追手門学院大学社会学部紀要
2014年３月30日，第８号，33-42

特別養護老人ホームでの運動プログラム実施における研究（第２報）
― ゲームプログラムの評価 ―

辰　本　頼　弘

Research in exercise program implemented in a special nursing home for the aged（Ⅱ）
― Evaluation of the game program ―

Yoshihiro TATSUMOTO

要　旨

特別養護老人ホームでの運動プログラム構築に向けて指導を実施する際に、今までの研究結果よりゲームプログラムが参加者の楽しさの評価が最も高いことから、より楽しめて効果的なゲームプログラムを立案し今回21回の指導を実施した。運動プログラムの流れは、すべてストレッチング→リトミック→ゲームの順で１回約60分間実施した。21回の指導を分析すると、今回のゲームプログラムは、運動プログラムの約40％を費やして実施していた結果となり、参加者のゲームプログラムへの評価は、平均2.8点（３点満点）と高い値を示した。また、ゲーム内容では、比較的大きく軽いボールでのゲームが好まれ、ルールが簡単なものの方が熱中する傾向がみられた。

ゲームプログラムの充実は、施設での運動プログラムへの参加意欲につながるとともに、なかでも参加者に即したボールゲームの活用は、楽しさを増す効果があり実施には有用であることが示唆された。

キーワード：高齢者のゲームプログラム、ゲームプログラムの評価

Ⅰ．緒　言

平成25年版高齢社会白書（内閣府）の報告では、2012年10月１日現在の人口は１億2,752万人で、65歳以上の高齢者人口は3,079万人に達し、総人口に占める割合が24.1％であることが示された。前年に比べ高齢化率が0.8ポイント上昇し、この傾向は今後も続くと予測され、2035年には33.4％、2060年には39.9％に達し、国民の2.5人に１人が65歳以上の高齢者に、また４人に１人が

75歳以上の高齢者になると推計されている。さらに、高齢化に伴い、平均寿命も2060年には、男性84.19歳、女性90.93歳となることが見込まれており、今後日本全体として高齢者対策・対応については、「健康」というキーワードは益々重要な観点になると考えられる。

2012年度文部科学省が公表した体力・運動能力調査では、フィットネスジムなどのスポーツクラブに所属している人の割合は年齢が上がるほど増加の傾向を示し、70歳代で40％前後であると報告がされており、時間に余裕のある高齢者層が積極的に運動に取り組んでいるという結果が報告されている。しかし反面、高齢者の健康問題については年齢が上がるにつれ、何らかの自覚症状を訴える有訴者率が上昇し、日常生活に影響が及ぶ者も増加傾向にあることも事実で、今後ますます介護を必要とする者も増加することが予想されている。高齢期においても健康で自分らしい生活を送るために、ADL（日常生活動作能力）をいかに維持・向上させていくかが大きな課題となることは間違いない。さらに要介護状態の未然予防は、その原因となる疾病を予防することが重要であることは言うまでもなく、主原因である、脳血管疾患や認知症、骨折等をどのように防ぐか対策を講じる必要がある。

高齢者自らが生きがいを感じ、満足度の高い日常生活をどのように営むか、いわゆるQOL（Quality of Life）の充実を実践するためのひとつとして運動への取り組みが挙げられる。これら高齢者への運動の取り組みについて、運動の効用［辰本ほか、2007、2012；藤本ほか、2007、2009；河本ほか、2008］や転倒予防について［串間ほか、2006；川原ほか、2006］など、様々な面からみた研究報告がなされている。

筆者が前報(2012)に行った､特別養護老人ホームでの運動プログラム(以下､プログラムとする)実施における指導者および観察者の評価においては､高齢者のプログラムへの関わりが､指導者・観察者双方の評価に大きく影響していたことから、特に、毎回のプログラムの中で高齢者の評価得点が高かったゲームプログラム(以下､ゲームとする)について分析をし､参加者に好まれるゲームや課題について検証を実施した｡特別養護老人ホームでは､ADLや認知状態､また移動手段等、様々な形態の高齢者が存在しており、それらの者がプログラムに参加するため、最も評価の高いゲーム内容を充実させることが、プログラムへの積極的な参加につながるひとつの方策であると考えられるため、今後の発展的プログラム構築の基盤を探ることを目的とした。

Ⅱ．方　法

１．対象プログラム

大阪府下にある特別養護老人ホームで実施した、21回のプログラム中の「ゲーム」を取り上げ分析を実施した。

（プログラムは、毎回主としてストレッチング・リトミック・ゲームの３つで構成され、原則１週間に１回実施している。１回の全体プログラムは約60分で、今回はこの中で、ゲームのみを

取り上げた）

２．ゲーム内容

21回実施のゲーム内容を表１に示した。今まで指導してきたゲームを検証し、楽しいことでより笑いが多く見られたり、比較的参加者に好評であった内容をアレンジし今回のゲームは構成した。プログラムはゲームのみならず、ストレッチング・リトミックも実施するため、今後、より楽しく取り組める全体プログラムの作成に活用できるように、21回の指導は、各回違うゲーム内容を実施し参加者の様子を確認した。

表１　ゲーム内容（第１回目から第10回目）

第１回目	ケーブルカー	サークルに座り、１本の紐を全員で持ち、指定方向に回す。紐を移動させる場所を頭、胸、膝等変えながら実施する。
第２回目	シーツでウェーブ	２列に向かい合いシーツを持ち、民謡等に合わせてシーツを大きくゆする。また、シーツにぬいぐるみを乗せ、ゆすり跳ね上げる。
第３回目	早く送れ・なぞなぞクイズ	動物のぬいぐるみを先頭から送り、途中で動物のなぞなぞを行い、正解になれば、別のぬいぐるみが先頭から送られる。
第４回目	風船飛ばし	２組に分かれて左または右の手で風船を突出し、どこまで飛ばすことができるかを競う。
第５回目	缶キャッチⅠ	援助者が持っている大きな缶にボールを投げ入れる。
第６回目	紙風船つき	２列になり紙風船を突き、次の人に送る。紙風船の空気が抜けないように気をつけ、早く最後まで送る。
第７回目	筒送り	横向き一列で向い合せになり、筒を先頭から最後まで送り、次に最後から先頭に戻す。
第８回目	缶キャッチⅡ	援助者の投げたボールを、大きな缶を持ち受け入れる。
第９回目	ハラハラドキドキ	２組に分かれ１人ずつじゃんけんをし、勝てば新聞棒で紙風船を叩いて割る。紙風船の割れた数が多い方が勝ちとなる。
第10回目	出た目でシーツ	全員でシーツを持ち、シーツの上に大きなサイコロを置き、そのサイコロが上に飛ぶように大きくゆする。指導者の指示したサイコロの目を出す。

表１　ゲーム内容（第11回目から第21回目）

第11回目	洗濯バサミ干し	各人に洗濯バサミを３個渡し、誰とでもよいのでじゃんけんを行う。勝てば洗濯バサミをもらい服に挟む。多く洗濯バサミを服につけた人が勝ちとなる
第12回目	落とさないように	２組に分かれラケットの上にぬいぐるみを置き、落とさないように次の人に送る。
第13回目	サーベルさし	サークルに座り、指導者がホースの輪を投げ、それを自分の腕に刺し受け止める。
第14回目	ビーチボールキャッチ	２組に分かれ各組でビーチボールを何回か突き上げ、指導者の合図で受け止める。
第15回目	どんな言葉がかくれているかな	２組に分かれシーツの上に言葉カードを裏返してのせ、シーツを上下にゆすり言葉カードを表にして、カードに書かれている言葉を当てる。
第16回目	ナイスヘッド	指導者が小さな浮き輪を投げ、落とさないように、頭の上で受ける。
第17回目	ぼこぼこ風船バレー	援助者とひとつの風船でバレーボールを行い、要領がつかめてくれば、風船の数を増やし、ひとつも落とさないする。
第18回目	買い物袋でキャッチ	ひとりがボールを投げ、もうひとりが買い物袋でキャッチする。
第19回目	フィットネスボール	２組に分かれ、大きめの弾むボールをワンバウンドで相手に送る。そのボールをキャッチし、相手に送り返す。先に落としてしまった方が負けとなる。
第20回目	大風船と遊ぶ	大きな風船を次から次へと送る。送り方を工夫し、頭の上や胸の前、下から次の人に送る。
第21回目	茶碗でキャッチ	２組に分かれひとりがお手玉を投げ､もうひとりが､カップでお手玉を受ける。

３．ゲーム内容の評価

ゲーム終了時点で、指導者が参加者にゲームの楽しさを３段階に分けたスマイルマーク（すごく楽しい…３点、楽しい…２点、楽しくない…１点）を示し、参加者に該当のマークで挙手をしてもらいゲーム内容の評価を実施した。

４．プログラム指導者および援助者

21回にわたるすべてのプログラムの指導については、筆者とともに楽しくかつ効果的なプログラムを作成するために、今まで多くのプログラム指導に携わってきたベテランの指導者（施設職員）が実施した。また、援助者については日常的にプログラムへの参加者のケアを行っている施設職員のなかから、当日の業務に応じてプログラムに携わってもらい実施した。

Ⅲ．結果 および 考察

１．ゲームの概略について

ゲーム名称および参加人数、実施時間について表２に示した。プログラムの指導は指導者１名と援助者が毎回２～３名付き、参加者の動きを補助するとともに、ゲームではルールも含め参加者がスムーズに実施できるように手助けを行った。ゲーム内容により、参加者と援助者が一緒に実施する場面も設定した。

それぞれの実施回への参加者は、最多で14名、最少で９名と、毎回同じ顔ぶれの参加者で構成されているわけではなく､その日の体調や気分等により参加者の変動が見られる｡今回の実施ゲームは、すべてにおいて名称・内容を変えて指導を実施した。プログラム時間に対してゲーム実施時間の占める割合が最も長かったものは、第５回目の「缶キャッチⅠ」と第８回目の「缶キャッ

表２　各回のゲーム名称および参加人数、実施時間

	ゲーム名称	参加人数	実施時間・実施率 （ゲーム時間/プログラム時間）
第１回目	ケーブルカー	13名	22分/57分（38.6％）
第２回目	シーツでウェーブ	12名	20分/55分（36.4％）
第３回目	早く送れ・なぞなぞクイズ	９名	17分/53分（32.1％）
第４回目	風船飛ばし	10名	17分/55分（30.9％）
第５回目	缶キャッチⅠ	12名	32分/62分（51.6％）
第６回目	紙風船つき	11名	25分/55分（45.5％）
第７回目	筒送り	11名	25分/55分（45.5％）
第８回目	缶キャッチⅡ	11名	32分/62分（51.6％）
第９回目	ハラハラドキドキ	12名	25分/55分（45.5％）
第10回目	出た目でシーツ	12名	20分/50分（40.0％）
第11回目	洗濯バサミ干し	10名	20分/50分（40.0％）
第12回目	落とさないように	14名	20分/54分（37.0％）
第13回目	サーベルさし	13名	20分/50分（40.0％）
第14回目	ビーチボールキャッチ	11名	20分/51分（39.2％）
第15回目	どんな言葉がかくれているかな	14名	20分/54分（37.0％）
第16回目	ナイスヘッド	12名	20分/48分（41.7％）
第17回目	ぼこぼこ風船バレー	10名	20分/55分（36.4％）
第18回目	買い物袋でキャッチ	13名	20分/56分（35.7％）
第19回目	フィットネスボール	14名	20分/51分（39.2％）
第20回目	大風船と遊ぶ	11名	20分/52分（38.5％）
第21回目	茶碗でキャッチ	12名	20分/59分（33.9％）

チⅡ」で、ともに51.6％と実にプログラムの半分以上を費やし実施した。

逆にゲーム実施時間の占める割合が最も短かったものは、第４回目の「風船飛ばし」で30.9％であった。

「缶キャッチⅠ」は、参加者が援助者の持っている大きな缶にボールを投げ入れるというゲームで、「缶キャッチⅡ」は、援助者の投げるボールを参加者が大きな缶で受け止めるというゲームである。ボールを投げる、受けるという役割がⅠとⅡでは逆になっているが、まず参加者がボールを目標（缶）に向かって投げることが難しく、さらに、投げられたボールを缶で受け止めることはもっと難しい動作であったため、ゲームとして成立させるのに時間を費やしたことが実施時間の割合に表れた大きな要因であると推察される。また、実施割合が最も短かった「風船飛ばし」は、２組に分かれお互いにゴム風船を突き、どちらが遠くまで飛ばせるかを競うゲームで一回の動作が短時間であること、また的を狙うわけではなく、自分が座っている前方にゴム風船を突けばよいことで、あまり難しさを感じず参加者の満足感が得られたことが、実施時間の割合に反映されたものと考えられる。

今回の実施ゲームでは、ボールを用いたゲームを多用したことが特徴で、今まで実施してきたプログラムを検証する中で、ゲーム活動で好まれる内容は、①ボールを扱うゲーム、②２組に分かれて対抗できるゲーム、③全員でひとつのものをやりとげるゲームの３種類の活動が意欲・評価が相対的高く、またルールが単純なほど熱中する傾向が見られたことを受け、ボールを多くの回で使用しゲームの導入につなげた。特にボールの種類（特に大きさ）は、ゲームの楽しさに直結しており、大きく軽いものが好まれる傾向が見られた。今回のゲームの分類を３つに分けると（表３）、全員で実施できるゲーム、２組に分かれての対抗ゲーム、個人が実施するゲーム（援助者と一緒に実施）と分類することができ、前述の実施率が長かったゲームは個人が実施するゲームに属し、ゲームの理解や実際の動作が少し難しかったことに加え、自分のペースで実施するこ

表３　ゲームの区分

全員で実施するゲーム	２組に分かれての対抗ゲーム	個人が実施するゲーム（援助者が関わる）
(１)ケーブルカー	(４)風船飛ばし	(５)缶でキャッチⅠ
(２)シーツでウェーブ	(６)紙風船つき	(８)缶でキャッチⅡ
(３)早く送れ･なぞなぞクイズ	(７)筒送り	(17)ぼこぼこ風船バレー
(10)出た目でシーツ	(９)ハラハラドキドキ	
(11)洗濯バサミ干し	(12)落とさないように	
(13)サーベルさし	(14)ビーチボールキャッチ	
(16)ナイスヘッド	(15)どんな言葉がかくれているかな	
(18)買い物袋でキャッチ	(19)フィットネスボール	
(20)大風船と遊ぶ	(21)茶碗でキャッチ	

＊数字は、実施回を表す

とができたことが大きく影響しているものと考えられる。今回のプログラム中のゲームの平均実施率は39.8％で、１回のプログラムの約40％を費やして実施していたことが明らかになった。ただ、表２からも見られるように、第10回目以降は内容の難易に関わらず、すべてゲーム時間を20分と規定して指導を行う方針をとった。これは全体のプログラムが約１時間であること、その約１時間の中で、３つの内容を導入していることから、プログラム全体の満足度をゲームのみで上げるのではなく、他を含めトータルでの満足度につなげるため、ひとつの内容を約20分とし参加者に全体プログラムの中での一定のリズムを作ってもらうことを目的に指導法についても工夫をして実施した。ただ、実際は毎回のプログラム時間が60分に満たないためゲーム実施率は高いめに算出されている。なお第10回目以降のゲームの平均実施率は38.2％であった。

２．各プログラムの評価について

表４は、ゲーム終了後にゲーム内容の評価を３件法で尋ね得点化した結果である。参加人数はその日の体調や気分により増減が見られ、毎回同一者が参加しているわけではないが、平均約12人の参加者がプログラムに参加してゲームを楽しんだ。21回のゲーム参加者は延べ247人で、「すごく楽しい」と評価した者が204名、「楽しい」と評価した者が33名、「楽しくない」と評価した者が10名であった。

実施回で参加者全員が「すごく楽しい」と評価した（平均3.0点で満点）ゲームは、第３回目「早く送れ・なぞなぞクイズ」と第４回目「風船飛ばし」、第６回目「紙風船つき」、第11回目「洗濯バサミ干し」、第14回目「ビーチボールキャッチ」、第20回目「大風船と遊ぶ」の６つのゲームに見られ、うち４つのゲームでは比較的大きなボールで扱いやすく、滞空時間が長く、ゆっくりとボールが見られる種目となっている。また、これら６つのゲームは、今回分類した区分（表３）では、全員で実施するゲームが３種目、２組に分かれての対抗ゲームが３種目となった。

また「楽しくない」と回答した延べ10名の参加者は、８つのゲームで見られ、第１回目「ケーブルカー」（平均2.7点）と第21回目「茶碗でキャッチ」（平均2.3点）で２名、その他６つのゲームで各１名が評価をしている。

今回のゲームでは、平均点が2.8点（3.0点満点）と高得点を示しており、どのゲームについても参加者は楽しさを感じて取り組めたものと考えられる。

今回のゲームの中で、21回目に実施した「茶碗でキャッチ」の評価が2.3点と最も低く、このゲームを分析すると、お手玉をカップで受ける動作が主となることから、共に小さいものを扱うこととなり、物体の遠近感での難しさに伴い、なかなかうまくキャッチ出来ない等でゲームの満足感が得られなかったことが要因であると考えられる。

また、次いで2.4点と評価の低い２回目に実施した「シーツでウェーブ」は、シーツを上下に揺するゲームであるが、全員のリズムがバラバラで、いつ揺すれば良いのかが分からず何もしない等の行動が観察されたり、ゲーム後半にシーツに乗せたぬいぐるみを跳ね上げる動作になると、

表４　各回の参加人数と評価得点・平均点

人数	１回目（13人）	２回目（12人）	３回目（９人）	４回目（10人）	５回目（12人）	６回目（11人）	７回目（11人）	８回目（11人）	９回目（12人）	10回目（12人）	11回目（10人）
1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3
3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3
7	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
8	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
9	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
10	3	3		3	3	3	3	2	3	3	3
11	3	3			2	3	3	2	3	3	
12	3	2			3				3	1	
13	3										
14											
平均点	2.7	2.4	3.0	3.0	2.8	3.0	2.9	2.6	2.8	2.8	3.0

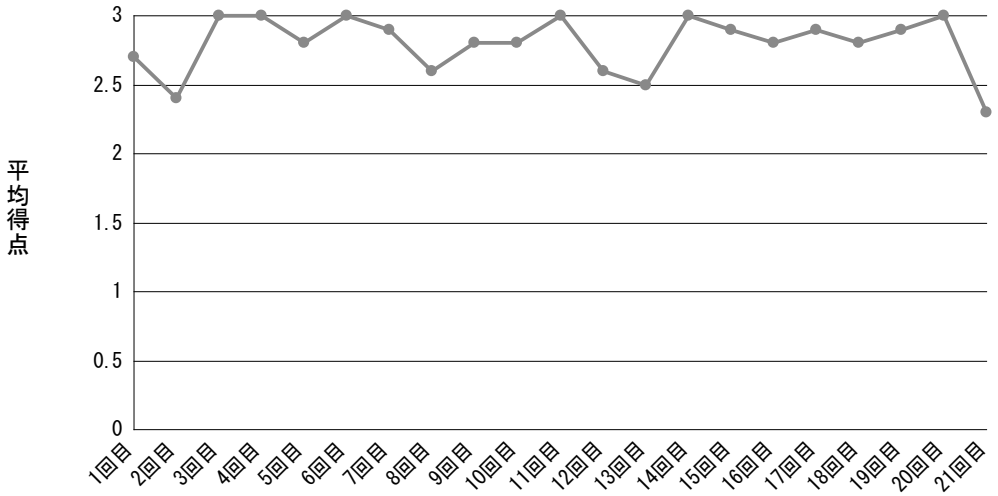
人数	12回目（14人）	13回目（13人）	14回目（11人）	15回目（14人）	16回目（12人）	17回目（10人）	18回目（13人）	19回目（14人）	20回目（11人）	21回目（12人）
1	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2
2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2
9	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3
10	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3
11	3	1	3	3	3		2	3	3	2
12	3	3		3	3		3	3		1
13	3	3		3			3	3		
14	3			3				3		
平均点	2.6	2.5	3.0	2.9	2.8	2.9	2.8	2.9	3.0	2.3

ぬいぐるみが自分の方向に飛んでくると思わずシーツを離し、ぬいぐるみが床に落下することが観察され、そのたびに中断をしてしまうことから、これらの要因がゲームの満足感にはつながらなかったのではないかと考えられる。

全体のプログラムも含め、ゲームの構成は、その時間内に易から少し難に向かう形式をすべてに取り入れ立案されているが、ゲームのテーマに沿った易の段階で参加者個人にとって難しいと感じた場合、自分の事で精一杯になり（出来ないといけないと感じる）、全体のゲームの流れや他の参加者への関わりが若干希薄になる場面も観察され、これが評価に反映されていると考えられる。

各回のゲームの平均点の推移は（図１）、今まで我々が指導してきたゲームよりも高得点を推

図１　各回の平均得点推移



移していると考えられ､全体として概ねゲーム内容に関しては参加者に適していたと推察される。しかし、参加者個々の様態に合わせた楽しみをどのように捉えるか、また、指導法として時間配分や話術、ゼスチャー等で、指導者が参加者と一体となって取り組むには、どのようにゲームを展開していくか等が今後の課題である。

現在実施しているゲームは、全体プログラムの三番目(ストレッチング→リトミック→ゲーム)に当たることから、このゲームまでの他のプログラムの取り組みや出来映えがさらなるゲームの盛り上がりにつながると考えられ、ひいてはプログラム全体の満足度にも影響を及ぼすことは必至であることから、トータルな指導法の確立についても今後の検討課題である。

Ⅳ．まとめ

運動プログラムの指導において、筆者の従来の測定結果からゲームプログラムの評価はストレッチング・リトミックのプログラムより評価得点は高い傾向が見られていた。今回の報告は、このゲームに着目し、参加者がより積極的に取り組み、楽しんでもらえる内容を、今までの指導を踏まえ新たな内容を検証し今回実践を行った。21回のプログラムへの平均参加者は約12人で、ゲームプログラムの平均実施時間は約22分であった。プログラムへの参加者は、その日の体調や気分により変動が生じるが、基本的にはプログラムに参加した者は、職員との会話や体調観察から、その時の状態が良いと判断され、プログラムへの取り組みについても意欲があると判断された者が参加をした。今回21回のゲームの楽しさの平均点が2.8点(３点満点)と示されたことより、今回実施したゲームは参加者には好評でありゲーム内容としては一定の評価が出来るものであると考えている。ゲームは楽しいものという印象をいかに感じてもらい、毎回のプログラムに楽し

いゲームが存在しているという認知をしてもらうことが全体のプログラムへの参加意欲を高め、身体機能・気分等の改善を図るひとつの手段になるのは確かであり、高齢者施設での運動の展開は重要な意味があると考えられる。

今回実施したゲーム内容では、ボールを用いる展開を多く用いたが、（大きさにより）手に持ちやすい、また転がることにより一定の場所に存在しない、様々な大きさのボールが存在する等、ボールの特性に応じたゲーム内容の発展が見込まれ、参加者には馴染みのある遊具であることから、今後参加者に即したボールゲームの活用は大いに有用であると考えられる。

今回の指導者はベテランの職員が担当したが、プログラム全体の構築を進めていくにあたりゲーム内容の開発以上に、誰が実施しても楽しさが享受できる指導方法の確立が大きな問題であると感じており、今後、指導方法も併せて検討を加えていく予定である。

謝　辞

本研究を遂行するにあたり、多大なるご協力およびご理解をいただきました老人福祉施設の理事長様はじめ、施設長様、多くの職員の皆様に感謝をいたします。また、運動プログラムへ参加をいただいている皆様に測定の御礼を申し上げますとともに、今後の健康もお祈り申し上げます。

文　献

Barnett A,Smith B,Lord SR,Williams M and Baumand A：「Community-based group exercise improves balance and reduces falls in at-risk older people : a randomized controlled trial」Age Ageing 32, pp407-414（2003）.

藤本貴大、大曽彰子、本山　貢、米山龍介、松田忠之：「自立高齢者を対象とした介護予防プログラムの長期トレーニング効果について」和歌山大学教育学部紀要　教育科学第 59 集，pp87-92（2009）.

藤本貴大、本山　貢：「介護予防における体力向上を目的とした運動プログラムの有効性」和歌山大学教育学部紀要　教育科学第 57 集，pp57-63（2007）.

濱田繁雄・辰本頼弘：「特別養護老人ホームでの運動プログラムの実践研究」 大阪芸術大学短期大学部紀要　第 36 号，pp.179 － 188（2012）.

川原瑞代、中村千穂子、串間敦郎、瀬口チホ、野口陽子：「地域における高齢者の転倒予防をめざす健康づくりプログラム評価（２）」－参加者の主観的側面を評価指標とした検討－　宮崎県立看護大学研究紀要 6 （１），pp57-68（2006）.

河本幸一、井福裕俊、高橋修一郎：「在宅高齢者の介護予防教室におけるホームプログラムの条件設定」リハビリテーションスポーツ 27（２），pp52-58（2008）.

串間敦郎、川原瑞代、中村千穂子、瀬口チホ、野口陽子：「地域における高齢者の転倒予防をめざす健康づくりプログラム評価（１）」－地域住民に与えた機能的効果と転倒予防体操の開発－　宮崎県立看護大学研究紀要 6 （１），pp47-56（2006）.

辰本頼弘、谷口竜彦、宇恵　弘、杉田忠史、三村達也：「特別養護老人ホームでの運動プログラム実施における楽しさの評価」大阪ガスグループ福祉財団研究報告書 20，pp59-66（2007）.

辰本頼弘：「特別養護老人ホームでの運動プログラム実施における研究　－指導者、観察者の評価－」追手門学院大学社会学部紀要　第 6 号，pp59 － 70（2012）.