

科学研究費助成事業（学術研究助成基金助成金）研究成果報告書

平成25年 5月 10日現在

機関番号：12602

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2011～2012

課題番号：23660093

研究課題名（和文）高齢者用日本文化型カード式回想法の開発

研究課題名（英文） Develop for elderly people' s reminiscence cards based on the Japanese culture

研究代表者

佐々木 明子（SASAKI AKIKO）

東京医科歯科大学・大学院保健衛生学研究科・教授

研究者番号：20167430

研究成果の概要（和文）：

日本の地域の文化とその時代に即した高齢者用のカード式回想法を開発することを目的として研究を行った。さらに開発したカード式回想法を地域の高齢者に試行し、その有用性を明らかにした。開発したカード式回想法は、地域の健康高齢者にとって情動機能の活性化、表情の豊かさの増加、会話の促進に有効だった。特に支持的・共感的な対人関係の形成、他者への関心の増大と理解、社会交流の促進などにおいて有効であった。

研究成果の概要（英文）：

The aim of this study was to develop for elderly people's reminiscence cards based on the Japanese culture and their age, and to clarify the usefulness to the elderly people in the community. Reminiscence cards were effective to the conversation, increase in the richness of expression and activation of emotional function for healthy elderly people in the community. Especially it was more effective in promoting the understanding and increased interest in others, forming supportive and empathic relationships, social interaction

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
交付決定額	2,600,000	780,000	3,380,000

研究分野：地域保健看護学

科研費の分科・細目：看護学・地域看護学

キーワード：高齢者、回想法、日本文化、開発、有用性、会話、共感的な対人関係

1. 研究開始当初の背景

超高齢社会の進行に伴い、後期高齢者が増加し、認知症の高齢者も増加しつつある。この状況に対処するため、わが国では介護保険制度が運用され、要介護者に対する施策や介護予防施策が行われている。その中で高齢者ケアの一貫として、病院や高齢者施設、デイサービス機関などでは、回想法が用いられている。また回想法センターを設置し、地域の高齢者に対する地域回想法の試みを行っているところもある。

回想法は、高齢者、介護職員、介護家族な

どそれぞれに効果があることが明らかにされている。認知症高齢者では、情動機能の回復、意欲の向上、発語の増加、表情の非言語的表現の豊かさの増加、集中力の増大、行動障害の軽減、社会交流の促進、支持的・共感的な対人関係の形成、他者への関心の増大などである。地域高齢者への介護予防では、QOLの向上や認知機能・抑うつ改善がみられている。

このように、高齢者ケアの方法の一つとして有効な回想法を行う多くの場合、わが国で回想を促す素材として、昔の生活道具、写真、

絵、雑誌、料理、音楽、歌など多種多様のものである。外国でも同様の素材を用いることもあるが、研究代表者らは、北欧における高齢者への地域ケアシステムを研究する中で、スウェーデンでは、カードを活用した高齢者に対する回想法が新たに開発され、その有用性と簡易に活用できる利点からスウェーデン国内等で、急速に普及しつつあることを把握した。しかし、回想法の新たな手法としての、カードを活用した回想法はわが国ではまだ開発されていず、その有効性に関する研究もあまりみられない。

そこで、今後の超高齢社会において高齢者の生活の活性化を支援するために、簡易に活用できる高齢者用の日本文化型カード式回想法を開発し、実用化を図っていく必要がある。

2. 研究の目的

(1) 研究1

回想法の効果には、昔を思い出すことによる脳の活性化や、主観的 QOL の向上、精神の安定等があるとされている。回想を促す素材として、昔の生活道具、写真、絵、雑誌、料理、音楽、歌など多種多様のものである。そこで日本の地域の文化とその時代に即した回想を促す素材を用いた、有効な回想法を開発するために、地域高齢者の回想内容を明らかにする。

(2) 研究2

高齢者用の日本文化型カード式回想法を開発する。高齢者用の日本文化型カード式回想法を地域の健康高齢者に試行し、高齢者にとって効果的な実施方法とその有用性を明らかにする。

3. 研究の方法

(1) 研究1

【調査期間】 2011年9月および11月。

【調査対象】 東北地方 A 市および九州地方 B 市の健康高齢者

【調査方法】 60～90 分程度のグループインタビューを行った。1 グループの人数は 7～8 人程度とした。

【調査内容】 基本属性、幼少期から若い頃までの(1)遊び(2)食べ物(3)思い出の歌・映画・俳優等(4)習い事や趣味等とした。

【分析方法】 グループインタビューの内容は、対象の了解を得て IC レコーダで録音した。録音した内容は、意味を損なわないようカテゴリ化した。

【倫理的配慮】 高齢者の所属する組織の長には文章で調査趣旨の説明を、対象者には口頭で調査趣旨及び個人情報の保護について説明を行い、同意を得られた場合のみを対象とした。

(2) 研究2

【調査期間】 2013年3月。

【調査対象】 東北地方 A 市および九州地方 B 市の健康高齢者。

【調査方法】 50 分のグループ回想法を行い、自記式質問紙調査を実施した。1 グループの人数は 7～8 人程度とした。グループ回想法の前後に自記式質問紙調査を実施した。

グループ回想法の実施にあたり、研究 I で把握した、高齢者に共通して見られた回想内容を中心に、回想法カードを作成した。カードは 2 種類あり、写真を用いた視覚カードと文字カードとした。

高齢者用回想法カードは、高齢者保健看護、高齢者医療を専門とする研究者及び高齢者ケアにかかわる実践者が協議して内容を精査した。

グループ回想法は、まず 1 セット 26 枚の視覚カードを用い 40 分行った。その際、地域の文化特性に応じてカードを一部変更して活用した。視覚カードは 2 セット用意し、1 セットはグループの中央に伏せて配置した。1 セットはグループメンバーに 3～4 枚ずつ配布した。中央の視覚カードを一人の高齢者がめくり、同じカードを所有するグループメンバーの高齢者が、カードに記載されているものにまつわる思い出を最初に話した。続けて、グループメンバーが自由に思い出を話していった。

その後、約 10 分間、昭和 10 年代、昭和 20 年代、昭和 30 年代の出来事や俳優に関する文字カードを用い、その文字に書かれている内容にまつわる思い出についてグループでの話し合いを行った。

【調査内容】

アンケートは対象の基本属性およびグループ回想法の前後の心身の変化を問う項目とした。

【分析方法】 自記式アンケートの内容は、統計的に分析した。分析には spssVer.17 を使用した。

【倫理的配慮】 高齢者の所属する組織の長には文章で調査趣旨の説明を、対象者には口頭で調査趣旨及び個人情報の保護について説明を行い、同意を得られた場合のみを対象とした。

4. 研究成果

(1) 研究1

【結果】

A 市及び B 市の対象数は 59 人だった。対象の平均年齢は 78.9 歳で、男性は 7 人(11.9%)、女性は 52 人(88.1%)だった。家族構成は、ひとり暮らしが 16 人(27.1%)、夫婦のみが 15 人(25.4%)、三世帯家族が 13 人(22.0%)等だった。

2市の高齢者であげられた内容は6カテゴリ(「遊び」「食べ物」「服装」「生活・日用品」「歌・映画・俳優など」「習い事・趣味」)151項目だった(表1)。

表1 幼少期から若い頃までの回想内容

項目	A市高齢者のみ	A市B市 高齢者共通	B市高齢者のみ
遊び	そり 竹スキー 手ぬぐい取り 縄跳び	めんこ おはじき ゴムとび お手玉 ままごと	コマ まり 釘での陣取り 石けり 輪回し 木登り 魚とり 着せ替え人形
食べ物	桑の実・くり・くるみ・グミ・野イチゴ・そば・そば粉もち・茄子漬・にんじん・果物・すいとん・どんぐり・いなご・タニシ・どじょう・さくらんぼ他	さつまいも かぼちゃ 大根めし クジラ肉	だんご汁 ニック ビスケット シイの実
服装	セーラー服 提灯袖 長靴 深靴 ポマード	着物 はかま もんぺ 坊主頭	半ズボン 半袖シャツ ハーレムパンツ わらぞうり おかつぱ
生活・日用品	水汲み天秤 がっちゃんポンプ リヤカー・荷車 そり 囲炉裏・火だな 壁掛け電話 機織り 石臼・鎌・鎌薪 ハエ取り紙 ランドセル (ボール紙製)	たらい 洗濯板 桶 つるべ井戸 火鉢 ラジオ 足踏みミシン	おかま 蒸し器 土間 七輪 ランドセル (竹製) 五右衛門風呂
歌・映画・俳優	「君の名は」 「キューボラのあ る街」 「伊豆の踊子」 「上海帰りのリル」 「ないしょばなし (唱歌)」 佐野周二 原 節子 他	「鞍馬天狗」 上原 謙 高峰秀子	長谷川一夫 灰田勝彦 大河内伝次郎 佐分利 信 水戸 光子 東海林 太郎 霧島 昇 嵐 寛寿郎 他
習い事・趣味	生け花 編み物	和裁 洋裁 お琴	料理 日本舞踊 習字 そろばん 三味線 囲碁

例えば「遊び」における共通項目には「めんこ」「おはじき」「ゴム飛び」等の5項目があげられた。A市高齢者独自の項目では「そり」「竹スキー」等の4項目、B市高齢者独自の項目では「魚取り」「石けり」「木登り」等の8項目があげられた。「食べ物」における共通項目には「さつまいも」「かぼちゃ」

「クジラ肉」等の4項目があげられた。A市高齢者独自の項目では「そば粉もち」「いなご」「くるみ」等の35項目、B市高齢者独自の項目では「だんご汁」「ニック」等の4項目があげられた。

以上のように、地域をこえて共通する回想内容と、地域に根差した回想内容が抽出された。回想法を実施する際には、共通項目での展開を行うだけでなく、その地域の文化と生活に配慮した働きかけを行うことが重要である。

(2) 研究2

【結果】

A市及びB市で実施した調査における対象者数は20人だった。対象の平均年齢は76.9(±5.0)歳で、男性は6人(30.0%)、女性は14人(70.0%)だった。家族構成は、一人暮らしが3人(15.0%)、夫婦のみが9人(45.0%)、三世代家族の者が3人(15.0%)、その他の者が5人(25.0%)だった。

現在の就労状況は、現在就業中の者が5人(25.0%)、過去就業していた者が14人(70.0%)、就業経験のない者が1人(5.0%)だった。現在就業中の者の業務内容は、農業等があげられた。過去就業していた者の業務内容は、会社員、一般行政事務、農業等があげられた。

日常生活動作については、家事(炊事、洗濯、掃除等)を行っている者が15人(75.0%)、行っていない者が5人(25.0%)だった。新聞を読んでいる者は19人(95.0%)、読んでいない者は1人(5.0%)、本や雑誌を読んでいる者は18人(90.0%)、読んでいない者は2人(10.0%)だった。

対象者の健康状態は、良いとした者が8人(40.0%)、まあまあ良いとした者が4人(20.0%)、普通とした者が6人(30.0%)、あまりよくないとした者が2人(10.0%)だった。EQ5Dによる主観的な健康状態の評価では、平均値は78.7(±13.7)だった。

フェイススケールによる精神的な状況の主観的評価は、回想法の実施前は1(最良状態)が2人(10.0%)、2が5人(25.0%)、3が7人(35.0%)、4が1人(5.0%)、5が2人(10.0%)、6が2人(10.0%)、7が1人(5.0%)、平均値は3.3(±1.7)だった。回想法の実施後は、1が7人(35.0%)、2が3人(15.0%)、3が8人(40.0%)、4が2人(10.0%)、平均値は2.3(±1.1)だった。フェイススケールの変化としては、最良状態維持が1人(5.0%)、改善が12人(60.0%)、維持が5人(25.0%)、悪化が2人(10.0%)と良い状態に変化した(図1)。

回想した内容の例をみると、「さつまいも」のカードから、「芋ほり」、「焼き芋」、「芋づるを食べたこと」、「ご飯と混ぜて食べたこと」や戦後の自給自足のことに関連して

表2 回想法の実施後の評価

N=20 n(%)

	非常にできた	まあできた	あまりできなかった
思い出をよく話すことができた	8 (40.0)	9 (45.0)	3 (15.0)
他の人の思い出話をよく聞いた	13 (65.0)	7 (35.0)	
他の人の生活を知った	8 (40.0)	12 (60.0)	
思い出を共感できた	11 (55.0)	8 (40.0)	1 (5.0)

「現在の家庭菜園」の必要性を連想していた。回想法に参加後の高齢者は、「思い出をよく話すことができた」では、非常にできた・まあできたとした者が17人(85.0%)だった。「他の人の思い出話をよく聞いた」「他の人の歩んできた生活を知った」では、非常にできた・まあできたとした者は20人すべてだった。「思い出を共感できた」では、非常にできた・まあできたとした者は19人(95.0%)だった(表2)。回想法の実施後は、非常に楽しかった・まあ楽しかったとした者は20人すべてだった。会の今後の実施の希望については、非常にそう思うとした者は5人(25.0%)、そう思うとした者は14人(70.0%)、あまりそう思わないとした者は1人(5.0%)だった。

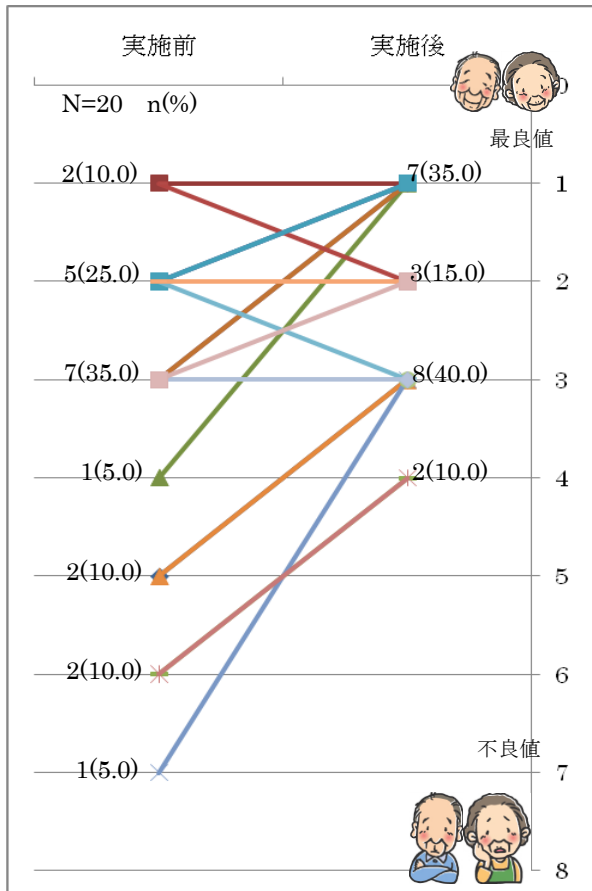


図1 グループ回想法の実施前後の

フェイススケールの変化

【考察】

回想法の効果には、昔を思い出すことによる脳の活性化や、主観的 QOL の向上、精神の安定等があるとされている。

本研究で開発したカード式回想法は、地域の健康高齢者にとって情動機能の活性化、表情の豊かさの増加、会話の促進に有効だった。特に支持的・共感的な対人関係の形成、他者への関心の増大と理解、社会交流の促進などにおいて有効であった。さらに、過去の思い出のみならず現在の生活への連想にもつながった。健康高齢者にグループで実施したことにより、高齢者の会話の促進だけでなく、他者の話の傾聴、他者への共感、関心の増大、現在の生活への連想につながったと考えられる。

本研究では、カード式回想法を開発することに焦点が当たっていたが、今後はさらに多くの地域の文化特性を考慮したカードを作成し、より多くの健康高齢者や認知症高齢者などに適用し有用性を検証していきたい。また世代間を超えてのカードを活用や、グループだけでなく、個別にカード式回想法を実施してその実施方法や有効性についても、さらに検証を深め、高齢者ケアに普及していけるようにしていきたい。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計1件)

- ① 佐々木明子、小野ミツ、森田久美子、田沼寮子、津田紫緒、大島扶美「地域高齢者の回想内容の特徴」、第71回日本公衆衛生学会総会、2012年10月、山口県

6. 研究組織

(1)研究代表者

佐々木 明子 (SASAKI AKIKO)
東京医科歯科大学 / 大学院保健衛生学研究科・教授
研究者番号：20167430

(2)研究分担者

小野 ミツ (ONO MITSU)
九州大学・大学院医学研究院・教授
研究者番号：60315182
川原 礼子 (KAWAHARA REIKO)
東北大学・大学院医学系研究科・教授
研究者番号：40272075
森田 久美子 (MORITA KUMIKO)
東京医科歯科大学・大学院保健衛生学研究科・准教授
研究者番号：40334445
田沼 寮子 (TANUMA TOMOKO)

東京医科歯科大学・大学院保健衛生学研究
科・教授
研究者番号：70336494