

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 9 日現在

機関番号：32689

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2016

課題番号：26380787

研究課題名(和文) 健常高齢者が認知症予防に効果のある活動を長く続けるための要因の研究

研究課題名(英文) Which factors best facilitate group activities to prevent dementia prevention for long time?

研究代表者

多賀 努 (TAGA, TSUTOMU)

早稲田大学・人間科学学術院・准教授(任期付)

研究者番号：40415500

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：認知症予防の方法を学ぶプログラムを終了し、自主的な活動に移行したグループが、活動を継続する要因を特定することが本研究の目的である。2014-2016年度に、5年以上活動を継続するグループ・5年未満で活動を中断したグループ・プログラムを運営したファシリテータに対し聞き取り調査を実施した。

継続要因は、プログラムで学んだ方法にこだわらず楽しいと感じられる活動を行うことだった。中断要因は、代表がプログラムで学んだことを指向し他のメンバーの指向と齟齬が生じることだった。参加者がプログラムのときから集まることを楽しみにしていると自主活動移行後も活動が続く可能性が高かった。

研究成果の概要(英文)：Programs to form small activity groups for people over 65 years old have been developed to prevent dementia, such as Alzheimer's disease, that lead a healthy and correct lifestyle. This study seeks to identify which factors best facilitate group activities for long time. Group leaders who finished the programs and were doing group activities voluntarily and facilitators who managed the program were interviewed in unstructured focus groups for 2014-2016. The groups that continued activities for long time did not practice in the learned way during the program but did enjoyable activities preferentially. If the group leaders preferred the practice in the learned way, it caused conflicts between the leaders and the members who preferred enjoyable activities and group activities discontinued. The program facilitators suggested if group members enjoyed interaction among them even during the program, those members would continue group activities after completing the program for long time.

研究分野：社会福祉

キーワード：認知症予防 一次予防 グループ 自主活動 ポピュレーションアプローチ 継続要因 地域住民 高齢者

1. 研究開始当初の背景

(1) 申請者は、認知症予防の普及・啓発を担うボランティアを講座形式で養成する方法を、統計的な手法で検証しながら開発してきた。健常高齢者等のあいだに認知症予防・介護予防を広げていくためには、地域のボランティア活動が不可欠である。しかし、認知症予防に関する国内の先行研究は、学会では多数の研究・実践発表が行われているものの、過去5年間の文献は18件しかなく(社会老年学文献データベース)、これらのなかで、認知症予防のボランティアの養成方法の開発に関する研究は申請者のみである。介護予防については80件近くの文献があるが、やはり介護予防のボランティアの養成方法の開発に関する研究は見当たらない。欧文雑誌についても同様である(EBSCO)。

(2) 申請者は、実際に、認知症予防の普及・啓発を担う地域のボランティアを養成する講座を企画・運営し、その成果を統計的に検証してきた。その結果、講座後のボランティア活動を講座のなかで企画・実践してみることによって、講座後のボランティア活動に対して遂行可能感が高まり、それが講座後のボランティア活動をうながすことがわかった(多賀ほか, 2010)。また、講座をグループワーク主体で運営するとき、グループ活動が楽しいと感じる受講者は、講座が終わった後のボランティア活動に対して遂行可能感が高まる傾向のあることがわかった。そして、グループ活動に対する楽しさは、グループ内の連帯感と関連しており、グループ内で協力しあってボランティア活動を企画・実践することで連帯感が高まることがわかった(多賀ほか, 2012)。

(3) この方法は、ボランティアの養成だけでなく、健常高齢者に認知症予防の生活習慣を身につけてもらう講座にも応用可能である。申請者は、麻雀・フェイスブックで認知症予防を実践するプログラムを開発し、2012年度より講座を運営しているが、どの講座でも、講座が終わった後に受講者でグループをつくり、麻雀・フェイスブックを使った認知症予防活動を行っている。

(4) 今後の課題は、講座後の自主的な活動が長続きするための要因を特定することである。東京都健康長寿医療センター研究所が開発した認知症予防プログラムは、10年の歴史があるが、グループによって活動が停滞したり、活発に活動し続けるところがある。活発に活動しているグループに対してフォーカス・インタビューを行ったところ、以下の傾向のあることがわかった(Taga et al., 2011)。

男女に違いがある

女性は活動のなかに井戸端会議の時間が多く含まれるが、男性は計画的な活動を指向する傾向が見られる。

都市・地方に違いがある

都市型のコミュニケーションは個人的な問題を避けるが、地方型のコミュニケーションは個人的な問題の共有を好む傾向が見られる。

2. 研究の目的

講座後の自主的な活動が長続きするための要因を明らかにすることを目的とする。

3. 研究の方法

(1) 継続要因の特定...2014年度

調査項目の作成

東京都健康長寿医療センター研究所が開発した認知症予防プログラムの普及・啓発を図っているNPO認知症予防サポートセンター所属のファシリテーターにフォーカス・グループ・インタビュー調査を行い、自主的な活動が長続きしているグループに共通する特徴を特定し、それらを参考に調査項目を作成した。

調査対象グループの選定

NPO認知症予防サポートセンターが支援してきた自治体等に、NPO認知症予防サポートセンターを通じて調査対象グループの選定を依頼した。選定条件は、自主的な活動を5年以上継続し、かつ調査会場に集合可能なグループ代表とし、3グループ以上が集合可能な場合に調査を実施した。

調査期間

2014年8月-2015年2月

調査対象

新潟県長岡市(2団体・女5)・東京都港区(6団体・男3・女4)・練馬区(3団体+4団体・男3+男4・女1)・日野市(5団体・男1・女4)・静岡県豊橋市(2団体・男2・女2)・滋賀県米原市(3団体・男1・女4)・島根県浜田市(5団体・男8・女9)・山口県周防大島町(5団体・男3・女2)

調査方法

研究代表者がインタビュアーを務め、フォーカス・グループ・インタビューを実施した。

分析方法

活動継続の促進要因・阻害要因、活動人数の拡大要因・減少要因に分類し、継続要因を分析した。

(2) 中断要因の特定...2015年度

調査項目の作成

継続要因に関する調査結果を参考に、中断要因に関する調査項目を作成した。

調査対象グループの選定

継続要因に関する調査(2014年)で協力を得られた自治体等に、調査対象グループの選定を依頼する。選定条件は、自主的な活動を2年以上5年未満で中断したグループ代表とした。

調査期間

2016年2月

調査対象

東京都港区(1団体・女1)・練馬区(3団体・男2・女1)・日野市(3団体・女4)・山口県周防大島町(1団体・男1・女4)

調査方法

研究代表者がインタビュアーを務め、フォーカス・グループ・インタビューを実施した。

中断要因の分析

活動継続の促進要因・阻害要因の観点から分析した。

(3) 自主活動の継続予見性...2016年度

調査項目の作成

継続要因(2014年度)・中断要因(2015年度)に関する調査結果を参考に、プログラム時点で自主活動の継続の予見可能性を確認する調査項目を作成した。

調査対象ファシリテーターの選定

継続要因に関する調査(2014年)で協力を得られた自治体等に、認知症予防プログラムの運営に従事したファシリテーターの選定を依頼する。選定条件は、5年以上活動し、かつ調査会場に集合可能なファシリテーターとし、3人以上が集合可能な場合に調査を実施した。

調査期間

2016年9月

調査対象

新潟県長岡市(女3)・東京都練馬区(男1・女3)・日野市(女3)

調査方法

研究代表者がインタビュアーを務め、フォーカス・グループ・インタビューを実施した。

自主活動の継続予見性の分析

自主活動への移行要因・活動継続の促進要因の観点から分析した。

4. 研究成果

(1) 結果

a. 継続要因の特定...2014年度

促進要因

○熟達者(パソコン・プログラム)スキルの高い参加者の存在。

○活動場所(東京圏)電車・バスの交通の便の良いこと。(地方圏)徒歩圏もしくは親族・メンバーの送迎があること。

○拠点確保 同一の場所を定期的に利用できること。

○活動内容(女性)交流することが楽しいこと。認知症予防に関することなど近所づきあいでは話せない話題が楽しめること。

阻害要因

○身辺介助 活動中に他のメンバーの支援が必要になること。

○仲間関係(女性)新しい仲間を入れたくないこと。

○活動のしかた 楽しくない・つまらないのに認知症予防・プログラムの内容にこだわること。

拡大要因

○適正規模 活動しやすい人数の維持に努めること。

○口コミ 女性会員が知り合いの新規加入を促すこと。

○活動方針 女性会員の活動意向を尊重すること。交流を重視すること。

○交流内容 認知症の発症・予防等に関わる話題で交流すること。

減少要因

○凝集性 新規加入による紐帯の減退を嫌うこと。

○活動目的 認知症予防ではなくその手段である交流が目的化すること。雑談のために集まること。

b. 中断要因の特定...2015年度

促進要因

○活動動機 代表に認知症を予防するために自主活動を続けたいという意欲があること。

阻害要因

○活動意欲 代表は認知症予防プログラムに即した計画的な活動を指向。参加者は交流主体の活動を指向。両者の指向の違いから代表の継続意欲が低下。

c. 自主活動の継続予見性...2016年度

自主活動への移行要因

○動機づけ プログラムの目的が自主活動への移行にあることをプログラム期間中に繰り返し動機づけること。

活動継続の促進要因

○対人関係 プログラム期間中に参加者同士が関わり合いことを楽しいと感じること。

○集団凝集性 プログラム期間中に参加者が集団としての一体感を感じることに。

(2) 考察

継続要因

○共通 認知症予防プログラムで学んだことにこだわることなく、認知機能を計画的に鍛えることよりも、参加者が楽しいと感じられる活動内容を優先している。また、交通利便性の良い場所(東京圏)・歩行機能が低下しても集まれる場所(地方圏)を活動拠点として確保している。

○女性 交流が活動の主体となっている。女性だけの集団は認知機能を鍛えるという活動の趣旨が失われやすい傾向がある。その結果、雑談のための集まりとなり集団の凝集性が高くなりすぎて、新規加入を認めない内に閉じた集団になり、会員数減少とともに自然消滅に向かいやすい。

○男性 もっと計画的に活動したいが、女性主体の活動のため女性にあわせて交流主体の活動を行う男性が活動を継続する。男性が代表を務めると、認知機能を鍛えるという活動の趣旨が維持されやすく、そのための活動を維持するために、趣旨に賛同する新規会員の加入を認めたり新規会員の募集を行うなど、外に開いた集団になりやすい。

中断要因

○代表は認知機能を計画的に鍛える活動を指向していたが、他の参加者は楽しい活動を指向したため、代表の活動意欲が低下し、活動が中断した。

自主活動の継続予見性

○プログラム期間中から、参加者が楽しそうに関わりあっており、参加者に一体感が感じられると、自主活動へ移行しても活動が継続しやすい。

○プログラム期間中に自主活動への移行を動機づければ、自主活動への移行は可能だが、自主活動が継続するとは限らない。

(3) 結論

自主的な活動が継続するためには、認知症機能を鍛える活動よりも、参加者が楽しいと感じられる活動を優先する必要があると示唆された。また、プログラム期間中に、自主活動へ移行し、認知機能を鍛えることがプログラムの目的であることを周知徹底すること、参加者同士が楽しく関わりあう場面をつくり、参加者同士の結びつきを強くする必要があると示唆された。

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 0件)

多賀 努、田中 香代子、地域に開かれた施設づくりに対する地域型認知症予防プログラムの活用可能性、日本認知症ケア学会誌、Vol.16-1、2017、pp.297

多賀 努、地域型認知症予防プログラムの募集方法の違いが自主活動への移行可能性に与える影響、日本認知症ケア学会誌、Vol.15-1、2016、pp.288

田中 香代子、多賀 努、地域型認知症予防グループの活動拡大の方策に関する研究、日本認知症ケア学会誌、Vol.15-1、2016、pp.178

TAGA, T. & YATOMI, N., HOW TO PROMOTE LOCAL PEOPLE TO PARTICIPATE IN COMMUNITY ACTIVITY FOR DEMENTIA PREVENTION IN JAPAN. The Gerontologist. 査読無, Vol.56, Issue Suppl 3, 2016, pp. 408-409.

DOI:https://doi.org/10.1093/geront/gnw162.1634

TANAKA, K. & TAGA, T., HOW FEMALE-ONLY ACTIVITY GROUPS FOR DEMENTIA PREVENTION KEEP NEW NEIGHBORS INVOLVED LONGER. The Gerontologist. 査読無, Vol.56, Issue

Suppl 3, 2016, pp. 98.

DOI:https://doi.org/10.1093/geront/gnw162.383

TAGA, T., HOW TO FORM ACTIVITY GROUPS OF DEMENTIA PREVENTION WHICH ACCEPT NEIGHBORS INDEPENDENTLY. The Gerontologist. 査読無, Vol.55, Issue Suppl 2, 2015, pp. 133.

DOI:https://doi.org/10.1093/geront/gnv511.08

多賀 努、認知症予防プログラムを終了後に自主化したグループが5年以上継続する要因の研究、日本認知症ケア学会誌、査読無、Vol.14-1、2015、pp.359

[学会発表](計 0件)

TAGA, T., How did the way to recruit local aged people for dementia prevention programs influence voluntary activities after the program? The 23rd Nordic Congress of Gerontology in Tampere, Finland. June 2016.

TAGA, T., WHY DO SOME DEMENTIA PREVENTION GROUPS LAST LONGER? The 10th International Association of Gerontology and Geriatrics -Asia/Oceania 2015 Congress in Chiang Mai, Thailand. October 2015.

多賀 努、自己増殖型の認知症予防グループが誕生する要因の研究、第20回日本在宅ケア学会学術集会、一橋大学、2015年7月

[図書](計 0件)

[産業財産権]

出願状況(計 0件)

取得状況(計 件)

[その他]

ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究代表者

多賀 努 (TAGA Tsutomu)

早稲田大学・人間科学学術院・准教授
研究者番号: 40415500

(2) 研究分担者

(3) 連携研究者

(4) 研究協力者