

## 学位論文の要旨

論文題目 柔道療法が精神・知的障がい者の精神的・身体的側面に及ぼす影響

広島大学大学院総合科学研究科

総合科学専攻

学生番号 D171511

氏名 中村 和裕

### 論文の要旨

#### 1. 研究の背景および目的

柔道療法とは、精神・知的障がい者を対象に、柔道を用いて治療やリハビリテーションを行うことを指す。精神障がい者に対する柔道療法の効果については、幅広い年齢層において、精神面では、適応性が向上すること、あるいは攻撃性が抑制されることが、身体面では、運動協調性や姿勢制御能力が向上することが認められている。また、知的障がい者に対しては、精神面では、達成感や自尊心が高まること、他者への配慮が向上すること、暴力性が減少することが、身体面では、筋力、神経あるいは心肺の機能が高まること示されている。このように、柔道療法が精神・知的障がい者に対する療法として有効であることを示唆する報告は多いが、その殆どが観察記録に基づく事例研究である。そこで本研究では、柔道療法が精神・知的障がい者の精神的・身体的側面に及ぼす影響を、客観的指標を用いて明らかにすることを目的とした。

#### 2. 柔道療法が精神・知的障がい者の行動、リカバリープロセスおよび主観的幸福感に与える影響（調査1・2）

実験1では、精神的側面への影響を検討するために、リカバリープロセスと主観的幸福感に焦点を当て、柔道療法前後に、アンケート調査を行う予定である。本調査では、これに先立ち、用いるアンケートを精神障がい者に適応できるか否か、また、柔道療法が行動面および精神面に及ぼす影響について調査を行った。

2つの調査を行い、調査1では、柔道療法を長年実施してきたA病院に勤務する医師らから、柔道療法に伴う行動面の変化を中心とした聞き取り調査を実施した。対象者は、注意欠陥多動性障がいの男性1名であった。調査の結果、以下のような変化があったことが明らかとなった。対象者は、13歳の時に、精神面の興奮や暴力性が原因でA病院に入院し、入院中に定期的に柔道療法へ参加するようになった。柔道療法開始直後では、「床に寝転がる」、「一方的で攻撃的な柔道を行う」などの行動が頻繁にみられた。しかし、柔道療法終了時では、「他の患者が行う柔道を称賛する」、「相手と協働した柔道ができるようになる」などの変化が観察された。また、興奮した行動は、柔道療法中だけではなく、病

棟でもみられなくなったという。

調査 2 では、柔道療法が精神面のリカバリープロセスと主観的幸福感への影響に関するアンケート調査を行った。対象者は、A 病院が実施した柔道療法を 2～4 年間体験した精神障がい者 4 名であった。アンケートには、questionnaire about the process of recovery と subjective well-being の日本語版を用いた。リカバリープロセスでは、全てのサブ評価項目において、ポジティブな変化が示された。主観的幸福感「心の健康度」の下位因子では、「人生に対する前向きな気持ち」および「自信」において、ポジティブな変化が認められた。

これらの結果から、柔道療法によって、社会に貢献することを学ぶ過程が提供されることが示唆された。また、アンケートに回答する様子から、対象者は質問内容を理解できたことが観察された。

### 3. 柔道療法が精神・知的障がい者のリカバリープロセスおよび主観的幸福感に与える影響（実験 1）

本実験の目的は、柔道療法が精神・知的障がい者の精神的側面に及ぼす影響について、リカバリープロセスと主観的幸福感に焦点をあてて検討することであった。被験者は、A 病院の精神科デイケアに通う地域生活者 34 名であり、その内、20 名は柔道療法と体力測定の方への参加を、残りの 14 名は体力測定だけへの参加を希望した。被験者は、知的障がい、うつ病、統合失調症、注意欠如・多動症、アルコール依存症、てんかん、解離性障がいなどをもつ障がい者であった。柔道療法は、2018 年 12 月から 2019 年 5 月までの 6 ヶ月間、1 回 1 時間程度、月に 2 回（計 12 回）実施された。主観的幸福感とリカバリープロセスについて、調査 2 と同様のアンケート調査を行った。アンケート実施時期は、柔道療法開始前および柔道療法終了時であった。

調査 2 では、リカバリープロセスの多くのサブ評価項目で正の影響がみられたが、本実験では、同様の変化は認められなかった。その理由として、調査 2 の対象者は入院患者であったのに対して、本実験の被験者は地域生活者であり、生活の中で、リカバリープロセスに関連するスキルを既に身に付けていたことが考えられる。生活環境以外では、柔道療法を受けた期間が調査 2 の時より短期であったことも、結果に影響したのと思われる。

心の健康度における下位因子では、「達成感」と「自信」で正の影響がみられた。このような結果が得られた原因としては、柔道療法を重ねるにつれ、参加者が徐々にではあるが、他者と協調しながら、柔道に必要な技能を獲得していったことがあげられる。柔道療法初回から 3 回目辺りまでは、参加者の多くが上半身に力が入り、動作も自分本位であった。その状態で組み合わせるため、相手を崩すことができず技も不完全であった。しかし、中盤以降、イメージしていた動作と実際の動作とのギャップを認識し、修正しようとする態度が観察され、理にかなった動きへと変化していった。また、見られ稽古において称賛を受けたことも、練習の意欲を高め、気持ちの変容を誘起した可能性は極めて高い。

以上の結果から、柔道療法によって、主観的幸福感における「達成感」と「自信」にポジティブな変化が生じること、これらの変化は他の調査項目より相対的に早期に起こることが示唆された。

#### 4. 柔道療法が精神・知的障がい者の行動体力に与える影響（実験 2）

本実験の目的は、柔道療法が精神・知的障がい者の行動体力に及ぼす影響を検討することであった。被験者および柔道療法の実施頻度・期間は、実験 1 と同様であった。測定項目は、握力、膝屈曲力、膝伸展力、長座体前屈および最大酸素摂取量（推定）であった。

柔道療法の実施頻度が低いにもかかわらず、長座体前屈（下肢筋の柔軟性の指標）の値が高まったことが観察された。柔道療法では、準備体操として回転運動を行っている。この運動には、開脚前転や開脚後転など動的なストレッチ運動が含まれており、主にこれらの運動によって、下肢筋の柔軟性が向上したと思われる。

#### 4. 結論

本研究から得られた結論は、以下に示す通りである。

- (1) 柔道療法によって、精神・知的障がい者の主観的幸福感における「達成感」と「自信」にポジティブな変化が生じ、これらの変化は相対的に早期に起こる。
- (2) 柔道療法によって、精神・知的障がい者の柔軟性が向上する。
- (3) 柔道療法は、精神・知的障がい者が、障がいという困難を乗り越え、よりよく生きていくうえでの一助となり得る。

本研究の最も重要な点は、「精神・知的障がい者に対するリハビリテーションとしての柔道が精神的・身体的側面に与える影響」を一般化された尺度を使用して検討し、両側面（精神的・身体的側面）にプラスの効果がみられたことである。このことは、柔道療法は、精神・知的障がい者が、障がいという困難を乗り越え、よりよく生きていくうえでの一助となり得ることを示唆する。今後、柔道療法が精神・知的障がい者に及ぼす影響についての科学的根拠をさらに蓄積し、それを社会に発信することによって、精神・知的障がい者に関わる医療従事者、介助者あるいは障がい者の家族の意識に、変革をもたらすことが期待される。