

機関番号：32683

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2007～2010

課題番号：19730446

研究課題名（和文）回想法は高齢者の認知症予防および心理的 Well-being の改善に有効か

研究課題名（英文）Effect of Reminiscence Therapy on prevention of dementia for older adults

研究代表者

野村信威 (NOMURA NOBUTAKE)

明治学院大学 心理学部 講師

研究者番号：90411719

研究成果の概要（和文）：

本研究では施設入居高齢者を対象としたグループ回想法を実施し、回想法による認知機能の効果および認知症予防における有効性を検討するとともに、質問紙調査による縦断研究から日常場面で行われる回想が心理的適応に及ぼす影響の検討を試みた。

グループ回想法は認知症の症状がない施設入居高齢者に対して週1回の頻度で8回実施した。認知機能への効果を検討した結果、約半数の参加者では改訂長谷川式簡易知能評価スケールの得点の上昇が認められたものの統計的には有意な効果は認められなかった。質問紙調査の結果からは、過去を想起することと想起した過去を語ることに異なる心理的意義が認められた。

研究成果の概要（英文）：

This study examined the effectiveness of group reminiscence therapy (RT) on the cognitive ability of Japanese institutionalized older adults as well as on the prevention of dementia, as well as the effect of daily reminiscence activities on the psychological well-being, by the longitudinal questionnaire research.

In the intervention study, participants without symptoms of dementia were recruited from the elderly nursing home. One-hour weekly sessions of RT were provided for 8 weeks. The result of the Friedman test showed no significant difference and the effect of the RT on the cognitive ability was not clear. However, a half of the participants demonstrated increase of the HDS-R score, which may suggest a potential effect of RT. The result of questionnaire research showed that the intra-personal (mental) reminiscence and interpersonal (oral) reminiscence have the different relation with the psychological well-being.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	1,000,000	0	1,000,000
2008年度	500,000	150,000	650,000
2009年度	500,000	150,000	650,000
2010年度	100,000	30,000	130,000
年度			
総計	2,100,000	330,000	2,430,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：地域援助, 回想法

## 1. 研究開始当初の背景

回想法 (Reminiscence therapy) は 1960 年代に精神科医の Butler (1963) により提唱された高齢者を対象に行う心理的援助手段であり、個人あるいは集団の高齢者に対して過去を積極的に想起して語るように促すことで、心理的 well-being の改善をはじめとする様々な効果を導くものである。Butler (1963) によれば、老年期における回想とは、「過去の未解決の葛藤を解決するように促す自然で普遍的な心的プロセス」であり、このような老年期の心的過程はライフレビューと呼ばれている。

1980 年代以降、高齢者に対する心理的援助手段としての回想法の意義が注目を集め、欧米を中心に臨床・看護・介護場面等で多くの実践が行われ、またその有効性に関する研究も数多く報告されている (レビューとして Haight & Webster, 1995)。これまでの研究から、回想法の効果としては、抑うつや不安感の軽減、自尊感情の回復、生き甲斐感や心理的 well-being の促進または改善、認知症高齢者の認知・情動機能の改善や維持、病院や施設における対人関係の形成や促進などが報告されている (例えば Haight, 1988; Wong & Watt, 1991)。

日本でも高齢化社会の問題が注目されるにしたがって回想法の実践や研究報告が増加傾向にある (例えば黒川・斉藤・松田, 1995)。また、医療保険の診療報酬点数の適用を受けて、医療現場における痴呆性高齢者へのグループ回想法の実践が普及しつつある。

しかしながら、認知症を有する高齢者の認知機能の維持や心理的援助手段として回想法の意義が広く認められていることと対照的に、健常高齢者に対する回想法の有効性が検討された研究はあまり多くはない。そのために、老人保健施設やデイケア等で実践される認知症でない高齢者を対象とした回想法はしばしばレクレーションの一環として位置づけられ、認知症の予防的介入の手段としての意義はほとんど注目されておらず、その効果を実証的に検討した報告も認められていない。

そのため、近年深刻化している高齢者の医療費負担軽減の必要性の観点から、健常高齢者の認知症の予防に有効である介入方法や心理的援助手段を確立することは社会的要請に沿った重要な研究テーマだと言える。

## 2. 研究の目的

これまで行われてきた回想研究は、おおまかに質問紙調査、インタビュー調査、介入研究の 3 つの研究方法に大別することができる。そして、これらの研究アプローチで検討されている回想の性質は厳密には同じではなく、実際にはその定義に相違が見られることが指摘されている (Thornton & Brotchie, 1987)。例えば、質問紙調査で回想が検討される場合、高齢者が日常生活の不特定の場面で思い出される回想 (個人内回想) が取り上げられているのに対して、インタビュー調査では主に言語的に他者に語られた回想が検討されている。そして回想法 (療法的回想とも呼ばれる) による介入研究では、経験を積んだ治療的傾聴者や他の参加者との対話や相互交流を含めた回想が扱われている。そのため、これらの研究方法の相違が結果に及ぼす影響について慎重に検討する必要があることが指摘されているが (野村・山田, 2004)、これまでの研究で方法論の違いによる影響が考慮され、複数の研究方法間の結果の比較検討が試みられた機会は現在でもまれである。

そのため本研究では、1) グループ回想法による介入研究、2) 質問紙調査による縦断研究、そして 3) グループ回想法において語られた逐語記録をもとに行う内容分析の 3 つの研究アプローチを併用して行い、健常な高齢者に対する回想法の有効性について複数の視点から検討を試みる。

上記のアプローチのうち 1) グループ回想法による介入研究では、認知症を持たない在宅または施設入居高齢者に対するグループ回想法が、認知・情動機能の維持や心理的 well-being の促進させる効果を有するかどうかについて実証的な検討を試みる。

これまでの回想法研究は事例的・逸話的な報告が多いため、その心理的効果を実証することは依然として研究者の課題であると考えられる。ことに日本においてはその効果に関する実証的な検討はわずかであり、研究の蓄積が望まれている。これまで著者らは、在宅の健常高齢者に対して行うグループ回想法の心理的効果を検討し、介入前後で人生満足度に有意な改善を認めた (野村・橋本, 2006)。その一方で、抑うつ度や自尊感情度では効果は認められず、心理的 well-being 全体に対する効果は明確ではなかった。また、参加者の無作為割当て (random assignment) などの研究デザインも充分ではなかった。そ

のため、本研究ではより厳密な研究デザインのもとで心理的 well-being に対する回想法の効果を明らかにすることが望まれる。

一方、2) 質問紙調査による縦断研究では、回想法による心理的効果を検討する上で基礎的な資料となる、高齢者が日常場面で行う回想の特徴と心理的 well-being との関連などを検討する。一般に単独の質問紙調査の結果をもとに因果関係についての知見を引き出すことは控えるべきだとされているが、本研究では、縦断的なデータを用いることから日常場面で行われる回想がもつ心理的効果や影響について検討する。

本研究の目的は、グループ回想法が高齢者の認知症予防および心理的 well-being の改善に有効かどうかを検討することである。また、どのように過去を回想することがより有効であるのかを検討することである。

本研究ではその対象を健常高齢者に限定し、回想法の効果の中でも認知症の予防的効果と心理的 well-being を維持・改善させる効果が認められるのかを明らかにする。また、後述する面接場面での逐語記録の内容分析を通して、回想法でどのように過去が語られることがその心理的効果と関連するのかについて明らかにする。そして、質問紙調査の結果との比較を通して、日常場面で行われる回想と回想法の心理的意義の相違について明らかにする。

### 3. 研究の方法

#### 1) グループ回想法による介入研究

回想法による介入研究では、近畿圏に所在する特別養護老人ホームの入居者のうち明らかな認知症の症状が認められず、回想法への参加が可能であるという条件を満たす者に対して「思い出を語りあう会」への参加をもとめ、依頼に応じた12名を回想群の対象者とした。その一方で7名の入居者には効果評価のための聞き取り調査への参加をもとめて統制群とした。なお統制群の参加者で調査に応じたものの、後述する認知機能検査の得点が著しく低かった (HDS-R が10点以下) 2名を対象者から除外した。本研究では回想群および統制群に参加した入居者19名 (男性2名、女性17名、平均年齢87.8歳、標準偏差7.5歳) を対象に分析を行った。

手続き グループ回想法のセッションは原則として野村・橋本 (2006) のグループ回想法の枠組みに従い、約1時間のセッションを合計8回実施した。各セッションは週1回の頻度で設定し、毎週決まった日時に施設内の所定の部屋で行われた。各セッションでは、メンバー間の自己紹介の後に回想のきっかけとなる昔の玩具や写真、尋常小学校教科書、懐メロの音楽などを提示して回想を促した。

終了前には雑談の時間を設け、終わりにメンバーで歌をうたって終了した (Table 1 参照)。第1回目のセッションには、大正時代の大阪の記録映画の上映会を行った。2回目以降のセッションでは、遊び、小学校、家族、懐かしいメロディ、青春時代、大切な思い出などをテーマに設定して行われた (Table 2 参照)。

参加者およびスタッフは椅子または車椅子に着席して車座になった。スタッフはリーダー1名とコ・リーダー2名の回想法経験者からなり、それぞれセッションの司会進行役と聴覚機能や日常生活動作 (ADL) が低い参加者のサポート役を担当した。スタッフは回想法の実施にあたって「良い聴き手 (Lewis & Butler, 1974)」となるように努め、一貫して受容・共感的態度で応答するように留意し、参加者が自由に回想出来るよう、最低限の発言をのぞいて回想を妨げないように配慮した。セッション中の発言内容は参加者の承諾の上で IC レコーダーに録音し、セッション終了後に必要に応じて聴取した。

Table 1 回想法セッションのタイムテーブル

タイムテーブル	
13:30	入室 (はじめのBGM)
14:00	開始・はじめの挨拶と自己紹介 回想のテーマおよび材料の提示
14:45	雑談、終わりの挨拶と歌 (青い山脈)
15:00	終了・退室 (終わりのBGM)

Table 2 回想法セッションのテーマと材料

	テーマ	材料
第1回	記録映画上映会	DVD
第2回	遊びの思い出	お手玉、紙風船等
第3回	小学校時代の思い出	尋常小学校教科書
第4回	家族の思い出	回想図版
第5回	懐かしいメロディ	懐メロCD
第6回	青春時代の思い出	回想図版
第7回	大切な思い出	特になし
第8回	人生で一番いい思い出	回想法のしおり

参加者の認知機能を検討する指標には、改訂長谷川式簡易知能評価スケール (HDS-R; 加藤ほか, 1991) を使用した。年齢、日時と場所の見当識、言葉の記銘、計算、数字の逆唱、遅延再生、物品記銘、語彙流ちょう性の9つの課題からなり、日本において認知症の鑑別に利用される代表的な認知機能検査のひとつである。認知症判定のカットオフポイントは20/21点である。HDS-Rはグループ回想法の介入期間の開始1週間前と終了1週間後に測定し、さらに回想群では終了の3ヶ月後にも測定を行った。

参加者の心理的適応 (well-being) を検討する指標には以下の2つの尺度を使用した。自尊感情の指標としてローゼンバーグの自尊感情尺度 (RSE; Rosenberg, 1965) の日本

版を用いた（山本・松井・山成，1982）。自分自身について「これで良い」と思う程度を測定し，5件法で回答をもとめる。人生に対する満足度の指標としては人生満足度

（LSI-A; Neugarten, et al., 1961）の日本版（和田，1981）を用いた。本研究では野村・橋本（2001）が独自に修正を加えた5件法14項目のうち，因子負荷量が高い10項目のみを用いた。なお対象者には視力低下などから記入による回答が困難な者もいたため，その場合には検査者が質問項目を読み上げ，口頭での回答をもとめた。

## 2) 質問紙調査による縦断研究

質問紙調査による縦断研究では，高齢者が日常的に行う回想のうちで個人内回想と対人的回想を取り上げ，これらの回想を測定する尺度を作成してその特徴の相違を検討するとともに，日常的にこれらの回想を行うことが心理的適応にどのような影響を及ぼすかを検討することを目的とした。

調査対象者は関西圏の複数の都市在住し，シルバー人材センターに登録する在宅高齢者のうち，質問紙への回答が可能である登録者に対して有償で調査を依頼した。対象者との接触はセンターの担当者に依頼することで匿名による回答とした。質問紙の回答に応じたのは，それぞれS市43名（男性22名，女性21名，平均年齢69.6歳，標準偏差4.7歳），K市45名（男性18名，女性27名，平均年齢70.6歳，標準偏差4.1歳），H市42名（男性28名，女性14名，平均年齢70.6歳，標準偏差4.0歳）であり，全体で130名（男性68名，女性62名，平均年齢70.3歳，標準偏差4.3歳）だった。

個人内回想および対人的回想尺度の項目は，山口（2004）の質問項目を参考として，これまでの研究（野村，2008a，2008b）で収集された以下の6項目を用意した。1. あなたは一人である時にどれ位頻繁に過去を思い出しますか。2. あなたは何かのきっかけでどれ位過去のことを考えますか。3. あなたは普段どれ位よく過去のことを考えますか。4. あなたは誰かと一緒にいる時にどれ位過去のことを話しますか。5. あなたは自分から誰かに過去のことを話しますか。6. あなたは過去のことが話題になればどれ位思い出を話しますか。

選択肢は，まったく考えない（話さない：1点）～よく考える（話す：5点）の5件法とした。

質問紙は以下の尺度から構成された。回想に関する尺度は，野村・橋本（2001）による肯定的および否定的回想尺度の短縮版12項目と再評価傾向尺度に加え，日常場面全般における回想の頻度を測る長田・長田（1994）の回想尺度を妥当性の検討のために用いた。

心理的適応指標として人生満足度（Neugarten et al., 1961）の日本版を修正した10項目，老年うつ尺度GDSの短縮版15項目（Sheikh & Yesavage, 1986）およびRosenberg（1965）の自尊感情尺度を用いた。分析には統計パッケージのSPSS 16.0J for Macを用いた。

## 3) グループ回想法において語られた逐語記録をもとに行う内容分析

本研究で当初計画されていた内容分析については，グループ回想法における有効性が統計的に確認出来なかったため行わなかった。

## 4. 研究成果

### 1) グループ回想法による介入研究

回想群におけるHDS-Rの得点の平均は，プレテスト22.2点（SD=4.6），ポストテスト23.3点（SD=5.0），フォローアップ23.3点（SD=4.4）だった。また統制群の平均は，プレテスト19.7点（SD=6.2），ポストテスト19.3点（SD=5.7）であり，やや統制群の得点が低かった。本研究では，対象者数の少なから母集団の正規性を保証することが困難であるため，Friedman検定により回想群のみを対象に回想法による効果を検討した。その結果，介入前後での得点の有意な変化は認められず（ $\chi^2(2)=1.77$ , n. s.），回想法の認知機能への効果は明らかにならなかった。

そこで得点の変化を個別に検討したところ，プレテストにおけるHDS-Rの得点には16-30点の範囲でばらつきが認められた（Figure 1参照）。回想群の参加者10名のうち5名ではプレテスト-ポストテスト間で得点が増加し，3名では得点はほぼ変化せず（0ないし1点），2名では得点が低下した。得点の上昇が認められた5名全てでフォローアップでは再び得点の低下が認められた。その一方で統制群では7名のうち2名がプレテスト-ポストテスト間で得点が増加し，2名では得点はほぼ変化せず，3名では得点が低下した。

心理的適応指標のうち自尊感情度（RSE）では，回想群の得点の平均はプレテスト30.9点（SD=8.5），ポストテスト30.6点（SD=8.5）だった。また統制群の得点の平均は，プレテスト28.4点（SD=7.4），ポストテスト30.8点（SD=8.1）だった。

人生満足度（LSI-A）では，回想群の得点の平均はプレテスト35.6点（SD=6.1），ポストテスト31.1点（SD=4.4）だった。また統制群の得点の平均は，プレテスト31.0点（SD=9.1），ポストテスト31.2点（SD=10.1）だった。いずれの指標でも回想群において得点の上昇は認められず，人生満足度ではむしろ

る得点の低下傾向が認められた。

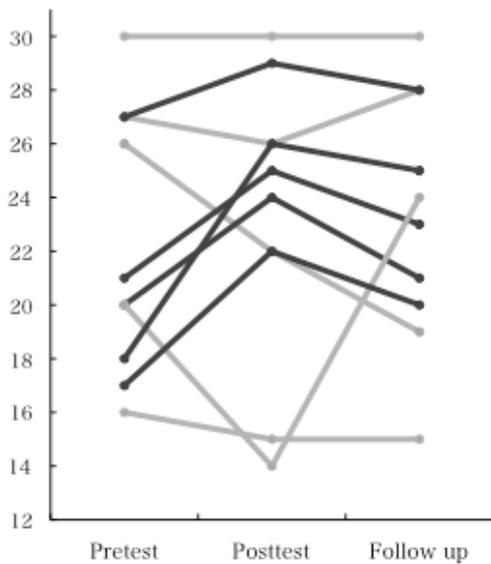


Figure1 グループ回想法による認知機能の変化  
(濃い線はプレ-ポスト間で得点が増加した参加者)

## 2) 質問紙調査による縦断研究

質問紙調査による縦断研究では、用意した6項目について主因子法・プロマックス回転による因子分析を固有値1を基準として行った。その結果、因子負荷量が.40以下の項目は認められず、項目1,2,3と項目4,5,6からなる2因子構造が認められた。2因子の固有値はそれぞれ3.25, 1.01であり、累積寄与率は71.04%だった。Cronbachの $\alpha$ 係数は個人内回想では.86、対人的回想では.71であり、尺度として利用可能だと判断された。測定した尺度間の相関をもとめてTable3に示した。

個人内回想と対人的回想には中程度の相関( $r=.522, p<.001$ )が認められた。また個人内回想は回想の頻度( $r=.492, p<.001$ )と否定的回想( $r=.303, p<.001$ )との間に、対人的回想は回想の頻度( $r=.312, p<.001$ )と肯定的回想( $r=.205, p<.05$ )、自尊感情( $r=.204, p<.05$ )との間にそれぞれ有意な相関が認められた。

Table 3 回想および心理的適応指標間の相関

	個人内回想	対人的回想	回想の頻度
回想の頻度	.492 ***	.312 ***	
肯定的回想	.129	.205 *	.173 *
否定的回想	.303 ***	.058	.411 ***
再評価傾向	.134	.132	.103
抑うつ	-.022	-.154	-.263
自尊感情	.081	.204 *	.303 **

\*  $p<.05$  \*\*  $p<.01$  \*\*\*  $p<.001$

回想と心理的 well-being との双方向の因果関係を検討するため、Finkel(1995)の交差遅れ効果モデル(Cross-lagged effect model)を用いたパス解析を行った。個人内回想と対人的回想のいずれか、肯定的および否定的回想、心理的 well-being の指標のいずれかをモデルに投入して分析を行った。

個人内回想と自尊感情度を選択したモデルでは、初回調査時の個人内回想が2ヶ月後の肯定的( $\beta=.223, p<.01$ )および否定的回想( $\beta=.139, p<.05$ )にそれぞれ影響を及ぼしていた。対人的回想を選択したモデルでは(Figure2 参照)初回調査時の肯定的回想( $\beta=.148, p<.05$ )と自尊感情度( $\beta=.191, p<.01$ )が、それぞれその後の対人的回想の頻度に影響を及ぼしていた。自尊感情度からはその後の否定的回想への影響も認められた( $\beta=.163, p<.01$ )。心理的 well-being から対人的回想への影響は人生満足度と抑うつ度のモデルでも認められ、心理的 well-being の高さ全般が対人的回想を高める影響があると考えられた。この結果より、個人内回想が心理的 well-being に及ぼす影響は明らかではないが、心理的 well-being の良好さは対人的回想を促進させる影響があると考えられた。

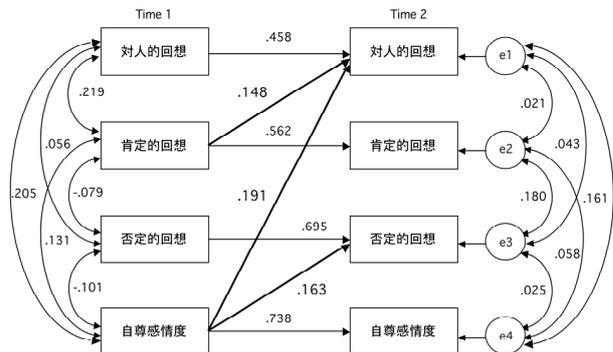


Figure2 対人的回想、肯定的および否定的回想、自尊感情度間のパスダイアグラム

本研究では、グループ回想法による介入研究により回想法による認知機能の効果および認知症予防における有効性の検討を試みるとともに、質問紙調査による縦断研究により日常場面で行われる回想が高齢者の心理的適応に及ぼす影響についての検討を試みた。介入研究では当初の研究計画に反して十分な対象者を確保できず、回想法が認知機能の維持、改善に果たす有効性は統計的に確認出来なかった。そのため、本研究で計画されていた第3の研究アプローチである、③「グループ回想法において語られた逐語記録をもとに行う内容分析」は検討することが出来なかった。しかしながら回想群の約半数の5名では、回想法の終了後にのみ共通して認知機能の点数の増加傾向が認められ、回想法が

一部の対象者には有効である可能性が示唆された。

その一方で、質問紙調査による縦断研究では、新たに作成した個人内回想および対人的回想尺度に一定の信頼性と妥当性が認められた。パス解析の結果からは、個人内回想が心理的 well-being に及ぼす影響は明らかではないが、心理的 well-being の良好さは対人的回想を促進させる影響があると考えられ、過去を想起する行為と想起した過去を語る行為はそれぞれ異なる心理的意義を持つことが認められた。この結果は回想のモダリティの相違を考慮することの重要性（野村・山田，2004）を支持するものであり、回想法による心理的効果の前提となる重要な知見だと言える。

本研究では認知症予防における回想法の効果を示すことは出来なかったものの、回想法の有効性の実証に向けてさらなる検討を重ねる必要があると言える。

#### 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）

〔雑誌論文〕（計 1 件）

- ① 野村信威 施設入居高齢者に対するグループ回想法の認知機能への効果の検討  
明治学院大学心理学紀要 査読つき論文  
第21号 2011（印刷中）

〔学会発表〕（計 5 件）

- ① 野村 信威 高齢者における回想の質と適応との関連について(15) グループ回想法の効果評価 における個別的検討の意義 日本心理学会第 72 回大会 2008 年 9 月 19-21 日 北海道大学
- ② 野村 信威 高齢者における回想の質と適応との関連について(16) 回想法は施設入居高齢者の 認知症予防に有効か 日本心理学会第 73 回大会 2009 年 8 月 26-28 日 立命館大学
- ③ 野村 信威 高齢者における回想の質と適応との関連について(17) 回想のモダリティ:個人内 回想および対人的回想尺度の作成 日本健康心理 学科心理学会第22回大会 2009年9月8日 早稲田大学国際会議場
- ④ 野村 信威 高齢者における回想の質と適応との関連について(18) 回想のモダリティ:回想が心理的 well-being に及ぼす影響 日本パーソナリティ心理学会

第 19 回大会 2010年10月10-11日 慶應義塾大学

- ⑤ Nobutake Nomura The Modality of Reminiscence International Reminiscence & Life Review Conference 2009 2009 年 11 月 18 日 Holiday Inn Select Atlanta Capitol Conference Center, Atlanta GA, USA

〔その他〕  
ホームページ等

回想法の研究と実践の紹介

<http://web.mac.com/reminiscenceinjapan/IIRLRJapan/HOME.html>

#### 6. 研究組織

##### (1) 研究代表者

野村 信威 (NOMURA NOBUTAKE)  
明治学院大学 心理学部 講師  
研究者番号：90411719