

機関番号：45412

研究種目：若手 (B)

研究期間：2008年～2010年

課題番号：20730397

研究課題名 (和文) 通所介護における要支援高齢者の自己効力感を高める介護予防プログラムの開発

研究課題名 (英文) Development of the care preventive program to make a feeling of self-effect of the support elderly person in day care required

研究代表者 津島 順子

(福山市立女子短期大学 准教授)

研究者番号：70321213

研究成果の概要 (和文)：200字程度

本研究では介護予防に向けて、要支援高齢者の自己効力感に着目して、通所介護施設を利用する要支援高齢者を対象に、半構造化面接法を用いて聞き取り調査を実施した。その結果、要支援高齢者の介護予防を目指したプログラム作成には、利用者に最も適した1つの活動、つまり、自己効力感が高まりやすい活動に取り組むことが必要であり、積極的に行動に移すことができにくい心理特性を理解した上での個別のプログラムが求められていることが明らかとなった。

研究成果の概要 (英文)：

The subjects of this study consisted of elderly persons requiring assistance who had been utilizing day care services provided by three day care institutions in city A.

Basic attributes of the subjects consisted of 7 men and 32 womens for a total of 32 subjects. Those constitutive elements that appeared 40 or more times consisted of "say", "come", "go", "think" and "eat".

Familiar and routine actions performed by elderly persons exhibited the highest incidences among characteristics of conversations when elderly persons requiring assistance utilize day care services. When drafting a day care service plan, it is necessary to incorporate activities that can be performed on a routine basis by elderly persons and are based on the standpoint of providing the elderly persons with confidence that they can perform those activities.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2008年度	1,200,000	360,000	1,560,000
2010年度	700,000	210,000	910,000
年度			
年度			
年度			
総計	1,900,000	570,000	2,470,000

研究分野：社会福祉学

科研費の分科・細目：社会学 社会福祉学

キーワード：通所介護、介護予防、要支援高齢者、自己効力感

### 1. 研究開始当初の背景

これまで、要支援高齢者に多く利用されてきた通所介護、通所リハビリテーションでは、集団を対象として一斉に同じことを行うプログラムや決まったメニューが展開されてきた。こうしたことが運用上の問題を生じさせている。今回の介護保険法改正では、予防重視型への転換と、個別のプログラム提供が求められている。

2003(平成 15)年度厚生労働省令第 28 号第 99 条では、運営基準を改正しており、通所介護計画の作成を義務付け、個別性を重視した対応を求めている。1997(平成 9)年度に実施された「高齢者在宅サービスセンターにおける利用者の介護度と援助の質についての調査研究」<sup>1)</sup>では、介護度が重くなるほど、その場面に関わる負担感も増大するが、同様に質的な側面についても個別性が高く、きめ細かいものになっていることが明らかになっている。

しかし、介護の必要度の低い高齢者の個別性に関しては、対応は十分とはいえず、利用者に適すと思われるサービスを経験と勘に頼りながら組み合わせて提供しているのも否めない事実である。

介護予防に向けたプログラム提供については、岡山ら<sup>1)</sup>は手軽に行える運動プログラムを実施した結果、運動効果を実感するものはわずかであったが、プログラムに対しては今後も続けたいとする者が多いことを明らかにしている。また、保健師らの介入研究では、課題としてプログラム内容の吟味、評価方法の開発の必要性があげられており、実際的な活動方法はまだ確立しているとはいえない<sup>2)</sup>。

### 2. 研究の目的

要支援高齢者が、ある行動をとればこういう結果になるはずという結果予期を持たせても、自己効力感が低ければ意欲にはつながらない。しかし、自己効力感が高ければ、意欲的になり、多少困難なことにもとりかかり結果を出すことができる。要支援高齢者の場合、心身の変化に伴い揺れる心理状態にあり、自己効力感を低く感じる傾向にある。要支援高齢者への介護予防には、揺れる心理を理解し、自己効力感を高めることが重要となる。

そこで、本研究では介護予防に向けて、要支援高齢者の自己効力感に着目して、「通所介護における要支援高齢者の自己効力感を高めるプログラム」を開発することを目的とした。

### 3. 研究の方法

要支援高齢者を対象とした面接調査

#### 1) 研究対象

A市にある通所介護施設を利用する要支援高齢者を対象とした。対象者は、通所介護サービスを利用する要支援 1、要支援 2 状態の高齢者とした。なお、対象の選択については、日常生活を熟知している介護職員の協力を得て行った。また、認知症でないことも事前に確認した。

#### 2) 調査期間

2009年8月～12月に実施した。

#### 3) 調査方法

介護主任から面接が可能と思われる高齢者の紹介を受けた。その後介護主任から利用者に対し面接の目的、方法を説明してもらった。承諾が得られた高齢者に、再度面接の目的と方法を説明した後、同意・承諾を得て、半構造的面接を実施した。面接の所要時間は

概ね1時間であった。また、質問の際に、高齢者が語りたいことや内容を尊重し、特に時間制限を設けず傾聴した。4) 倫理的配慮

対象者には、文章と口頭で、研究目的、方法および倫理的配慮について説明した。対象者の意思で研究協力を辞退できること、辞退しても不利益とならないこと、研究で知り得た情報は秘密保持すること、研究以外の目的でデータを使用しないことを説明した。データの取り扱いについては、研究者が保管庫で管理すること、研究終了後、研究者自身が責任を持って消去することを説明した。同意のもとにテープに録音したデータは、逐語録を作成した。その際、名前、固有名詞など個人を特定できる情報はすべて記号化し、分析に際しては、個人の特定はできないように記号化した。インタビューは、外部から影響を受けない個室で行った。

#### 5) 分析

対象者によって語られた内容について逐語録を作成し、テキストデータ分析ソフトを用いて分析した。分析は、形態素解析ソフト「茶筌」をもちいてテキストマイニング手法で分析を行った。「茶筌」とは奈良最先端科学技術大学院大学自然言語処理学講座からリリースされた、フリーソフトウェアの日本語形態素解析器である。このソフトを使えば、自由回答や個人の日記のようなデータから、その人がどのような言葉をたくさん使うのか、といったことを選び出すことができる<sup>3)</sup>。半構造化面接の逐語録から得られたテキストデータを「茶筌」で形態素に分解した。そのデータをExcelに取り込み、SPSS12.0を用いて多変量解析を行った。

#### 4. 研究成果

##### 1 対象者の基本属性

対象者の性別は、男性7人、女性32人の計39人であった。平均年齢は、82.4歳であ

った。介護度は、要支援1状態の者が12人、要支援2状態の者が27人であった。

##### 2 抽出された構成要素

通所介護を利用する要支援高齢者の語りについてテキストマイニングを行った結果、抽出された構成要素は、11653であった。本研究では、名詞—一般、名詞—形容動詞語幹、名詞—サ変接続、名詞—形容動詞語幹、名詞—固有名詞に属する品詞を抽出し、分析対象とした。

対象者の総発語数は、総計61,597語であった。抽出された構成要素は、11,653であった。

最も発語の多かった者が6875、最も発語の少なかった者が366であった。平均発語数は、1620.9であった。

##### 3 構成要素の出現頻度

本研究で変数として使用する形態素のうち、出現頻度が50回以上の条件を満たす形態素は、51あった。

そのうち、名詞等に属する変換後主要後の頻度上位10位のうち、出現頻度が最も多かったものは、「言う」で1,065であった。次いで、「行く」「来る」「思う」「ひと」「出る」「食べる」「自分」「見る」「帰る」であった。

##### 4 クラスタ分析

閾値50以上を対象に行った対応分析で得られたスコアをもとにクラスタ分析を行った結果、3つのクラスタに分類された。

クラスタ1については、高齢者自身が主体的に行う行動といえる。クラスタ2については、家を中心とした生活を送っていると推察される。クラスタ3については、自ら話をするということといえる。これらから、高齢者が身近で行っている行動、日常的に行っており、主体的に行うことができる活動を取り入れていくことが求められていると考えられる。

要支援高齢者を対象としたインタビューデータを分析した結果をもとに、要支援高齢者の身体心理的特性に配慮したプログラム作成の作成を試みた。

要支援高齢者は、慢性疾患を抱え、心身の変化を前提に絶えず生活を再編成していかなければならない状態であり、揺れる心理を理解した上でのプログラム作成が課題となる。そのためには、まずきめ細やかなアセスメントが必要となる。要支援高齢者は、生活機能の低下がみられるが、改善可能性が高い集団であるため、身体機能の改善を重視するアセスメントになりがちである。しかし、心身の状態に起因する問題で対処できないことも多く、自己効力感を低く感じ、意欲が低下した状態であることを適切にアセスメントすることにより、実効性や予防効果の高いプログラムを作成することができる。

Bandura<sup>4)</sup>は、興味というものは、内発的な基準を満たす達成感から生まれてくるものであることを指摘している。人が感じる楽しい事象の大部分は、それ自体最初は何ら興味を喚起するものでないことが多いが、適切な学習経験を通して、重要な意味を持つものになり得るとしている。そのためには、より身近な目標を設定して意欲を高めることが重要となる。

自己効力感は、自然発生的に生じてくるものではなく、自己効力感が増える情報には、4つの情報源があるとしている<sup>4)</sup>。

まず、1点目として遂行行動の達成、つまり振る舞いを実際に行い、成功体験を持つことをあげている。ある行動を行って成功体験をした後は、同じ行動をする場合に「またできるであろう」という見通しが上昇する。成功体験をすること、達成感を持つことは、自己効力感の情報源として最も強力なものである。

2点目として、代理体験、つまり他人の行動を観察することをあげている。他者の行動を見て「これなら自分でできるだろう」と感じたり、失敗した場面を見ると急激に自信が弱まったりする。他者の行動観察を通じた代理体験は、自己効力感の変動に影響を及ぼす。

3点目として、言語的説得、つまり自己教示や他者からの説得的な暗示することをあげている。暗示や自己教示を遂行行動の達成や代理的経験に補助的に付加することによって、自己効力感を操作することができる。

4点目として、情動喚起、つまり生理的な反応の変化を体験してみることをあげている。自己の生理的な状態を知覚し、情動的な喚起状態を知覚することが、自己効力感の変動の源となっている。

4つの情報源に基づいたプログラム作成やケアの提供により、心身の変化に伴い揺れる心理状態にある要支援高齢者の意欲が高まり、予防効果が期待できる。

#### 1 プログラム構成手順のポイント

プログラム構成手順のポイントは、以下2点に要約できる。

##### 1) 目標の設定

- ・利用者の身体状況、生活機能の状況および心理面に配慮しながら設定する。

##### 2) 自己効力感を測定しながら、難易度を上げる。

- ・自己効力感に基づき、個別に過去においてできたという経験を見つけ、どれくらいの強さの行動までなら行うことができるのかという見通しを立てる。

- ・「ここまでならできる」という見通しを明らかにしておく。それに沿って、成功体験を重ね、自己効力感を向上させる。

- ・他者の行っている行動を観察し「これなら自分にもできそうだ」と感じる実践方法を取り入れる。

・ある行動を行い、成功した場合には、職員が言葉に出して褒めることにより自信を高める。

・成功体験後の心地よい感覚を自覚させ、行動変容が定着するよう配慮する。

## 2 Aさんへの自己効力感を応用した介護予防プログラム

Aさん 男性 90歳 要支援1

Aさん・家族の意向として、しっかりと運動をして転ばないようにしたい、通所介護に通い、メリハリのある生活をしてほしいことをあげている。

現在、通所介護事業所では、通所介護計画を作成している。援助目標は、人と交流し、体を動かすとしている。

Aさんの介護予防効果を上げるためには、よりきめ細かな通所介護利用時のプログラムを作成することが必要となる。

Aさんは、身体面においては、歩行時のふらつきがある。通所開始以前には腰痛が悪化し、入院生活を送っていた。現在も腰痛があり、痛みを訴えることがある。心理面では「もう年だからだめ」「生きていても仕方がない、歯がゆいことがある」等自己効力感の低下を訴えている。通所介護利用時の様子から、自己効力感を低く感じているような様子はみられなかったが、面接時の会話からは自己の能力を低く感じている発言がみられたため、自己効力感を応用した予防プログラムの作成が必要である。

Aさんに対する自己効力感を高める計画案である。プログラム実施に際し、Aさんに対しては、プログラム実施前後の態度や言動の変化やプログラム実施時の様子を観察する。また、プログラム実施後に、Aさん自身に目標に対しての主観的な困難度を評価してもらい、それらを基に、プログラムを修正することとした。

Aさんが趣味としていた日本画を描く機会が減っていたので、まず季節の果物をスケッチして、水彩絵具で色をつけて、筆に水をつけて色彩の変化を楽しんでもらった。その後、Aさんに感想を聞きながら、難易度を上げた作品に取りかかってもらった。

前田の老人用一般性自己効力感尺度<sup>5)</sup>を用いてAさんに対する計画実施前後の自己効力感の変化を示したものである。実施後に得点に変化した項目は、行動の積極性、能力への自信、社会的活動への意欲であった。失敗への不安、体力・記憶力の維持に関しては変化が見られなかった。実施期間中に、自己効力感の大きな変化は見られなかったが、積極性や何か役に立ちたいと思う気持ちが表れてきている。これらの変化を評価し、Aさんの自己効力感が高まるようなプログラムをAさんと共に考えていくことが求められる。まとめ

要支援高齢者は、生活機能の低下がみられるが、改善可能性もあり、適切な介入を行うことにより、介護予防につながる。しかし、顕著な障害はないが、慢性疾患を抱えつつ生活しており、社会的、心理的な背景が大きな比重を占めている。要支援高齢者にとって、慢性疾患を抱えつつ生活を送ることは、変化を前提に絶えず生活を再編成していかなければならない状態であり、動揺をきたしている心理を理解した上でのプログラム作成が必要であると結論づける。

### 引用文献

- 1) 岡山寧子他. 虚弱高齢者の介護予防—デイサービス背の試み—. 老年社会科学, 第28巻第2号, pp275, 2007.
- 2) 串田正代他. 東京都板橋区における介護予防活動の取り組み. 日本在宅ケア学会誌, 6(3), 96-103, 2003.
- 3) 藤井美和他. 福祉・心理・看護のテキスト

マイニング入門. 中央法規出版, 東京, 2005.

4) Bandura, A : Self-efficacy Toward unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215, 1977.

5) 前田基成. 老人の自己効力感に関する研究. 平成5年度日本火災ジェントロジー研究報告書, 89-94, 平成5年.

#### 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計 件)

[学会発表] (計 1 件)

津島順子, 小河孝則, 川上貴子. 要支援高齢者の会話(言語)分析, 第18回日本介護福祉学会, 2010.

[図書] (計 件)

[産業財産権]

○出願状況 (計 件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

出願年月日:

国内外の別:

○取得状況 (計◇件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

取得年月日:

国内外の別:

[その他]

ホームページ等

#### 6. 研究組織

(1) 研究代表者

( )

研究者番号:

(2) 研究分担者 ( )

研究者番号:

(3) 連携研究者 ( )

研究者番号: