

長谷川式スケールアップレクリエーション

レクと認知力向上の
重要な関連について

発表者：高橋怜菜

共同研究者：橋本信一 山田直美 堀内麻由 榎本愉林子

レクリエーション風景



【研究の流れ】

毎日のレクリエーション

(目的)

- 1) 認知力向上を図る為の新たなレク。
- 2) 「物忘れ」
「認知の低下又は向上」
「不安の軽減を防げるか」

(利用者へのアプローチ:対象者)

☆特に『物忘れや認知力低下を認める利用者』

【研究期間・実施時間】

期間：平成24年2月24日～9月16日

時間：午前中の集団レクリエーション時

週3回、1人10分程度の個別レクリエーション

【対象者】

①認知全般に支障を認める8名。

（長谷川式初回3点～29点）

※フロアレクに比較的参加率が高い方達を対象。

②本研究の結果に対する比較を行う為、その他8名を選出。

※フロアレクをあまり好まれず、参加率が低い方達。

【実施方法・検証方法】

(レクの実施:毎日実施)

①集団レク

(指体操・早口言葉・色当て・連想ゲーム・歌・その他)

②個別レク(回想・トランプ・お手玉)

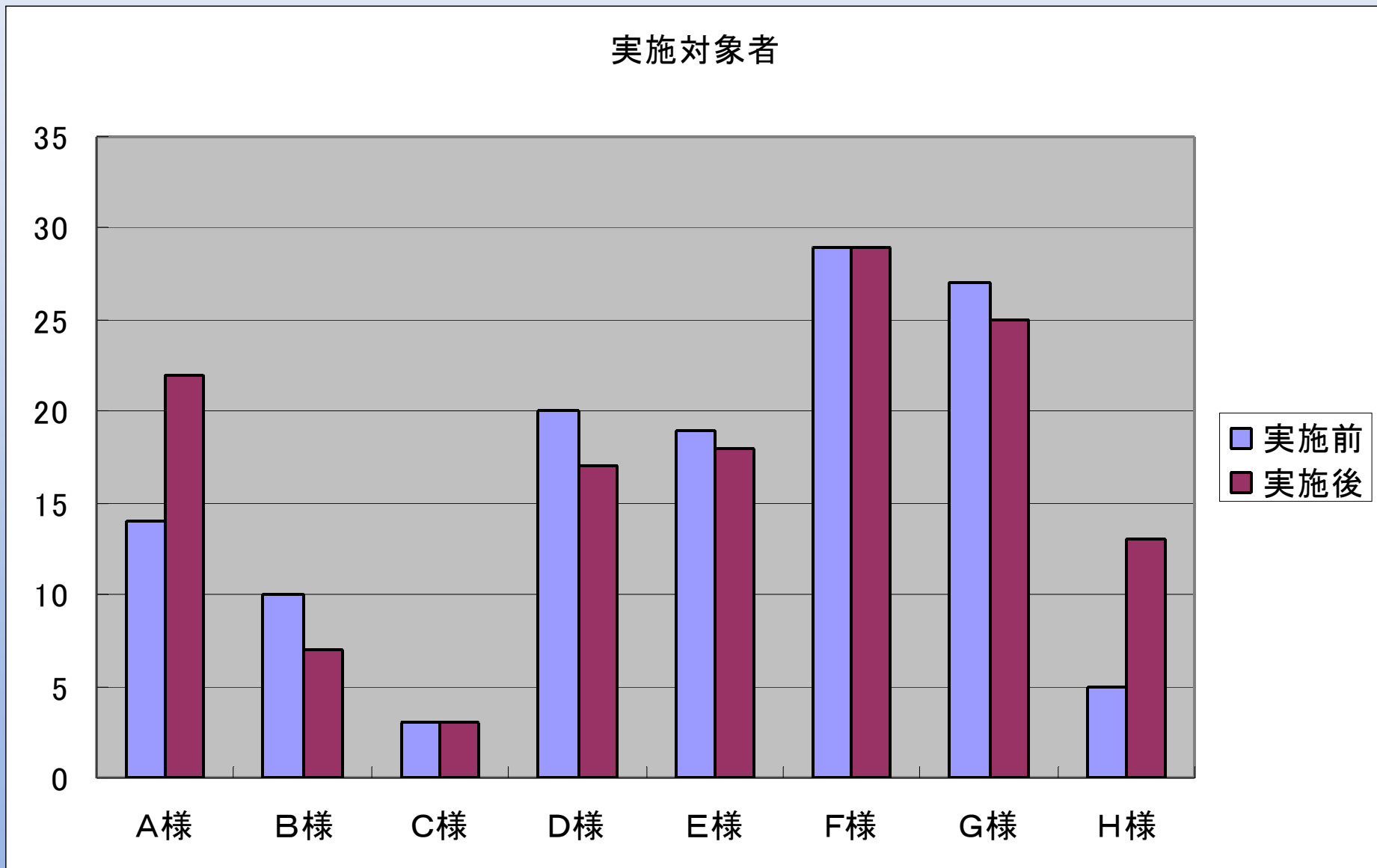
☆脳に刺激があると、思いつく内容を実施。

(HDS-R測定)

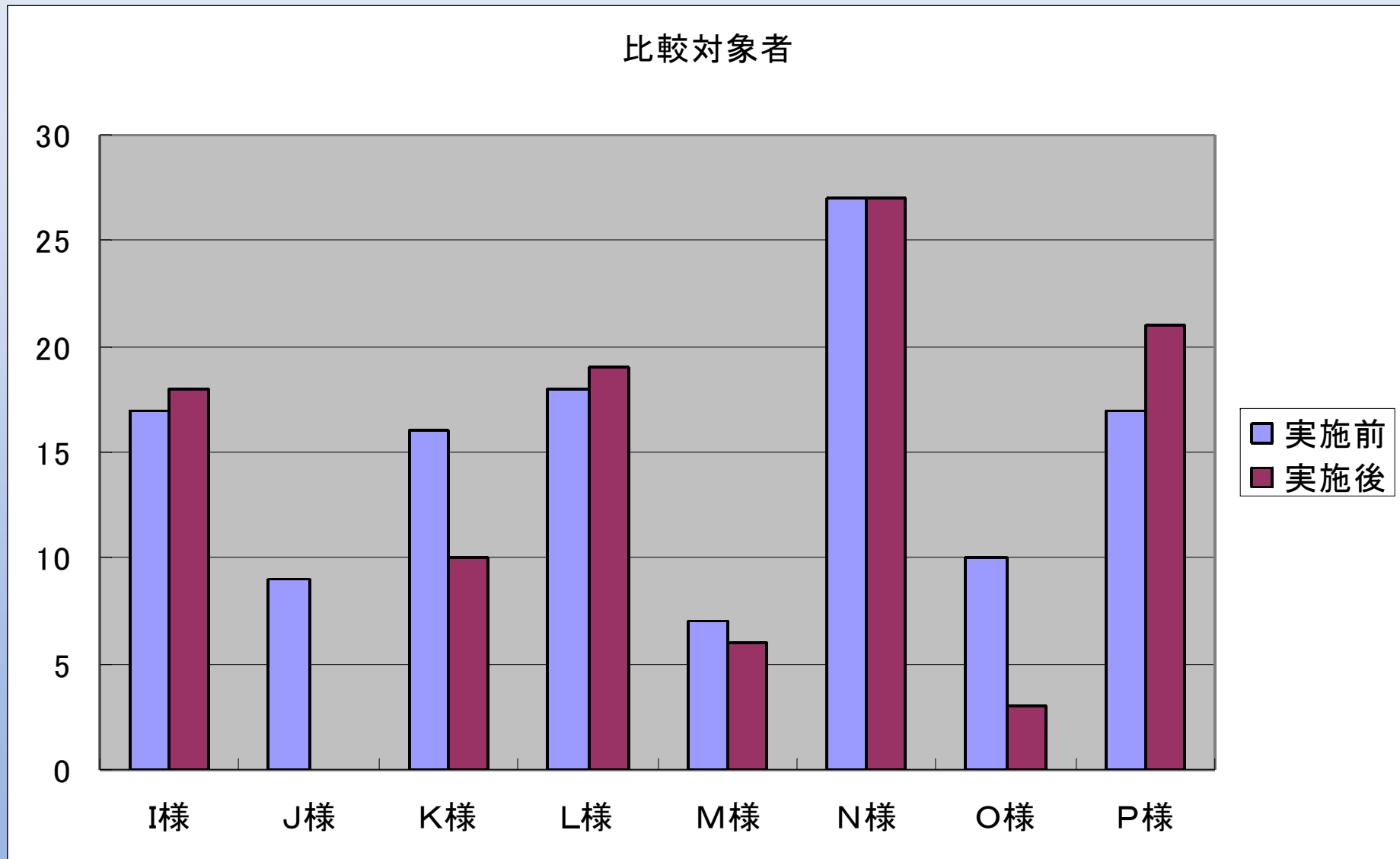
①全対象者に対して研究前と後で測定。

②それぞれの点数変化から検証。

【結果1：実施対象者】



【結果2: 比較対象者】



【結果3】

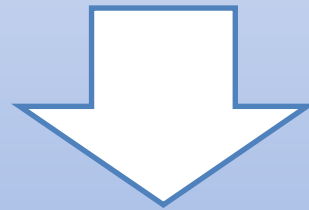
- ①認知力向上を図る為の新たなレク：
 - ・本研究を通じて、新たなレクバリエーションを増やす事ができた。
- ②物忘れ・認知の低下又は向上：
 - ・長谷川の結果から、期間中に期待した効果を立証する事が出来なかった。
 - ・但し対象者の日常生活において、行動や表情から一定の変化は認められた。
- ③不安の軽減を防げるか：
 - ・②同様に点数での立証は出来なかった。
 - ・日常生活において、症状の軽減は認められた。

【考察】

- ・より短い期間で測定を行うことで、より効果的な結果が得られる。
- ・通常業務内での実施が可能。
- ・新しいレクを行うことで、全体の活性化に繋がった。
- ・改めての準備不要で、軽費は殆ど掛らずに実施出来た。
- ・対象者以外にも楽しんで頂けた。
- ・課題もあり →個別レクに限度有 フロアのスケジュールに左右される。

【まとめ】

- ①新しいレク等は参加者全員の刺激になった。
- ②生活の活性化に繋がった。
- ③結果として脳の活性化に繋がる可能性が広がる



『ご利用者にとり日々、活気ある生活に繋がる。』