

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 30 年 6 月 15 日現在

機関番号：32666

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2014～2017

課題番号：26590165

研究課題名(和文)高齢者支援のための心理社会的介入プログラムの開発

研究課題名(英文)Development of a psychosocial intervention program for supporting older people

研究代表者

櫻村 正美(Kashimura, Masami)

日本医科大学・医学部・講師

研究者番号：00550550

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)：本研究は、軽度認知障害および軽度認知症の高齢者(以下、高齢者)、介護家族(以下、家族)を対象とし、気分や生活の質を改善させるための心理社会的介入プログラムの開発、その安全性と有用性の検討を行うことを目的とした。期間中において、高齢者と家族への介入プログラム(共に8回セッションの認知行動療法に基づくプログラム)の開発をし、高齢者と介護家族計25名を対象に試験的な介入研究の実施、およびプログラムの安全性と有用性の一部を検証することができた。また、家族への介入プログラムの開発者である英国の研究者と情報交換を図り、直接指導を受け、今後共同研究を行うという形で関係構築を果たすことができた。

研究成果の概要(英文)：The aim of this study was to develop two psychosocial intervention programs (for older people with mild cognitive impairment and mild dementia and family caregivers with demented relatives), and to examine the safety and effectiveness. In this study, we were able to develop two programs and to conduct two intervention studies for the 15 elderly and 10 caregivers. As a result, the interventions enabled them to improve their depressive mood and quality of life. Additionally, there was no adverse event during the interventions and the participant's satisfaction levels of two programs were high. Finally, we were able to contact with two researchers in the United Kingdom who developed a psychosocial program for family caregivers with demented relatives, called "START", which we adopted it as our intervention for family caregivers, and to receive their guidance and to build forward-looking relationships with them for our future collaborative works.

研究分野：臨床心理学

キーワード：高齢者 心理社会的介入 介護家族 認知行動療法 心理教育 軽度認知障害 認知症 START

1. 研究開始当初の背景

(1) 高齢化率の上昇と高齢者支援

日本における高齢者の割合が増加しているが、この高齢化率の上昇に伴い、わが国では認知症高齢者数も増加しており、問題視されている。認知症には、認知機能低下に代表される中核症状と、行動・心理症状とも呼ばれる周辺症状があり、幻覚妄想、抑うつや不安といった精神症状、そして徘徊、暴力などの行動症状に分けられる。これまで、抑うつや不安などといった精神症状には向精神薬による薬物療法が使用されることが多かった。しかし、高齢者では向精神薬による重篤な副作用が報告されており、高齢者には非薬物療法の選択が重要であるものの、わが国における非薬物療法の実証研究は乏しい。

(2) 介護家族支援

認知症高齢者の増加と同時に、主たる介護者となることが多い家族の負担も増加することが見込まれており、介護家族の心身の健康の悪化が危ぶまれている。これまで、認知症の介護家族に対する心理社会的な支援方法に関する研究は、海外を中心に蓄積されてきているものの、わが国においては未だ研究が不足しており、効果が実証された支援方法は確立していない状況にある。

2. 研究の目的

そこで本研究では、軽度認知障害 (Mild Cognitive Impairment ; 以下 MCI) および軽度認知症 (Mild Dementia ; 以下 MD) の高齢者、そして認知症の介護家族の心身の健康の改善を図るための介入プログラムを開発し、その安全性と有用性を検証することを主な目的とした。本研究目的は以下の通りである。

(1) 介入プログラムの開発

MCI および MD の高齢者を対象とした心理社会的介入プログラム、および認知症の介護家族を対象とした介入プログラムの開発。

(2) プログラムの安全性と有用性の検討

(1) で開発される 2 つのプログラムの安全性および有用性の検討。

3. 研究の方法

(1) プログラムの開発

先行研究に基づき、MCI および MD の高齢者の抑うつや不安といった気分、生活の質の改善が期待できる、認知行動療法 (Cognitive Behavioral Therapy ; 以下 CBT) に着目し、先行研究を参考に CBT に基づく介入プログラムを開発する。

認知症の介護家族の介護負担や介護ストレス軽減のためのプログラムは、英国ですでに効果が実証されている、START (Strategies for Relatives) の日本語版を作成する。START は全 8 回セッション (心理教育、行動分析、認知再構成、コミュニケーション、行動活性化を含む) で構成される、認知行動療法に基

づく心理教育的なプログラムである。START は個別形式で行われ、週 1 回から隔週に 1 回のペースで進行し、各回 60~90 分程度で実施する。

また本研究では、START を参考にグループ形式でも実施可能な、短縮版のプログラムも作成する。

表 1 START の構成

日本語版 START (全 8 回)		グループ版 START (5 回)	
1	導入・目標設定	1	目標設定・行動分析
2	問題行動分析	2	思考の見直し
3	行動計画	3	コミュニケーション
4	思考の見直し	4	行動活性化
5	コミュニケーション	5	まとめ
6	将来に向けた計画		
7	行動活性化		
8	まとめ		

(2) プログラムの安全性と有用性

MCI、および MD と診断された高齢者、そして認知症 (MCI を含む) の介護家族を対象に、(1) で開発される 3 つの介入プログラムを実施し、その安全性と有用性を検証する。

4. 研究成果

(1) プログラム開発

高齢者用の CBT プログラムは、先行研究で実施されたプログラム内容を参考に、新たに全 8 回のプログラム (心理教育、行動活性化、リラクゼーション、認知再構成を含む) を開発した。最初にプログラムに興味を示した MCI 高齢者 10 名に対してプログラムを実施し、実施時間や回数、内容の理解度に大きな問題がみられないことが確認できた。

表 2 高齢者用 CBT の構成

高齢者用 CBT (全 8 回)	
1	導入・目標設定
2	行動活性化
3	行動を妨げる障害
4	リラクゼーション 1
5	リラクゼーション 2
6	考え直しの ABC シート
7	セルフステートメント
8	まとめ

英国の開発者の承諾を得た上で、日本語版 START を作成し、まず認知症の介護家族 1 名に実施した結果、回数や実施時間、内容の理解度に問題がみられなかったことに加え、介入前に比して介入後では参加者の気分や生活の質の改善、介護負担感の軽減がみられた。また、START の開発者に直接コンタクトをとり、原版と日本語版で大きな変更はないこと (マニュアルに記載されている制度上の違いについては、日本の制度に合わせてマニュアルを修正した) 実施する内容には目立った誤りがないことが確認された。

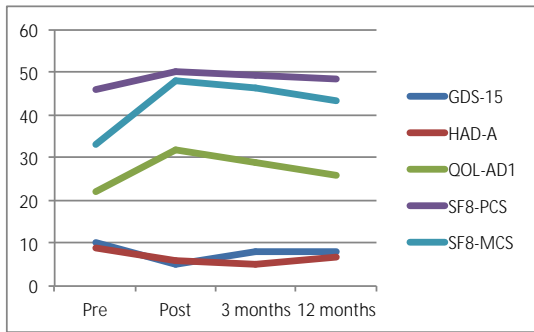


図1 日本語版 START の一事例報告

(2) 安全性と有用性の検証

5名のMCI高齢者を対象にプログラムを実施した結果、介入前の各アウトカム得点に比べて介入後で参加者の抑うつや不安、生活の質が改善されており、プログラムへの参加満足度も高い結果が示された。介入開始から終了まで有害事象は発生しなかった。

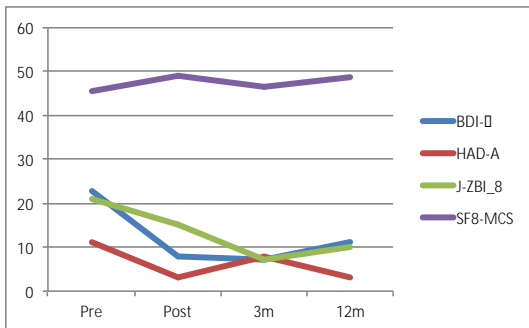


図2 MCI 高齢者 CBT の一事例報告

MCI または軽度から中等度の認知症の家族をもつ介護家族 10 名を対象に、日本語版 START を実施した。介入前に比べて、介入後では参加者の抑うつ気分や生活の質が改善され、また介護負担感の軽減がみられた。また、介入終了後の 6 ヶ月後でもその効果が維持されていた。介入開始から終了後まで、有害事象は発生せず、またプログラムからの脱落も 1 名のみであった(健康上の理由による)。

また、グループ形式の短縮版プログラムを開発し、9 名の参加者に対して実施した。個別形式で実施されたプログラムの結果と比べ、明確な介入後の効果は示されなかったものの、全体的に介入後では抑うつや怒り、介護負担感の軽減、生活の質の改善がみられた。またグループ形式では、参加者同士が互いに励まし支え合うようなピアサポートがみられており、グループ形式の大きなメリットと考えられた。

本研究で実施した介入は、いずれもパイロットスタディではあったものの、介入による前向きな効果、そして介入の安全性を示すことができた。本研究を通じて、今後増加が見込まれる認知症高齢者やその介護家族への心理学的な支援の有用性の可能性を示すこ

とができたと考えられる。

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 5 件)

Kashimura M, Nomura T, Ishiwata A, Kitamura S. Feasibility of applying the psychosocial intervention STRategies for Relatives to family caregivers of patients with dementia: a case report. Psychogeriatrics, in press.

DOI:

<https://doi.org/10.1111/psyg.12315>

櫻村 正美, 野村 俊明, 介護家族および介護準備家族を対象とした集団版認知行動的プログラムの試み、家族療法研究、34、2017、pp. 281-290.

櫻村 正美, 高齢者への心理療法、最新医学別冊 診断と治療の ABC、132、2017、pp. 28-35.

櫻村 正美, 野村 俊明, 川西 智也, 原 祐子, 北村 伸, 地域在住高齢者にみられる迷惑行為に関する検討-地域包括支援センターを対象としたフォーカスグループ-, 老年精神医学雑誌、29、2017、pp. 65-74.

田島 美幸, 横井 優磨, 蟹江 絢子, 原 祐子, 櫻村 正美, 堀越 勝, 認知症の地域ケアに対する認知行動療法の応用(特集 認知療法・認知行動療法の広がり), 精神科治療学、31、2016、pp. 185-190.

〔学会発表〕(計 10 件)

櫻村 正美, 認知症患者とその介護者を対象とした認知行動的アプローチ 第 17 回日本抗加齢医学会シンポジウム、2017.6.3、東京国際フォーラム(東京都)

櫻村 正美, 軽度認知障害高齢者の心理面接に家族が同席する意義、第 34 回日本家族心理学会、2017.9.1、作新学院大学(栃木県)

櫻村 正美, 介護ストレスの軽減を目的とした家族への心理的介入、日本家族心理学会第 33 回大会・日本交流分析学会第 41 回大会合同大会、2016.10.16、聖徳大学(千葉県)

櫻村 正美, 川西 智也, 原 祐子, 稲垣 千草, 根本 留美, 山下 真里, 並木 香奈子, 深津 亮, 三品 雅洋, 野村 俊明, 北村 伸, 地域包括支援センターが関与した地域在住高齢者の迷惑行為の実態(2)-迷惑行為に関連する要因について-, 日本認知症予防学会第 6 回、2016.9.23、東北大学(宮城県)

櫻村 正美, 介護家族と介護準備家族を対象とした集団版認知行動療法プログラ

ムの試み、日本家族研究・家族療法学会第33回、2016.9.17、ハウステンボス(長崎県)

榎村 正美、野村 俊明、軽度認知障害の高齢者を対象とした認知行動療法の試み-気分の悪化を訴える女性に適用した8回版プログラムの紹介-、日本心理臨床学会秋季大会第35回、2016.9.5、パシフィコ横浜(神奈川県)

榎村 正美、認知症患者を対象とした認知行動療法の取り組みから見えてくること、第16回日本認知療法学会大会企画シンポジウム、2016.11.25、ナレッジキャピタルコングレコンベンションセンター(大阪府)

榎村 正美、高齢者に対する認知行動療法の適用の可能性、第12回日本うつ病学会総会・第15回日本認知療法合同企画シンポジウム1、2015.7.17、京王プラザホテル(東京都)

榎村 正美、野村 俊明、石渡 明子、北村 伸、物忘れを主訴とした高齢者に対する認知行動療法の安全性の検討 日本認知症予防学会第5回、2015.9.26、神戸国際会議場(兵庫県)

榎村 正美、野村 俊明、認知症高齢者と介護家族に対する認知行動療法の可能性、日本認知症予防学会第4回、2014.9.26、タワーホール船堀(東京都)

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

取得状況(計0件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等
日本医科大学医療心理学教室(公開情報)
https://www.nms.ac.jp/college/schoolroom/kisokagaku/shinrigaku/_9152.html

6. 研究組織

(1) 研究代表者

榎村 正美(KASHIMURA, Masami)
日本医科大学・医学部・講師
研究者番号：00550550

(2) 研究分担者

野村 俊明(NOMURA, Toshiaki)
日本医科大学・医学部・教授
研究者番号：30339759

(3) 連携研究者

()

研究者番号：

(4) 研究協力者

石渡 明子(ISHIWATA, Akiko)
野上 茜(NOGAMI, Akane)
館野 周(TATENNO, Amane)
鋤柄 のぞみ(SUKIGARA, Nozomi)
川島 義高(KAWASHIMA, Yoshitaka)
荒木 麻帆(ARAKI, Maho)
川西 智也(KAWANISHI, Tomoya)
原 祐子(HARA, Yuko)
山下 真里(YAMASHITA, Mari)
北村 伸(KITAMURA, Shin)