

## 科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和 5 年 6 月 23 日現在

機関番号：34441

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2022

課題番号：17K04398

研究課題名(和文) 認知症予防を目的とした回想法が老年期の認知機能に及ぼす効果に関する研究

研究課題名(英文) Effects of life review on aging mind: Can group reminiscence ward off the secondary aging?

研究代表者

細川 彩 (HOSOKAWA, Aya)

藍野大学・医療保健学部・准教授

研究者番号：00451500

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、健常高齢者を対象に認知症対策を目的としたグループ回想法を実施し、その効果を標準化された検査により計量学的に検証した。その結果、グループ回想法に参加した高齢者は、認知機能と記憶検査の下位項目において改善がみられた。並行して回想法において語られる内容について多角的に評価した結果、エピソードの描写に加えて感情や受容などを含む心理的な内容の重要性も示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では、回想法の効果について心理検査を用いて客観的に検証することのみならず、自伝的記憶の視点による指標を用いて質的に回想法における語りデータの内容分析を行い、両者の関連を検討した点に学術的な特色があると考えられる。また、全国でも回想法が導入されている自治体が少ないなか、研究を通して回想法を初めて導入し、地域に定着させることも狙いとしたことにより、回想法終了後も、同じ地域に住む高齢者同士が交流を継続している報告があったことから社会的な意義があったことを示唆している。

研究成果の概要(英文)：Reminiscence is considered an evidence-based intervention for cognitive impairment. The current study investigated effects of reminiscence on cognition and memory in later life to figure out what themes of autobiographical narrative would be attributed to outcomes based on content analyses of life narratives. The reminiscence group significantly improved their performance in MMSE and subtests from WMS-R in the post-test than in the pre-test but slightly deteriorated in the follow-up tests compared to the control group. The content analyses of the narratives found thematic categories in autobiographical components and categories in psychological components which was frequently produced in every session. The results supported the hypothesis whether participation in cognitive exercise and socializing could ward off the symptoms of the secondary aging or not.

研究分野：教育心理学

キーワード：回想法 認知機能 記憶

## 1. 研究開始当初の背景

回想法は、抑うつ軽減や QOL にポジティブな効果を持つことから認知機能の改善が示唆され、一般的に認知症患者に対し実施されている。しかしながら、認知症予防を目的に健常高齢者を対象に回想法が実施されることはあまり多くなく、回想の心理的効果を検証するために、記憶や認知的側面に焦点を当てた研究は多くなかった。このような背景を踏まえて、研究代表者は、健康寿命が短く、これまで回想法を実施したことのない自治体において、地域の健常高齢者を対象とした定期的なグループ回想法を導入し、回想法の効果を多角的に検証することを目的とした。

## 2. 研究の目的

記憶をはじめとする老年期の認知機能全般は衰退し、特に、高齢者にとって新奇の事柄や最近の出来事を記憶することは難しい。しかし、過去の出来事に関する記憶は比較的保持されており、高齢者はそれらについて繰り返し回想することが多い。こうした高齢者の回想は現実からの逃避であるとか過去への繰言であると捉えられていたが、回想の中での人生末期における自我統合等においてポジティブな役割を果たすとして回想法が普及されていった(Butler, 1963)。我が国においても、抑うつ軽減や QOL 向上が延いては認知機能改善に繋がる可能性があることから、一般的に回想法は認知症患者に対し実施されている。

しかしながら、認知症予防を目的とし、なぜ回想法が心理的にポジティブな効果を及ぼすのか、またどのような回想の内容が効果的であるのかについて明らかにした研究は少なく、これらについて明らかにするには、回想による効果の客観的な評価に加えて、健常高齢者を対象とした回想法における語りの内容分析による評価が有用であると考えられた。

そこで、研究代表者は、健康寿命が短く、これまで回想法を実施したことのない自治体において、地域の健常高齢者を対象とした定期的なグループ回想法を導入し、実施前後の効果を検証した。

## 3. 研究の方法

本研究では、自治体による回想法を実施したことのない地域の健常成人を対象とし、定期的にグループ回想法を実施した。研究開始当初、研究実施期間は3年間としていたが、令和2年以降は新型コロナウイルス感染症の影響により調査の中断を余儀なくされ、令和4年度までの研究の延長申請を行った。

### 対象者：

研究対象地域は、健康寿命が短く、回想法を導入していない自治体に認知症予防の取り組みとしての回想法を定着させる狙いを考慮し選定した。研究の主旨を理解し、調査への参加を同意し、心身ともに自立した65歳以上の健常高齢者を対象とした。対象者は、回想法に参加する群と統制群に割付けられた。

研究開始に先立ち、研究開始時に研究代表者の所属機関であった国立研究開発法人国立長寿医療研究センターにおける倫理審査を経て承認を得た。

### 手続き：

まず、インフォームドコンセントにより調査についての説明、同意書での参加承諾を得た。次に、個別の聞き取りによる個人情報の収集(年齢、家族状況、教育歴、生活環境、経済的状況等)を行った。その際、Mini Mental State Examination (以下、MMSE とする)を実施した。本研究では健常高齢者を対象としていたため、MMSE におけるカットオフ値を24に設定し、認知症の疑いのある場合は対象から除外した。

すべての対象者に、Wechsler Memory Scale-Revised (以下、WMS-R とする)と Center of Epidemiological Studies-Depression scale (以下、CES-D とする)を含む回想法実施前検査を実施した。

実施前検査後、グループ回想法を開始した。回想法実施に関しては、集中的及び断続的に6ヶ月間の介入を行った。回想法実施直後及び1年後に実施前検査同様の心理検査を実施した。標準化された検査による計量的検証に加えて、毎回のグループ回想法での語りをヴォイスレコーダーで記録後テキスト化し、内容分析を行った。研究代表者が行った予備研究の回想法における語りの内容分析の結果を踏まえて、出来事と感情等の心理的内容のカテゴリー抽出を試みた。抽出されたカテゴリーを精査し、高齢者の回想の特徴に基づき、回想し易くポジティブな心理的状态を引き出すような回想のテーマリストを作成した。効果的な回想法の実施方法を目指すため、この断続的な介入においては、集中的な介入で得られた語りに基づいて作成されたテーマリストを導入し、その効果を計量的に評価した。

## 4. 研究成果

本研究では、健常高齢者を対象にグループ回想法を実施し、その結果、抑うつ検査に関しては有意な差は認められなかったが(Hosokawa & Tomida, 2018b; Hosokawa, 2019)、認知機能及

び記憶検査においてはグループ回想法による介入後の得点が有意に改善した (Hosokawa, 2017a; Hosokawa, 2017b)。同時に、グループ回想法による介入が記憶や認知機能改善に繋がったのはなぜか、という点を明らかにすることを目的に、複数の研究者により、毎回のグループ回想法で得られた語りの内容を自伝的記憶の視点から評価し、カテゴリーを抽出した(Hosokawa & Tomida, 2018a)。その結果、自伝的記憶に基づく個々の出来事の再生においては、鮮明な描写がみられた (Hosokawa, 2019)。その一方で、エピソードを鮮明に描写することに加えて感情等を含む心理的な語りが多くみられた (Hosokawa, 2017c)。この点に着目し、回想のタイプを分類したところ、感情、意味づけ方略、自己、受容などを含む統合的回想のタイプが最も多いことが明らかとなり、心理的な内容を伴う回想が何等かの影響を与えることが示唆された (Hosokawa & Tomida, 2018a)。また、このような心理的な内容の出現頻度はライフステージによって違いがあることも明らかとなり(Hosokawa, 2017b)、グループ回想法を通して人生を時系列に沿って振り返るライフレビューの重要性が示唆された。そこで、ライフレビューによる回想法群とテーマ毎の回想法群を比較した結果、ライフレビューによる回想法群において記憶検査の下位項目で改善がみられた (Hosokawa & Tomida, 2018b)。これらの内容分析の結果から、自伝的記憶における特定のカテゴリー、心理的な内容を伴う統合的な回想、人生を振り返るライフレビューが記憶と認知機能検査における改善になんらかの関与がある可能性が示唆された。また、今後の展望として、それぞれのライフステージにおいて「何について語るのか」というトピック選定に関して属性が及ぼす影響についても検討していく重要性が示唆された (Hosokawa, 2020)。

#### 文献

1. Hosokawa, A. (2017a). Could positive effects of life review on cognition last? The follow-up study on life review in Tome. *Innovation in Aging*, 1, 422. (査読有)
2. Hosokawa, A. (2017b). Effects of group reminiscence on cognition and memory in later life: Can group reminiscence ward off cognitive impairment? Paper presented at the 11<sup>th</sup>. International Conference on Cognitive Science, Taipei, Taiwan. (査読有)
3. Hosokawa, A. (2017c). Why could reminiscence ward off cognitive impairment? Content analyses of autobiographical narratives. Psychonomic Society 58<sup>th</sup>. Annual Meeting, Vancouver, Canada. (査読有)
4. Hosokawa, A. & Tomida, M. (2018a). Effects of group reminiscence on aging mind: Implications from content analyses on life narratives. Paper presented at American Psychological Association 2018 Annual Convention, San Francisco, USA. (査読有)
5. Hosokawa, A. & Tomida, M. (2018b). Effects of group reminiscence focusing on sequential life review on cognitive aging. *Innovation in Aging*, 2, 929-930. (査読有)
6. Hosokawa, A. (2019). Effects of Group Reminiscence Focusing on Vivid Imagery and Integrative Interpretation on Memory in the Later Life. Psychonomic Society 60<sup>th</sup> Annual Meeting. Montreal. Canada. (査読有)
7. Hosokawa, A. (2020). Gender differences in thematic content analysis of autobiographical memory in life review from the perspective of cognitive aging. The 61<sup>th</sup> Annual Meeting. Psychonomic Society, Nov. 20, 2020, Virtual Meeting. (査読有)

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 0件／うち国際共著 0件／うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 Aya Hosokawa	4. 巻 18
2. 論文標題 Effects of Age and Cultural Congruency on Patterns of Narrative Recall: Strategies Corresponding to Cognitive Goal in Each Life Stage Utilized to Process Unfamiliar Stimulus Text	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Aino Journal	6. 最初と最後の頁 1, 12
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計12件（うち招待講演 1件／うち国際学会 8件）

1. 発表者名 Aya Hosokawa
2. 発表標題 Cognitive aging from life-span perspectives
3. 学会等名 2nd Shanghai International Geriatric-rehabilitation Forum（招待講演）（国際学会）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 Aya Hosokawa
2. 発表標題 Gender differences in thematic content analysis of autobiographical memory in life review from the perspective of cognitive aging
3. 学会等名 Psychonomic Society 61st Annual Meeting（国際学会）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 細川 彩
2. 発表標題 グループ回想法が老年期の抑うつに及ぼす効果に関する研究
3. 学会等名 日本心理学会第83回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Aya Hosokawa
2. 発表標題 Effects of Group Reminiscence Focusing on Vivid Imagery and Integrative Interpretation on Memory in the Later Life
3. 学会等名 Psychonomic Society 60th Annual Meeting (国際学会)
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 Aya Hosokawa & Makiko Tomida
2. 発表標題 Effects of group reminiscence on aging mind: Implications from content analyses on life narratives.
3. 学会等名 Annual Convention of the American Psychological Association (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 Aya Hosokawa & Makiko Tomida
2. 発表標題 Effects of Group Reminiscence Focusing on Sequential Life Review on Cognitive Aging.
3. 学会等名 Annual Scientific Meeting of Gerontological Society of America (国際学会)
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 細川彩、富田真紀子
2. 発表標題 自伝的記憶に基づくライフナラティブにおける統合的解釈に関する考察 -ネガティブな出来事に関するナラティブデータの内容分析-
3. 学会等名 日本心理学会第82回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 細川 彩
2. 発表標題 認知症予防を目的としたグループ回想法が高齢者のQOLに及ぼす影響についての検討 SF36による評価とナラティブの内容分析から
3. 学会等名 第59回日本老年社会科学会大会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 Aya Hosokawa
2. 発表標題 Could Positive Effects of Life Review on Cognition Last? The Follow-up Study on Life Review in Tome.
3. 学会等名 IAGG 2017 World Congress (国際学会)
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 Aya Hosokawa
2. 発表標題 Effects of Group Reminiscence on Cognition and Memory in Later Life: Can Group Reminiscence Ward off Cognitive Impairment?
3. 学会等名 The 11th. International Conference on Cognitive Science (国際学会)
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 細川 彩
2. 発表標題 グループ回想法が老年期の記憶に及ぼす効果に関する追跡調査.
3. 学会等名 日本心理学会第81回大会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 Aya Hosokawa
2. 発表標題 Why could reminiscence ward off cognitive impairment? Content analyses of autobiographical narratives.
3. 学会等名 Psychonomic Society 58th Annual Meeting (国際学会)
4. 発表年 2017年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関