様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ３０ 年　 ６ 月 １８ 日現在

機関番号：３２６８０
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2014～2017
課題番号：２６４６３４７２

研究課題名（和文）ライフレビューとメモリーブックによる認知症高齢者の行動変容と多職種連携への検証

研究課題名（英文）Behavioral change of older adults with dementia using life review and memory book and verification for multi-occupational collaboration

研究代表者
山本　由子（YAMAMOTO, Yuko）

武蔵野大学・人間科学部・准教授

研究者番号：００５５０７６６

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,700,000円

研究成果の概要（和文）：本研究は認知症高齢者に構造的ライフレビューを提供し、個別のメモリーブックを作成する。過去を振り返る過程による効果の検証と、メモリーブックを家族やケアスタッフが日常会話に用いることによる変化を検討することを目的とした。
　軽度から中等度の認知症高齢者でライフレビュー介入群30名と対照群30名によるランダム化比較試験を実施し、高齢者抑うつ尺度を用いた2要因分散分析から、介入群で抑うつの軽減効果が示された（F(1,116)=11.38、p = .001）。行動変容は有意ではなかった。多職種連携では、研究協力施設のケアスタッフ質問紙調査から認知症高齢者理解の深まりが示され、認知症研修講座開催に繋がった。

研究成果の概要（英文）：This study provided Life Review for older adults with dementia and creates individual memory books. It was aimed to verify the effect by reviewing the past and to examine the change due to the use of memory books for family members and care staff for everyday conversation. Randomized controlled trials of 30 people in the life review intervention group and 30 control groups in mild to moderate dementia elderly subjects conducted a two-factor analysis of variance using the Geriatric Depression Scale15 to reduce depression in the intervention group (F (1,116) = 11.38, p = .001). Behavioral change was not significant. In multi-occupied collaboration, deepening of understanding of elderly people with dementia was demonstrated from the questionnaire survey of care staff of research cooperation facilities, leading to the semminer of dementia care.

研究分野：老年看護

キーワード：高齢者　認知症　ライフレビュー　多職種連携

１．研究開始当初の背景

我が国は 65 歳以上の人口割合が 25.9%の超高齢社会である(総務省統計局、2014)。さらに、認知症の有病率は加齢とともに増加し、全高齢者数に占める割合は 15.0%と推計されている。認知症を含めた心身の障害によって生活に援助を必要とする要介護認定者数は539万人で、今後も増加が見込まれている。

一方、特別養護老人ホーム(以下、特養)は、老人福祉法、介護保険法に基づき在宅生活が困難な高齢者を支援する介護老人福祉施設である。入所者のうち認知症高齢者割合は約 8 割を占め、その対応は喫緊の課題となっている(厚生労働省、2014)。

認知症は、正常に達した知的機能が後天的な脳の器質的障害によって持続的に低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態で、加齢による変化が大きく影響するとされている。臨床症状の特徴では記憶障害、見当識障害など知覚・思考・感情・行動の障害として、不安や抑うつ、不眠といった周辺症状が 90%の患者に起こっている。

そこで、認知症ケアでは、認知症で介護を必要とする一人一人に焦点を当て、個別性をとらえた関わり、何を感じ、何を求めているのか気づき、理解して、その人が主体的に価値を見いだせるよう支えていくことの大切さが指摘されている(Kitwood,1997; 木之下、2014)。

ライフレビューは、バトラー(Butler,1963)が提唱し、系統的に過去の出来事の想起を促すことによって認知症高齢者が自身の人生史をたどり、昔の自分を生き生きと語り表現できる(野村、1999；奥村、1999；黒川、2002)。自ら話しをする機会が次第に減っていく認知症高齢者が自身の思いを表出できるよう促すこと、その人の生き方に寄り添い、受け止めるかかわりである。 (Bourgeois, 1993；山本ら、2013)。

ライフレビューの看護実践では、Hight (1988)が、ライフステージ毎の課題を想定するエリクソンの心理・社会的発達理論を用い、すべての発達段階に関して高齢者自身が再構成できるよう幼少期、青春期、成人期、老年期の 4 つのテーマを時系的に振り返るとした。これらは構造的ライフレビューモデル (Life Review and Experience Form: LREF) として確立した(Haight, 1986; Haight, Coleman,1995)。

ライフレビューは、個別的、系統的、持続的、評価的であり、施設や通所センターで認知症高齢者に用いられる一般回想法が、一時的で単発的、楽しみを提供する活動として特徴付けられる点と異なると明記されている (Butler ,1963)。しかし、実際に行われる中では思い出す主体は高齢者であり、ライフレビューと一般回想の意味付けは曖昧となりがちで、場面によって流動的であり、双方の意義を含んで使用される場合があった（Haight, 1988; 黒川,1995; 野村,1996; Webster & Young, 1998）。そのため、多くの実践報告が行われているものの、認知症高齢者への有益なプロセスとしての効果、対象者の選択や介入手法、および評価方法にばらつきがあった。

認知症高齢者へ個別に関わるライフレビューのプロトコルを示し、その効果を検証した研究は数少ない。認知症の人へのライフレビューを含めた回想研究のメタアナリシスからは、ライフレビューのランダム化比較試験(Randomized Controlled Trial：以下、RCT)はいまだ数少なく、エビデンスの蓄積が求められている（Woods et.al, 2005）。

しかし、自らの感情や考えを表出することへの障害を持つ認知症高齢者へライフレビューの測定尺度として本人の主観を尋ね、そのまま数値データとして用いることには限界がある。そのため、効果を測る測定尺度は、客観的に観察可能な言動や生活行動の内容と、高齢者の目線や息遣いといった、身近で肌に触れ、些細な変化に気づくことが可能な介護者への調査が必要と考えられる。一方、認知症高齢者は、身体状況や住環境、人間関係の変化を受けやすい。そのため、人的環境や生活環境が一定で、日常ケアが提供されている特養を研究フィールドとして考えた。

よって本研究は、ライフレビューの効果として抑うつを測る RCT を設定した。対象者が想起を繰り返すことで生じる、ライフレビューのプロセスで起こる現象をとらえるために、認知症高齢者の語りの質的分析、また観察法によるデータを並列的に収集し、分析して解釈することとした。

２．研究の目的

本研究の目的は以下の３点である。

1) 認知症高齢者を対象として対照群を置きライフレビューセッションの介入を行う。介入前後で抑うつ、日常生活行動、気分、他者との交流の変化を検証する。
2) ライフレビューの内容を基に、対象者オリジナルのメモリーブックを作成する。セッション終了後、日常生活の中で使用してもらい、利用状況や変化をケア提供者に尋ねる。
3) 対象者の言語的コミュニケーションの記録から、形態素解析によって言語表現の変化を集計し、ライフレビューに伴う認知症高齢者の語りの変化を検証する。

３．研究の方法

1)ライフレビューに関する文献検討と研究計画立案

高齢者を対象とした国内外のライフレビューの介入研究を、PubMed, CINAHL, PsycINFO, SocINDEX より 273 文献、医学中央雑誌 CiNII より 23 文献から確認し、抄録を読み込んで最終的に 18 文献を検討した。意味記憶、エピソード記憶、手続き記憶を含む長期記憶は、感覚記憶や短期記憶が言葉・イメージ・シンボルなどの情報に変換され数

十年～生涯にわたって保持される。認知症高齢者の長期記憶に働きかけるライフレビューの手法を整理し、実践への示唆を得た。長期記憶を刺激する手掛かりとして、昔の道具、昔の写真、昔の出版物、音楽など、身体面を視覚・聴覚・触覚を刺激する特性が示された。よって、認知症高齢者を対象とし、構造的ライフレビューを用いて抑うつへの効果を測るランダム化比較試験を立案した。

２)ランダム化比較試験の実施

（1）対象者と割り付け

研究協力が得られた 4 つの特別養護老人ホームに入所している高齢者で、a)軽度または中等度認知症高齢者(CDR1or2)、b)失語症がない、c）重度の合併症、精神疾患がない者とした。対象者は、認知症の程度と人数に偏りが生じないよう調整した層化ランダム割り付け法とした。対応のない t 検定を用いる場合のサンプルサイズは、片群 28 と算出された。割り付けは、研究者がデータ管理する研究室において、該当施設の情報のない第三者が介入群、対照群の振り分け順を乱数表によって割り付けた。

(2)データ収集手段

高齢者うつ尺度(Geriatric depression scale-15；GDS、自己評価、0～15 点、5～11 点でうつ傾向)、高齢者用多元観察尺度 Multidimensional Observation Scale for Elderly Subjects(MOSES；5 領域 40 項目を 1-4or5 点で評価、40～179 点、機能が高いほど得点は低い)、高齢者の日常生活動作に関連した Vitality Index(VI；5 項目に関して 0-2 点の 3 段階で評価、得点が高いほど意欲が高い)とした。

GDS は研究者が介入前と終了時に読み上げて尋ねた。各セッションの様子は観察者を置いて観察データとし、発言は IC レコーダーで記録した。MOSES と VI は直接入居者を受け持たないケア責任者に観察を依頼した。

また、4 つの特養におけるケアスタッフ 30 名から、作成したメモリーブック利用の効果への質問紙調査を行った。

(3)ライフレビューの提供

介入はハイトの構造的ライフレビューモデルを用いた(Haight, 2007)。セッションの一貫性を担保できるよう、ライフステージに沿った半構造的インタビューを行い、対象者自身の古い写真や、故郷、住んでいた町などの情報を取り入れるなど可視化して用いた。セッションは社会的発達理論を基盤に幼少期、青春期、成人期、中年期以降とまとめの計 4 回とし毎回 20～30 分程実施した。場所は対象者の居室、またはプライバシーが保てる場所とし、余分な騒音がなく対象者が落ち着ける場所を確保した。対照群には通常ケアを提供した。

３）分析方法

ライフレビュー介入群と対照群の両群、介入前後の被験者間効果の検定として 2 要因分散分析(ANOVA)を行った。帰無仮説は「2 つの母平均は等しい」とし、交互作用と主効果、交互作用が有意な場合は単純主効果を確認した。また、認知症重症度は層別に均等に割り付けたが、うつの程度は両群で均等でない可能性があった。したがって、サブグループとしてベースラインで GDS ≤4(うつなし群)と、GDS ≥5)(うつ傾向群)、および介入の有無の 2 要因による群間差を比較し多重比較(Dunnett-t)を行った。

ケアスタッフへの質問紙は日常のケアに役立ったかを得点化し、内容については自由記述からコードを抽出しケアスタッフの気づき、ケア態度の変化をカテゴリー化した。

セッションの逐語録から、形態素解析によって対象者の言語表現の変化を集計した。

４．研究成果

１)対象者の概要

研究対象者の平均年齢は 86.6（SD 7.1）歳、対照群 86.2（SD 5.7）歳であった。平均施設入所期間は両群とも 36 か月を超え、長期間にわたって特養で生活を送っている高齢者が対象者であった。

性別は男性 11 人（18.3%）、女性 49 人（81.7%）で、介入群で男性が 26.7%、対照群では女性が 9 割を占めていた。認知症重症度では CDR=1（軽度）、12 人(20.0%)、CDR=2（中等度）48 人(80.0%)であった。

２）メインアウトカム

介入群と対照群の GDS 得点の、ベースライン時（以下、ベースライン）、4 週間後フォローアップ時（以下、フォローアップ）の 2 時点における変化の推移では、ライフレビュー介入群（介入群）は、ベースライン 5.10(SD 1.75)、フォローアップ 3.73(SD 1.51)で変化量は－1.37 であった。一方、通常ケア提供群（対照群）はベースライン 5.03(SD 1.33)、フォローアップ 5.33(SD 1.30)で変化量は 0.3 であった。

① 介入の有無と時間経過の 2 要因による GDS 値への効果

介入群と対照群の、ベースラインとフォローアップの時間経過（テスト時期）による GDS 値への交互作用を検討するため、被験者間要因を検討する 2 要因の分散分析を行った。交互作用は $F(1,116)=9.51$, ($p= .003$)で、群間に有意差が認められた。交互作用が有意であることから、グループとテスト時期の単純主効果の検定を行った。その結果、介入群においてフォローアップの有意な単純主効果が認められた $F(1,116) =11.38$ 、$p= .001$。対照群においては有意な単純主効果は認められなかった $F(1, 116)= .61$, $p= .44$.

次に、テスト時期に対するグループ別の単純主効果の検定では、フォローアップにおいて介入群の単純主効果が有意であった $F(1,116) =17.23$, $p= .001$. ベースラインではグループの単純主効果は有意ではなかった $F(1,116) =0.00$,$p=1.0$. なお、フォローアッ

プ GDS における単純主効果の効果量は η^2 = .07（中等度）を示した。以上から、仮説「ライフレビュー介入群は、フォローアップ GDS 得点変化量が、対照群と比較して大きい」は支持された。（図 1）

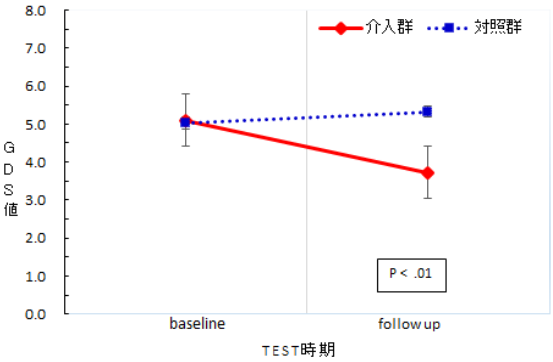

図 1　ライフレビュー2 群間の GDS 変化

② 日常生活行動、気分の変化への効果

MOSES 得点の、ベースライン、フォローアップの 2 時点における変化の推移では、介入群はベースライン 50.77(SD 9.74)、フォローアップ 48.50(SD 9.97)で変化量は－2.22 であった。一方、対照群はベースライン 48.87(SD 6.97)、フォローアップ 49.30(SD 8.07)で変化量は 0.43 であった。介入の有無と時間経過の 2 要因による MOSES 総得点平均値への効果で、交互作用は F(1,116)=0.71, p= .40.で群間に有意差は認められなかった。また、主効果 F（1,116）=0.12, p= .57 についても有意差はなかった。よって、仮説「ライフレビュー介入群は、生活行動のフォローアップ得点変化量が、対照群と比較して大きい」は、MOSES 得点の比較からは支持されなかった。

VI 得点平均のベースラインとフォローアップ 2 時点における変化の推移では、介入群はベースライン 6.93(SD 1.52)、フォローアップ 7.97(SD 1.27)で変化量は 1.04 であった。一方、対照群はベースライン 7.27(SD 1.91)、フォローアップ 7.13(SD 1.91)で変化量は -0.14 であった。交互作用は F(1,116)=3.63, p= .059 で、群間に有意差は認めなかった。また、主効果はグループが F（1,116）=0.67, p= .42、テスト時期で F（1,116）=2.16, p= .14 と、ともに有意ではなかった。下位尺度では、同様に 2 要因の分散分析を行った結果、意思疎通において F(1, 116)= 5.51, p= .026 と、交互作用が有意に認められた。

3）メモリーブック作成とケアスタッフ評価

毎回話題となった内容を 1、2 ページにまとめ、本人の語った言葉を追加した。表紙を含めて一人あたり 9.2 頁を作製した。本人の古い写真がある場合は平均 3.5 枚を挿入した。最終的に A5 のアルバム台紙を用い、メモリーブックとして手交した。自己管理が困難と判断される場合は、フロア管理者に委ねた。

ケアスタッフへの自記式質問紙調査は、4 施設に無記名で依頼し、30 名から回答を得た。返却までの時間は介入終了後 2～4 週間であった。質問項目は a)「ライフレビューの情報はあなたが利用者様を理解するのに役立ちましたか？」、b)「利用者様の生活行動（食事、睡眠、会話等）は変化がありましたか？」、c)「メモリーブックは役立っていますか？」とした。スタッフ全員が「役に立った」と回答したが、生活行動の変化は実感するまでに至らなかった。（表 1）

表 1　介入群への施設スタッフの評価

N = 30

質問項目 ＼ 評価 件数(%)	1) まったく役立っていない／全く使わない	2) あまり役立っていない／あまり使わない	3) 少し役立った／少し変わった	4) とても役立った／とても変わった
a) ライフレビューの情報は、あなたが利用者様を理解するのに役立ちましたか？	0	0	5(16.7)	25(83.3)
b) 普段の利用者様の生活行動(食事、睡眠、会話など)は変化がありましたか？	1(3.3)	12(40.0)	16(53.3)	1(3.3)
c) メモリーブック(思い出帳)は役立っていますか？	0	0	11(36.7)	19(63.3)

4）形態素分析による対象者の語りの変化

介入群で、ベースライン GDS 値よりうつなし群とうつ傾向群別にフォローアップ GDS 値をみると、変化量の大きかった(≥ -2)14 名は全員(100%)がうつ傾向群であった。また、変化がなかった者は 6 名で、うち 3 名(50%)はうつなし群であった。ライフレビューは毎回時系的に尋ねるため、テーマに関する名詞がキーワードとなる。そこで、介入の後で GDS の変化量が大きかったうつ傾向群(GDS≧ - 3)、変化量が小さい、うつなし群(GDS≧1)、変化がなかった群(GDS =0)それぞれ 3 例を用いて、形態素解析から品詞数を抽出し、テーマとなった名詞の出現割合を比較した。その結果、GDS の変化量が大きい群では、全体名詞数は 581 であった。1 回目が「故郷」、2 回目が「家族」、3 回目が「学校」と、テーマに沿った想起がみられた。（図 2）

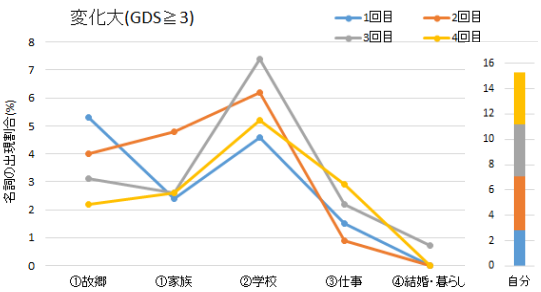

図 2　セッション別テーマ別名詞出現率(変化大群)

GDS 変化小の全体名詞数は 356、「故郷」「家族」「学校」は 1 回目セッションで出現割合が高かったが、テーマに沿った十分な想起に至らず、同じテーマの回数を重ねる必要性が察せられた。

不変例の全体名詞数は 731 で、故郷の想起が毎回多く語られた。テーマに沿った語りはあるが、全体の名詞数での出現率が少ないことから、テーマ以外の語りが多い様子がうか

がわれた。（図 3）

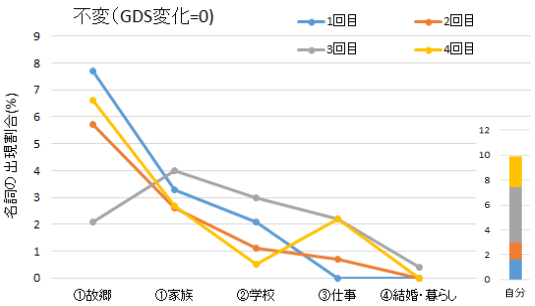

図 3　セッション別テーマ別名詞出現率（変化なし群）

また、本研究の概念枠組でライフレビューのプロセスの内容とした【統合】と【自己意識】が語られていた。認知症高齢者では、子どもの頃や、ごく限られた範囲であっても、繰り返し想起を重ねることで、4 回目のセッション時において、生きてきた自分、よくもわるくも乗切ってきた時間、いったんそのような自分と、関わってきたひととを俯瞰した言葉を振り返って語り、その人の言葉で生き方を伝えた。過去からの一貫性を保ち、自身と向き合うことによって獲得された「生きてきた」ことの意味や「生きる」意味を言葉にした。自分の境遇を見つめ、今の生活環境での「自分」という意識を持ったといえる。

一方、GDS 変化のなかった 3 名の語りからは、自分の果たしてきた役割や思いの具体的な、しみじみ見つめて語った言葉はまだきかれなかったが、「自分がどこにいるのか、だれといるのか、そこがわからない」など、いま自分が抱えている不安、驚き、感覚は充分ことばに表現されていた。この言葉により、周囲のスタッフらはその人の気持ちや困惑に気づくことができる。よって、ライフレビューはうつ傾向のある認知症高齢者の【統合】と　【自己意識】を促して表出でき、GDS が変化しなかった高齢者でも、自分の不安や困惑を表現すると考えられた。

５）量的データと質的データの統合

ライフレビュー介入群フォローアップでは GDS の変化が有意であり、うつ軽減効果が示された。認知症の高齢者では、記憶障害の進行によってセッションでの想起、その時の思いや心情を記憶にとどめておくことが困難となる。しかし、共感的な傾聴者、系統的な刺激、適切な時間と場所といった条件下では、実際の想起内容が記憶にとどめられなくとも、「楽しかった」「うれしかった」といった感情は残ると考えられている。対象者の平均年齢は 86 歳と高く、日常生活に援助が必要であり「進んでしようとする」など自主性や客観的な行動変容に至らなかった。

VI の意思疎通において、直接声をかけ、目を合わせ、身体に触れる関係性の中に、変化への気づきの機会があることが考えられた。

形態素解析、係り受け解析を用いて対象者の逐語録から文字数の変化を示した。品詞の種類、語彙をリスト化し、他のデータとのつながりの探索を試み(Feldman & Sanger, 2007)、セッションのテーマに沿った名詞に着目した。そこで、抑うつ変化が大きかった群では、テーマに沿った名詞の出現割合が増えていることが示唆されたことから、認知症高齢者へのライフレビューは幼児期から 20 代の想起が促しやすいと考えられ、セッションテーマに沿って時系的に想起を促すことがライフレビューのプロセスを援助しやすいと考えられた。

セッション前半の「子どもの頃」、「学校時代」、「初めての仕事」の想起は本人の写真がない高齢者においても、故郷の風景や建物の写真を手掛かりにして思い出されていた。予備研究からも、昔の地名や建築物、行事名が正確に言葉に挙がってくることが家族への聞き取りから報告されている。

過去の経験の振り返りからどのような変化が起こったのかをうつ傾向のある参加者の語りを質的に分析して比較参照した。さらにケアスタッフと対象者の交流、メモリーブックの使用状況から「意思疎通」への効果が認められた。10 歳から 20 歳台のテーマにおいて、言葉として想起される割合が高かったことから、長期記憶に働きかけるライフレビューは、認知症高齢者にも有効なツールであると考えられた。混合研究法の手法は、ケアスタッフや家族とともに、尺度では測れなかった対象者の他者との交流効果を確認し、想起して語られた意味を量的データと統合して解釈する有効な手法といえる。ケアスタッフは自ら認知症高齢者の生活史を知ることの重要性に気づき、会話の機会を増やして話題を広げる行動変化をとっていた。

よって、看護、介護、施設スタッフが連携し、よい聴き手となって、家族も含めたライフレビューを用いることは、認知症高齢者への理解とよりよいケアへの情報共有の一助となると考えられる。今後は構造的ライフレビューを行う上での教育支援、情報からメモリーブックなどの形にしていくツールの開発などを検討し、認知症高齢者へのケアにつなげ役立てていくことが必要である。

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　3　件）

① 山本由子、高齢者における Life Review の概念分析、老年看護学、査読有、18(2)、2014、pp.85-94
DOI：https://doi.org/10.20696/jagn.18.2_85

② 山本由子、認知症者の回想法・ライフレビュー、Expert Nurse７、照林社、査読有、32(8)、2016、pp.56-61

③ 山本由子、認知症高齢者の生活・療養環境のアセスメント、臨床老年看護、日総研、査読有、24(2)、2017、pp57-64

〔学会発表〕（計　7　件）

① 山本由子、高齢者に対するライフレビュー方法の文献検討-長期記憶に働きかけるプロセスに着目して-、第 19 回日本老年看護学会学術集会、2014.

② 山本由子、認知症（DSM-5）高齢者へのライフレビューによる語りの形態素分析－不安行動がある特別養護老人ホーム入所者の事例から－、第 20 回日本在宅ケア学会、2015.

③ Yuko Yamamoto 、Effectiveness of Performing a life Review for the Elderly Subjects with Neurocognitive Disorders – Living in a Japanese Nursing Home: A Randomized Controlled Trial. ENDA & WANS Congress 2015, 2015.

④ 山本由子、認知症高齢者へのライフレビューにおける抑うつ効果の検証：ランダム化比較試験、第 35 回日本看護科学学会学術集会、2015.

⑤ 山本由子、亀井智子、施設に入所する認知症高齢者へのケアスタッフ理解の変化の検討－ライフレビューの共有から－、第 21 回日本老年看護学会学術集会、2016.

⑥ Yuko Yamamoto, Tomoko Kamei、Use of life review to improve elderly dementia patient communication、14th International Conference on Communication in Healthcare、2016.

⑦ Yuko Yamamoto. Effect on Narrative Change and Improvement of Depression through Life Reviews in Older Adults with Dementia: A Mixed Methods Study.
第 3 回日本混合研究法学会/国際混合研究法学会アジア地域会議、2017.

〔その他〕

講演等（計　2　件）

① 山本由子、ランチョンセミナー：認知症高齢者とご家族へ、ライフレビューを用いた思い出帳づくりプロジェクト主催. 第 22 回聖路加看護学会学術大会. 2017.9.16.東京

② 山本由子. 認知症高齢者に対するライフレビューを用いたケアのあり方、宇陀市健康福祉部主催. 認知症研修会. 2017.11.14.宇陀市

６．研究組織

(1)研究代表者

山本　由子（YAMAMOTO, Yuko）
武蔵野大学通信教育部人間科学部・准教授
研究者番号：00550766

(2)研究分担者

なし

(3)連携研究者

亀井　智子（KAMEI,　Tomoko）
聖路加国際大学大学院看護学研究科・教授
研究者番号：　80238443

(4)研究協力者

鈴木　美穂子（SUZUKI,　Mihoko）