

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 24 年 6 月 12 日現在

機関番号: 15401

研究種目: 基盤研究(C)

研究期間: 2009 ~ 2011

課題番号: 21500470

研究課題名(和文) 虚弱高齢者に対する作業を用いた回想法プログラムの開発

研究課題名(英文) Study on Effects of Reminiscence Therapy using activity in Community-Dwelling Adults

研究代表者

花岡 秀明(HANAOKA HIDEAKI)

広島大学・大学院保健学研究科・准教授

研究者番号: 10381419

研究成果の概要(和文):

本研究は、地域在住高齢者を対象に、匂い刺激を用いた回想法を行い、抑うつや主観的幸福感に対する効果を検討した。匂い刺激を回想の手がかりとした回想法を8回実施し、Geriatric Depression Scale-15 (GDS-15) と Life Satisfaction Index K (LSIK) を用いてベースライン、介入直前、介入終了直後、介入終了3ヶ月後の4時点で評価を行った。GDS-15において有意な変化が認められ、匂い刺激を回想の手がかりとして用いた回想法は、高齢者の精神的健康の維持において、短期的のみならず中期的な効果を示す可能性が示唆された。

研究成果の概要(英文):

The purpose of this research is to conduct reminiscence therapy using odor stimulation and to investigate its effects on depression and subjective well-being in community-dwelling adults. Reminiscence therapy was conducted eight times with odor stimulation as a cue for reminiscence. Evaluation was conducted using the Geriatric Depression Scale-15 (GDS-15) and the Life Satisfaction Index-K (LSIK) at four time points: baseline, immediately before intervention, immediately after completion of intervention, and three months after completion of intervention. Repeated analysis of variance revealed a significant change in GDS-15 scores. These results suggest that reminiscence therapy using odor stimulation as a cue for reminiscence may show effective medium-term effects as well as short-term effects in maintaining the mental health of older adults.

交付決定額

(金額単位: 円)

	直接経費	間接経費	合計
2009年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2010年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2011年度	1,200,000	360,000	1,560,000
年度			
年度			
総計	3,400,000	1,020,000	4,420,000

研究分野: 複合領域

科研費の分科・細目: 人間医工学・リハビリテーション科学・福祉工学

キーワード: 作業療法学

1. 研究開始当初の背景

介護保険制度の改定により、介護予防事業が導入され、認知症予防やうつ予防などは地域支援事業の介護予防特定高齢者施策に位置付けられている。しかし現在まで、虚弱高齢者に対して真に実効性のある抑うつ状態を予防し、精神的健康を維持するための具体的なプログラムは見いだされていない。我が国の高齢者に関する研究は、認知症を対象とした研究が圧倒的に多く、欧米に比べ虚弱高齢者の精神的健康への対処に関する研究の立ち遅れが指摘されている。高齢者の場合、喪失体験などの心理的側面だけでなく、生活環境などの社会的側面からも考える必要があることから、高齢者固有の問題を踏まえた心理・社会的アプローチが求められている。その数少ない高齢者への心理・社会的アプローチの1つに回想法がある。

回想法に関する国内の先行研究の多くが、認知症高齢者を対象とした効果検討であり、認知障害を認めない抑うつ感などの精神的健康の維持を目的とした回想法の有効性に関する検討は、我々がこれまで報告しているものの、極めて少ないのが実情である。また、近年、昔の住居や町並みなどが再現されている環境を利用した回想法の試みが注目されているが、特定の施設環境が必要であり、地域保健活動の実践応用には不向きであると言える。

以上の背景およびこれまでの研究代表者らの研究成果の応用として、虚弱高齢者の抑うつ状態の予防に働きかけ、精神的健康を維持し、中～長期的なQOLを維持・向上させていくための実効ある、そして地域で広く応用可能な回想法プログラムを開発することを考えた。

2. 研究の目的

研究者がこれまで行ってきた回想法プログラムは、言語刺激のみによる介入であった。そこで、本研究では、言語刺激に加え、視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触感といった刺激を活用するための作業を用いた新たな回想法プログラムを開発し、その効果を検討することを目的とした。

3. 研究の方法

研究1 (予備調査)

回想法を実践する際に、言語刺激以外にどのような刺激が、高齢者の肯定的な回想と関連があるのか、その検討を行った。

(1) 対象者

地域に在住する高齢者 79 名とした (平均年齢 71.8±6.2 歳)。

(2) 調査項目

基本的属性、回想の量、回想の質 (肯定的回想、否定的回想)、日常生活における五感刺激に対する回想経験、GDS5 (高齢者抑うつ尺度) および高齢者用簡易性格検査の項目について、質問紙により回答を求めた。

(3) 結果

肯定的回想と他の要因との関連では、匂いと社交性の2因子が抽出された。また、否定的回想と他の要因との関連では、GDS5 と社交性および神経症性の3因子が抽出された。

高齢者が日常生活で行っている回想に関連する要因として、従来から報告されてきた年齢や抑うつ、性格特性以外に、匂い刺激が示された。このことは、回想を心理的援助として応用する場合の留意すべき点と同時に、回想刺激選択の可能性を明らかにしたことであり、臨床における効果的介入に示唆を与えるものと思われた。

研究2 (効果検討)

(1) 対象者

対象者の適格条件は、①地域に在住する 65 歳以上の高齢者、②過去に精神病歴をもたない者、③グループ活動に参加する上で、聴覚的、視覚的、言語的、嗅覚的に問題を認めない者、として募集した。

参加者の募集は、A 町および B 町に在住する高齢者に対して、広報を通じて、A 町と B 町で行った。A 町で実施したグループを第 1 グループ、B 町で実施したグループを第 2 グループとした。

38 名の高齢者が、参加した。

(2) 手順

参加希望があった高齢者に対して、介入 1 ヶ月前 (以下、ベースライン) の時点で本プログラムに対する説明会を実施し、個別に倫理的配慮についても十分な説明を行った。同意を得た後にベースライン評価を行い、1 ヶ月後のプログラムの具体的な内容について説明した。対象者に対して、2 週間に 1 回 90 分の匂い刺激を用いたグループによる回想法を計 8 回 (4 ヶ月間) 実施した。評価は、ベースライン、介入直前、介入終了直後、介入終了 3 ヶ月後の 4 時点で行った。

(3) 回想法の内容

回想法は、レミニッセンスとライフレビューに分けられる。前者は喜びや楽しみの提供、適切な刺激の提供などレクリエーション的要素を持ち合わせており、後者は治療的側面が強く、高齢者自身の人生を再統合していくことを促し、否定的な内容についても行なわれる。先行研究において地域在住高齢者が負担なく参加することをためビューが効果的

表1 回想法のテーマと回想刺激

	テーマ (第1グループ/第2グループ)	回想刺激 (第1グループ/第2グループ)
第1回目	ふるさと自慢	なし
第2回目	季節行事1 (お盆/お正月)	線香/わら
第3回目	学校行事1 (夏休み/新学期)	蚊取り線香/墨汁
第4回目	お手伝い1 (春・夏/秋・冬)	米ぬか/米ぬか
第5回目	季節行事2 (15夜/節分)	ふかしいも/炒り豆
第6回目	学校行事2 (運動会/紀元節)	ピストルの火薬/樟脳
第7回目	お手伝い2 (秋・冬/春・夏)	炭/炭
第8回目	まとめと今後の生活	なし

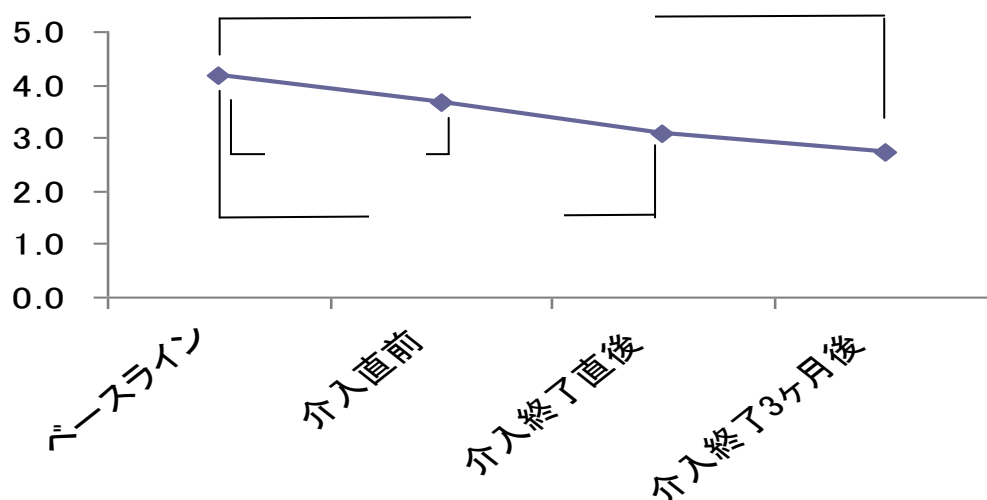


図1 GDS-15 得点のベースラインから介入終了3ヵ月後までの変化

であると述べられていることから、本研究ではレミニッセンスに基づいてプログラムを作成することとした(表1)。

セッション回数と頻度は、週1回1時間、計8から12回が一般的であるが、本研究では、地域在住高齢者に無理なく継続的に参加してもらうため、2週間に1回の頻度で90分のセッションを計8回行なうこととし、同じ場所で同じ時間に実施した。そして、セッションをできるだけ構造化するために、①はじめに、前回のセッションの振り返りを行なう、②リーダーがその日のテーマを提示する、③テーマに沿ったディスカッションを行なう、④ディスカッション終了後、当日の会の進行内容をメンバーに尋ね、リーダーが簡単なまとめを行なう、⑤次回のテーマを伝え、次回のセッションで伝えることができようように2週間の間に考えてくるように促す、こととした。

また、プログラムの内容は、誰もが参加しやすく、年代の異なる高齢者が参加しても互いに共有できるように配慮した。そして、プ

ログラムで用いる回想を促すための回想刺激は、地域在住高齢者を対象とした予備調査(研究1)から、匂い刺激に対して回想経験を有する者ほど肯定的な回想をする傾向にあることが示唆されたことから、各テーマに関連のある匂い刺激を準備して用いた。

(4) 評価項目

基本的属性、老研式活動能力指標、高齢者抑うつ尺度(GDS-15)および生活満足度尺度K(LSIK)について、質問紙により回答を求めた。

(5) 結果

参加同意が得られたものは第1グループ22名、第2グループ16名であった。その後、体調不良や入院により脱落者があり、最終的に30名(第1グループ14名、第2グループ16名)を解析対象とした。

対象者の平均年齢は77.1歳で、8割以上が女性であった。8割以上が健康面で良好と回答し、9割の者は週に1回以上の頻度で外出していた。対象者の活動能力は平均得点が

11.2点であり、我が国の平均的な得点を示していた。

各評価について、反復測定による分散分析を行なった結果、GDS-15において有意な変化が認められた。変化に差がみられた GDS-15 について、多重比較をおこなったところ、ベースラインと介入直前との間には有意な差を認めなかったものの、ベースラインと介入終了直後、ベースラインと介入終了3か月後の間において有意な差が認められた(図1)。

4. 研究成果

本研究によって、嗅覚刺激を伴った物品提示によるグループ回想活動は、高齢者の精神的健康に対する短期的のみならず中期的な効果を示す可能性が示唆された。回想法を実施する際の回想刺激について検討した研究は国内外において極めて少なく、今後さらに詳細な検討が必要と思われる。

回想の手がかりとして匂い刺激について、回想法の効果を更に高めたのではないかと考えられる。予備研究において匂い刺激と肯定的回想の関連が示唆されたことから、参加者の肯定的な回想を促すために、手がかり刺激として匂い刺激を用いた。匂いは情動や記憶と密接なつながりをもつ感覚であると報告されているおり、視覚や聴覚による手がかりに比べ、匂い手がかりの方が過去の出来事を思い出した際に、情動的で追体験したような感覚を伴いやすいことも報告されている。よって、本研究では会話による回想法に加え、回想の手がかりとして匂い刺激を取り入れたことで、想起した過去の記憶が情動を伴って喚起されやすく、情動の安定につながったのではないと思われる。

回想法の効果を高めるために、特に国内でも古民家や博物館の資料などを用いた実践が行われている。しかし、こうした環境下で実施可能な対象者数は限られ、多くの高齢者にサービスを提供することはできないことが課題となっている。これに対して、今回のような嗅覚刺激を用いた回想法は、特別な道具や施設は必要ないため、ポピュレーションアプローチとして、今後多くの地域在住高齢者を対象に、精神的健康の維持・向上を目的とした介護予防事業の一つの方法として提示することにも繋がるのではないかと考えられる。

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)

[雑誌論文] (計4件)

1. 花岡秀明, 村木敏明, 山根伸吾, 岡村仁 : 地域ボランティア活動の有効性に関する

予備的検討. - 回想法グループへの参加を通して - . 作業療法ジャーナル 46 巻, 査読有, 2012, 292-296

2. 花岡秀明, 村木敏明, 岡村仁 : 匂い刺激を用いた回想法の中期的効果の予備的研究 - 地域在住高齢者に焦点化して - . 医学と生物学 155 巻, 査読有, 2011, pp929-936

3. Hanaoka Hideaki, Muraki Toshiaki, Yamane Shingo, Shimizu Hajime, Okamura Hitoshi : Testing the feasibility of using odors in reminiscence therapy in Japan. Physical & Occupational Therapy in Geriatrics 29 巻, 査読有, 2011, pp287-299

4. 花岡秀明, 清水一, 村木敏明, 山根伸吾, 白石英樹, 岡村仁 : 高齢者の回想に関連する要因の検討 回想の質と量に着目して. 作業療法ジャーナル 45 巻, 査読有, 2011, pp497-503

[学会発表] (計4件)

1. 花岡秀明, 村木敏明, 山根伸吾, 岡村仁 : 匂い刺激を用いた回想法の有効性に関する検討 - 地域在住高齢者を対象として -, 第13回日本認知症ケア学会大会, 2012年5月19日-20日, 浜松
2. Hanaoka Hideaki, Muraki Toshiaki, Yamane Shingo, Okamura Hitoshi, Sato Asako, Shimizu Hajime : Does smell stimulation enhance group reminiscence activity more effectively? 3rd World Congress of Asian Psychiatry, 31 July - 4 August 2011, Melbourne Australia
3. 花岡秀明, 村木敏明, 佐藤あさ子, 赤嶺愛子, 清水一 : 地域在住健康高齢者に対する回想関連要因に関する検討, 第45回日本作業療法学会, 2011年6月24日-26日, 大宮
4. 花岡秀明, 村木敏明, 山根伸吾, 清水一 : 高齢者の回想とその関連要因に関する検討, 第11回日本認知症ケア学会大会, 2010年10月23日-24日, 神戸

[その他]
ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究代表者

花岡 秀明 (HANAOKA HIDEAKI)
広島大学・大学院保健学研究科・准教授
研究者番号：10381419

(2) 研究分担者

清水 一 (SIMIZU HAJIME)
広島大学・大学院保健学研究科・教授
研究者番号：00187460

山根 伸吾 (YAMANE SINGO)
広島大学・大学院保健学研究科・助教
研究者番号：80464303

(3) 連携研究者

なし