

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 19 日現在

機関番号：34511

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2012～2014

課題番号：24530765

研究課題名(和文)懐かしさを活用した生きがいの維持・向上 元気高齢者と虚弱高齢者への支援

研究課題名(英文) Nostalgia as an Instrument for Maintaining and Improving Purpose in Life: Supporting Healthy and Infirm Elderly People

研究代表者

津田 理恵子 (TSUDA, Rieko)

神戸女子大学・健康福祉学部・准教授

研究者番号：80441202

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,900,000円

研究成果の概要(和文)：元気高齢者がボランティアとして回想法スクールの運営に携わり、虚弱高齢者が回想法スクールに参加することで、双方の生きがい感の維持・向上を目指した地域作りに取り組んだ。その結果、元気高齢者の充実感や満足感が得られ高い生きがい感が維持できた。グループ回想法参加者77名の生きがい感は若干ではあるが上昇し、閉じこもりがちな高齢者の社会との繋がりが取り戻せた。さらに、この取り組みで認知症サポーターが安心して活動に取り組める仕組みが提案できた。

回想法の認知度を2303件の高齢者福祉施設・機関に調査した結果、回想法の技法を「知っている」と答えたのは全体の62.9%で十分に認知されていることが明確になった。

研究成果の概要(英文)：The Kaisoho School is a community-building initiative that aims to help elderly people to work together to sustain and improve their mutual sense of purpose in life. For healthy elderly people, it is realized through their involvement as volunteers in the operation of the school, while infirm elderly people seek to accomplish this by participating as members. Consequently, the healthy elderly people experienced a sense of fulfillment and satisfaction. The sense of having a purpose in life indicated a slight rise for 77 participants in group reminiscence activities, successfully re-establishing connections of those elderly people who had previously been socially reclusive with society.

Furthermore, the results of a survey of awareness of the reminiscence method conducted among 2,303 elderly welfare-oriented facilities and institutions revealed that 62.9% of the total number were "aware" of reminiscence as a technique, indicating that it has achieved an adequate level of recognition.

研究分野：社会福祉学

キーワード：社会福祉領域 回想法 高齢者 地域作り 生きがい

1. 研究開始当初の背景

(1)1963年にアメリカの精神科医 Butler によって提唱された回想法は、我が国では 1992年に研究がスタートし、保健・医療・福祉など多岐にわたる分野でその活用が期待されていた。その中で、高齢者を取り巻く課題として、高齢者は生きがいを喪失しやすい自殺者の占める割合、介護保険認定者数、認知症罹患率も年々増加傾向で、介護の重度化も深刻な課題となっていた。

(2)筆者が取り組んだ回想法を活用した研究では、認知症高齢者への効果が確認されただけでなく、元気高齢者の生きがいの向上にも効果があることや、介護職員の介護負担感の軽減にも影響があることが確認されていた。

(3)先行研究においては、施設から地域のベクトルで回想法を実践している文献が見当たらないのが実情で、2011年に実施した回想法の認知度調査(近畿2府4県の特別養護老人ホーム・老人保健施設・グループホーム合計180件)の結果、回想法を知らないと答えた施設が51%にのぼっており、回想法の認知度が半数に満たない実情であった。

2. 研究の目的

(1)さまざまな効果が確認されている回想法の技法を活用して、元気高齢者が回想法の実践者としてボランティア活動を担い、虚弱高齢者が回想法スクールに参加することで、元気高齢者・虚弱高齢者双方の生きがい感が維持・向上できるのではないかと考えた。このように、元気高齢者が虚弱高齢者を支援するシステムを提案し、双方にとって効果を期待した回想法を活用した地域作りに取り組み、その効果を確認することを目的とした。

(2)回想法を活用した地域作りにおいて、施設入居高齢者も地域住民であることから、施設入居高齢者が施設から外出し、地域の中で回想法スクールに参加することで、外出することによる効果を検証するとともに、施設内に元気高齢者の回想法ボランティアが回想法

スクールの運営に携わることによる効果を検証することを目的とした。

(3)回想法の普及活動を行う中で、高齢者福祉の現場における回想法の認知度を、全国規模の調査により把握することを目的とする。

3. 研究の方法

(1)2012年4月から地域包括支援センター(基幹型)、社会福祉協議会などと連携し、回想法を活用した地域作りに取り組んだ。

地域住民への広報活動を行った。

地域に回想法の拠点となる回想法センターを設置した。

地域住民・介護職員を対象に回想法ボランティア養成するための講座を3回シリーズで年に1回、2年間連続で開催した。

ボランティア養成後のフォローアップ研修を年に数回、毎年開催した。

2012年から回想法センター、市内9か所の地域(公民館やサロンなど)、合計3か所の高齢者福祉施設・事業所において、グループ回想法の導入支援を行ったとともに、その際に、元気高齢者が回想法の運営を担うボランティア支援を行った。

(2)2012年から2014年の期間にグループ回想法に参加した、地域の高齢者への効果を測定するために、回想法スクール参加前と1クール(平均8回)が終了した時点での、生きがい感スケール(K-1式)とアンケート調査を行った。

(3)2012年から2014年の期間に、数か所の地域で年に数回にわたり開催した回想法ボランティア養成講座受講者の意識と回想法スキルの習得度を把握するために、アンケート用紙と回想法リーダー評価スケールを作成・使用した調査を行った。さらに、その後も継続してフォローアップ研修を年に数回開催し、65歳以上のグループ回想法ボランティアを担っている元気高齢者の、生きがい感スケール(K-1式)とアンケート調査を行った。

(4)2012年から2014年の期間に、高齢者福祉施設・事業所に、グループ回想法を導入(施設内におけるグループ回想法と回想法センターに外出したお出かけ回想法を実施した)支援を実施し、グループ回想法導入による効果を測定するために、グループ回想法参加者にN-ADLとNMスケールを用いて調査を実施した。そして、介護職員への効果も同時に測定するための回想法リーダー評価スケールを用いた調査を行った。

(5)2013年12月~2月の期間に、日本全国の高齢者福祉施設・事業所と高齢者福祉を担

う地域の機関から無作為抽出した 2303 件に郵送法で、回想法の認知度調査を行った。

4. 研究成果

(1) 地域で開催したグループ回想法に参加した高齢者の効果

2011 年から 2014 年の期間に、市内 9 か所の地域で開催したグループ回想法に参加した高齢者の中で、回想法参加前と参加後で調査が実施できた 77 名(男性 22 名、女性 55 名。平均年齢(SD±)78.6.(±6.5)歳)を対象に、生きがい感スケール(K-1 式)とアンケート調査を行った結果について報告する。

グループ回想法参加前の生きがい感スケール(K-1 式)の平均得点(SD±)は 23.4.(±5.5)点で、参加後は平均得点(SD±)が 24.6.(±5.5)点となっており、グループ回想法参加者の生きがい感の平均得点は下降することなく、若干ではあるが上昇していた。

さらに、グループ回想法参加者の中には、閉じこもりがちであった高齢者が社会とのつながりを取り戻しただけでなく、参加者から、「穏やかな気持ちになった」、「生活に張り合いが出てきた」、「やる気・好奇心が出てきた」、「自分たちの地域を住みやすい助け合えるまちにしたい」など、グループ回想法に参加してよかったという声が多数聞かれた。

一方で、グループ回想法の運営を担った地域の元気高齢者からは、「近所の人が元気になっていくのを目の当たりにしてすごく嬉しかった」、「回想法の効果が実感できた」など、ボランティアとしてグループ回想法の運営に携われたことへの喜びの声が聞かれた。

これらのことから、今回の取り組みより、地域住民にとっては、自分たちの住んでいる地域について、自分たちでとらえなおす機会になっただけでなく、地域住民の関係性を築きなおす機会になり、自分たちの地域を自分たちの力で協力して、助け合いながら過ごせる地域にしていきたいという絆を強める効果があった。

(2) 回想法ボランティア養成講座受講者の意識

2012 年に開催した認知症サポーターを中心とした地域住民 25 名と福祉関係者 17 名の合計 42 名を対象に実施した回想法ボランティア養成講座(年に 1 回、1 日 3 時間×3 日間)の 2 回目と 3 回目の講座後の受講者の意識と、回想法リーダー評価スケールを用いて回想法のスキル習得度について調査した結果について報告する。

その結果、回想法リーダー評価スケール 27

項目すべてにおいて得点が減少することなく、評価スケールの中でも、コミュニケーションの基本項目の 1 項目である「相手が話してくれたことに対して感謝の言葉を伝えることができる」において有意な得点の上昇(P=0.015)が確認できた。そして、傾聴・受容・共感の項目では、「相手の感憎や態度をありのままに受け止めることができる」(P=0.063)、「相手の態度や感情から表出されていない思いも受け止めることができる」(P=0.02)、「相手が表出していない心の中の思いも含めて支持できる」(P=0.042)の 3 項目に有意な得点の上昇が認められた。さらに、思い出への働きかけの項目では、「その時どうだった」など感情に働きかけたり、相手が話した単語を繰り返し伝えるなど、思い出話を引き出す問いかけができる」(0.04)、「状況に応じて臨機応変に刺激材料を工夫して活用し五感を刺激できる」(0.014)、「脱線しても型にはめず話しの交通整理ができる」(0.013)の 3 項目で有意な得点の上昇が示された。一方、回想法に関する意識では、講座開始前には半数の者がコミュニケーションの自信がないと答えていたが、講座終了後には全員がコミュニケーションの自信が向上し、96.5%の者が今後回想法の技法が活用できそうであると答えていた。これらのことから、回想法ボランティア養成講座を受講したことで回想法のスキルが身についただけでなく、コミュニケーション・スキルが向上したと意識され、今後の行動への意識の高まりが確認できた。

さらに、回想法の技法を活用した地域作りに向けて、本講座の対象者を、認知症サポーター(元気高齢者を含む)を中心とした地域住民と福祉関係者にしたことで、講座における演習などを通して地域住民と福祉関係者の人間関係も育まれた。このことから、積極的な活動に向けて不安が強いとされていた認知症サポーターにとっては、ボランティア先

でも知っている人がいるという安心感につながり、安心してボランティア活動をするきっかけにもつながった。そして、このことは、高齢者福祉施設におけるグループ回想法導入を妨げている人手不足を解消することにもなり、ボランティアを求めている施設側とボランティア活動を希望している地域の元気高齢者を結び一助になった。

(3) フォローアップ研修時の元気高齢者の生きがい感

2014年2月に開催した回想法ボランティアへのフォローアップ研修において、ボランティア活動を継続している65歳以上の9名(男性4名・女性5名)、年齢は66歳から81歳までで平均年齢(SD±)が74.0(±4.9)歳の人を対象に、生きがい感スケール(K-1式)とアンケート調査を行った結果について報告する。

その結果、近藤(2008)が示している生きがい感の指標において、生きがい感が低いと評価された者は1名もおらず、比較的高い生きがい感が維持されていた。また、全員がボランティア活動に充実感や満足感を感じ、ボランティア活動を良いイメージとして捉えていた。

回想法を活用した地域作りにおいて、元気高齢者の力を活用したこの取り組みは、元気高齢者にとっては、生きがいの維持・向上につながる取り組みであり、市民ボランティアのエンパワメントを活用した住民参加型のまちづくり方式といえ、予防機能としてのネットワーク構築にもつながっていると示した。

(4) グループホームにおける虚弱高齢者・介護職員への回想法導入の効果

グループホーム入居者も地域住民であることから、グループホームにおいて、地域の元気高齢者がグループ回想法の運営を担う形で導入を試みた、1か所のグループホーム

における回想法導入による効果について報告する。

グループ回想法参加者(入居者)8名(女性7名・男性1名)は、年齢が71歳~92歳で平均年齢(SD±)は81.6±6.5歳、要介護度は要介護1~3、全員が認知症の診断を受けていた。グループ回想法は、平成25年1月~3月の期間に1週間に1回の合計9回実施した。

その結果、グループ回想法導入後にグループホーム参加者のN-ADLとNMスケールの得点は上昇し、日常生活動作と認知症スケールの得点は改善することが示され、回を重ねるごとに、生き生きとした表情で他入居者との相互交流も自然に図れるようになり、認知症の随伴症状が軽減する様子が確認できた。

一方で、介護職員9名(性別は男性1名・女性が8名)への効果を確認する目的で、グループ回想法導入前後に回想法リーダー評価スケールにて評価を実施した結果、導入後に得点が増えている項目が多く、実際に回想法を運営したことで「できた」と意識できた項目が多かった。さらに、入居者の精神的安定が得られた変化を目のあたりにし、家族からも感謝の言葉をもらい、介護職員のやりがいや成功体験につながったことが示された。

(5) 回想法の認知度

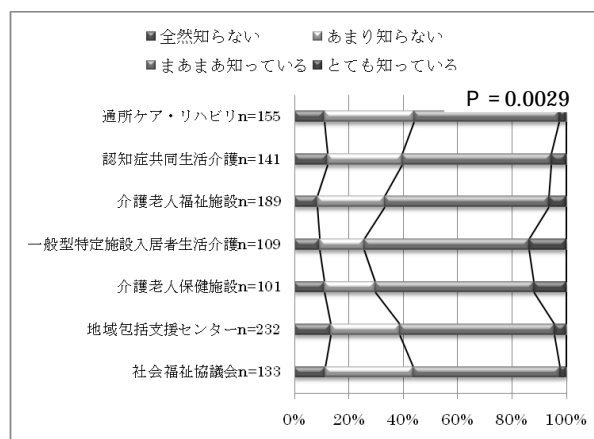


図1 勤務先種別毎の回想法の認知度

回想法の認知度を把握する目的で、2013年

12月～2014年2月の期間に、日本全国の地域包括支援センター、社会福祉協議会、介護老人保健施設、一般型特定施設入居者生活介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、通所介護・リハビリから無作為抽出した2303件の高齢者福祉施設・機関の職員アンケート調査を実施した。

その結果、有効回答率は69.5%で、高齢者福祉施設・機関の種別により回想法の認知度は異なっており(図1)、回想法の技法を「知っている」と答えたのは全体の62.9%であった。

このことから、回想法の認知度をあげていくためには、身近な地域で回想法について学べる研修会を開催するなど、回想法の効果と技法を啓発するための環境整備の必要性が確認できた。

<引用文献>

大塚俊男、本間昭監修、小林敏子著、高齢者のための知的機能検査の手引き、ワールドプランニング、81-94、2006。

近藤勉、生きがいを測る、ナカニシヤ出版、156、2007。

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12件)

津田理恵子：回想法の認知度調査 介護現場への調査結果から - , 自立支援介護学会, 査読有, 8(2), 174-179, 2015.

<http://jscil.com/>

津田理恵子：回想法を活用した地域ケア, 地域ケアリング, 査読無, 17(4), 74-79, 2015. <http://www.hokuryukan-ns.co.jp/magazines/care.html>

津田理恵子：回想法の認知度-高齢者福祉施設・事業所への調査結果から-, 神戸女子大学健康福祉学部紀要, 査読有, 7, 2015, 59-69.

<http://lib.yg.kobe-wu.ac.jp/kiyou.html>

津田理恵子：回想法を取り入れたコミュニケーション技術の教育効果 実習後の意識調査の結果から, 自立支援介護学, 査読有, 8(1), 2014, 24-30.

<http://jscil.com/>

津田理恵子：回想法を活用した地域づくり, 神戸女子大学健康福祉学部紀要, 査読有, 6, 2014, 29-37.

<http://lib.yg.kobe-wu.ac.jp/kiyou.html>

津田理恵子：回想法の技法を活用した地域作りへの取り組み, 日本自立支援介護学会, 査読有, 6(2), 2013, 146-154.

<http://jscil.com/>

津田理恵子：特別養護老人ホームにおける回想法の実践 継続支援による生きがい感の変化と今後の方向性-, 神戸女子大学健康福祉学部紀要, 査読有, 5, 2013, 25-34.

<http://lib.yg.kobe-wu.ac.jp/kiyou.html>

津田理恵子：回想法の技法を活用した地域作りへの取り組み 回想法実践者養成講座の振り返りから考える今後の展望, 日本看護福祉学会誌, 査読有, 18(2), 2013, 67-78.

<http://kangofukushi.sakura.ne.jp/>

津田理恵子：高齢者福祉施設・事業所における回想法の認知度と実状, 介護福祉研究, 査読有, 20(1), 2013, 60-64.

<http://www.carework.org/>

津田理恵子：認知症高齢者に合わせたコミ

コミュニケーション技法習得に向けた取り組み 介護福祉士を目指す学生に回想法の技法を活用して , 厚生 の 指 標 , 査 読 有 , 59(15), 29 - 35, 2012.

<http://www.hws-kyokai.or.jp/18ronbun-bosyuu.html>

津田理恵子 : 回想法スクールのボランティア体験を振り返った学生の意識 ボランティア活動が学生に与える効果 , 日本介護福祉教育学会誌 , 査読有 , 17(2)NO.33, 74 - 81, 2012.

<http://kaiyokyo.net/gakkai/index.html>

津田理恵子 : コミュニケーションのスキルアップを目指して 回想法講座前後の職員の意識調査を通して , 日本自立支援介護学会 , 査読有 , 6(2), 140-145, 2012.

<http://jscil.com/>

[学会発表](計1件)

津田理恵子 : 回想法の実施状況と導入に向けての課題-講座終了3か月後のアンケート調査の結果から-, 第10回日本通所ケア研究大会, アルセ(広島県福山市), 2012.10.20.

[図書](計2件)

津田理恵子 : 懐かしい記憶に働きかける回想法, 現代図書, 2014, 1-289, 第2刷発行.

津田理恵子 : 懐かしい記憶に働きかける回想法, 現代図書, 2012, 1-289, 第1刷発行.

[その他]

ホームページ等

<http://www.yg.kobe-wu.ac.jp/wu/semi/tsuda/>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

津田 理恵子 (TSUDA, Rieko)
神戸女子大学・健康福祉学部・准教授
研究者番号 : 80441202