

レジャー・レクリエーション・スポーツ^{よもやまばなし}四方山話 ~その3~
「レクリエーションの本質(Essence)
~レクリエーションの知られざる力~」

あなたにとって楽しいこと、喜び、おもしろいことや活動は何ですか？

また楽しい、おもしろい時とはどのような時ですか？

人は、豊かなそして楽しい、またおもしろさを味わう活動なしには潤いある生活ができているとは言いきれません。

前回の四方山話の中で余暇(レジャー)の3機能(①回復機能としての休養・休息、②発散機能としての気晴らし、娯楽、③蓄積機能としての自己啓発、ボランティアなどの社会参加、社会貢献活動)を紐解きましたが、これらの余暇機能(はたらき)がレクリエーション活動において、時に組み合わせられ、あるいは混合され現れてくるものなのです。

アメリカで初めて公式に“レクリエーション”という語が使用されたのは1911年(明治44年)です。そして日本で盛んに普及されたのは、高度経済成長期(1955年~1972年)で、今では日本においてレクリエーションという語を知らない人はいないのではないかと思います。しかしレクリエーションの本質を理解し、その活動や思いが日々の生活の中に位置づき生かされているかと言えば、“はい”と肯定的な答えを得ることには疑問が残ります。

あなたが、喜びや、楽しいことや豊かな生活のために潤いを求めるとき、現れてくる活動は、確実に次の3つの条件が満たされ現れてきます。それらの条件は：

- ①余暇(レジャー)になされ
- ②自由に選択され
- ③楽しむことを主たる目的としてなされる

ものです。これらの条件が満たされ、あるいは満たすようにして活動されるものこそレクリエーションそのものなのです。

この3つの条件が満たされている活動がレクリエーションなのですが、日本ではそれをレクリエーションとして捉えてはいません。この3つの条件下で現れる活動は多岐・多様にわたるもので、レクリエーションは単に特定の種目をさすものではないのです。

レクリエーションそのものは、本来、集団等での活動ではなく、一人一人の楽しみ、喜び、豊かな生活が求められて生まれてくるもので、そのように創られるのです。

レクリエーションの本質(Essence)を理解すれば、しっかり生活の中に生かされなければという考え方になるはずですが、その時レクリエーションの知られざる大きな力の存在を認識することができるでしょう。

あなたが興味・関心をもって、楽しさや喜び、そして豊かな生活のために取り入れる活動が、余暇に自由に選択され、楽しさを求めて実施・実行しているとすれば、それこそがレクリエーションなのだと解き明かすことになります。

例えばC.W.ニコル氏が環境保護活動家であり自然に寄り添った行動を有する人として“ナチュラルリスト”(Naturalist)と呼ぶのであれば、レクリエーションを正しく理解し、生活の中に豊かにレクリエーションを取り入れるあなたは“レクリエーションリスト”(Recreationist)そのものなのです。レクリエーションの本質(Essence)は、下図で示すように、この構成要素(3つの条件)が必須なのです。

あなたの生活の中にどれ程多くのレクリエーションが意識されることなく既に組み込まれていて、それを享受するための方法、時間、活動、費用などを工夫し努力して実現しているのです。余暇におけるレクリエーションの紐解きを正しくすれば、そこにレクリエーションの知られざる大きな力を見出すことになります。

もう一度、余暇を理解し、レクリエーションという語を使わなくとも、そこに現れている活動、意識、時間を再認識し、余暇生活(レジャーライフ)の再考をすることは、現代社会にあって、より積極的な健康の維持増進、余暇活動の充実、加えて生きがいづくりに資する活動の具現化に役立つものとなります。レクリエーションを過小評価せず、また過大評価もせず、レクリエーションの正しい理解をすすめることで、レクリエーションの知られざる力が見えてきます。レクリエーションは、決して特定の限られた活動などではなく、あらゆる形態で現れ存在するものなのです。

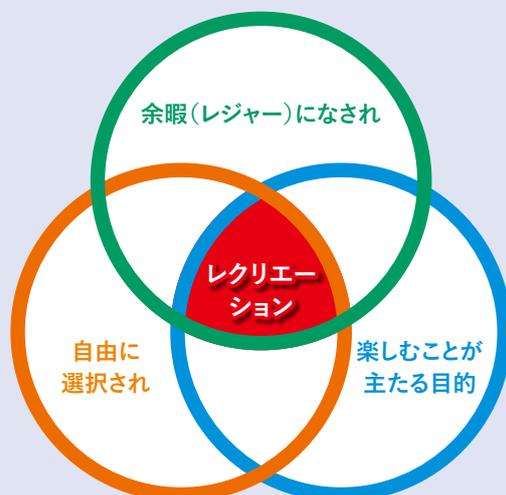


図. レクリエーションの構成要素 その3つの条件



一般社団法人 神奈川県障がい者スポーツ協会 会長
社会福祉法人 磯子コスモス福祉会 理事長

鈴木 秀雄

(関東学院大学 名誉教授、学術博士、Ph.D.)