

# 2011年度「公募研究」の論文が完成しました

当研究所の活動の一環として、自主的に提案したテーマを会員から公募する「公募研究」事業を、2011年度に実施し、2013年3月にその研究論文が完成しました。2件の研究の成果要旨を掲載いたします。

なお、成果物（論文および付属マニュアルを含む）は、本部産業カウンセリング研究所のウェブサイトのページに掲載しております（<http://www.counselor.or.jp/research/>）。

## 認知症の治療・予防法としての回想法の活用方法研究 —福祉・健康領域での産業カウンセラーの活用を目指して—

研究者：須田 行雄（北関東支部）

### I はじめに(問題意識と研究目的)

公募研究のテーマを何にするかを考えたとき、企業で活躍している現役の職業人には、産業カウンセラーによる支援があるものの、仕事からリタイアしたかつての職業人の方々へのサポートが少ないことに思い至った。そこで、これらの高齢者の、とくに今後増えていくことが予想される認知症患者の方々への援助に焦点を絞ることにした。

援助の方法としては、認知症の進行抑制に効果があるとされる「回想法」に注目し、その実施状況の調査と効果の検証を実際に試みることにした。

回想法は、1963年にアメリカの精神科医バター（Butler,R.）によって、提唱された心理療法である。方法としては、個人回想法とグループ回想法とがあるが、これらは、産業カウンセラーとしての技能を有効に使える方法であり、これからの産業カウンセラーの新たな活動分野の開拓と、社会的な存在価値と認知を高めることにもつながると考えた。

### II 介護施設における認知症高齢者の実態 および回想法の使われ方に関する調査

#### 1. 方法

認知症患者のいる介護施設の利用者の状況や回想法を行っているかに関する質問紙調査を行った。

##### (1)調査内容

第1次調査では、施設に入・通所している認知症患者の人数、回想法を実施している施設においては、どのように使われ、どのような効果をあげているかを問い、第2次調査で、入所者の詳細な情報を問うこととした。

##### (2)調査対象

T県内の施設100か所。

##### (3)調査方法

依頼状、調査票および返信用封筒を郵送した。

##### (4)調査時期

第1次調査は、2012年1月であった。

#### 2. 調査の結果

結果的には、残念ながら質問紙調査の返信を1件も頂くことはできなかった。このような調査への壁（個人情報開示など）の高さを感じた。

### III 認知症の方への回想法実施効果の検証研究

#### 1. 回想法面接の方法

##### (1)協力施設の決定

回想法を実施させていただけるかの確認のため、T県内のO市、T市、I町のグループホームを中心に、30施設を訪問した。資料および筆者の名刺を持参し、施設長に説明を行った。

その結果、XホームおよびYホームに協力いただけることになった。

##### (2)協力者（認知症者）の決定

協力者についての筆者の希望する条件は、以下の3点であった。

①ある程度の言語コミュニケーションがとれる

②精神的に落ち着いている

③1時間程度の会話ができる

施設長と協議の結果、4名を決定した。4名はいずれも女性で、職業経験があり、年齢は75歳～88歳であった。

#### 2. 回想法効果の検証の方法

##### (1)検査法と実施方法

効果の確認方法としては、言葉だけでなく手を

使い、積み木カードを動かすという点で高齢者の検査としてよいと判断し、N-CAB新版認知能力検査（田研出版株式会社）を使用することにした。実施方法は、まず検査に要した時間を測定し記入し、次に、検査結果を年齢別に換算表を用いて評価段階表を作成した。

#### (2)検査の実施時期、回数

回想法効果を測定するため、初回面接時と第4回面接時（最終回）の2回行い比較を行った。

Xホームの初回面接は、2012年9月に、Yホームは10月から、それぞれ週1回の面接であった。

1回の面接には、約1時間ほどかけ実施した。

### 3. 回想法効果の検証結果の考察

#### (1)検査結果について

4人の結果を見ると、概して目と手の協力能力と視覚—運動の速さについては、点数が高いが、その他は低いあるいは測定不可という結果になってしまった。これは、尺度別評価点が、測定時間の制限値を超えると0点となるためである。実際に、検査方法の説明を理解していただくのに、数回説明が必要となり、かなり時間を要した。

初日と最終日に検査を行ったが、結果としてはわずかながら上がっている項目はあったが、下がっている項目はなかった。最終日は2回目であるということもあるので、慣れ（練習効果）による上昇の可能性ともとれる。これらの結果からでは、必ずしも効果があったとは言えない。

その原因は、検査結果の評価方法が、課題理解や回答に時間のかかる認知症高齢者に適用できるかどうかという点もあるが、検証期間の問題として、全4回、約1カ月間では変化が現れず、もっと回数なり期間が必要だったのではないかとすることも考えられる。

#### (2)副次的効果について

この検査をしているときの協力者は、戸惑いながらも、久しぶりに頭を使ったと楽しそうに取り組んでいる様子であった。

また、その表情や、話し方を見ると回を重ねるごとに笑顔が出てきて、話も多く語られるようになった。これは、検査を通じてラポールが形成されたということも考えられるが、協力者の意識に何らかの働きかけをしたことは推測できる。

## IV 回想法の実施状況と協力者の変化

回想法の効果の検証とは別に、認知症高齢者に

回想法を通して係わったことは、認知症高齢者に何らかの臨床的な効果をもたらすとうかがえた。

本研究において協力者に回想法を適用した手続きは、概ね以下の通りである。

#### (1)導入（挨拶、説明など）

・挨拶：「昨日は、よく眠れましたか。」

・N-CAB（認知能力検査）の事前実施（約30分）：  
「少し、ゲームをしてみましょう。」（初回）

#### (2)最初の質問

・回想法実施（約60分）：「子供の頃の楽しかった思い出を、聴かせていただけますか。」

・N-CABの事後検査（約30分）：「前にやったゲームをもう一度やってみましょう。」（最終回）

・面接終了挨拶：「今日は楽しい思い出をたくさん聞かせて頂き、私も楽しくなりました。」

筆者との関係においては、3回目位から顔を覚えて頂くことが出来、楽しかった職場の話などをしていると、表情がよみがえることが確認できた。

最終面談を終え半年ほど過ぎた時期に4名を訪問した。すると、筆者の顔を覚えていて、「久しぶりです」と言われたのには、驚きであり、嬉しい再会であった。

## V 結論

今回の研究からは、客観的な効果を確認することは出来なかった。しかしながら、仕事の場面など本人が輝いた時期を回想することによって、日常生活の改善が見られれば、家族にも気持ちの余裕が出てくることになり、家族介護の軽減につながることを期待できると感じた。

回想法は、傾聴のトレーニングを積んだ産業カウンセラーにとって、比較的習得しやすく実施しやすいケアの手法と確信した。また、産業カウンセラーの活動の場を福祉分野にも求め、産業カウンセラー自身が存在を発揮し取り組むことにもつながるものとの思いを強くした。

## VI おわりに（「回想法実施マニュアル」の作成）

今回の研究で実施した回想法を基本に改善点を加え、産業カウンセラー用の「回想法実施マニュアル」を作成した。認知症高齢者のためはもとより、介護をされている家族の皆様や介護現場で働く職員の方にも回想法への認識を深めていただくためにも活用されることを願う。