

日常生活における生活者としての新たな視座

-ADLとAPDLの関連から-

New perspective as a liver on daily living
- From the relationship between ADL and APDL-

犬丸 敏康¹, 小島 久典²

¹金城大学医療健康学部, ²大阪府立大学地域保健学域総合リハビリテーション学類

Toshiyasu Inumaru¹, Hisanori Kojima²

¹Kinjo University, Faculty of Health Sciences

²Osaka Prefecture University, School of Comprehensive Rehabilitation

キーワード：日常生活動作, 生活関連動作, 作業療法

Key words : Activity of Daily Living, Activities Parallel to Daily Living, Occupational therapy

抄録

日常生活は作業療法にとって重要な概念であり, 日常生活への視点なしには, 作業療法は成り立たない. 本稿では, 社会的な生活者である自己を当事者として見なし, 広い視野に置き換えて日常生活を概観する. そして, 一生活者での視点でもって, 日常生活動作, あるいは日常生活活動(ADL : Activity of Daily Living)と生活関連動作(APDL : Activities Parallel to Daily Living)の関連を眺める. それとともに, 今後の日常生活における ADL と APDL の関わりを振り返り, 新たな視座を探る.

1. はじめに

日常生活は作業療法にとって重要な概念であり, 日常生活への視点なしには, 作業療法は成り立たない. それは, 日本作業療法士協会の HP の図からも明らかであり(図 1), 日常生活で行うことすべてが作業療法の対象となる. そのため, 食事, 更衣, 排泄などのセルフケアとしての日常生活動作, あるいは日常生活活動(ADL : Activity of Daily Living)はもとより, ここ数年は, 家事としての炊事, 洗濯, 掃除などの生活関連動作(APDL : Activities Parallel to Daily Living)も, 治療過程の一環として重要視されている. もちろん, それ以外の仕事, 余暇, 地域活動も作業療法に含まれているが, ADL と APDL はそれらに比べて行う頻度も高く, 例えば, 土日に仕事はなくても, ADL と APDL はともに行う, 行わなければ, 生活が成り立たない. しかし, 人が営む生活は, 実はあいまいな存在である. よく考えると, 生活と一概にいっても, 生活という物質の存在はない. さらに, 生活者の存在で, いかようにも変容する形のない

物でもある. 日常生活を個々に見ると, その生活で使う道具という物は目に見えるも, 生活という物はやはり目に見えない. 図 1 では, 作業は, あなたと社会とをつなぐ接点とされているが, さしずめ日常生活は, それらを取りまく線ではなく, 面のような存在ともいえるのかもしれない.

そのような形のない日常生活であるが, 日常生活自体はよく理解できる. それは, 自分自身がその面の内に含まれている存在でもあり, 社会と接する日常生活の作業を介して, 生活者として生活



食べたり, 入浴したり, 人の日常生活に関わるすべての諸活動を「作業」と呼んでいます。

セルフケア
※着替え, トイレなど日常的な生活行為のこと
家事
仕事
余暇
地域活動

「作業」は, あなたと社会とをつなぐ「接点」です。

図 1 日本作業療法士協会の作業について¹⁾

を紡いでいることに他ならないからであろう。

このようにして日常生活を見直すと、そこには当事者として自己が存在する。社会的には一生活者となる。その一生活者たる自己を、広い視野に置き換えて概観すると、日常生活における新たな視座が生じるかもしれない。

そこで、本稿では、筆者らを当事者として、一生活者での視点でもってADLとAPDLの関連を眺めてみたい。それとともに、今後の日常生活におけるADLとAPDLの関わりを振り返り、新たな視座を探ってみたい。

2. 食事と炊事の関連から

ここで、食事と炊事の関連で捉え直してみる。食事は生命を維持する行為であり、これを行わない人はいないであろう。近年は朝食をとらない人も増えたことから、人によっては三食まではいかないにしても、食事をまったくしない人はいない。断食や断食という、あえて食べない状況は別として、食事は生活者の生命を保障する行為でもある。ただし、炊事をするのは、当事者でない場合もある。すなわち、食事の支度として、ともに生活している生活者の誰かが炊事を行っている場合は、その炊事に付帯する行為者は、食事を食べる当事者とはならない。あるいはともに生活している生活者の誰もが炊事を直接に行わない、すなわち、外食する、あるいは惣菜や弁当を買う場合もしばしばある。その時は、当事者として生活している誰もが炊事は行うことはないにせよ、その背景にはそれを提供する行為者がいる。

かつての社会は、食事の基となる材料は、今よりもその多くが自給自足でもって賄い、日常生活において農業などそのものに多くの時間が割かれていた。例えば、かつての農家生活を見ると、年間を通して季節に対応した特定の農繁期、農閑期というシーズンでの生活型となり、その労働も苛酷で生活条件が厳しく、生活時刻が太陽に支配されていた²⁾。そのことから、食事や炊事は、日常生活を保障するための行為であり、それは、仕事でもあったことが推測できる。しかし、現在では、専業農家は産業となり、それによって賃金を得るとともに、外食、あるいは惣菜や弁当を提供する行為者の、その背景にある材料を提供する行為者

へと様変わりした。ただし、直接は関わらなくとも行為者の、そのまた行為者の繋がりによって、当事者となる自己の日常生活が生かされているともいえようか。図示すれば、図2のように接点となる作業(作業的接点)でもって、行為者Aから行為者Bへ、そして当事者となるCにもたらされた食事と炊事となる。

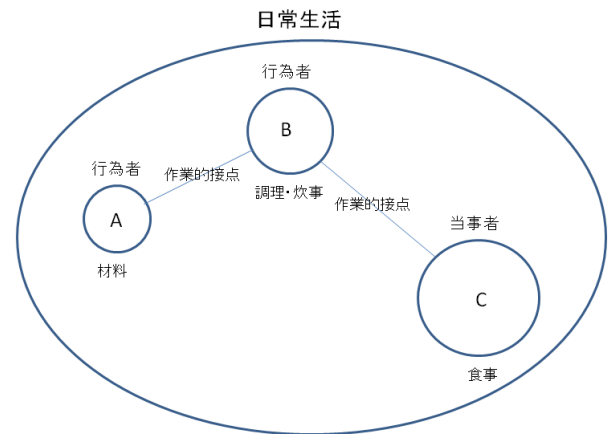


図2 現在の食事と炊事

3. 更衣と洗濯の関連から

洗濯に関する歴史の変化を問えば、今はほとんどが全自動洗濯機によって洗濯する。しかし、少し以前であれば二層式洗濯機が当たり前であり、それは洗う個所(洗濯槽)と脱水する箇所(脱水槽)とが別々であり、さらに、今の全自動洗濯機のように洗濯機にて乾かす機能はもちろん有してはなかった。さらに遡ると、洗濯機が開発される前は、桶に洗濯板を利用して、手で洗うのが主流であった。その洗濯板は明治期から昭和初期にかけて普及したが、その後電気洗濯機が出来る前段階として手動式洗濯機の存在も確認されている³⁾。本格的な国産第一号の電気洗濯機は昭和初期から登場した「Soloar」という機種から、といわれている³⁾。

この洗濯で欠かせないのが、衣服を洗う洗剤となるが、日本では奈良・平安時代において、灰汁、米のとぎ汁の他、むくろじの果皮、さいかちの菜サヤなどが洗濯に用いられたことが、判明している⁴⁾。その当時から、洗剤に関する売買があったかは不明であるが、洗う当事者は衣服の持ち主か、

もしくは身分の高い人であれば、使用人のような人によって洗濯されていたと推測できる。そうであれば、すでに分業としての洗濯が成されていたのかもしれない。当事者の更衣による衣服が、第三者によって洗濯されていたというわけである。ただし、特に身分が高いわけではない人の場合は、少なくとも18世紀までは、図3のように、川でじゃぶじゃぶと当事者が洗うのが、当たり前だったのかもしれない。いずれにせよ、更衣の発展と

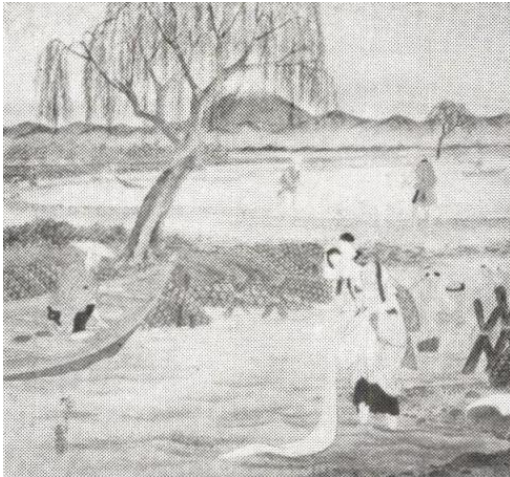


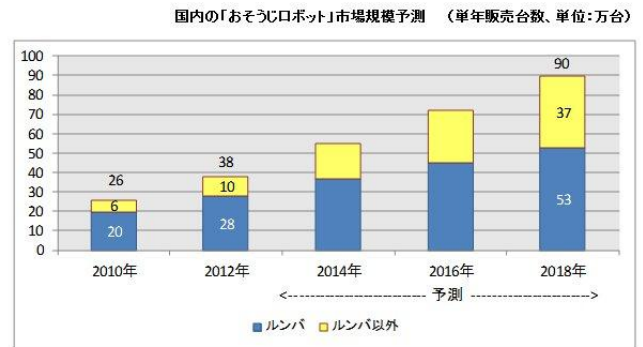
図3 日本の洗濯(18世紀)風景⁴⁾

ともに、その更衣の基となる衣服を洗う洗濯も発展し、それが現代への全自動洗濯機へと繋がる。全自動洗濯機の開発を鑑みると、先の食事と炊事以上に、更衣の基となる衣服、洗濯には人の作業的接点があることが分かり、多くの行為者を介して当事者の洗濯が成されていることは間違いない。衣服に関しても、かつては自らの手縫いが多かったが、近年は趣味で手縫いを行うも、すべての衣服を手縫いで行う人は今や皆無であろう。

4. 排泄と掃除の関連から

掃除は家の中のゴミやほこりを掃除機で吸い取り、家の中を清潔にする行為である。洗濯機と同様に、掃除機にも家電としての長い歴史があり、日本での掃除機の最初は1930年であるが、家庭への普及開始は洗濯機と同じく1950年代とされる⁵⁾。現代ではiRobot社のRoomba[®]を始めとして、よく知られているように自律移動する掃除ロボットも各社から提供されている。その特徴は、

充電された状態でCleanボタンを利用者が押すだけで、あるいはタイマーによって、清掃を開始し、清掃の終了後には充電器に自動的に戻る⁷⁾、である。そのため、床掃除に費やしていた手間や時間を大幅に削減することができるようになった⁷⁾。その機能は、決して万能ではないが、かつての掃除の当事者から代わる、そのロボットによる行為は、多大な恩恵へと変わったことは、販売数の増加からも理解できる(図4)。しかし、トイレの掃除と



(シード・プランニング作成)

図4 掃除ロボットの販売数⁸⁾

なると、現在でもロボットによる掃除ではなく、ブラシなどを介して手動で行う。ブラシや洗剤の提供は、製品化、あるいは販売する多くのメーカーに勤める行為者によって成されるが、トイレ掃除自体は当事者によって今でも原始的に成される。そのため、排泄の仕方によって、そのトイレ掃除の量も決まり、清潔にトイレを使った場合なら、トイレ掃除も簡単に事が運ぶ。逆に、よく公共機関に「一步前へ」や「いつもきれいに使ってくださいありがとうございます」などの張り紙は、排泄とトイレ掃除の関連の量を具体的に示していることにもなるか。

5. その他のADLとAPDLの関連について

上記に示した食事と炊事、更衣と洗濯、あるいは排泄と掃除以外にも、例えば、ADLであれば整容や入浴など、APDLであれば庭仕事や金銭管理、外出(車の乗降も含めて)などもあげられる。しかし、本稿では上記の3つの組み合わせに絞ってその関連性を探った。その他のADLとAPDLに関しては、機会を改めて探してみたいが、上記の3

つの組み合わせでも、ADLとAPDLは区別して考えるよりもむしろ、両方の視点から作業的接点を探ることに、新たな視座が生まれることは間違いないであろう。

6. おわりに

ここでさらに、作業療法以外の分野について視点を移すと、家庭生活を中心とした人間生活における人と環境との相互作用についての学問として、古くからは家政学がある。その家政学においても、柴田ら⁹⁾が伝えるように、治療の先にいつも生活を見据えておくことが医療の原点であると家政学的な観点からもその重要性を述べている。これは、作業療法となんら変わりはない言葉であろう。また、先の食事と炊事との関連でも記述したように、AやBの様々な行為者を介して成される作業的接点は、結局のところ、日常生活のトータルなもの視点を失い、人間が生きること直結した根底にある本質的な要因を見失うことにもなりかねない⁹⁾。そうならないためにも、日常生活における広い視野は、作業療法分野だけではなく、今後ますます重要性を帯びるに違いない。

一方、家事(炊事、洗濯、掃除)に関しては、日本だけではなく、オランダでもかつては、主婦の仕事として見なされていた¹⁰⁾。しかし、現在の日本では共稼ぎの家庭も多く、外で働く主婦にとっては、家事はダブルワークとなり、負担も大きい。中谷¹⁰⁾によれば、もともと家事とは、生きるに直結した、いわば生産と消費の両方の側面を含んだ行為であり、家事は文化の一部とされる。近年では、日本でも男性が積極的に家事に参加する人が増えつつあるも、オランダのように家事補助者を雇うことは、一般的ではない¹⁰⁾。そのような中、今でも、日本社会における家事の位置づけは、あるいは家事労働の位置づけは総じて低く、ぞんざいに扱われている¹¹⁾。そのため、日本で真に近代的な家族像を達成するには、社会政策による家族支援という視点を据えることも今後、重要となろう¹¹⁾。

その他の家事への方略として、家事をゲームの要素や考え方を活用し、ゲーム化する、いわゆるゲーミフィケーションの試みも成されている¹²⁾。日本では先のオランダのような家事補助者を雇う

ことは、金銭面などにおいても難しいことから、この家事へのゲーミフィケーションの試みは、もっと評価されてもよいのかもしれない。少なくとも、この方略は、男性が家事に参加するよききっかけを生み出すことにもなるであろう。

近年の日本作業療法士協会の取り組みにもあるように、作業療法は、対象者の生活行為をマネジメントする立場にある。その生活行為は、ADLだけでなく、APDLも含めトータルな関連性から見渡せることが今後、より一層求められるに違いない。本稿がその一助として、多くの作業療法士に新たな視座を持ち込みことになれば幸いである。

参考文献

- 1) 日本作業療法士協会：作業療法士ってどんな仕事？。
http://www.jaot.or.jp/ot_job (参照 2018-9-26)
- 2) 森川辰夫：農家生活構造のリズム論的考察。中国農業試験場報告 22: 35-140, 1977.
- 3) 林原泰子：日本における家庭用電気洗濯機の成立に関する研究。九州大学博士論文 甲第 8365 号, 2007.
- 4) 永山升三：洗濯文化論 -技術史よりの観点で-。繊維製品消費科学 29: 463-168, 1988.
- 5) 永野洋介：洗濯機、掃除機の 100 年の推移：快適で健康な暮らしを求めて。日本機械学会誌 100: 157-162, 1997.
- 6) iRobot 社: Roomba. <http://www.irobot-jp.com/> (参照 2018-9-26)
- 7) 工藤拓光, 中川博之, 清雄一, 田原康之, 大須賀昭彦：自動掃除ロボットの自己適応化に向けて。情報処理学会研究報告 OS-127, EMB-31: 1-8, 2013.
- 8) シード・プランニング：「おそうじロボット」に関する調査結果。 <http://www.seedplanning.co.jp/press/2013/2013072201.html> (参照 2018-9-26)
- 9) 柴田周二, 森悦子：生活支援のための「家政学」の基本的視点。日本家政学会誌 60: 667-671, 2009.
- 10) 中谷文美：家事の文化：オランダにおける<主婦の仕事><母の仕事>とその変容。国際研究集会報告書 36: 13-31, 2010.
- 11) 木本喜美子：戦後日本における家事労働の位置を探る：企業社会・雇用労働との関連で。日本フェミニスト経済学会 1: 31-45, 2016.
- 12) 市村哲：家事をゲーミフィケーション化するテクノロジー。家計経済研究 109: 45-53, 2016.

(受理日：2018年10月1日)