

令和元年6月3日現在

機関番号：34601

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2018

課題番号：15K04171

研究課題名(和文) 認知症介護にかかわる家族の日常生活における回想行為と精神的健康の関連に関する研究

研究課題名(英文) Factors related to reminiscence in daily life and mental health of family caregivers in dementia care

研究代表者

奥村 由美子 (Okumura, Yumiko)

帝塚山大学・心理学部・教授

研究者番号：70412252

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,400,000円

研究成果の概要(和文)：認知症介護では、認知症の人とともに認知症の人を介護する家族への支援も重要である。本研究では、家族への支援方法を検討するために、家族の精神的健康にかかわる要因を検討した。

その結果、介護を助けてくれる人がいる、「自分は自分」であると認識している、自分の思うとおりに介護できている、良い思い出を、体調の良い時に、誰かと一緒に回想している、などが家族の精神的健康と関連していた。また、専門職とともに、介護過程における家族自身の思いを振り返ることにより、家族の精神的健康を維持、促進させる可能性があることが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

認知症介護では、認知症の人とともに認知症の人を介護する家族への支援も重要である。認知症の人への質の高い介護が提供され続けるためには、家族の健康状態をいかに確保できるかが大きな課題となる。家族支援においては、介護情報の提供や認知症者との活動にとどまらず、家族を「家族」という側面とともに、「一人の人」という側面をも重視して、両側面から支援することにより、家族の精神的健康の維持、促進を目指すことが必要である。家族支援のあり方として家族の介護や自己への認識や日常の回想に着目した検討は国内外ではまだなされておらず、本研究は、今後の家族支援方法を検討する上で大きな意義があると考えられる。

研究成果の概要(英文)：In dementia care, it is necessary to support the family caregivers as well as person with dementia. In this study, factors related to mental health were investigated to consider the appropriate support to family caregivers.

Mental health of family caregivers was related to having a person who help daily nursing, recognizing of self that I am what I am, caring as one wish, or looking back on good memory with someone in good condition. Furthermore, there is a possibility that mental health of family caregivers is maintained or improved by reflecting back on the caregiver's own thoughts in care process with a profession.

研究分野：心理学

キーワード：家族 在宅 認知症介護 自己認識 回想 精神的健康 介護負担感

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

認知症介護では、認知症の人とともに認知症の人を介護する家族（以下、家族）への支援も重要であり、オレンジプラン以降、家族支援の重要性が謳われている。当事者への質の高い介護が提供され続けるためには、家族の健康状態をいかに確保できるかが大きな課題となる。認知症者を介護する家族の介護負担が増大する要因として、認知症による認知機能の低下や行動・心理症状(BPSD)等があらわれる認知症の人への対応や社会的な孤立などを含む関係性の障害があげられ、家族の自己肯定感を低下させたり、うつ状態に陥る場合も珍しくない(谷向ら,2013; 高原,2013)。

認知症者には、主に認知機能の改善を標的とする薬物療法とBPSDの改善を標的とする非薬物療法が必要に応じて行われている。非薬物療法の一つにあげられる回想法の実施においては、自尊心の向上や情動機能の回復、社会的交流の促進等が期待され、申請者のこれまでの実践においてもそれらの効果を認めてきた(奥村ら,2005; Okumura, et al.,2008)。介護専門職が回想法の実施にかかわることによって、認知症者の日常とは異なる堂々とした発言や様子を知ることができ、認知症者への理解を深め、日常の介護におけるかかわり方の改善につながるという効果が認められている(奥村,2010)。介護にたずさわる家族への教育的介入については、病院等の専門機関での実施および自宅への個別訪問等の形式で行われてきた。内容は主に、疾患と症状の理解、介護におけるかかわり方等についての教育、家族や専門職との意見交換会のほか、家族が認知症者とともに回想や活動を行なうことを通して、認知症者に対する理解が深まることや精神的健康面を改善できる可能性も報告されている(Woods, et al.,2009; Charlesworth, et al.,2011)。このように、まずは、認知症者自身について、認知症の症状にとられることなく理解を深める機会をもつことが必要であると考えられる。

さらに、家族支援においては、介護情報の提供や認知症者との活動にとどまらず、家族を「家族」という側面とともに、「一人の人」という側面をも重視して、両側面から支援することにより、家族の精神的健康の維持、促進を目指すことが必要である。

また、回想法は、家族自身を尊重し、日々の介護においていろいろな思いを抱きながら、いかに折り合いをつけ介護に向き合っているのかを理解し、支えることができる可能性がある。しかし、家族自身に焦点をあてた回想法については、その実践の必要性が提案されてきた(Haight,1988)が、介入やその効果についての検討は国内外で進んではいないのが現状である。そこで申請者は、家族への回想法の意義を検討する予備調査を、質問紙および半構造化面接により行った。その結果、日常生活において家族が自分自身や認知症者との良い思い出を回想する機会をもつことが、家族の精神的健康に関連する可能性が示された(奥村,2014)。本来、回想法には聴き手の存在が必要となるが、家族は日々の介護の中で自分のための落ち着いて過ごせる時間を持ちにくく、日常生活に導入しやすい方法も必要となる。

家族支援のあり方として家族の介護や自己への認識や日常の回想に着目した検討は国内外ではまだなされておらず、本研究課題は、今後の家族支援方法を検討する上で大きな意義があると考えられる。

2. 研究の目的

本研究では、認知症介護にかかわる家族の介護や自己への認識、および日常生活における回想状況と、精神的健康との関連を検討するために、質問紙調査を通して、介護にかかわる家族の介護状況、介護や自己への認識、日常生活における回想行為と、精神的健康等との関連から、家族の精神的健康に関する要因、および家族自身にとっての回想の位置づけや意義を明らかにすること、介護にかかわってきた家族を一個人とした回想法を通して聴き手の存在する回想による効果を明らかにすること、を目的とした。

3. 研究の方法

本研究では第一段階として、介護状況、介護や自己への認識、精神的健康、日常の回想行為などを問う質問紙の項目について、予備調査の結果をふまえて改訂した。改訂版調査票により、認知症者を介護する家族への質問紙調査を実施した。調査は、認知症診療を専門とする地域のクリニック2カ所の協力を得て、そこに受診する認知症者の家族に、受診時に医療機関を通して質問紙を配付し、回答後に家族から研究代表者に郵送により提出してもらった。さらに、第二段階として、質問紙調査実施時に、面接への協力者を募り、協力を申し出た家族を対象に面接調査を実施した。面接は研究協力を得ている医療機関にて、各人につき1回、約1時間実施した。面接では、介護への振り返りを通して、家族一個人にとっての介護の意味や位置づけなどを聞きとった。これらの結果から、認知症介護にかかわる家族の精神的健康に関わる要因を、介護状況、介護や自己への認識、精神的健康、日常の回想行為との関連から検討し、家族への支援方法を検討する。

4. 研究成果

(1) 質問紙調査の実施と結果

質問紙は、基本属性、介護状況を尋ねる項目に加え、精神的健康度の測定として、日本語版WHO-5(WHO-5_J:Awata, et al.,2007)、エリクソン心理社会的段階目録検査(EPSI:中西ら,1993)、介護負担感の測定として、Zarit介護負担感尺度日本語版短縮版(J_ZBI_8:荒井ら,2003)を

用いた。さらに、介護への認識、自己についての認識、日常生活における回想の状況等を尋ねる項目により構成された。

質問紙調査は、認知症診療を専門とする地域のクリニック2カ所の協力を得て実施した。合計1500部の配付を依頼し、680人より回答が得られた。性別は男性170人、女性502人、不明8人、平均年齢は 61.6 ± 11.8 歳、平均介護期間は 3.8 ± 3.9 年であった。このうち主介護者は622人、副介護者49人、不明は9人であった。平均年齢は 61.6 ± 11.8 歳、平均介護期間は 3.8 ± 3.9 年であった。認知症者の続柄は、自分の親361人が最も多く、配偶者180人、配偶者の親71人、その他40人、不明28人であった。診断名は、アルツハイマー型認知症304人が最も多く、血管性認知症121人、前頭側頭葉変性症53人、レビー小体型認知症20人、混合型13人、その他および不明169人であった。

このうち、認知症の人在宅で主に介護する家族506人について検討を進めた。性別は男性123人、女性381人、不明2人で、平均年齢は 62.2 ± 12.0 歳、平均介護期間は 3.6 ± 3.7 年であった。認知症者の続柄は、自分の親262人が最も多く、配偶者161人、配偶者の親58人、その他30人、不明2人であった。診断人は、アルツハイマー型認知症227人が最も多く、血管性認知症97人、前頭側頭葉変性症42人、レビー小体型認知症16人、混合型10人、その他および不明114人であった。福祉サービスについては、利用あり343人、利用なし98人、不明64人であった。また、各種家族会については、参加あり21人、参加なし481人、不明2人であった。仕事については、あり247人、なし259人であった。

主な介護状況について表1に示す。「話を聞いてもらえる」「介護を助けてもらえる」「介護を交代してもらえる」については、いずれも「はい」が「いいえ」より多かった。自分についての認識は、「自分は自分である」が「認知症の人の介護者である」よりも多かった。また、「日々の介護に自分の思うように取り組んでいる」「自分らしく過ごせている」については、「思う」の方が「思わない」よりも多かったが、「どちらともいえない」という回答も多かった。「介護を続けていこうと思う」については、「思う」という回答がほとんどを占めた。

日常における過去の回想の有無については、「よく思い出す」96人、「どちらともいえない」359人、「思い出さない」48人であった。また、過去を回想すること「好き」155人、「どちらともいえない」285人、「嫌い」39人であった。思い出す状況は「ひとりの時」が「誰かと一緒の時」よりも多く、思い出す内容は「良い内容」「どちらともいえない内容」がほぼ同数を占めた。また、自分の体調の「良い時」が「悪い時」よりも多かったが、要介護者の体調については「良い時」と「悪い時」はほぼ同数であった。しかし、いずれも「どちらともいえない」という回答が最も多かった。回想後には、気分や介護が「良くなる」が「悪くなる」よりも多かったが、「どちらともいえない」という回答が最も多かった(表2)。

これら日常の介護や回想の状況と、精神的健康や介護負担感との関連を比較した(t検定、一元配置分散分析)。その結果、「話を聞いてもらえる」場合にWHO-5_J得点が有意に高く、「介護を助けてもらえる」場合にWHO-5_J、EPISIの得点が高く、J_ZBI_8得点が低かった。「介護を交代してもらえる」場合はWHO-5_J得点が高く、J_ZBI_8得点が低かった。「自分は自分である」と認識している場合は、WHO-5_Jが高く、J_ZBI_8得点が低く、「日々の介護に自分の思うように取り組んでいる」「自分らしく過ごせている」「介護を続けていこうと思う」場合は、WHO-5_J、EPISIの得点が高く、J_ZBI_8得点が低かった。また、回想については、回想することがある場合にWHO-5_J得点が高く、J_ZBI_8得点が低く、「誰かと一緒の時」に回想する場合には、WHO-5_J、EPISIの得点が高く、J_ZBI_8得点が低かった。回想内容が「良い」場合にEPISI得点が高く、自分の体調も要介護者の体調も「良い時」に回想している場合にWHO-5_J、EPISIの得点が高く、J_ZBI_8得点が低かった。さらに回想後に、気分や介護への取り組みが良くなるという場合に、WHO-5_J、EPISIの得点が高く、J_ZBI_8得点が低かった。

(2) 面接調査の実施と結果

質問紙調査に加え、面接調査にも協力の意向を示した中から、日程等の調整ができた14人の家族を対象に、介護の振り返りや家族にとっての介護の意味等を尋ねる面接調査を実施した。面接前と面接後にWHO-5_J、J_ZBI_8からなる質問紙への記入を求めた。面接後の質問紙には、あわせて面接についての感想や面接後の日常の様子についても記入を求め、面接から約3~4週後に郵送により回収した。

面接時の振り返り内容から、主に「家族の認知症について信じられず後悔が伴いながら何とか受容できるまでの時期」、「複雑な葛藤が繰り返されつつ介護におわれ余裕のない時期」、「介護での様々な工夫や周りに目を向けるようになった時期」という3つの時期に分類することができた。また、仕事等の家族自身の逃げ場が必要であること、生活の中のバランスの維持の必要性の他、家族の歴史の重みや自身の加齢との重なりについての認識が子どもへの継承や他者への役立ちを考えることにつながったこと等が話された。面接後には、家族の自信の回復や新鮮な気分での介護への取り組み、家族との介護についての話し合いの実施等がみられたことがわかった。WHO-5_J、J_ZBI_8については明らかな変化は認められなかったが、中には、WHO-5_Jの「ぐっすりと休め、気持ちよくなれた」として改善傾向がみられた回答もあった。

(3) まとめと今後の課題

家族にとって、話を聞いたり介護を交代してもらえることに比べ、助けてもらえることは精神的健康や介護負担感とより関連していた。このことは、周囲から、介護に関することで、少しずつでも継続的に支援されることが望まれている可能性がある。また、日常において、「自分

は自分である」「自分らしく過ごせている」と認識していることや、誰かと一緒に、体調の良い時に、良い内容を回想することが精神的健康や介護負担感と関連し、家族の気分を良くするとともに、日々の介護にも良い影響を与える可能性があることが示された。さらに、家族は、要介護者を中心とする介護そのものの話を話す機会があっても、自分自身の思いを中心とした話を聴いてもらえる場がほとんどなく、家族の振り返りを聴いてもらえる場の確保が望まれた。ある時点で介護過程の振り返りは要介護者、家族それぞれの、ひとりの人としての生き様を継続できる可能性があるのではないかと考えられた。今後は、さらに、精神的健康や介護負担感と関連した要因の相互関係を検討するとともに、家族の望ましい日常の過ごし方を示していくことが課題である。

表1 主介護者の介護状況

(人)	はい	いいえ	不明	
話を聴いてもらえる	461	40	5	
介護を助けてもらえる	355	144	7	
介護を交代してもらえる	283	212	11	
(人)	はい	いいえ	不明	
自分の認識（複数回答あり）				
自分は自分である	309	186	11	
認知症の人の介護者である	174	321	11	
その他	44	451	11	
(人)	思う	どちらとも いえない	思わない	不明
日々の介護に自分の思うように 取り組んでいる	143	239	119	5
介護を続けていこうと思う	386	98	17	5
自分らしく過ごせている	195	194	115	2

表2 ．日常の回想状況

(人)	あり	なし	不明	
思い出す状況				
ひとりの時	352	113	41	
誰かと一緒にの時	114	348	44	
(人)	あり	なし	不明	
思い出す内容（複数回答あり）				
良い	211	255	40	
どちらともいえない	209	258	39	
悪い	57	409	40	
(人)	良い時	どちらとも いえない	悪い時	不明
自分の体調	111	280	70	45
要介護者の体調	65	301	69	71
(人)	良くなる	どちらとも いえない	悪くなる	不明
回想後の気分	131	304	35	36
回想後の介護	89	365	13	39

< 引用文献 >

- 谷向知、坂根真弓、酒井ミサヲほか、介護うつ、老年社会科学、34 巻 4 号、2013、511-515
高原昭、認知症の人と暮らす人の“介護うつ”、老年社会科学、34 巻 4 号、2013、516-521
奥村由美子、谷向知、久世淳子、認知症高齢者への回想法における評価方法および実施回数
に関する研究、日本認知症ケア学会誌 4 巻 1 号、2005、24-31
Yumiko Okumura, Satoshi Tanimukai, Takashi Asada, Effects of short-term reminiscence
therapy on elderly with dementia : A comparison with everyday conversation approaches,
PSYCHOGERIATRICS, Vol.8(3)、2008、124-133
奥村由美子、認知症高齢者への回想法に関する研究 . 2010、風間書房
Woods B, Spector AE, Jones CA, et al, Reminiscence therapy for dementia(Review),The
Cochrane Library, Issue1, 2009、1-35
Charlesworth G, Burnell K, Beecham J, et al, Peer support for family carers of people
with dementia, alone or in combination with group reminiscence in a factorial design:
study protocol for a randomised controlled trial 、 *Traials*,12:205 、 doi:
10.1186/1745-6215-12-205 、 2011
Haight BK, The therapeutic role of structured life reviewprocess in homebound elderly
subject. *Journal of Gerontology*, Vol.43, No.2, 1988
奥村由美子、認知症介護における家族介護者の精神的健康 - 日常生活における回想行為との
関連 - 、日本健康心理学会第 27 回大会プログラム、2014、p.56 (2014)

5 . 主な発表論文等

[雑誌論文] (計 0 件)

[学会発表] (計 7 件)

奥村由美子、生涯発達の視点から認知症ケアを考える、日本認知症ケア学会第 54 回教育講演、2016

Okumura Yumiko, Kuze Junko , Comparison of mental health between caregivers currently caring for dementia patients and those that have completed caregiving , The 31st International Congress of Psychology , 2016

Yumiko Okumura, Junko Kuze, Satoshi Tanimukai, Issho Matsumoto, Hiroko Masuyama, Sadao Katayama , Factors related to mental health of family members in dementia care the significance of living how one wants , 32nd International Conference of Alzheimer ' s Disease International , 2017

Yumiko Okumura, Junko Kuze, Satoshi Tanimukai , Factors related to mental health of elder family caregivers in dementia care , The 21st IAGG Congress of Gerontology & Geriatrics, 2017

奥村由美子、認知症高齢者への回想法による心理的アプローチ、日本老年看護学会第 23 回学術集会シンポジウム 2 「住み慣れた地域で高齢者の持てる力を生かすケア」、2018

奥村由美子、谷向知、久世淳子、認知症介護にかかわる家族の精神的健康と日常の回想との関連、第 37 回日本認知症学会学術集会、2018

奥村由美子、谷向知、久世淳子、認知症介護にかかわる家族の自己認識と精神的健康との関連、第 61 回日本老年社会科学大会、2019 (発表確定)

[図書] (計 0 件)

[産業財産権]

出願状況 (計 0 件)

人 称 :

発 明 者 :

権 利 者 :

種 類 :

番 号 :

出 願 年 :

国 内 外 の 別 :

取得状況 (計 0 件)

人 称 :

発 明 者 :

権 利 者 :

種 類 :

番 号 :

取得年：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

帝塚山大学 平成 30 年度科学研究費助成事業 研究成果地域還元報告会

<http://www.tezukayama-u.ac.jp/social/lectures/2019/02/07/30-1.html>

報告会タイトル：認知症介護にかかわる家族の精神的健康～認知症の人と家族のその人らしさを支えるために～

6 . 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏人：

ローマ字氏人：

所属研究機関人：

部局人：

職人：

研究者番号（8桁）：

(2)研究協力者

研究協力者氏人：谷向 知、久世淳子

ローマ字氏人： Tanimukai Satoshi , Kuze Junko

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。