説があった。空洞になった茎に別の植物の茎を差し込む参加者もいた（図 4-3）。

図４－３　アベリアの観察

③　異空間の体験

公園の一角にあるバスケットボールスペースに移動した。一寸木氏からは、異空間と感じないか、という投げかけがあった。具体的には、金網で仕切られており、「花火は禁止」という張り紙があったり、他と違い植物等がなく、空が開けている、この場所をどう感じるかということで参加者と意見交換をした（図 4-4）。

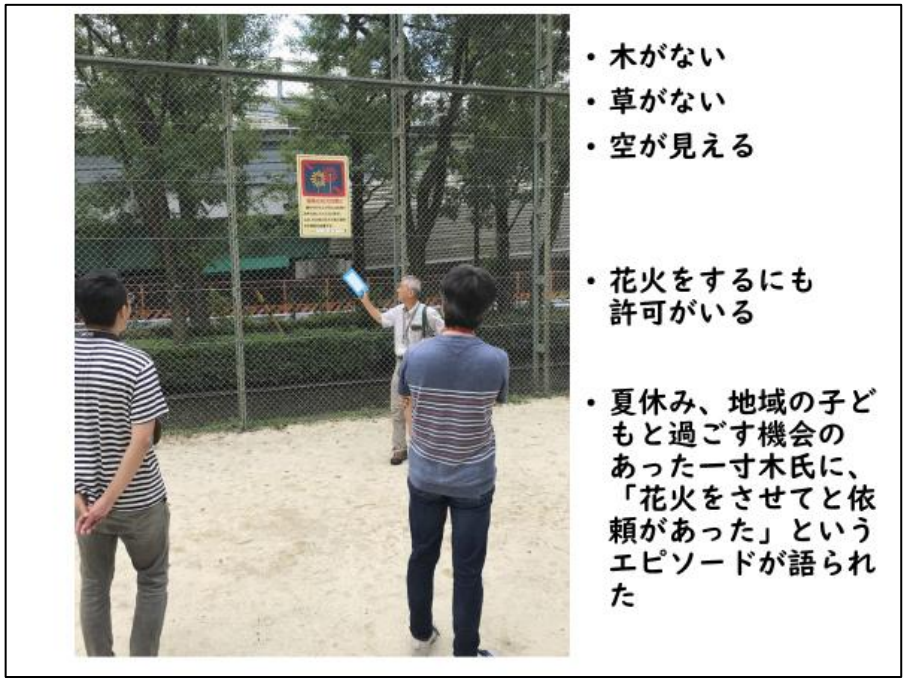

図４－４　異空間を体験

④ つゆ草で爪を染める

公園の外周に生えているツユクサで爪を染めた。一寸木氏が下見をした 1 時間前はきれいに咲いていたツユクサも観察の時にはしぼんでいた。花で時間がわかるかもという参加者の発言で一寸木氏から花で時計ができているところもある、オシロイバナは 4 時（Four o'clock）の花などといったやり取りがあった（図 4-5）。

図４－５　ツユクサでの爪染め

⑤ ねこじゃらしでのキャンディづくり

道に生えていたねこじゃらしで、キャンディが作れるということで、各自が作製した。全員が作ったキャンディを一つにまとめると参加者から歓声が上がった。できたねこじゃらしの束は、参加者一人にプレゼントされた。ねこじゃらしは、図鑑ではエノコログサと解説されているが図鑑の名前にこだわらないでいいのでは、と講師から語られた。（図 4-6）。

図４－６　ねこじゃらしのキャンディづくり

⑥ セミの穴・抜け殻観察

公園の中に入ってくると、木の根元に複数の穴が開いており、「地面に何かありますね」という投げかけが一寸木氏からあった（図 4-7）。参加者からセミの幼虫が出てきた跡、という意見が出ると、初めて見たという参加者が複数いた。それをきっかけにセミの抜け殻を探すこととなった。一人に一つ確保したうえで、オス・メスを区別してみる、種類を特定する、何種類のセミの声が聞こえるか、セミの幼虫は何を食べるか、セミの抜け殻から出ている白い糸は何？など、答えが出るたびにさらなる疑問が沸き上がってやり取りがされてた。例えばセミの幼虫は根っこから樹液を吸うということを知った参加者から、卵はどこにあるの？という質問が出た。一寸木氏は「いい質問ですね。疑問が解決したら次の疑問が出る。それを追求していけたらいいですね。」と余韻を残す回答があった。

図４－7　セミの穴と抜け殻の観察

⑦　地面の温度を感じる

続いて、参加者全員で地面の温度を感じてみる活動を行った。一寸木氏が持っている温度計で測ると地面や水、石の温度がわかり、参加者の推測と実際の計測値から感じた印象について参加者同士で交流した（図 4-8）。

図４－８　地面と水の温度を感じる

⑧ 目を閉じて音を聞いてみる

公園の中央に移動し、ベンチのあるエリアで１分間、目を閉じて、何が聞こえるか耳を澄ましてみるという活動を行った。1 分経った後、参加者で聞こえた音を共有した。参加者からは、セミの声が聞こえた。フクロウの声が聞こえた（実際は山鳩）、子供の声が聞こえた、中央高速の車の音が聞こえたなど、様々な音について共有した。セミの声が何種類だったか、議論になったほか、人によって注意を向ける音が違うことや快に感じる音、不快に感じる音が違うことが確認された（図 4-9）。

図４－９　音を聞いてみる活動

⑨ けやきを使った活動（枝の広がり、幹の大きさを感じる、けやきのパズル）

公園の中央にある最も大きいけやきに集まって、①参加者が枝の先端の位置に立って、枝の広がり方を見てみる（図 4-10）、幹の太さを縄で測り、輪を作って参加者が入ってみる、けやきの皮がはがれたものがパズルのようにはまるか探してみるといった活動を行った（図 4-11）。参加者は笑顔で声をかけながら活動を楽しんでいた。

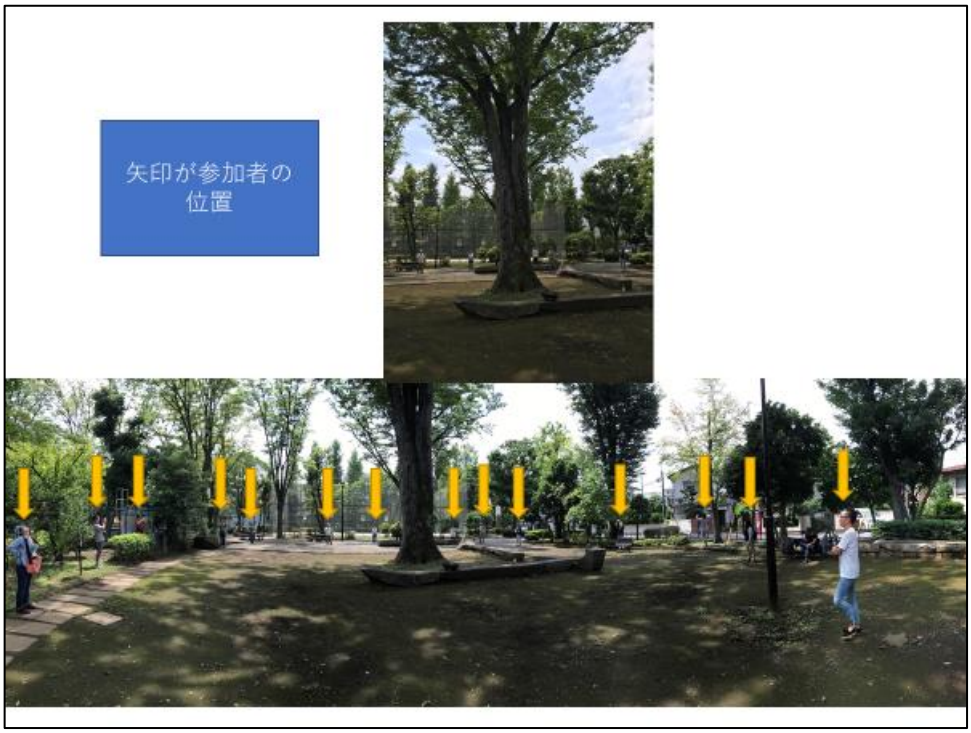

図４－10　けやきの広がり

図４－11　幹の太さの体験、けやきのパズル

⑩ エゴノキのたねを味わってみる

帰り道の中で、椿、エゴノキに差し掛かったところで、実を開いて種の観察をした。苦いということを聞いた参加者の中には実際にかんで味わってみる者もいた。エゴノキに集まる山雀（やまがら）の話や椿油の絞り方などに話が発展した（図 4-12）。

図４－12　えごのき、椿のたねの観察

(2)　観察会終了後の講義

観察会終了後、講師の一寸木氏による講義を行った。具体的には、「自然観察を楽しもう」というテーマで、今なぜ自然観察か、昔と今、私たちが失ったもの、自然や生活から得ること、人と自然をつなぐには、こんな自然観察会を、自然観察会では、認知症ケアと自然観察会といった内容であった。

(3)　グループワークの結果

観察会の体験結果から、自然観察の意義を明らかにするとともに、現場で実践する際の課題や対策について、グループワークで議論した。記録は調査事務局がグループワーク中に筆記したメモから作成した。

表 11　グループワークで出た意見①　自然観察会の感想

参加者	意見
A 氏（男性）	• ひとつのものを見ても多様な見方がある。現場に置き換えれば、認知症の人を見る目も多様。ダメ、同一ケアではなく、駄目ではない。そこでどうディスカッションするか。多様を否定せず共有することの大

	切さにつながっていた。 • ファシリテーターのすばらしさを感じた。触媒、点火、人をつなぎ合わせる動きが参考になった。
B 氏（男性）	• あえて名前を言わないで、考えることで「なんでだろう」という疑問があることに気づかされる。みんなに意見を聞く事につながる。 • 具体的に体験してケアに活用できることを学べた。 • 気づきの過程。なんでこれはこうなっている？というのは、ケアと同じプロセスだと感じた。
C 氏（男性）	• 水族館・美術館などで、素通りしてしまっていた。見方を変えれば気づきがある。それをできてなかったと感じた。 • ムードメーカーが重要だと感じた。知識ではなく、場を演出する。
D 氏（女性）	• 前回は自然観察会が終わった後、気持ちが落ちこんだところがあった。自分の職場でした見たとき、自分が答えを出さないということができていないと感じた。 • 今日は自分が楽しめた。関心を向けるということが出てきた。対人援助職として関心を向けられるか。その辺の花にも関心を向けられるか。関心を向けることが重要ということを実感できた。 • センターを修了するときに、長谷川先生から感性豊かでなくては。と言われた。自分自身、鈍いなりにも気づきが得られた。
E 氏（男性）	• 体調を崩していた時に、自分に関心を持ち、自分を見るようにしていた。そうすると利用者が身近に見える。自分と同じような行動なんだなと感じた。職員よりも利用者と会話が弾んだ。 • そんな中あるスタッフから利用者について相談されたことがすごくうれしくて、「観察してごらん」と言った。見ていくということがすばらしさを発見するきっかけになる。 • 観察会に関しては、なかなか職員は、「これが認知症ケアに通じる」ととらえられない。レクリエーションで自然観察って、何ができるの？となる。自然が大したものではない。意識していないので。そこに生えている草から、得られるものがこんなにあるよ。と伝える場がなかなかない。拒否られて終わっているところがある。 • 利用者から、こういったやってみたらできるかなと思ってしかけ中。
F 氏（女性）	• 一寸木さんと歩き始めて、木の実のところで、昔の自分の仕事をふと思い出した。こどもの幼稚園で働いていて、よく散歩に出かけていた。一つ一つの花とか葉っぱを見て感動する、なんだろうねと疑問を持つことが大事と教わった。私もそうやっていたと思いだした。 • 今、高齢者と一緒に観察しているが、子どもは教育という気持ちが大きかった。教えてあげる視点でいた。高齢者は自分より知識を持っている。教えてもらう。逆の立場。そういう方に対して、どうおもうとか、なんでだろうといったファシリテーションができていなかった。すごく真逆と捉えていた自分を後悔した。 • 職員教育という意味では、気づきって大事で、いろんな職員たちに気

	づきが浸透しきっていないという現実があって、自然に触れながら、なんでかな、と感じることは大事と思った。 • 朝、ロッカーであった同僚に「寒かったね」と言ってみたりなど、気候などからコミュニケーションが始まる。大事と思った。大事なことを思い出した。
G 氏（男性）	• 一寸木さんの話し方、スタンスがとっても自然だった。 • 緊張もある中、自然観察をするが、自分をよく見せたい。間違ったら困るという感情もある。 • 間違いってないよね、可能性って無限大だよねなど、どんなボールでもポジティブに返してくれる。そうすると意見が言いやすいし、チャレンジがしやすい。自分がファシリテートするとき、意見が言いやすい場。できていたかなと振り返りになった。 • 自然な形でほめられてうれしかった。ほめられたいと思って関心を持つことが増えた。 • 如何につまらない毎日を送っていたかと感じた。日々の仕事をするのに、雨が降ってもただの負担、風が吹いたら自転車漕ぎづらいとしか感じていなかった自分がいた。周りに色々あったんだろうけど、見過ごしていたんだろうなと思った。自然にかかわっているのに、もうちょっと考え、感じさせることをできていなかったな。これからは振り返って、子どもや仕事に活かしていきたい。 • どの瞬間に感じましたか？ ⇒ねこじゃらし、一つ一つを集めるとブーケみたいになった。たくさん生えているのに、スルーだった。邪魔だな。蚊に食われてやだな。と思っていた。こういうことで思った。木の実を割って、それを持った時とか。これからは、雨を楽しみます。
H 氏（女性）	• 自分が持っている知識から答えを出そうとしてもがいている。直感で感じるものが大事。こたえだけをもとめるだけでなく、なぜどうしてを求めていくともっと違う世界が見えるのではと思った。 • いろんなものが引き出せて、潜在能力が出てくる。 • すべて教えるのではなく、相手の想いを引き出す。のが大事で、一寸木さんのファシリが勉強になった。草花、鳥、昆虫に詳しく、引き出してくれる人の力がすごい。
I 氏（男性）	• 日常生活の中で、いかに感度を下げて生活しているか。五感を最低限しか使わずに生活しているんだなと気づき、よかった。 • いつも、セミが鳴いていてもミンミンゼミ、アブラゼミと考えることもしない。あえて聞きに行くことで気づくことがある。On と Off だろう。 • 介護職は感性って高いんじゃないかなと思う。利用者の荷物、忘れ物あった時に匂いで誰のかわかる人がいる。自分でできるかと思ったら、全員は無理。感度が高い介護職もいるんだなと感じることができた。

	• 何気ない公園も楽しめるんだっていう気づきがあったのでデートでやってみたい（相手を見つけて）。
J 氏（女性）	• セミの穴を初めてみた。 • 普段、セミってただうるさいだけ。いくつ種類があっても全然関係ない。こういう楽しみ方があるんだなと思った。 • 普段いかに感度を下げて、周りを気にしないようにして常に移動している。そんな感じ。ここからここまで〇分で通過してなどを気にしている。空が青い、とか気にしていない。いろんな見方について、こんないろんな見方があるんだねと自分たちについて多様性を認めているくせに、入居者に対して、すべてダメとは言わないけれども、多様性を少しセレクトしているということを感じた。そういう気づきがあってよかったと思っている。
K 氏（男性）	• 素通りしている細かなところじっくり見ると面白いということに気づかされた。 • ツバキ、知っていた。興味が失せた。自然観察会をやったと想定すると、そういう知識を持っていると興味がそがれてしまうのではないかと感じた。それを関心を持たせるようにファシリをしていたのが印象的だった。ファシリテーター重要と感じさせられた。
L 氏（男性）	• スタートして一寸木さんの話を聞くと興味深かった。 • すごく思ったのは、一寸木さんは、答えを言わない。実の味など。「あれ～。気になる～」と思った。空木。切ったら空洞。 • いいタイミングで答えを出す。関心・興味を持たされてしまった。 • 関心を持つ⇒気づく。そこら辺のうまい出し入れコーチングされていた。バランスためになった。
M 氏（女性）	• 共有できる部分多かった。先日、バリデーション講演・愛知県の豊田で受けた。ストレスをどうやって抜いていくかといった話もあった。 • 自律神経を整える方法をレクチャーしてもらった。 • 自然観察会は、認知症の人の感性を育てるとともに、スタッフのストレス、自律神経を整える効果はあると感じた。
一寸木氏より	• 自分が一番勉強になっている。 • 母は入退院していた。猫バスとは違い、行けばめそめそしていた。家事はできる。父は母が亡くなった時ロス状態に陥った。支えを失ったときにこうなるんだと思った。憧れの父だったが。父が亡くなった時、どれだけ対応できたかというと全くできなかった。母以上に悔いが残っている。そんな中でこんな世界に巡り合った。自分も五里霧中の中にいる。 • 皆さんの話の中で、「関わる」とともに、「距離感」がキーワード。以外に距離感をとるのが難しい。スーパーマーケットで男性が怖い顔してカートを押している。自分はそうしたくない。パッと目が合うと、どっかで会いましたっけ？という顔をされる。知人には気を許すが、知人以外はそうでないと感じる。

	• どこをどう解きほぐすか。その人にとって何がいいか見つけ出していくことが大事なんだろう。父の話をもっと聞いておけばよかったと思ったときがある。人の話じゃなく、自分の話を聞いてほしい。それが糸口かなと思う。誰かが受け止めていかなければいけない。ケアのための自然観察、ケアをする人のための自然観察が目指すこと。 • 一緒に考えられることがありがたい。

表 11　グループワークで出た意見②　自然観察会を導入する際の課題と対策

グループ	意見
1 グループ	（課題１） • 自然観察会で何ができるかうまく説明できない。根拠、効果など。 （対策１） • そもそも触れる機会を作る（散歩など）。 • ここ（センターでの自然観察会）に来ること自体が改善策。 （課題２） • ファシリテートが難しい。 （対策２） • 現場に落とし込むステップとして自然観察会に参加するのがいいのでは。
２グループ	（課題） • スタッフにどう興味を持ってもらうか、重要性の伝え方。 （対策） • 障害があることもが自然欠乏症候群があると社会に対する順応性が下がると言われているそこから伝えられる。スタッフのストレス軽減から入る方法もある。 • 利用者の変化に少しでもつながるとよい。 （課題） • ルーチンワークになりがち。ケアプラン・レクリエーションが業務になる。 （対策） • 本人の意欲を引き出すものだということを大事にしなければいけない。本人が本当に鯉に餌をやりたいのか。包丁使えるけど、調理がしたいのか。暗くなったらカーテン閉めるなど気づいてもらうなど活用できる。そういった勉強会をしないといけない。 • 今後、振り返りや評価方法を考えていく必要がある。
3 グループ	（課題） • ファシリに一定とスキルが必要。特に安全性。 （対策） • 利用者に接していない自然観察指導者が危険なところを話し合う。 （課題） • 目的をきちんと説明できないと、来たい人は少ないのでは。 • 興味を持てる職員がどれくらいいるか。 （対策） • 最初の一歩を誰がリードできるかで決まる。安全性と知識があれば作り上げていける。

その他（実践の報告）	• 新人研修で自然観察会をした。朝から座学ばかり。緊張度が高く疲れ切っていた。尋ねても言葉を返してくれない。そのタイミングで自然観察会を入れた。そうするとすごくすっきりしましたと言われた。 • 外に出て気づいたことを共有した。40 分間。看護職はあっという間に戻ってきた。介護職はいろんなことに気づいた。丸太に穴が開いていて、何かに使ったんですか？とか、つわぶきがなぜこんなところにあるのですか？とか。いろんなことを言ってくれた。40 分で戻ってきたが、すごく生き生きした顔で、その後の講義がリラックスして聞けたという振り返りシートだった。 利用者を巻き込んで、一緒に行った。草をむしって止めることができない人もいたが、背の高い草をむしってくれた。草をむしっても転ばずむしれた。この人らしく生活できるということが見つけられた。
一寸木氏よりコメント	• 多忙感、ルーティンは教育現場と同じである。 • できれば地域で核になる人間が必要。現在、地域の生き物情報を集めている。集まるポイントは、「どんな情報も断らない」ということである。庭に咲いている花でも。画像として受け入れる。名前が出るとみんな勇気が出る。8 年目でようやく地域で見た蛇の話をしてくれたりするようになった。1 年で 600～800 件の情報が得られる。それが自然誌資料になる。 • 俳句なども使える。ただし、自分がかかわらないとものにならない。自分もルーティンにするなど自分が参画すると仲間が増えていく。旧暦に則るとうまくいくことがある 24 節季。 • 何で自然観察？と尋ねられたら、「人生を豊かにする」と言える。「いろんなものを食べられる≒幸せが増える」と同じで、いろんなものを見るということは豊かになる。学習指導、生活指導＋教養が必要。誰とでもいろんな話ができる。豊かにしてくれる材料が自然観察。底辺に面白さ、お助けマンになっていくことも一つ。味方を作っていくことは大変だが、お互い豊かになれたらいい。

(4)　アンケート結果

アンケートにおいては、自由記述で、「感想」「印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取り」「研究やプログラムに対する提案」「今後誘ってみたい人とその理由」について尋ねた。

表 12　参加しての感想

本日の感想を記入ください
外気にあたり風を感じながら、五感から得られる情報を整理しながら感性を広げていくような散策を終えて小さな疑問を見つけて、答えを考え、また新たな疑問を見つけて答えを探る本当に人間が本来みな持っている成長したいというエネルギーを刺激する方法だと思いました。
自然観察を実践し、講義を受けたことにより、自然が生活における支援に活用できることを大いに感じた。（例えば、リビングや居室のカーテンは、開閉を職員がやるのは簡単だが、開閉ができる認知症の人にやっていただくことで、要項や風、天気などに気づき、どんな感性が生まれていくのか等の支援もできる）

・2 度目の参加となりますが、前回とは違った視点で、見たり、感じたりすることができた。 ・前回は自然にたいする知識がない！という思いを強く感じたが、今回は自身が楽しむことができた。それはどれだけ、関心を向けるかを感じることができた。
自然な観察がとても楽しかったです。素朴な疑問を持つことの大切さ、それに答えを考え発言してみることにも楽しさを感じ、ファシリテーションのすばらしさを感じました。小さな身近なことに立ち止まり、見る、触れること、それを共有することの大切さも改めて学んだと思います。
知識や結果にこだわらず、なぜ、どうしてを考える力を自然と身に着けることができる。 ・自分ですべて考える、答えるだけでなく、相手の思いを引き出すことが大切だと思いました。
・楽しかった。 ・普段どれだけ、周囲（景色とか）に対して気にかけないで生活しているのかとよくわかった。余裕がないのかもしれないが。
普段生活していて、音の種類、香り、見え方、自然と人工物の違い等、考えたり振り返ったり感覚の使い方を変えるだけで「なんで」の入り口にたて、意味づけや価値につながることになると感じた。
初めて参加したが、貴重な体験となった。普段は素通りしてしまうような自然にも気づく、目を向けることの重要性を再認識できた。それは利用者に対しての観点と同じであると感じた。 多様性、きづき＝内発的、知識じゃなくてどう感じるか
普段気にしない木や花を見つける貴重な機会となりとても有意義でした。
自然って本当、多くのことを感じさせてくれると感動しました。
関心を持っていないことに改めて目を向けたときに、広がる気づきと心の豊かさを今日はお持ち帰りします。
気づきは教育で醸成できるといわれていますが、その気づきを具体的に体験してケアのひもときに活用できる学びでした。
自然の力を知ることに無関心だった中で一寸木さんの引き出しによって、とても魅力的になる。不思議を体験しながら、これは面白いな～と 2 度目も思いました。学ぶことがたくさんあり、引き出しを次真似をします。

表 13　印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取り

印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取りなど教えてください
多くの参加者の？を拾い上げて知識と体験を続けていかれるような進行が素敵だと思います。
・一つの事象に対し様々な意見が出ることに驚きを感じた。 ・講師の働きかけについては、いかに興味を持たせるかをポジティブに発信しているのが印象的だった。
参加者の声を一つ一つ受け止め、それはなぜだろうと私たちに投げかけるキャッチボールの

仕方が印象的だった。けして答えを伝えるではなく、多様な捉え方を大切にしてくれる姿勢から学びを得ることができた。
自然観察会、一寸木さんの投げかけに対する答えを認めてくれたこと「いい気づき」というセリフが印象に残っています。否定しないことで発言しやすくなっている雰囲気が生まれていることは素晴らしいし、楽しい中で時間を過ごすことができたことで、頭の中に記憶として残ることも大事と実感しました。
猫じゃらしのアメがびっくりです。身近な草で楽しめるヒントになりました。
セミの穴、初めて知りました。見ました。
感じようとしなければ、見えなかったり感じれなかったり気づかないことがたくさんある
AM の一寸木さんの実際の教え方もそうであったし、PM 座学で指導員の役割についてもレクチャーをしてくれたが、指導員の働きかけはとても重要なのだということを強く感じた。
コミュニケーションの本質→相手に関心を持つ→自分に関心を持つ。とても印象的
知っているようで全く知らない自然。おそらく参加者の多くが「知っているよ」ぐらいに思っていたであろう人。興味をうまくファシリテートした一寸木さんの技術が印象に残りました。
・ファシリテーターの見本となった。 ・生き急いでいたことに気が付いた。自分を豊かにするために、一度立ち止まった関心を基ことの大切さを知った。
一つの理解ができると次の課題が見えて、次から次への問題がシフトしていくという点が、気になるためのスイッチとなると感じました。
講師が説明するというより、どう感じたか、どう思うかという問いを投げかけることで発見が生まれるんだなあと感じました。

表 14　現場に導入する際の課題

現場に導入する際の課題
認知症ケアの必要性を認識している方（スタッフが）が少ないかと思います。
・なぜ自然観察がケアに結びつくのかの説明 ・自然観察会に限らずケアプランやアクティビティがたくさん作業になりがちになっている ・楽しめるから音楽療法出て、包丁使えるから毎日台所やって、
・スタッフにどのような形で自然に親しむ、興味を持ってもらうか ・ルーチンワークになりやすい ・人手不足の中をどのようにその気にさせるか
・体験してもらうための根拠、興味を沸かせること
・現場の忙しさ ・気持ち余裕のなさ ・聞いただけでは実感がなく、実践につながらない
・興味を持てる職員がどれくらいいるか ・施設内で研修として参加できる体制が取れるか
・自然観察会の意義や魅力をしっかり伝え、興味を満たせられるか不安（感性を磨く）

・高齢者の知恵を生かしながら学ぶも一つのコンセプトになる ・安全配慮の知識・技術力 ・事例発表
・人員の時間をどう確保するか ・評価をどうするか（振り返り）やっている側の自己満足にならないようにする
自然観察は、時には非常に細かいところを見るケースがある。例:花の雄しべめしべ、小さい花、虫。今回は虫眼鏡を持ったが、高齢者はそれでも不十分。また車いすなどでは近くまで行けない。 高齢者の方は先入観や予備知識があるのでそれが興味をそぐ場合がある。
・講師役は一定のスキルと知識が必要 ・動植物の名前や特徴、安全性など 実現に向けての共有（現場のスタッフの利用者情報など） ・感性をはぐくむ重要性の理解を促す→発信する 興味を持つ職員がどれくらいいるか
・ファシリテート ・自然についての知識 ・なぜ自然観察なのかをスタッフに理解できるように説明する
自然観察は素晴らしい。しかしだからと言って現場の中で大々的に自然観察会を打ち出すと、逆に引いてしまう可能性もある。
・ファシリテーターの力量 ・重要性の伝え方
現状、外出レクを行える人員配置ができていない。レクもほぼできていない。自然観察の良さを説明してもなかなか、いや全く、職員に伝わらない

表 15　課題の克服策

課題の克服策・観察会の工夫
手探りでいろいろな独自の働き方を試してみて、効果を上げていくしかないと思います。時間がかかると思いますが。
日々のケアを課題と結び合わせることを伝えていく
・まずはスタッフが楽しめる機会を作る ・成功体験の機会 ・組織的に取り組む体制づくり
・自然に導入ができるよう、興味がわくように日常の中で少しずつ取り入れ、観察会が実施できるようにする
・自然観察指導員が現場に行き自然観察会を実践する ・認知症の人とかかわる職員の数名に自然観察指導員になってもらう ・センター開催の自然観察会に参加してもらう⇒現場に帰って実践を繰り返す。 ・楽しい、うれしい体験を増やす（自然も介護も認知症の人も）
・施設内研修という形にしてしまう
・参加に価値をつける（例：カメラ好きがあつまるなど）。タイトル大事。裏テーマ。

・認知症の人から学ぶ
・施設の理解、協力を仰ぐ ・目的をしっかり伝えればいいのか？ 現場で生かされているかアンケート（継続的に）
マイクロカメラとタブレットで近くの画像を見せる、機械を使用してもよいのでは？ ユニークな場所、花、動物などを見せるようにする
学んだ人が最初の一歩を。
知識、経験
日常の中のルーティンに少し取り入れる。業務の中の散歩の時間にいかに散歩中の会話を盛り上げるかとか利用者さんの気持ちを引き出せるようにどうすればよいか？という影かけから、自然をネタに話を進める。
・実践を行い、答えがすべてではないという点 ・自然欠乏症候群の理解？
・室内でペットボトルを使った植木を考えて行う予定。アロマティカスはにおいがあるのでそれを使う。利用者と作成し植える。ペットボトル２Ｌを半分に切ったものを。 ・職員だけの自然観察会

表 16　前回参加した後の気づきや自己の変化（リピーター対象）

前回参加した後に気づいたこと、自然観察会に参加しての自分自身の変化
認知症カフェで、草花を使ったクラフトを企画して楽しんでいます。五感を使ったコミュニケーションを通じて、介護者や認知症の人、その家族の笑顔を引き出すことが差別のない豊かな人たちの多い世の中になることを思っています。
気づく力がはぐくまれたと感じます。外に出てより興味を向けることができる方法を体感できた。自然欠乏症候群というものがあるらしく、施設の利用者やスタッフもこのような状態になるのではと考えた。気づきと同じく、感情労働で苦労しているスタッフに効果があると感じた。
前回、観察会の翌日に意識していないのに、通勤で、今まで気にしていなかったアジサイやカエデなど花や緑がものすごく気になる自分自身に驚いた。

表 17　その他自由記述

その他、自由記述
高校生の時、科学部で富士五湖の水質検査をしました。その成果環境問題にも興味があります。地球温暖化、CO2 の削減、自分自身でできること、ごみとして捨てるようなものをレクリエーションの素材として利用する。植物を育てることにより、命ということに向き合う、枯れて死んでしまったかのように見える命を観察することにより、人の老いについて考えたり、言葉にならない言葉に耳を傾けるという姿勢を身に着ける必要性を介護福祉士として深く感じています
もっと大自然の中で、BBQ 付とかで参加したい。
A 苑でお待ちしております。
10 月に現場で行います。（利用者と職員か、利用者家族とか）

(5)　第２回終了後の議論

①　現場スタッフに自然観察の意義をどのように説明するか

多くの参加者が自然観察の意義を実感していることが、感想、ワーク、アンケートからも分かったが、一方で、体験して初めて実感することから、自然観察の意義や楽しさをどのように伝えて実践までつなげていけばいいかということを課題として挙げる意見が多く見られた。

対策としては、センターで実施する自然観察会に参加し、まずスタッフがその面白さを経験してみるということが挙げられた。一つの方向性として実現可能な対策と考えられる。また、実践事例報告を蓄積することも有益と考えられる。様々な取り組みの情報を収集、蓄積、紹介を進める必要性が確認された。加えて、自然観察の効果についての評価指標について必要性を指摘する意見もあった。この点は本研究の大きな課題の一つでもあり、取り組んでいくことで一致した。

②　実際に現場で実施する際にどのように進めればよいか

講師のファシリテートが素晴らしく、参加者の意識も高いため、どのようにファシリテートすればよいかという点にも参加者の興味・関心が向いた。実践事例として自施設での新人研修の一環として導入する事例があったが、そこでは、気になったものを一つ持ってきて何が気になったかを共有するという取り組みが行われていた。そういった素朴な取り組みをはじめ、本研究において提供されている活動などが参考にされることが期待できる。加えて、効果的に実施するためのポイントなどについてさらに精査することが求められるという理解もできる。

③　スタッフが自然観察を行う意義

研究の当初は、スタッフの感性をはぐくむということで、企画を開始した。意図に沿って、自然の細かな違いに気づくことができるようになったという感想を多数得られている。第２回は五感をキーワードにして、自然を体験するような観察会となり、五感を使うことと感じる力を養うこととの関係性についても体験的に確認できた。加えて、講師の問いをきっかけにして知的好奇心が賦活され、様々な疑問に回答の仮説を立てながら観察に参加する様子も見られた。知識を前提にして実践していくのではなく、現場で立ち現れている現象を捉え、その現象の原因を類推し、取り組んだ結果から減少の意味を理解して次の活動につなげるという姿勢は認知症の人のケアにも通じるものであるという指摘もあった。自分自身の体験を軸にしてケアを試行錯誤するといった姿勢を意識づける手段としての可能性も指摘された回であった。また、加えて、ストレス軽減効果を指摘する意見も聞かれた。五感を使い経験から感情を活性化し、小さなことにも気づける感性を養うという軸は大切にしながらも、その他の意義についても検討を深めていくことにより、より深い活動になる可能性が感じられる回でもあった。

6） 第３回自然観察会の結果

(1)　 自然観察会の結果

第３回の自然観察会は、勝山智男氏が自然観察会の講師、一寸木肇氏が観察会議の講義の講師として依頼し、認知症介護指導者の高橋恵子氏、武藤とみ子氏の実践事例報告を加え、実施した。高橋氏、武藤氏を入れると 19 名の参加が得られた。日本自然保護協会事務局より小林今日子氏、事務局２名（佐藤信人、中村考一）で行った。自然観察会の評価方法を検討するために、リピーターに自然観察会を経験した後の変化について尋ねることも一つのテーマとした。12 月の開催で大変寒く防寒に留意するよう注意喚起したうえで参加を促した。

① 的あて

観察会の冒頭は、アイスブレイク的に「的あて」が行われた。センター前の草花があるエリアの中で、フェルトで制作された的にくっつきやすい実や葉っぱを探し、的の中央に当てることができるかを参加者全員で競った（図 5-1）。参加者はくっつきやすさや投げやすさなどを考慮し、草を加工したりしながら的あてを笑顔で楽しんでいた。

図５－１　的あての様子

② 温かい場所探し

続いて、センター玄関前のスペースで、最も暖かい場所はどこかを探した。参加者は、それぞれ交流しながら、手で、マンホールや桜の木、アスファルト、落ち葉など様々なところに触れ温度を確かめていた。落ち葉の中が温かい、気持ちいいといった声も聞かれた。講師のレーザー温度計で最も暖かいところは落ち葉と結論付けられた。

図５－２　温かい場所探しの様子

③　きのこの観察

公園の入り口の木の切り株に「さるのこしかけ」が生えているのを観察した。サルノコシカケが木から養分をえて気を腐らせることが解説された。また、それだけ聞くと悪者に聞こえるかもしれないが、より広く見ると木が分解されるのを助けている。微生物では大きな木は分解できない。悪者に見えて、一つ一つに役割があるということがさらに解説された（図 5-3）。

図５－３　きのこの観察

④ 花のにおいをかいでみる

サルノコシカケ観察の後は、公園の入り口にある花を観察した。具体的にはにおいをかいで言葉にしてみるという活動を行った。トイレの芳香剤のにおい、さわやかなにおい、甘酸っぱいにおい等かいだ人は思い思いににおいを表現した。言葉にしようとするとにおいを覚えやすいこと、感じ方はそれぞれであること（正解はない）が確認された。また、同じ花でも、匂いがする花としない花があった（図 5-4）。

図５－４　匂いをかいだ花

⑤ 切り株の観察

第 2 回では､枝の広がりや幹の大きさを観察した公園のシンボルツリーであるけやきが、台風により大きな幹を失い、第 3 回の観察会の時には切り取られ、切り株となっていた。そこで、前回はロープで幹の大きさをはかり何人入るか試したところを実際に切り株に乗って、何人乗るか試したところ、17 名が乗ることができた。また切り株を触ったり、においをかいだり、年輪の数を数える等の活動も行った。年輪を数えると、83、79 等の数字になった。以前はセンターの母体法人である浴風会の敷地だった場所であり、浴風会が関東大震災で焼け出された高齢者が入居する施設であったこと、今年 94 周年を迎えることなどから、浴風会が設立された関東大震災のころに植えられた樹木であった可能性を全体で共有した。「うちのおばあちゃんが関東大震災の時 6 歳だったと言っていた」と自らの記憶をたどって懐かしむ参加者もいた。また、この木の体積はどれくらいであったか、それを支える根の張り方はどうか等を推測する活動や、木に聴診器をあてて「木の声」を聴いてみるという活動も行った（図 5-5～5-8）。

図５－５　切り株の観察の様子

図５－６　年輪を数える様子

図５－７　根の張り方、体積についての解説

図５－８　聴診器で「木の声」を聴く

⑥ こすりだし

活動が盛り上がり、時間が押したため、最後に、参加者がそれぞれこすりだしのための葉っぱを拾って観察会は解散とした。葉っぱは、センターに帰ってきたのちにこすりだしを行った。それぞれの参加者が持ち寄った葉っぱを使ってこすりだしを行った。講師からは、裏と表では、どちらがきれいに色が出ると思うか、という投げかけがあり、参加者は経験したのちに自分の実感を回答していた（図 5-9）。

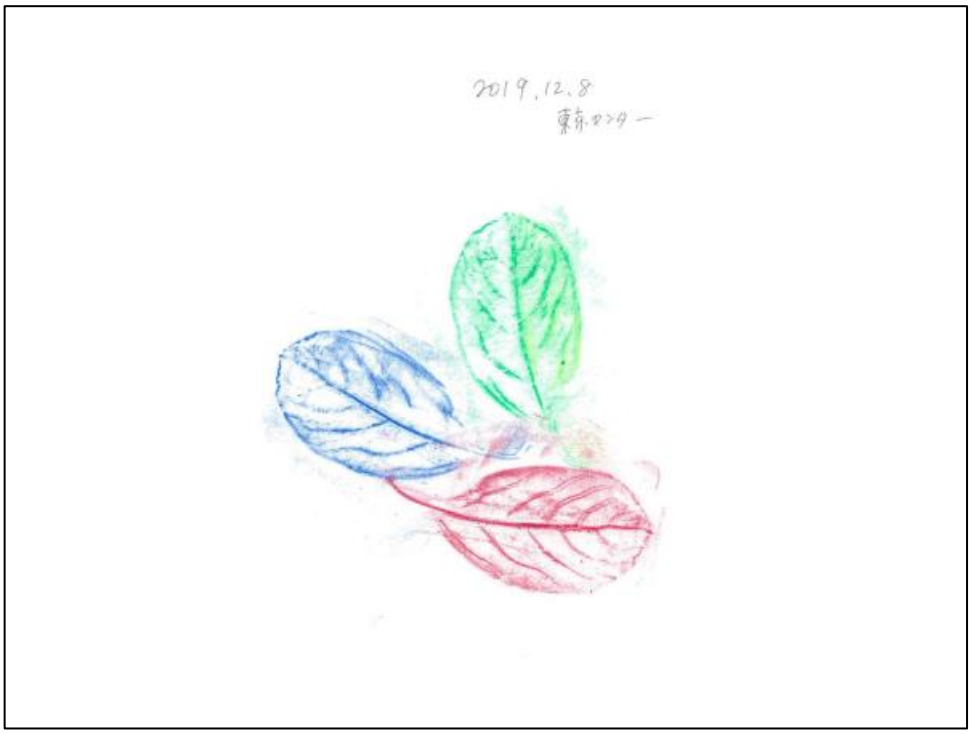

図５－９　こすりだし

(2)　観察会終了後の講義

観察会終了後、講師の一寸木氏による講義を実施した。具体的には、「自然観察を楽しもう」というテーマで、今なぜ自然観察か、昔と今、私たちが失ったもの、自然や生活から得ること、人と自然をつなぐには、こんな自然観察会を、自然観察会では、認知症ケアと自然観察会といった内容であった。

加えて、高橋恵子氏からは、認知症の人との自然観察の実践について事例報告を得たほか、武藤とみ子氏から、新人研修における自然観察導入の経過と成果につて報告を得た。

(3)　グループワークの結果

観察会の体験結果から、自然観察の感想をグループで共有した。記録は調査事務局がグループワーク中に筆記したメモから作成した。

表 18　グループワークで出た意見

参加者	意見
A 氏（男性）	• はじめて参加した。自然がどのこうのより楽しかった。つばきとさざんか、などそういうのも楽しかった。一人で歩いてみると違うのかも。仲間と観察も楽しかった。仲間と自然を共有できたことが良かった。
B 氏（男性）	• 切っちゃった木、外から見ているとわからないこと、年輪、人生は中を見ないとわからないと感じた。
C 氏（男性）	• 自然が日々、違うことをすごく感じた。3 回目の参加だったが、3 回とも違う風景が面白かった。1 回目は冬、2 回目は夏だった。切り株に、こんなに人のれんだ！と感動した。
D 氏（女性）	• 目で見る美しさ、色の違い、花の匂い・忘れたくない。甘くすっきりした匂い。においは薄れていく。手で触ったり、落ち葉ふみ好きだったな。ということを思い出した。 • 木の声：俺頑張ったぜ！と聞こえた。耳を当てた時。 • 謎の実：懐かしい味だった。
E 氏（男性）	• 2 回目、自分の置かれている状況が有給消化中で、自然を楽しめた。直接触れて刺激を受けられた。こすりだしが一番良かった。
F 氏（男性）	• 1・2 回目でいろいろと気づいたように感じた。しかし、3 回目に改めてみると違うものが見える。見過ごしていたと気づいた。意識を向けられただけでなく、なんでなんだろう？というのに気づいて、知りたくなった。ルーティンだと知りたくならない。 • 木を見て切られたときに、寂しいと思ったが、その木から新たな発見、マイナスからプラスを得られるということに気づいた。公園の入り口、実はなっているのは知っていた。しかし味までは考えていなかった。ぱっと見、スルーするキノコ。知るほど、何で？とさらに知りたくなる。
G 氏（男性）	• 葉脈が懐かしいと感じた。子供のころ木登り、葉っぱなどで遊んだ。最近しなくなり、久しぶりにすると懐かしく落ち着いた。スケッチ、葉脈種類によって違う、子供のころも何となく見ていた。一番は、木を触っているとき。不思議と懐かしい感じだった。
H 氏（女性）	• 落ち葉、落ち葉ってとっても厄介なものでいつもホームに木が合って、落ち葉がいっぱい落ちるので朝はいても昼・夜と掃いている。前のうちのおばあさんと競争で掃いている。落ち葉で楽しむということが、こんなに楽しめることが感動した。自分が落ち葉の音、サクサク歩く音がとっても好きだった、ということを思い出した。
I 氏（性別メモなし）	• 切られた木、印象に残った。生きてきた何十年いろんな出来事を静かに寄り添って生きてきたという感じの話があったが、そういう風に思いながら植物や木を見たことがなかった。感激した。同時に、木の物語と同じように普段利用者さんと接しているときに、目の前の現状だけに対応しているのではないか。その人自身の物語を理解、言語的・非言語的にとらえているか考えた。

J 氏（女性）	• 自然観察しに外に出かけ、サルノコシカケの大切な役割、花の香：洗い立てのフローラルと感じた。 • 切り株に 17 人乗ることができた、切り株の生きてきた姿、聴診器：遠くのほうで音が聞こえているな。などたくさんの気づきがあった。そういうことも感じることなく利用者と行っていたが、いつもと違う世界観を感じた。
K 氏（女性）	• 初めのところ、導入。初めにアイスブレイク、温度、的あて、あのところがそのあとのために一番重要と感じた。初めて会う人もたくさんいたが、年輪のところで話が盛り上がって。あそこでストップした。年輪を通してあれだけ長く話してストップしていることに感動した。昨年参加したときにこすりだしをした。そのあと職場でやった。顔彩でやった。単品だけでも良かった。そこから色を塗りたいという人もいた。 • よく「レクリエーション何しようか」とスタッフが困っているが、その辺の葉っぱ一枚でもこれだけのことができて。外に行ったら何でもあるよと思った。
L 氏（男性）	• こすりだし、こんなに簡単にきれいに出せるものなんだな、と純粋に感動できた。木の切り株。実際に生えていた木自体を見ていない。数か月で切り株になった。しかし、話を聞いたり数を数えたり、立派な木があったんだなと想像できた。自分なりに納得できる木のイメージができた。
M 氏（女性）	• 花の香、香りを感じることはあっても、言葉にして表現することはなかった。言葉が足りなかったりする。こういうちょっとしたことでも表現してみることっていいことと思った。 • 一番印象に残ったこと、木を触ったときに暖かくて、触れるということが無くて、キノコは躊躇したが、触って感じることも大切と思った。 • こすりだしはすごくきれいで利用者とやりたいと思った。
N 氏（男性）	• 花、同じ花でも違いを言語化することで、言語が豊かになる。かれた木、共生、何か変じゃない？というのはいかせる視点と感じた。 • 同僚のスタッフの生き生きしている姿を見つけた。普段と違う一面を発見できた。
O 氏（女性）	• 初めて参加した。自然がすごいなと感じた。 • 歩いていても、触れるということをしていなかった。 • 最初に、きかっけが大事だった。 • 知らない人があつまって、あれだよと話ができた。
P 氏（男性）	• 木がなくなっていた、ショック。近所の木も。100 年近く耐えてた木が折れた。環境変化大丈夫かな、と思った。 • 同じはっぱを何色もしたら違う。見えにくい見えやすいあるな。と思った。
Q 氏（男性）	• 暖かくてよかった。太陽、風、においに敏感になった気がした。 • 葉っぱ、落ち葉の中があったかい、実際暖かかった。こんなに温度違

	うのかな。いろんなところで触れた。触れ方でも違うということも感じた。 • 公園に行ったときに、初めは感じなかったが、花のにおいを感じた時から、土の香、葉っぱの香、昔なら気づいてたが、冬の始まりのにおいを感じることができた。春、自分の昔のころ、落ち葉を踏んだことがあったなとかそういうことを思い出した。 • 日々の生活を狭くしている息苦しくしていることを感じた。切り株、10 人乗れないと思った。17 人乗れた。見た目とやってみる違うと感じた。土の香、居心地が良かった。あっという間に時間が来た。 • アスファルトの冷たい感じで現実に戻った。仕事の話をしてしまった。そういうことを考えさせるところがあった。
R 氏（女性）	• 全体的に全部印象に残ったことは、自然、はな、木、植物、五感を刺激することができて、生命力が強くて本当に不思議と思った。 • 自然観察するときに、何も考えずにこういう植物・花とか自然に触れて、心が癒された。 • 公園の中に、最初看板、コンクリートの木の看板：本当の木だと信じた。見た目だけ信じてしまって、触って音をたたいて、これは本当の木じゃないと思った。自分から見た目だけでなく、触ったりにおいをかいだりとか、自分から体験することができた。 • 仲間と話し合ってこれは何なんだろう？楽しい会話ができて、焚火の歌を教えてもらって、楽しい時間を過ごせた。自然観察に興味が増えた。また機会があれば一緒に観察会に参加したい。
S 氏（女性）	• 切り株を見た時に、CT のようだと思った。つまり具合、ダメージの受け方。CT を見ている気分、木の歴史を思って目頭が熱くなった。 • 聴診器を当てて、目を閉じたときに、根っこのほうに意識が向かって、木の音っていうと葉っぱの音のイメージが強かったが、サーッと川が流れる音が聞こえて、根っこの音と思った。どうやって切られたのだろうと思った。チェーンソー刻まれている姿を思ったときに痛みを感じた。 • 恥ずかしいという気持ちがあって、切り株に乗ることができなかった。しかし、色付け（こすりだし）をしたら童心に戻った。こすりだしの後だと乗れたかなと思った。 • 普段、間違えちゃいけない、責任があったり、正しくありたい、恥をかいちゃいけない、という気持ちが強くある。こすりだしは、正解がなく、どんな風に仕上がってもいい、と言われて気持ちが解放された思いがした。 • ピンクの花のにおいをかいだ時にバラのにおいと感じた。ピンクのバラのにおいをかいだらこのことを思い出すんじゃないかと思った。枯葉が頭にぶつかってきた。その時に、かれて散るから新しい葉っぱが出てくる、などと当たり前のことを思ったが、「過去を手放していいよ」と教えてくれている気持ちになった。

T 氏（女性）	• 大きな木だったな。観察会やったなと思った。浴風会の歴史を教えてもらったときに、その日の光景を想像した。避難してこられたのか、その良き幼木だったんだなと感じた。 • 聴診器を当てる奴はある本を読んで、水が通る音聞こえないと聞いていたが、何個も聴診器が出てきて、触って会話して、物理の先生が何を言っているのかと最初思ったが、みんなの声が聞こえた。人それぞれ感じるものがあるんだなと思った。 • 聴診器当てた時、自分の血管の音と別にキン！となった。もしかして木が乾燥していっている音かもしれないが悲鳴のようにも聞こえた。
佐藤（調査事務局）	• すごく懐かしい気持ちになって、子供の頃の思い出、落ち葉どんぐり拾ったり走り回って木を触っていたということを思い出した。 • 本で「山に引っ越して生き物と話ができるようになる、虫は早口、木はゆっくり」、といった話を思い出した。木を触って声を聴いて、こんな風にしゃべっていたのかな？と思った。 • 的あて、くっつかないと思ったがくっつくものを見つけた時うれしかった。 • 切り株が、関東大震災のころの木と聞いた。なくなったおばあちゃんが、大震災の時、6 歳だった、その時そこにあったのかもしれないと思うと身近に感じた。長い時間だけどあっという間。時の流れに思いをはせることができて面白かった。
その他（リーピーターが感じる効果）	• 自然観察の効果かどうかはわからないが、お城めぐりが好きなスタッフが体調不良で休みがちで、お城にも言っていなかった。昨年自然観察に参加し、笑顔を久しぶりに見れた。今は、お城に行っているという話を聞いている。自然観察会がきっかけだったのではないかと感じている。

(4)　アンケート結果

アンケートにおいては、自由記述で、「感想」「印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取り」「研究やプログラムに対する提案」「今後誘ってみたい人とその理由」について尋ねた。

表 19　参加しての感想

本日の感想を記入ください
人それぞれの感じ方の違いの再認識ができた
自然なところでたくさん植物、お花、木など触れ合って、それぞれの生命力がとても強くて本当に感動して不思議だなと思いました。お花などにおいすると、先生がおっしゃったとおりに個々のと聞き出す言葉が出て、とても楽しい時間を過ごすことができました。また東京センターに自然観察会に参加しに来たいと思います。
見過ごしてしまうものに気づき、意識を向けられて、それはなぜなのかと知りたくなった。ただ木が切られてしまったことより、その木から探れることに気づけた。
・楽しかったです。

・もちろん勉強にもなります。 ・教科書では学べないこと大げさにお金をかけなくても本当に身近で感性を育むことができる。 ・当たり前のこと（空が青いとか、風が冷たいとか）に感謝できる。来てよかった。
自然を改めて見つめなおすこと、子供の頃遊んだことを思い出すこと、夢中になること、楽しむということ、今の仕事や生活を忘れて、五感で素直に感じることで、様々な思いを思い出せた。
子どものころは何も考えず、自然に囲まれてその恩恵にあずかっていたことに上京して気づき、故郷の自然を恋しく思う日々もありました。でもいつの間にか、その思いにふたをして過ごしている自分がいます。今日の研修を通して、気づきたいという思いがなければ気づかない。「自然」を自然に感じることのできない自分がいるということを改めて感じました。
自身の気づきや振り返りにとても役に立った。忙しい中でも一度立ち止まる必要性を改めて感じました。
・普段気にかけなかったからこそ、新しい発見があったし、感動が大きかったのかと思う。
同じ自然観察に参加しても感じ方が人それぞれ違い、大変参考になりました。
最近ゆっくり自然を感じることがなかったので、いい機会になりました。触れてみる、香ってみる等、五感を大切に自分の感覚を磨けたら素敵だと思いました。
・指導員の方の自然観察の導入の部分から学びを得ることができた。 ・参加する人の意欲や興味を駆り立てることで効果的な自然観察につながると思いました。 ・地温の違いが生物にどのように影響するのか少し学んでみたい。 ・初めてあった人とも当たり前に会話ができている環境は自然観察会のすばらしさです。
自然観察しに外に出かけ、サルノコシカケの大切な役割だったり、お花の香だったり、切り株に人が 17 人乗ることができたり、切り株の生きてきた姿や聴診器を耳に当てたときの遠くの方で音が聞こえてきたり、たくさんの発見があり、気づきがありました。いつもは見ることや感じられない世界観でした。
目に見えないものが見えました。童心に帰り、心が穏やかになりました。
自然に触れて、目だけでなく、聴覚、嗅覚、触覚（温度・かたさ・・・）をフルに使って感じることができ、とても懐かしく楽しかったです。
自然の大きさを感じました 楽しませていただきました。
サルノコシカケの木を土に返すキノコがあることに感動した！
楽しかったです
観察の観→五感 ・花の忘れたくないいい匂い（甘く、すっきり） ・足で落ち葉を踏む感触、手で触る ・目で見る美しさ、色の違い ・木の声を聞く楽しさ ・なぞの木の実と意外と懐かしい味
本日の観察会においても、多くの学びがありました。

表 20　印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取り

印象に残った活動とその理由、印象に残った講師の働きかけや参加者とのやり取りなど教えてください
・導入の方法が勉強になった ・受講者の質問に対するコメントの的確さにあっぱれ、引き出しを多く持つことの大切さを再認識できた。
大きい木を触れ合って、受信機と紙カップで木の音を実際に聞くと面白かったです。すべての講師たちの貴重なお話を聞いて、大変参考になって勉強になりました。多謝。
木が切られてしまったこと。ただ、その気に対して木から気づけることに学びがあった。
高橋さんの介護現場のジェネラリスト、品性を楽しめる人、なりたいなあ
聴診器で、木の音を聞いてもなかなか聞こえないということを初めて知りました。漫画で「家裁の人」で主人公が行っていたので、いつかやってみたいと思っていましたので、今日、よくわかりませんでしたが、聞くことができてよかったと思いました。
（活動）こすりだしはとても楽しかったです。理由：夢中になれたから。職場で実践できそう。 （言葉）アセスメントとは「哀しみの深さ」と「希望の高さ」を知ること
ジャンルが異なると思っていたが、講師の話が介護によくつながった点が多かった。参加者への設問もうまく、正解を求めないのが正解と感じた。
切り株が数か月前には、大きな木が立派に立っていたということを知り、また、それが 100 年ほど前に植えられたものであることを知り、時代の移り変わりや切なさを感じた。また新たな生命にもつながっていることを知り、自然の力を感じることができた。
枯れた木がどのように自然に帰り、ほかの命に役立っていく話が印象的でした。
久しぶりに木に触れて落ち葉に手を入れ温かさを感じました。
・きのこに 3 種あり、そこからそれぞれのキノコの役割や木の状況を観察できる ・木の年輪から歴史的背景を推測できることも素晴らしいと思います。
皆で一緒になって自然観察ができてとてもよかったです。（自然に触れる大切さ）
こすりだし（本当は全部ですが）
木や落ち葉に触れたり、切り株に乗ったり、直接自然に触れたこと。実をためらいなく口に入れて味を確認していたのがびっくりしました。
引き込むきっかけを作ることの大切さを感じた
葉をクレヨンでなぞって柄を出す作業は楽しかった
講師の先生の働きかけが、より一層楽しさが増した。 ・同じような花でも形やにおいが違うこと、木の成長度など ・実の味とか
感想の共有★中村さんがお話しされた通り、気づきを共有（重ねる）することで、深く考えられた。
自然観察をしていたときに（枯れた木ときのこの共生）”ちょっと違う異なる見方”を大切に、というはなしがあり、これは、介護現場でも活かせる、高齢者の今日から昨日までの状態変化を気づくという観点と思いました。

表 21　現場に導入する際の課題

現場に導入する際の課題
指導員のような人を引き付けるような人材の教育
・職員不足のため一緒に散歩することが難しい ・効果を説明することが難しい
現場への導入自体はスムーズにいくと思いますが、スタッフの中には自身の知識、体験、観念が固定している方が多いような気がするので、うわべだけで終わってしまう気がします。 ⇒でもこれは私自身の固定観念かもしれません。
・導入と設問（問いかけの技術）の困難さ ・アクティブラーニング的な展開技術の必要性 ・認知症の対応
・事前の下見によるポイントの把握 ・急な質問に対する対応力を身に着けるには？
どのように職場に導入していくか
・現場の人員不足でできない ・自然を通して人材育成の機会
近くに自然がない
時間、人員の確保 自然に関する知識
・導入（アイスブレイク）⇒何も知らずに自然観察会と聞くと、当然興味がないわけですが、その興味がないであろう人たちを如何に引き込めるかが難しい。

表 22　課題の克服策

課題の克服策・観察会の工夫
研修会の開催等
・プランターでの園芸から利用者と一緒に作る ・職員のための観察会を行う ・施設の周りの樹木の名前を知り地図にする。樹木の知識を少し得る。
1 対 1（利用者・職員）での外出等を行う 何ができるかを事業者の 1 つ 1 つ事例を作っていく
・会話のポイントや飽きさせないための工夫 ・自然観察会への参加 ・普段の観察力、感性を鍛える
以下行っている遠足などの際、五感で感じたことを意識して職員に参加してもらう
・一斉に行わなくてもよい ・利用者の散歩に同行してみる ・草花の写真を展示してみる。 ・密室での面接
映像＋そこで拾ってきた自然

表 23　前回参加した後の気づきや自己の変化（リピーター対象）

前回参加した後に気づいたこと、自然観察会に参加しての自分自身の変化
一人では気づけなかった、考えなかったことが、いろいろな方の意見を聞けたことでさらに考え、今回実際に体験したことをより深く考えることができた。
自然観察会で見た植物や支援について、目が向くようになった。こんな風に現場で使るえなと考えられるようになりました。
できることからやってみようということで花の好きなすぐに外に出て行ってしまう利用者がいて、その人と接するときに、私から積極的に花の話をするようにしていたら、ケアがうまくいくようになった。私自身花のことは（菊、チューリップ、くらいしかわからない）詳しくなかったが、私が花に興味を持てた。またその利用者自身が落ち着いてきた（山に咲いている花（高山植物）は知っていてもそれ以外はあまり詳しくなかった）
自然観察の豆知識や樹木や花の名前を少しでも知ることができたら、話題が広がると感じました。自分の地域での自然観察会に参加しましたが、そこでは水辺の生物という形で、昆虫がメインで講師の方も昆虫メインの方でした。いろいろ多方面で自然観察があるのだと感じました。
通勤や買い物等、今までは見過ごしていたことが、意識して同じルートを歩いても、いろいろな発見があり、身近なところでリフレッシュできるようになった。
・裏山の柿をスタッフでもぎとり、利用者と干し柿をする機会が持てた。 ・利用者と散歩に出かけた後に、どんな話題に触れられたか、自分の気づきをインタビューする機会を持った。
自分の状況によって自然に対する捉え方が変わることが分かった
前回は、何か学ばなきゃ、感じなきゃ…という思いだったかもしれないと今回気づいた。今回はごくごく自然に楽しんだ。
前回の気づきの一つ（確かに外に出て自然観察した際）に「見えたものを否定しない」というものがありました。ティーチング・コーチングでいうと、よくティーチングをしてしまいますが、コーチングでも大切なことだと再確認しました。

表 24　効果評価で訪ねること（直後）

（直後）
五感をどのように感じたか、におい、色、感触、音、味を感じる
・リラックスできましたか ・楽しめましたか
・五感についての変化 ・何を考えたか、思ったか
・直接どう感じたか？どう思ったか？を聞く
・気持ちの変化について問う ・自身が気になったこと、気づいたことを記述してもらう ・身体的変化について問う

・童心に戻ることができましたか
明日から各事業所で実際何をしますか？

表 25　効果評価で訪ねること（直後）

自然観察会の効果を評価するとしたら参加者にどのようなことを尋ねるといいでしょうか？（１・２週間後）
植物の変化の共有
・あなたの周りで今まで気づかかなかった自然に気づいたことはありますか？ ・自然観察会での出来事や感動を思い出すことはありますか？
・普段の生活で変わったこと ・その後の気づき
・再度自然観察を行ってみて、自信の心理面身体面に変化の有無を確認してみる ・あるいは直後と同様のアンケートを再度行ってみる
・心が落ち着いている ・落ち着けるところはどこですか？

(5)　第３回終了後の議論

第 3 回目の自然観察会の全プログラム終了後に、講師、日本自然保護協会事務局、調査事務局で、成果について議論を行った。

① 認知症ケアにかかわるスタッフの感性を育むことを目指した自然観察会のプログラム試案について

- 最大 20 人程度での実施が望ましい。
- 具体的活動内容について、初めて参加した人とリピーターとで内容を分ける必要があるかどうかについては検討を要する。
- 1 日で完結する内容ではなく、本来は繰り返して数回実施した方がいい。ただし研究としては、まず 1 回実施しての効果を見ていくことから始めたい。
- プログラムの中には、自分で探す・考えるといった主体性を発揮する内容を組み込んだ方がよい。

② 自然観察の効果的援助要素

- 既存の指導員向けの資料を参考にするとよい（笑顔、挨拶、はっきり発言、ユーモア、アイスブレイク…などが挙げられている）
- 下見の仕方、場所の選び方、必要なもの、時間などについて情報提供することも必要。
- 主体性を発揮してもらうためには、リーダーから「なぜ自然がそうであるか」を問いかけてもらうとよい。
- 人と自然との関係性を見れるとよい（知っている植物を見ると歩けなかった高齢者が移動し生き生きとし始めた）

③ アウトカムについて

・ 中位アウトカムの操作的定義は、自然観察会 3 回以上参加が望ましい。
・ レジリエンス向上を狙おうとするなら、単に自然を五感で見るだけでは厳しく、効果的援助要素に「普段、価値を感じない、もしくは嫌われ者の動植物をあえて観察して、その役割を考えてみる」といった要素が必要
・ 自然のことを人に伝えたくなったというのもアウトカムとして有益ではないか
・ またほかの人と自然観察をしてみたいというのも入れてはどうか。
・ 介護の教育に根本に関わることですが、楽しませるやってあげることに頭が向かっていて、まず、自分が楽しむ気持ちになっていないのが、共感できない原因だと思うのです。赤い実を見ている利用者のみを見ていると、綺麗だねという言葉に共感はできない。同じ冬の赤い実を見た時に、美しいと感じる心さえ、どこかにおいてきてしまったスタッフ。この心を取り戻しさえすれば、介護はより感性豊かなものになるのではないでしょうか？

④ 今後の展望

・ 活動を盛り上げていくためには、自然観察指導員と介護専門職が出会う場ができるとよい。
・ 冊子やテキストなどを日本自然保護協会と連携して作成できるとよい。

４．スタッフの感性を育む自然観察会ロジックモデルの検討

1） 方法

3 回の自然観察会の結果を踏まえ、自然観察の講師及び日本自然保護協会事務局及び調査事務局でスタッフの感性を育む自然観察会のロジックモデルを検討した。ロジックモデルとは、「プログラム評価」において用いられるインプットとアウトプットの構造を整理したモデルのことである。ロッシはプログラム評価の構造について、表のような要素でロジック検討することの必要性を指摘している。また加えて、当該プログラムが効果的に機能するための「効果的援助要素」を明らかにする重要性を指摘している。今回は、自然観察会の後や、準備期間の時間で会議や面接において、ロジックモデルと効果的援助要素を徐々に構築していく方法で検討を進めた。期間中 15 回以上の検討・修正を行った。なお今回は、合計でも 3 回の自然観察会の結果を基にした検討であり、リピーターも必ずしも十分確保できたとは言えないため、検討する範囲は中位アウトカムまでとした。

表 26　プログラム評価の要素

インプット	・実施する介入は何か。（実施したことを評価できるように定義）
プロセス評価	インプットにより体験することは何か。 インプットで意図は達成されたかを評価できるように定義
アウトプット	直後の効果。インプットにより意図が達成されたら得られることが期待される直後の効果を評価。

近位アウトカム	アウトプットが得られることで達成される近位の効果。1 週間後から 1 か月後など近位で期間設定する。
中位アウトカム	近位アウトカムが得られることで達成される中位の効果。例えば半年後など中位の期間で設定する。
遠位アウトカム	中位アウトカムが得られることで達成される遠位の効果。理念的な側面もある。

2) 結果

以下に検討結果を示すが、これらの結果は、あくまでも自然観察を認知症介護にかかわるスタッフが感性を育てることに主眼を置きながら展開していく際の仮説であることを強調しておきたい。今後、さらに実践を重ね、効果的な実践の在り方については実証を進めていく必要がある。

(1) インプット

インプットについては、自然観察指導員の有無によらず実施できる方針で検討した。今回の自然観察会の実施方法をそのまま当てはめる方法で結論付けられた。具体的には、①導入、②自然観察会、③振り返り、④企画者によるまとめである。なお、プログラム冒頭及びまとめにおいて、趣旨を説明・確認することが必要かどうかは十分な検討ができていない。今後、実証的な検討を重ねながら明らかにする必要がある。

表 27 認知症ケアスタッフのための自然観察会標準プログラム案

プログラム	具体的内容	時間配分
趣旨説明	自然観察会の趣旨を説明する	5 分程度
自然観察会	令和元年度の活動内容や既存の自然観察会ガイドラインを基にして実施	60 分程度
振り返り	自然観察会に参加した感想を全体で共有する	参加者数×3 分程度
まとめ	パターン A：参加者の感想を復唱してまとめ パターン B：自然観察会の意義について説明	5～10 分程度

(2) プロセス評価

プロセス評価では、インプットによってどのような体験が得られることを目指すかを整理した。実証の過程においては、プロセス評価に挙げた体験が実際の自然観察会やその後の振り返りで得られたかを確認することが重要となる。プロセス評価項目を明らかにしておくことによって、自然観察会が意図通りに実施できたかどうかを評価することができる。どのような尺度で評価するかは今後の検討課題である。

表 28　プロセス評価試案

領域	評価項目
五感を使い自然に触れる心地よさを体験できたか	□　五感を活用することができた（五感の活用） □　自然に触れる心地よさを体験できた（心地よさ） □　他のことを忘れて自然の世界に浸れた（没頭・集中）
感情表現と共有	□　自分の感情の動きに気づいた（感情への気づき） □　感じたことを発信できた（感情の発信） □　感じたことを参加者・リーダーに受け止めてもらえた（感情の肯定） □　他の参加者が感じたことを受け止めることができた（他者との違いの受容）
興味・関心の高まり	□　自分なりの発見ができた □　驚きがあった □　なぜだろうなどと自然に対する疑問をもつことができた □　疑問に対して、推論したり、仮説を立てたりできた □　自然について新たな知識を得ることができた □　自然に対する興味・関心が高まった

(3)　ロジックモデル

自然観察会の結果を踏まえ、認知症介護にかかわるスタッフのための自然観察会のロジックモデルを検討した（図 6）。当初からスタッフの感性を育てる、ということを大きな狙いとしており、そのねらいは観察会の開催を通じてぶれることはなかった。

まず、アウトプットでは、インプットを受け、プロセス評価に示したような体験をした直後に、どのような結果が得られるかを評価する。研究的に検討する場合は、活動の前後で共通の指標で評価し、変化を確認する方法等が取られる。自然観察会の感想では、自然に注意を向けることによってさまざまな気づきが得られること、一つの自然にも多様な見方、感じ方があること、自然観察の心地よさ、疑問や興味・関心の連鎖など、様々な経験が語られた。今回の研究の趣旨に沿って整理すると、アウトプット項目としては、「小さな違いに気づいた」「多様な見方があることが分かった」「自然に興味・関心がわいた」「ストレス発散ができた」などが中核的な項目であると考えられる。これらに加え、調査事務局や講師は導入や講義、まとめなどで、参加者が自身の感情に注意を受け五感で感じることの大切さ、思考と感情を区別すること、他者と違ってもいいという実感、体験から考える大切さなどに留意して観察会全体を運営していたので、これらの項目をアウトプットとして位置づけることとした。

そして、これらのアウトプット項目は、感性を育てるという点につながる項目が多いと考えられた。近位アウトカムでは、変化に気づく力が高まるという点を位置付けた。また自然観察会全体を通じ、参加者が自分で感じたこと気づいたことを発信してそれが肯定的に受け止められる過程が多く経験されていた。そこで近位アウトカム・中位アウトカムでは、自分自身の感情を感じる力が高まりそれが自己肯定感につながっていくような構造とした。変化に気づく力、自己肯定感が高まることにより、自分と他者の違いに気づきそれが認知症の人の小さな変化に気づく力を高めていくというモデルを仮定した。また、自然観察会では、体験を基にして、推論し、それを楽しむ様子が多数観察され、また感想としても学びとして発信された。「感性」とは直接的な関係が必ずしもないかもしれないが、体験をもとに仮説を立てたり、推論をした

りすることを楽しむ様子は、推察力を高めるように感じられた。事実を基に推測する力は他者への気づきにつながると考え中位アウトカムに整理した。

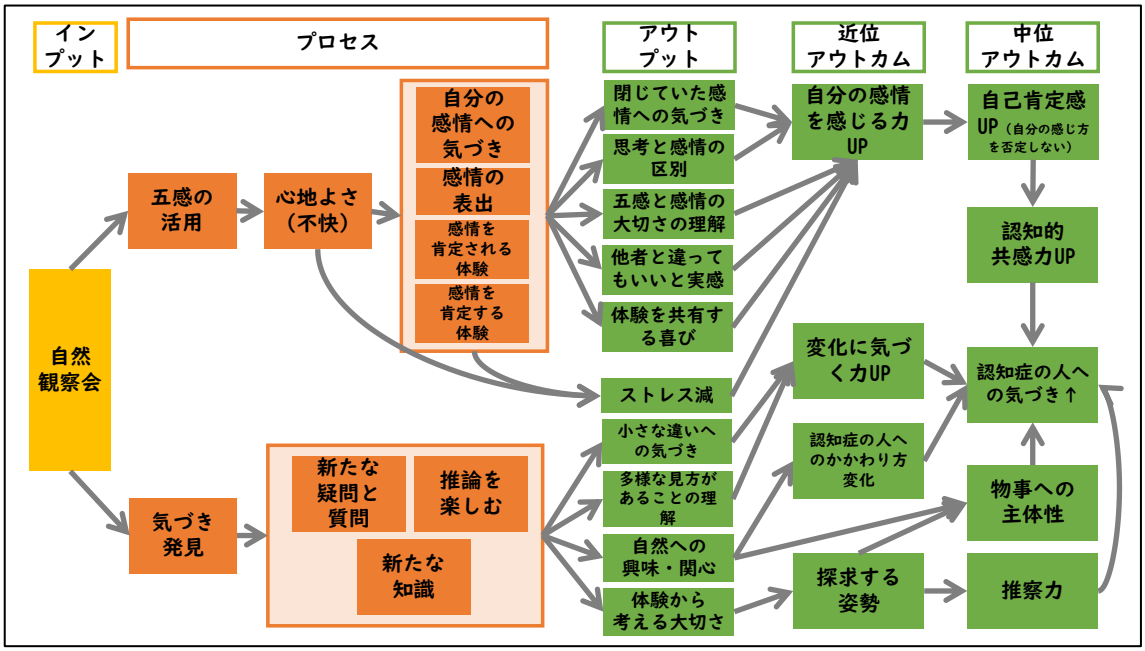

図 6　認知症介護にかかわるスタッフのための自然観察会ロジックモデル試案

(4)　効果的援助要素

効果的援助要素は、幅広く検討できるが、今回は、自然観察会及びその振り返りの運営に絞って検討を進めた（表 29）。

表 29　認知症ケアにかかわるスタッフのための自然観察会効果的援助要素試案

領域	効果的援助要素	意図
自然観察のプログラムについて	五感を使うプログラムを入れる	感覚を使うことで感情が動きやすくなる。五感を使うことによる心地よさを感じられるように。
	感じたことを参加者同士で共有する時間を入れる	他の人が感じたことを聞くことで、「言葉にできていなかったけど私もそれを感じた」という気づきが得られ、自分の感じ方が広がることをねらう
	協同作業を入れる	参加者同士の交流を促進し、違いに気づくきっかけ、共同作業による達成感を得ることなどをねらう
	沈黙の時間、頭を空っぽにする時間、自然をじっと見たり、聞いたり、五感で感じる時間を持つ	いつも感じているストレスから離れることができる、自分が感じていることに目を向けやすくなる。

講師の働きかけ方の工夫	肯定的な意見も否定的な意見も個人が感じたこととして尊重する	参加者がありのままの自分を受け入れられているという感じが得られるようにするため。自分が受け入れられることにより、自分の感じたことを素直に受け入れられやすくなり自己肯定感を高めやすくなることをねらう。
	知識から入るのではなく、観察・体験してから知識を伝える	知識を前提にして事実を見るのではなく、事実に知識を当てはめることにより、自分で感じ、自分で考えることを促す。
	知識を提供するだけでなく、問いかけて参加者に応えてもらう	参加者の感情・意欲や興味・関心を刺激し、主体性を高める。また参加者の興味・関心に沿って観察会を進めることにもつながる。
	質問と回答の機会はセッションごとに作る	やり取りの機会が増えることで、観察会の狙いが達成者少なるほか、参加者の満足感につながることを意図。
	質問は否定せず肯定的に受け止める	参加者が質問したことを疑問に持ったという事実をそのまま受け止めることで、参加者は安心して質問できるほか、安心して自然観察会に参加できる。また、参加者の自己肯定感も高まることも期待できる。
	質問に素直に回答するだけでなくさらに観察を促し、質問の回答となるような情報・証拠を探してもらう	自分で考え、自分で仮説を立てることを促す意図。自分で考え、事実を探り、仮説を立てることの楽しさを感じられるきっかけになる可能性を期待して行う。
	普段、価値を感じない、もしくは嫌われ者の動植物をあえて観察して、その役割を考えてみる	自分の感じている価値観以外の見方があることについての気づきを得て、自分の感じ方・見方が自分だけのものであり、多様な感じ方・考え方・見方があることを実感する
	参加者と自然の関係性を見る	自然と参加者の関係を知ることで、参加者がより自然体験を楽しめる活動を提供できたり、内省できる情報を提供できる可能性が高まる
振り返りの時間について	参加者全員から感想を聞く	公平な発言の機会を設けて一人一人を尊重する。参加者が個人として尊重されている感じを持てる
	感想は肯定的な感想も否定的な感想も個人の感じたこととしてお尊重する	参加者の感想をそのまま受け止めることで、参加者は安心して発言できる。また、参加者の自己肯定感も高まることも期待できる。

	どのプログラムのどの瞬間にどのような感情を抱いたか深堀する	経験したことと感情を結び付けて意識化する自分が感じたことをはっきりさせる。

５．考察

1)　　スタッフにとっての自然観察会の意義

本年度 3 回の自然観察会の結果を実施し、自然観察会のアウトプットが少しずつ明らかになってきた。参加者からは、「楽しかった」「気持ちよかった」「日頃のストレスを忘れられた」というストレス軽減やリフレッシュの効果や「ゆっくり歩くといろいろなことに気づいた」といった気づきについての言及、悪者だと思っていたものにも役割があるといった多様な見方について気づく、再確認するといったことも語られた。今後回数を重ねていって、さらに効果について具体的に明らかにしていきたい。必ずしも自然が豊富とは言えない東京 23 区内の公園の中で行った観察会であり、どこでも手軽にできること、認知症介護の現場のことを考えれば、業務の一環として利用者・スタッフで楽しみながらできるということも期待できる結果となった。

また、当初意図していなかったが、自然観察で体験したことを講師や参加者同士で推測したり議論したりすることによって、探求する姿勢や推論する力を高めていると理解できるような活動も多かった。必ずしも主題に乗っているとは言えないが、感性を高めるということと相互作用しながら機能している様子もあり、大切な視点として扱っていきたい。

2)　標準プログラム案と意図

標準プログラムは、試案ではあるが、自然観察指導員等の自然観察の専門家がいなくても手軽にできる方向で考えた。実際は、専門家が行う自然観察会を導入とするとイメージがわきやすいと思われるが、一方で専門家だのみでも、継続・普及は難しい。双方の特徴を理解しながら展開していくことが望ましいと思われる。標準プログラム案は、自然観察をした後に、参加者全員で振り返りを行うというシンプルな構造にした。トラブルなく、スムーズに進めることができ、標準的なプログラムとしては機能しやすいと考える。リピーターが満足できるか、指導員がいなくても継続実施できるか等の課題もあり、今後、尺度等を開発したうえで、より効果的な方法についてさらに精査していきたい。

3)　自然観察会開催に際しての留意点

自然観察会に際しての留意点に類する内容として、効果的援助要素について検討し、仮設生成することができた。今回抽出された内容は、多くが参加者が心理的に安心・安全に参加し、自己肯定感を育めるような工夫であり、自分の感じたことに焦点を当てて自然観察会を楽しめることをねらった内容となっている。実際は、観察会の準備やまとめ等を含めさらに工夫・留意する点があるがそれらは既存の自然観察会のマニュアル等に譲りたい。ただし、認知症高齢者とともに観察会をする場合などについては、リスクマネジメントも含めさらに検討・実践が必要であるものと考えられる。

4)　今後の展望

今年度の取り組みの範囲では、参加者は自然観察の教育的な意義、心理的な意義を実感し、導入の必要性を感じていたと言えるだろう。令和元年度の自然観察会により、意義を体感し、施設で実施している事例が増えている。今後は、それらの施設事業所と連携体制を構築しながら、本年度の成果を踏まえて、評価尺度の選定や必要に応じ評価尺度開発を行い、実証的な自然観察の効果検証を進めていきたい。認知症の人にとっても自然観察を生活に取り入れることが生活の豊かさにつながる可能性もあるが、スタッフが意義を実感できるからこそ実践につながると考えれば、まずはスタッフがしっかりと自然観察と楽しめ、意義を感じ実践したくなるような方法論を明らかにしていくことが肝要と考える。

第２章　熊本県自然観察会視察結果

１．視察の目的

本研究では、認知症介護にかかわるスタッフが自然観察を行う意義に主眼を置いているが、発展的には認知症の人との支援の中で自然観察を活かすという方向もにらんでいる。認知症の人とともに自然観察を行っている事例として、熊本県の高橋恵子氏（認知症介護指導者）の取り組みを視察したので報告する。

２．視察方法

実際に企画された自然観察会に参加する、参与観察の方法で視察を行った。視察した場所は、あさぎり町及び甲佐町であった。

あさぎり町における自然観察は、9 月 16 日（月）10:00～16:00 で実施した。場所は、講義を白寿荘、自然観察会を近隣のビハ公園で行った。参加定員は 20 名であった。プログラムは、調査事務局中村より自然観察会の狙いを説明した後に、日本自然保護協会高川氏より、自然観察について講義が行われた。午後からは、ビハ公園に移動し、認知症高齢者とともに観察会を行った。認知症高齢者は途中参加とし、終了後の振り返りは参加しないこととし 45 分程度の参加であった。甲佐町は、高橋恵子氏の運営するグループホームせせらぎの研修の一環として実施された。視察に際しては参加者に対し、本研究における研究データとして活用すること、目的外利用の禁止、個人情報保護、データの保管方法等を説明し同意を得た。なお、写真撮影については、公表について同意を得た。

３．視察結果

１）あさぎり町

90 代の認知症の女性が最初は「耳が聞こえん。足が痛い。」とおっしゃっていたのが、後半はどんどん歩いて行かれたくさん交流し耳も聞こえている等、大きな変化が見られた高齢者もいた。参加したスタッフからも、「今まで興味を持っていなかったが、楽しかった。こんな風に自然を楽しむことができるのだとわかった。無心になれるのがよい。」「参加してくださった高齢者の表情が変化していく様子を見ました。介護する人にとっては大変うれしい変化であり自分たちの達成感につながるものだと思いました。」等好意的な評価を得ることができた。

水分補給用の準備、立ち続けるのが難しい人への椅子等の準備、高齢者に合わせたスピードで観察することなどが課題として挙げられた。

2）甲佐町

自然と歌が出てくる高齢者や、「わらびも取りに行きよった」などと、昔を想起する言葉が出てくる高齢者もいた。スタッフからは、「幸せな時間でした。意識してこの時間を作っていきたい。」「普段何気なく見ているものを指揮してみると発見があって楽しかった。その感性はケアの現場でも役に立つと思う。」等の評価を得ることができた。

課題として、虫が嫌い・苦手な利用者についてどうすればよいか、　　スケッチブックを持ってくればよかった、利用者を楽しませようとしすぎてスタッフが楽しむのが難しくならないように、体調管理や事故への配慮などについて挙げられた。

４．考察

熊本では、認知症の人とスタッフが自然観察を楽しむ実践について視察することができた。認知症の人が自然の中で元気を取り戻していく姿を見て、スタッフもモチベーションが上がるという様子、あるいは感想を得ることができた。認知症の人とともに自然観察ができるということの事実確認ができたこと、また、認知症の人と自然観察ができることによって、スタッフの意欲も高まるケースがあることが確認できたことは大きな意義がある。単に自然観察をすることの意義だけでなく、物事にゆとりをもってゆっくりと向き合うことの大切さに気付いたという意見や喜びを共有することの大切さに気付いたという意見もあり、自然観察の体験を日頃の介護と結び付けて様々な気づきにつなげている様子も確認することができた。自然観察の可能性を確認することができた視察であった。一方で、認知症の人とともに楽しむということに難しさを感じるスタッフや、リスクマネジメントについて不安を感じるスタッフもいた。それらの課題を克服しながらもケア実践に取り入れることで、認知症の人の生活を豊かにしながら、スタッフの感性を高めていくということの可能性について期待が高まる視察となった。

第３章　認知症介護従事者の感性と自然との関係性

１．認知症ケアの制度的理念、目的

超高齢社会の進行に伴い要介護（要支援）認定者数も増加し、高齢者介護従事者（以下「支援者」という。）の数は１８３万人にのぼっている[1]。一方、認知症の人の数は、６３１万人と推計されており[2]、施設・居宅を問わず相当数の支援者が日々、認知症の人のケアに当たっていることになる。

認知症の人のケアは、介護保険制度の下で行われるかぎり、制度の基本理念・目的に沿って行われる必要がある。すなわち介護保険法の第１条目的規定には「（要介護者等について）これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービスおよび福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設ける」旨が示されおり、支援者のケアは常に利用者が「尊厳を保持し自立した日常生活を実現」するために行われなければならない。

２．尊厳の保持及び自立支援の構造と感性・自然との関係性

介護保険制度下における「尊厳の保持を基盤とした自立した日常生活の実現を目指すためのケアの構造」は図１のとおりである。「尊厳」とは個々の人間が有する「人の価値」であり「人が持つ人を幸せにする力（魂）と、その個人の周囲の人間がそれを認める力（魂）」であり[3]、尊厳は人の「感性」に依拠すると仮説すれば、支援者が日常的（あるいは定期的に）自然と深い関係性をもつ（交流）ことが対人援助の感性を育むのに有効なのではないかと考えられる。

これを図７にしたがって具体的に示せば、利用者に尊厳と認知症状の発現による尊厳の危機を感じ取り支援を実践しようとする動機付けを発生させる範囲はウォームハートであり、冷静に実情を分析し専門的な介入を実践する範囲はクールヘッドと区分できよう。もちろんクールヘッド部分のみでも支援は可能ではあるが、ウォームハートが対人援助の基盤であり、クールヘッドは技術（テクニック）であるとすれば、この両者が同格の価値を持って統合された支援の方が望ましいと考えることができる。技術に過度に偏重した場合には、いわゆる「病を見て人をみない」、「機械的で血の通わない支援」と批判される現象を生じさせる。しかし、支援者に一般的に行われている研修は介護技術に重点化しており、感性教育は比較的薄いと指摘できるかもしれない。認知症介護従事者に対する研修は、認知症介護基礎研修、認知症介護実践者研修、認知症介護実践リーダー研修、認知症介護指導者養成研修として体系化されており、認知症ケアの理念、尊厳、倫理の科目がほぼ一貫して設定されてはいるものの、そのシラバスには直接的に感性を育む内容に係る配慮が含まれてはいないようにみえる。教室を中心にした講義・演習においては困難性が高いものと理解できる。なお、それにもかかわらず、尊厳は支援の根拠であり、利用者主体（パーソンセンタードケア）は尊厳から派生する倫理の根拠であるから、支援者に対する「人の尊厳を感じとる」ための感性教育はきわめて重要と考えられる。この感性教育に「支援者が自然と触れ合い自然から学ぶ」プログラムが有効なのではないだろうか。

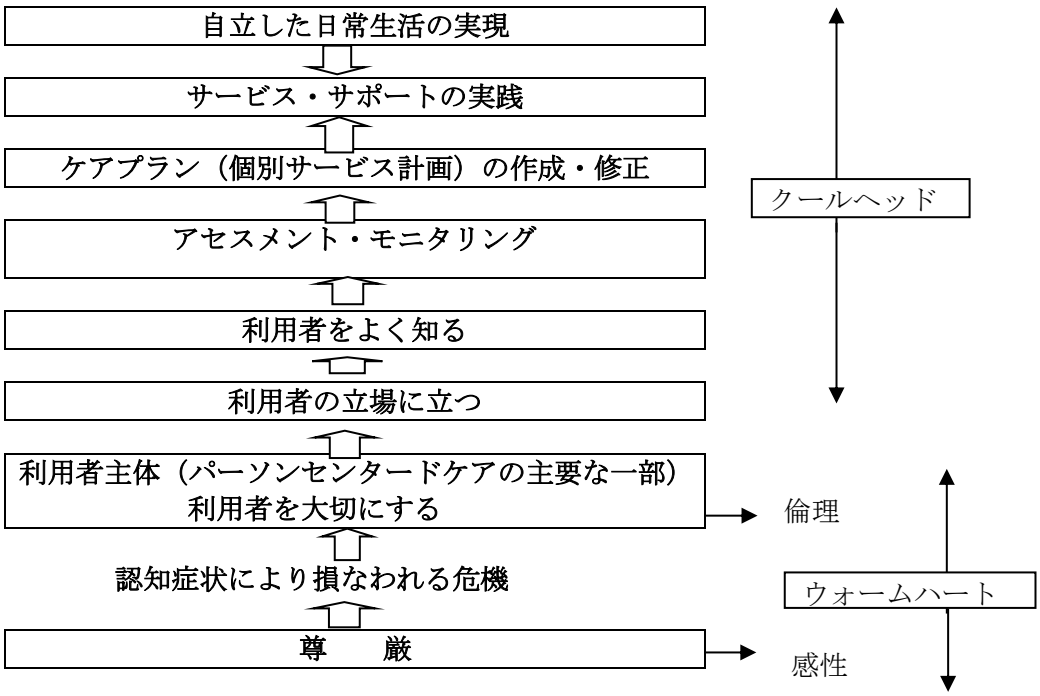

図７　尊厳の保持及び自立支援の構造

３．感性教育が求められる今日的理由・背景

１．で記したように、超高齢社会の進行に伴う要介護（要支援）者の増加が介護の世界に準市場（クアジマーケット）を成立させ介護保険制度を機にそれが加速した。今や介護は産業化している。こうして定着した福祉ミックスの中では、必然的に介護サービス事業者間の競合、利益最大化のための効率化（NPO においてはこれを目的としないが競合には晒され別の問題を生むがその点については他稿に譲る）が生じることは構造的な必然となる。加えて今日の介護は現下の人手不足の影響を大きく受けている。こうした慢性的な人手不足と業務の効率化は、認知症の人へのケアを無機質で機械的なマニュアル主義へと変容を促すよう作用する懸念がある。支援者は感情労働といわれながら感情を封じてルーチンワークに追われる事態が一般化することは避けなければならない。こうした業務のありようの常態化は支援から自己肯定感を奪い人材は定着せず専門技術が育つことも引き継がれることもなくしてしまう危険性がある。

人手不足と効率化（IOT/AI の活用が期待されるが）という構造は変えようがないため、過度に感性教育（情緒的共感の育成）を行うことは避けなければならないが、認知症の人へのケアから、「人の尊厳を感じ取る」感性を外すことはできないとすれば、認知症ケアの第一線は、今こそ感性教育が求められている。

４．自然との触れ合いを切り口にした感性教育

先の図１に人の尊厳を基盤として自立した日常生活に至る支援の一連の構造と尊厳を感じ取る感性の必要性を示した。認知症のケアは、図８のように感性にはじまりそれが思考と価値づけを踏まえた実践へとつながっていく過程を有している。

ここでいう「自然」とは、主に植物や水の流れる川、吹く風、流れとどまる雲、雨や雪などを指しており、一般化された定義[4]と同義である。

自然は、「ただそこにあるだけ」であるが、それに親しく触れる「人」にアプリオリな「感性（感じる力）」を生じさせる、というのが第２の仮説である。これが正しければ、日常的に自然に触れている人は感性が豊かであり、そうでない人は感性が委縮しているといえる。感性は後天的には獲得できないとした場合には、可塑性がないためこの仮説は成立しないが、仮に認知症ケアの支援者は「感性が豊かな人」のみに限定する、とすることは極めて現実的ではないし、多くの人々が自然豊かな環境に身を置くと快感を得、癒やされ、リラックスしたりする経験をするとすれば、自然には人の感性を育む効果がある。認知症ケアでは本人・家族視点を重要視しているが、特に認知症の人や介護に疲弊した家族であって意思の表明が難しいときに必要なのは互いに「感じあう心」なのではないかと考えられる。このことによって、利用者の心情を顕在化しアクションプランにつながるアセスメントが実現できる。機械的で無機質な介護ではなく利用者と支援者が互いに感じあうことが認知症ケアを豊かにし、その感性の育みを自然から得る可能性を求めるのである。

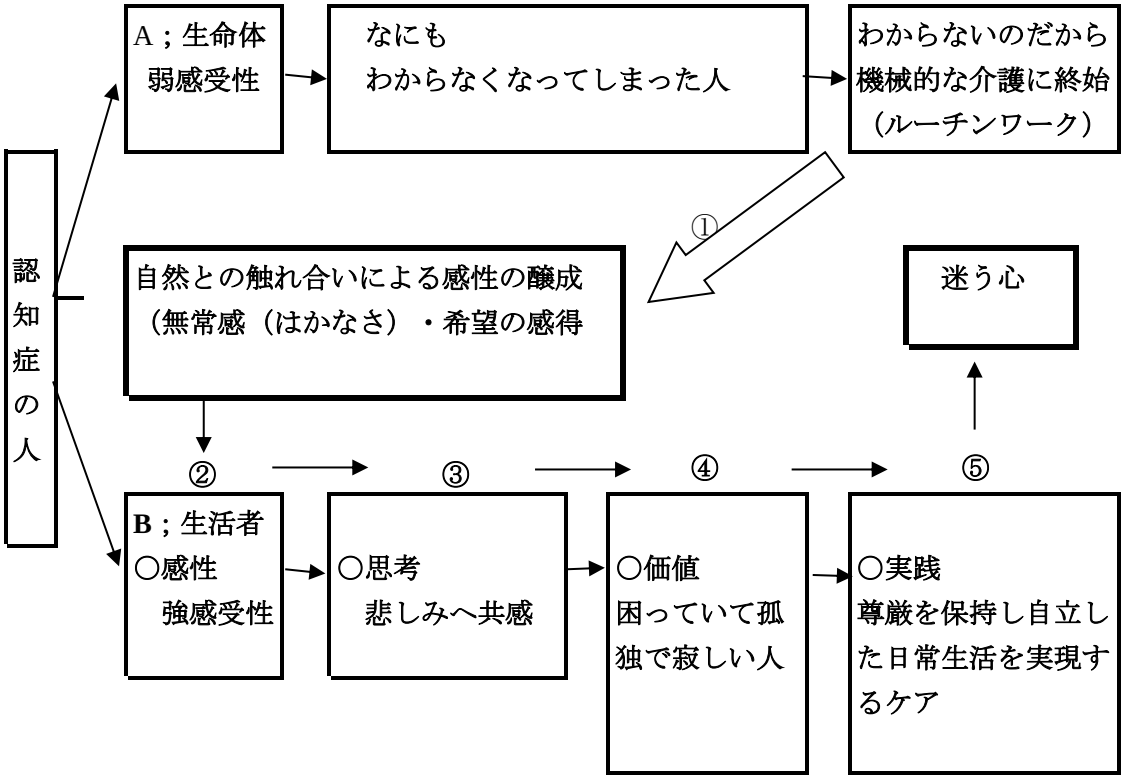

図８　認知症ケアを豊かにする感性を育む心を自然から学ぶ構造

５．まとめ

認知症の人のケアに当たって、１．では介護保険法第１条をもとに尊厳保持、自立支援の重要性を記したが、このことはケアの根拠や方針として法令に定めがあるために支援者が守らなければならないものと捉えることは誤りであろう。認知症の人への支援に当たって本来あるべき姿勢が法定化されているのである。この本来の姿勢は「ケア（思い遣り）

の精神」であると考えられる。このケアの精神を自然から学ぶことができるのではないかと考えることが、この研究を進める動機の一つである。

支援者が学ぶ「ケア（思い遣り）の精神」は、悲しみを共にすること（悲しみへの共感）からはじまるのではないか。人間に「思い遣りの精神」が生来備わっているかは別にして、人間は幼少期から自分がどのようにすれば周囲の他の人間が喜び、同時にどのような行いが他人に悲しみや怒りをもたらすかを体験的に獲得する。しかし、悲しみを与えたら喜びを得られないから喜ぶことをしようとすることは算段として成立するが、悲しみを共にする感覚は算段ではない。人間は他人の喜びよりも悲しみに共感する度合いの方が強いのかもしれない。自然は冷徹な循環の中で、触れる人間に悲しみや希望を感じ取らせてくれる。

自然と触れ合うプログラムの中で、支援者には五感を使い（開き）、感じ取ったことをなんでも率直に他の参加者（支援者）に発信することが促される。それは率直に受け入れられ他の参加者からの反応が得られる。参加者は感覚を否定されずにわかちあうことの新鮮な喜びの中で、「人には（人の感覚には）様々な違いがある」ことを知り、それによって自らの感覚が増幅される体験もするかもしれない。そうした意味では感性教育として自然と触れ合うプログラムは適度な人数の集団によりグループダイナミクスを働かせることが有効性を高めるものと考えられる。

参加者としての支援者は、自然の中で素直になっている自分に驚くかもしれない。自然は何も語らず、尋ねるのは自分であることを発見する。風はただ吹き、雨はただ降り、雪もただ降るだけで、木も草も花もただそこにあるだけである。どのように感じるかは向き合う人間次第であること、自然を認めれば認めるほど創造性が高まることを発見する。支援の根拠である「尊厳」は、利用者を認める人がいなければ成立しない。感性が思考を生み、思考は言語を使って行われる。言語によって具体化された計画に沿ってケアが実践される。教室における講義等で言語を使って思考を促しても感性にたどり着くのは難しいとすれば、もう一つの研修プログラムとして「自然との触れ合い」が導入されてもよいのではないかと考える。

ただし、自然に触れ合うプログラムは、感性教育の一つではあるが、「教育のために自然を道具（教材）として利用する」ことは、自然に対して不遜なのではないかとも考えられる。自然は偉大で人間を生み出した母であり、人間を助け、癒やし、育ててくれたりする包容力を備えている。自然は人間の便宜のために利用するのではなく学ぶ対象であろう。以上、今年度の研究から得られた知見を記したが、複数の仮説によっている。今後も実証を続けデータ化することにより丁寧に仮説を検証し新たな研修に挑戦していく必要がある。

（１）厚生労働省「介護サービス施設・事業所調査」2016（平成 28）年
（２）2020（令和 2）年　「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」（2014（平成 26）年度厚生労働科学研究　九州大学二宮教授）
（３）「尊厳～あなたがいなければ私はいない」2019　　佐藤信人　パーソン書房
（４）「山川、草木、海など人類がそこで生きて生活してきた場。特に、人が自分たちの生活の便宜から改造の手を加えていないもの」広辞苑第 5 版　岩波書店

【執筆分担】

目次	執筆者
第 1 章　東京センターでの自然観察会	中村考一
第 2 章　熊本県自然観察会視察結果	中村考一
第 3 章　認知症介護従事者の感性と自然との関係性	佐藤信人

【研究担当者】

副センター長　佐藤信人
研修企画主幹　中村考一

令和元年度運営費研究事業

自然観察を用いた介護職員の感性を育てるための
教育内容の開発に資する予備調査
報告書

発行年　令和２年　３月

発行者　社会福祉法人浴風会　認知症介護研究・研修東京センター
東京都杉並区高井戸西１－１２－１
電話：０３－３３３４－２１７３（代表）