

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 11 日現在

機関番号：32414

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2012～2014

課題番号：24730543

研究課題名(和文)高齢者における記憶能力のモニタリングに関する研究

研究課題名(英文)A study concerning memory monitoring in older adults

研究代表者

河野 理恵 (KAWANO, Rie)

目白大学・人間学部・准教授

研究者番号：40383327

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、高齢者の記憶能力のモニタリングに関する検討を目的とした。研究1と研究2において、高齢者が自己の記憶能力を他人と比べた場合、自己の記憶能力を高く評価する自己高揚的評価が生じており、その理由には、日常生活での活動や認知症への非罹患が考えられた。また、自分の興味・関心のある事柄が記憶課題であった場合、記憶能力の自己評価は高いことが見受けられた。さらに研究3では、ライフスタイルが消極的な群(地域活動にあまり参加せず、衣服にこだわらない。休日は家にいることが多い)に分類された高齢者は、記憶能力のモニタリングにおいてもネガティブな評価をしていることが明らかになった。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to prove memory ability monitoring in older adults. When they compare own memory ability with another same age person, they evaluated it higher. As a reason for that activity of daily life and unaffected Alzheimer disease. Farther in the case that the memory task was favorite things, they evaluated their memory ability higher. Moreover older adults who clustered inactive group (they don't participate in community activation, particular about clothes and they always stay at home on days off) have negative evaluation about their memory ability monitoring.

研究分野：社会科学

キーワード：高齢者 記憶 モニタリング

1. 研究開始当初の背景

自己の記憶能力に対する評価や判断、あるいは自己の記憶、記憶課題に関する知識は「記憶能力のモニタリング(監視、点検)」と呼ばれ、自己の記憶に関する認知である「メタ記憶」に包含されている(Flavell,1971)。

従来の教育心理学では、乳幼児から大学生くらいまでは顕著な記憶発達、学習活動が生じることから、記憶活動における記憶能力のモニタリングの影響を多角的に探究する必要があるとみなされ、盛んに研究が行われてきた。他方、大学生以降においては、記憶の衰退、学習機会の衰退に伴い、誰しもが記憶に対する不安や不満が増加し、記憶活動には消極的になるという不変的な記憶能力のモニタリングの様相が考えられており、とりわけ高齢者は研究の対象になりえていなかった。

しかしながら、近年の世界的な高齢化に伴い、老年期の教育・学習に焦点があてられるようになると、老年期の生涯学習、認知発達という視点が重視され、高齢者が自分の記憶をどのように監視し、高齢期における自己の記憶の状態を理解、評価しているのかという記憶能力のモニタリング研究が必要とされるようになってきている。高齢者が豊かで充実した老年期を過ごすためには、彼らの教育や学習を支える記憶能力のモニタリングの特徴を把握するとともに、現在の生活と記憶モニタリングがどのような関係にあるのかを明らかにすることが喫緊の課題であると考えられる。

これまでの高齢者を対象とした記憶能力のモニタリングの研究において、記憶テストの成績に関わらず、同じ年の他者と比べた場合、高齢者は自己の記憶に対して、「自分の方が優れている」と判断しているという興味深い結果が得られている(河野、2009)。また、記憶方略についても同様に、「同じ年の他者と比べて、自分は物事を覚えやすくする方法を多く知っている」と判断する者が多いことも示されている。従来、総じて日本人は欧米人とは対照的な、いわば自己卑下のバイアスが顕著であり(北山・唐澤、1995)、自己の記憶能力を高く評価することは少ないと考えられている。しかし、記憶に対する自己評価においては、その対極と言える「自己高揚的評価」が認められたと言えよう。このような傾向が見られる理由として、「認知症になりえる年齢なのに、自分は罹患していない」「記憶が衰えるはずの70歳なのに、自分はまだ社会的活動をこなしている」などの一般的知識や経験が基盤となり、記憶能力のモニタリングが形成されていると推測される。しかしながら実際に、そのような認知症に対する理解や感情、高齢者神話、社会的活動の水準などと高齢者の記憶能力のモニタリング間にどのような関係が見られるのかという検討は十分に実施されていない。すな

わち、高齢者における記憶の自己高揚的評価がなぜ生じるのかという要因が明らかになっていないと言える。

また、これまで行われてきた若年者や高齢者を対象とする記憶能力のモニタリング研究では、その研究ごとで実施される記憶課題が異なり、それぞれ記憶課題、状況における記憶成績の自己評価や自分の答えに対する確信度(どのくらい自分の答えに自信があるかの評価)が求められてきた。そして、そのモニタリング(報告)と記憶成績には相関が低いことが指摘されている(金城、2008他)。つまり、高齢者において不正確な記憶能力のモニタリングが生じていると解釈できるわけだが、そもそも高齢者は様々な内容の記憶課題をどのようにとらえているのだろうか。さらに、記憶課題を遂行する前と記憶課題を遂行した後における記憶能力のモニタリングでは、実際に課題を体験したことが個人の記憶能力のモニタリングに何らかの影響を及ぼすことも推測される。このように、記憶課題の内容や記憶能力のモニタリング状況によって、個人の記憶能力のモニタリングは変化すると考えられるが、その詳細な検討は不十分な状態である。

ところで、老年期という時代を考えると、その生活状況は他の若年時代に比較して、千差万別である。心身ともに自立し、毎日積極的に活動している者、自宅にいたことが大半でゆったりとした生活を送っている者、あるいは社会的弱者となり支援が必要な者など、その生活は多岐にわたる。言い換えれば、高齢期にある人々は一生の中で、最も多様なライフスタイルを過ごしていると言えよう。そのため、生涯学習への取り組み方、頭(記憶能力)を使っているという意識、記憶に対する考え方もそのようなライフスタイルの影響を受けて、異なっているのではないかと推測される。これまで、高齢者の生活背景を軸に記憶能力のモニタリングを検討する試みはほとんど見られなく、多角的に高齢者の記憶能力のモニタリングの特徴を把握するためには、必要な視点であると考えられる。

このように本研究は、従来の記憶能力のモニタリング研究では対象とされにくかった高齢者を対象とする生涯発達の視点があるとともに、高齢者の教育、学習における記憶活動を支援する際に、自己の記憶能力に対する認知、内省というモニタリングの観点から有効な知見を示唆しようとする教育心理学的視点をもつものである。

2. 研究の目的

本研究では、老年期の生涯学習や記憶活動に対する支援を考え、その発達の特徴を明らかにするため、高齢者の記憶能力のモニタリングに焦点をあて、その記憶能力のモニタリングの概要や、そのような判断、評価が行われている理由について明らかにすることを目的とした。

具体的には、以下の3点から多角的に検討し、その詳細を理解することを目的とした。

(1) 高齢者における記憶能力の自己高揚的評価が生じることを再検討し、高齢者の背景を明らかにする<研究1>

(2) 高齢者における記憶能力のモニタリングと記憶課題(記憶しなければならない内容をどのように考えるか)について検討する<研究2>

(3) 記憶能力のモニタリングにおいて、高齢者のライフスタイルごとに違いが見られるのかについて詳細に分析し、把握する<研究3>

3. 研究の方法

(1) 研究1

調査対象 高齢者312人(男性163人、女性149人)。平均年齢は、69.46歳。なお、本研究では、子どもとは同居していない一人暮らしの高齢者のみを対象とした。

調査内容 以下の～までを含んだ質問紙を作成し、調査を実施した。

フェイスシート：年齢、性別、家族形態。

自己の記憶能力のモニタリング：独自に作成した4件法、20項目。

自尊感情：自尊感情尺度、4件法、10項目(山本他、1982)。

病気に対する認知：片山・小玉・長田(2009)の日本語版病気認知質問紙において、病名を認知症に改変して作成した5件法、10項目。

自由報告：社会的活動や運動自己の老化の程度などについて自由に回答を求めた。

(2) 研究2

調査対象者 高齢者大学に通う高齢者30人(男性15人、女性15人)。平均年齢は、68.20歳。

調査内容 以下の～までを含んだ質問紙を作成し、面接調査を実施した。所要時間は約30分から1時間程度であった。

フェイスシート：年齢、性別、家族形態。

自己の記憶能力のモニタリング：(1)研究1で作成した質問紙4件法、20項目。

記憶の課題について：記憶の課題内容について問う項目を4件法、20項目独自に作成した。

自由報告：自己の記憶能力を保つことに関連した社会的活動や運動、さらに病気などについて自由に回答を求めた。

(3) 研究3

その1 高齢者のライフスタイルタイプの検討

調査対象者 高齢者597人(男性309人、女性288人)。平均年齢は、69.12歳。子どもの有無にかかわらず、同居していない世帯(夫婦のみ、または一人暮らし)の高齢者を対象に、Web上での質問紙調査を実施した。

調査内容 以下の～までを含んだ質問

紙を作成し、調査を実施した。

フェイスシート：年齢、性別、家族形態。

ライフスタイル：ライフスタイル尺度、4件法、80項目(電通マーケティング統括局、1993)。

食事に関するライフスタイル：食ライフスタイル尺度、4件法、30項目(渋谷・小野寺・河野・西川、2008)。

その2 高齢者のライフスタイルタイプと記憶能力のモニタリングの関係の検討

調査対象者 高齢者620人(男性310人、女性310人)。平均年齢は、68.61歳。子どもの有無にかかわらず、同居していない世帯(夫婦のみ、または一人暮らし)の高齢者を対象に、Web上での質問紙調査を実施した。

調査内容 以下の～までを含んだ質問紙を作成し、調査を実施した。

フェイスシート：年齢、性別、家族形態。

自己の記憶能力のモニタリング：<研究1>で作成した4件法、20項目。さらに、日本語版成人メタ記憶尺度(日本語版MIA)、5件法、44項目(金城、井出、石原、2013)。

ライフスタイル：ライフスタイル尺度、4件法、80項目(電通マーケティング統括局、1993)。

老化度：主観的老化度尺度、4件法、19項目(小田、2002)。

4. 研究成果

(1) 研究1

「1年前よりも自分の記憶は衰えた」「若い頃と同じように物事を思い出すことができないう」「10年前よりも自分の記憶は衰えた」など、記憶能力のモニタリングのうち、過去の自分の記憶能力と現在の自分の記憶能力を比較した項目において、あてはまる(「その通り」「ほぼその通り」とあてはまらない(「全く違う」「やや違う」)の回答に分け、二項検定を行った。その結果、すべての項目において人数の偏りは1%水準で有意であり、あてはまるへの回答が多かった。一方、「同じ年の他人と比べて記憶は衰えている方である」「同年代の他人よりも物忘れがよく生じる」「同じ年の他人にと比べて、記憶の失敗が多い」など、記憶能力のモニタリングのうち、同じ年の他者と比較した項目においても同様の分析を行った。その結果、すべての項目において人数の偏りは1%水準で有意であり、あてはまらないへの回答が多かった。これらの結果から、高齢者では、同じ年の他者と記憶能力を比較したモニタリングを行った場合、記憶の自己高揚的評価が生じることが確認された。

このような自己高揚的評価が生じている高齢者の状況を確認するために、自尊感情を検討した。その結果、「自分には、自慢できるところがあまりない」以外の9項目において、自己を肯定する評価の方への回答数が7割を超えていた。このような結果から、高齢者は年を重ねるごとに、経験や知識を増やし

ていると考え、老年期である現在の自己に対する価値、満足感などの感情を高めているのかもしれないと推測される。

次に、病気（認知症）に対する認知を検討した結果、記憶と関係する顕著な病気である認知症について、9割を超える高齢者において「経済的影響がある、重大な結果をもたらす」など、その病気の影響を深刻にみていることが示された。また、「怖い、罹患したら考えると気分が落ち込む」など、その病気へのネガティブな感情も6割以上の高齢者で見受けられた。このような結果から、高齢者は、認知症という記憶に関連する病気を老年期の重大なリスクと認識していることがうかがえる。

さらに、自己の記憶能力を保つための社会的活動についての自由報告では、「地区の町内会長をしているから、いつも様々なことを考えている」「高齢者クラブで会計係をしている」など、役割をもち、活動していることをあげる者や、「詩吟やカラオケで歌詞を覚えている」「毎日、日記を書いている」など、個人的活動をあげる者がおり、日々、「頭を使っている」という理由が現在の記憶能力の状態に大きく関連していると認識しているのではないかと推察された。また、病気について、「自分の年代では認知症にかかる人が多いが、自分はそうではない」「ぼけていない」など、健康な状態であること自体が自己の記憶能力の高い評価に関連しているようであった。

以上のことから、高齢者における記憶能力のモニタリングでは、記憶の自己高揚的評価が見られることが確認された。その背景を自由報告や質問紙の内容から検討すると、高齢者において「頭を使っている」という自覚が記憶の自己高揚的評価に関係しているのではないかと考えられた。そしてそのことは、「年の割には何でもできる」という自尊心にもつながっているのではないかと推測される。他方、認知症という記憶と関係する病気も記憶の自己高揚的評価と関係していると考えられ、「認知症にかかることが多い年なのに自分は大丈夫だ」という認識が自己の記憶を肯定的に捉えることにつながるのではないかと推測された。

(2) 研究2

面接から得られた自由回答をまとめると、「自分の好きなこと」「自分が覚えたいと意欲をもったこと」などの事柄に対して、ほとんどの高齢者が「覚えることができる」と回答をしていた。その一方、「若い人が使う言葉」「人の名前」などについて、多くの高齢者が「覚えられない」と回答をしていた。

前者のような内容に関して、高齢者は日常生活において実際に覚えることができているという評価をしていた。これらのことから、高齢者は日ごろの生活において「覚えたいこと」だけを意欲と興味をもって覚えることが

できており、そのような事実に基づく「記憶に対する自己効力感」が(1)研究1で見られたような自己高揚的評価という記憶のモニタリングが生じているのではないかと考えられた。

また後者の内容のうち、「若い人が使う言葉」には「覚える必要を感じない」「覚える気がない」という意見が多く、前述したような興味・関心がないものに対しては覚える意欲も低く、そのような記憶課題を行って成績が悪いだろうし、悪くても構わないという傾向が見られた。他方、「名前の記憶」に関しては、「人の顔やその人の具体的なことはわかるが、名前が出てこない」「名前が思い出せなく、悪かったなと思う」ことが多く、日常生活での名前や固有名詞に関係する失敗経験も多いとの報告が見られた。これらのことから、高齢者は名前という課題については、重要視し、関心をもっているものの、日々の経験から困難な課題であると判断しているのではないかと推察される。

さらに、日常生活においては、「メモをとる、ノートを持ち歩く」など記憶の外的補助手段の活用が多くあげられ、必要なもの、好きなことは記憶をするが、それ以外は記録をするという行動が高齢者の記憶のスタイルなのではないかと推測された。

(3) 研究3

その1

高齢者のライフスタイルを明らかにするために、ライフスタイル尺度 80 項目を対象に探索的に因子分析（主因子法・プロマックス回転）を行った。その結果、「こだわり」因子、「地域活動」因子、「健康志向」因子、「余暇志向」因子の4因子解を採用した。各下位因子の係数は.73～.88であった。また、構成概念妥当性を検討するため AMOS を用いた確認的因子分析を行った結果、GFI=.91, AGFI=.89, RMSEA=.06 であり、数値はすべて 1%水準であったため問題ないと判断した。

次に、ライフスタイルの「こだわり」因子、「地域活動」因子、「健康志向」因子、「余暇志向」因子の各因子得点を用いて K-means 法によりクラスタ分析を行った。その結果、5つのクラスタが得られた。得られた5つのクラスタを独立変数、各下位因子の項目得点を従属変数とした分散分析を行った。その結果、有意な群間差が認められたため、Fisher の LSD 法（5%水準）による多重比較を行い、消極群、享楽群、保守群、積極群、平凡群と命名した。消極群は地域活動にあまり参加しておらず、衣服にこだわりもなく、休日には家にいることが多いという特徴をもつ。享楽群は、流行や話題に敏感であり、衣服にお金をかけるが、地域活動には参加していないという特徴をもつ。積極群は、地域活動に積極的に参加し、健康維持のために運動をしていたり、旅行などにも頻繁にでかけたりする特徴

をもつ。平凡群は、地域活動にある程度参加し、休日には温泉などに行く特徴をもつ。保守群は、健康を保つために身体を動かすようにし、食事にも気を遣うが、衣服にお金をかけないという特徴をもつ。以上のことから、高齢者のライフスタイルは5つのタイプに分けられると考えられる。

その2

5つの高齢者のライフスタイルタイプによって、記憶能力のモニタリング得点が異なるのかを検討するために、1要因の分散分析を行った(有意な差が見られた場合の多重比較はSidak法)。その結果、日本語版MIAでは、課題尺度の得点は、消極群が積極群、平凡群、享楽群(いずれも1%水準)、保守群(5%水準)よりも有意に得点が低かった。これは、消極群の高齢者が記憶課題の特性に応じて、記憶の成果を考えていないことを示唆している。次に不安尺度において、享楽群が消極群、保守群(いずれも5%水準)よりも有意に得点が低かった。これは、享楽群の高齢者が記憶に関する不安を抱いていないことを示唆している。他方、消極群の高齢者が記憶に関する不安を一番抱いていることも見受けられた。さらに、方略尺度において、消極群が積極群、保守群(いずれも1%水準)、平凡群、享楽群(いずれも5%水準)よりも有意に得点が低かった。これは、消極群の高齢者が記憶を行う時に、何らかの方略を使用していないことを示唆している。また、支配尺度において、消極群が享楽群よりも1%水準で有意に得点が低かった。これは消極群の高齢者が、自己の記憶力の統制感を持ち得ていないことを示唆している。さらに能力尺度において、消極群が享楽群(1%水準)、積極群、保守群(いずれも5%水準)よりも有意に得点が低かった。これは、消極群の高齢者が自己の記憶能力を低く評価していることを示唆している。最後に、変化尺度において、享楽群が他の4群よりも得点が低かった。他方、記憶に対する自己効力感、自己高揚的評価においては、ライフスタイルタイプごとに有意な差は見られなかった。

以上の結果で顕著であったのは、消極群と享楽群の特徴である。消極群の高齢者は、記憶課題の特性や記憶方略の使用などを重要であると考えていないようであり、行為としての記憶と直接向き合っていないようであった。また、自己の記憶能力も低く評価し、自分ではコントロールすることができないとみなしていることが伺えた。消極群に含まれる高齢者は、そのライフスタイルがネガティブ方向に向いていると考えられるが、記憶能力のモニタリングにおいてもネガティブ方向に評価していると推察された。一方、その反対の特徴をもつのが享楽群である。享楽群は、記憶に対する不安が少なく、自己の記憶能力を高く評価し、自分でコントロールすることができると思なしていることが伺え

た。享楽群に含まれる高齢者は、そのライフスタイルがポジティブな方向に向いていると考えられるが、記憶能力のモニタリングにおいてもポジティブな方向に評価していると推察された。

(4) 結果のまとめと簡潔な考察

本研究は、老年期の認知特性の理解や生涯学習の支援のために、高齢者のモニタリングに関する検討を目的としていた。研究1と研究2において、高齢者における記憶能力のモニタリングを詳細に検討した。その結果、高齢者の記憶能力のモニタリングにおいて、他人と比べた場合、記憶能力の自己高揚的評価が生じることが明らかになった。この理由として、社会的な活動をしていること、個人で記憶に関する活動をしていることなどが多くあげられていた。すなわち高齢者は、日常生活を活動的に過ごすことが、記憶の能力の維持につながっていると考えていることが伺えた。また、認知症という記憶に関係する病気に対して、恐怖感を抱いていると同時に、罹患していないこと、その状態がすでに記憶能力がいいと評価する判断基準になっているようであった。実際に記憶テストなどをやる機会がほとんどない高齢者にとって、自己の記憶の評価は、日常生活そのものや認知症への罹患を軸に形成されていると考えられた。

また、記憶課題については、興味・関心のある事柄については記憶能力の自己評価は高いようであるが、それ以外の事柄は覚える必要がなく、たとえ記憶できなくても意に介さない傾向が見受けられた。高齢者において、日常生活で興味・関心がある事柄を覚えることに積極的であり、結果として覚えられたという経験が、研究1での日常生活の活動性が高いという事実に反映されており、その結果、記憶能力の自己効力感を高め、自己高揚的評価が生じていると考えられた。

さらに、研究3において、記憶能力のモニタリングにおいて高齢者のライフスタイルごとに違いが見られるのかについて検討した。その結果、ライフスタイルが消極的な群は、記憶のモニタリングに関してもネガティブであることが示唆された。このことから、生涯学習や記憶活動の支援において、高齢者がどのようなライフスタイルをもつのかをあらかじめ知ることにより、様々なライフスタイルをもつ高齢者に即した、的確なサポートができるのではないかと推測される。

今後、ますます高齢化が進む我が国において、高齢者の記憶のモニタリングに関する更なる多角的な研究が必要であると考えられる。

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)

〔学会発表〕(計1件)

河野理恵・渋谷昌三・小野寺敦子・西川千登世 高齢者のライフスタイルに関する研究(1) - 高齢者におけるライフスタイルタイプの検討 日本心理学会第78回大会発表論文集、2014年9月11日、同志社大学(京都府上京区)

〔図書〕(計1件)

河野理恵(分担執筆) 高齢者のこころとからだ事典 中央法規出版株式会社、2014年、80~83.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

河野理恵(KAWANO RIE)

目白大学・人間学部・准教授

研究者番号：40383327