

研究代表者 所属・職：健康科学部・助教

氏 名：来島 修志

研究課題名：回想法を用いた地域高齢ボランティアの育成と支援のあり方に関する研究

取り組み状況

本研究の目的は、地域の高齢ボランティアが回想法を学び実践することを通して、どのような変化が見られるのかを明らかにし、その育成と支援のあり方を検討することである。そこで、名古屋市の「福祉会館認知症予防事業」における「認知症予防リーダー」が回想法を学び実践することを経て、地域でリーダーとして活躍するまでの経過をアクションリサーチにて追うこととした。なお、本研究のアクション部分に関しては名古屋市健康福祉局高齢福祉部地域ケア推進課と本学が委託契約を交わし、2016 年度から毎年、本学において回想法の研修が実施され実績が積み重ねられている。今回は、2019 年度「認知症予防リーダー養成講座回想法研修」受講者 172 名と、2019 年度「認知症予防リーダー回想法ステップアップ研修」受講者 81 名（2016～2018 年度修了の認知症予防リーダーで回想法実践者）のアンケート調査結果のデータ分析を行った。そして次年度に向けて、地域活動実践と認知症予防リーダーの変化に関する意識調査のためのアンケート調査票を作成した。

研究成果の内容

まず、2019 年度「認知症予防リーダー養成講座回想法研修」受講者 172 名のアンケート調査結果の自由記述より、以下の点が整理された。

1. 回想法の研修で学んだこと

- ① 回想を自ら体験したことによる感想・気付き
- ② 回想法の意味・必要性・効果
- ③ 回想法の具体的なスキルとスキルが必要という意識
- ④ 自分自身の認知症予防への意識
- ⑤ 認知症の方々に対する回想法の必要性と実践

への不安

2. 今後さらに学びたいこと

- ① 回想法の具体的な運営方法とプログラム
- ② 参加者確保の仕方
- ③ 回想法の伝え方
- ④ 気軽に取り入れるための環境づくり
- ⑤ 回想を引き出すスキル
- ⑥ 話さない方・興味のない方への対応
- ⑦ 現実逃避してしまう方や精神不安的な方への対応
- ⑧ うつ病患者への展開
- ⑨ 苦しみ・悲しみ・辛いことの回想法
- ⑩ 認知症の程度・症状に合わせた方法
- ⑪ 家族介護への取り入れ方と家族への対応
- ⑫ 映像による手法の学び
- ⑬ 回想法の実践現場の見学
- ⑭ 回想法の効果
- ⑮ 認知症と認知症予防について
- ⑯ 伝統文化などの学び
- ⑰ 情報交換など定期的フォローアップの機会
- ⑱ 仲間づくりしていく力・協調性
- ⑲ 回想法の活用に向けた地域への関わり方や社会参加の機会
- ⑳ 孫や子供の教育への活用

以上の結果から、「認知症予防リーダー養成講座回想法研修」を通して、受講者は自ら回想を体験し、何らかの気づきを経験し、回想法の意味や効果、回想法のスキルを学び、自らの認知症予防への意識を高め、さらに認知症の方々への援助に目覚めるという過程が抽出された。また、回想法のプログラムと参加者を広げるための環境づくりや、具体的な対象者へのスキル・対応の学び、実践や学びの継続のための支援、家庭や文化への展開などの期待が抽出された。

次に、2019 年度「認知症予防リーダー回想法ス

テップアップ研修」受講者 81 名のアンケート調査結果の自由記述より、以下の点が整理された。

1. 認知症予防リーダーの活動に活かせると思ったこと

- ① 回想法リーダーの役割とスキル
- ② 認知症の方への回想法スキル
- ③ 話してもらうのではなく思い出を膨らまし話したくなる聴き方
- ④ 相手の気持ちの理解と同調
- ⑤ 物事を丁寧に見ること
- ⑥ ゆったりした流れをつくる
- ⑦ 自分自身の気持ちの余裕
- ⑧ 回想法実践への意欲・自信
- ⑨ 学びながらの実践
- ⑩ 日頃の家族との会話

2. 今後さらに学びたいこと

- ① 言葉の使い方や様々な方への対応
- ② 認知症，認知症の人，その心情について
- ③ 相手の心の動きを感じるための学び
- ④ 認知症の重い方への対応
- ⑤ 失敗事例
- ⑥ 回想テーマの選び方
- ⑦ 回想法への誘い方
- ⑧ リーダーの成長につながる振り返りの仕方
- ⑨ 定期的な学びの機会や 2～3 区での情報交換の機会
- ⑩ 高齢者の諸課題，外国の事例

以上の結果から、回想法を学び実践を経験した認知症予防リーダーは、初回の受講者と同様に回想法のプログラムと参加者を広げるための環境づくりを意識し、具体的な対応やスキルを活かそうと意欲を高め、実践や学びの継続のための支援を期待していることがうかがえた。そのうえで、「思い出を膨らまし話したくなる聴き方」、「相手の気持ちの理解と同調」、「物事を丁寧に見る」、「ゆったりした流れをつくる」、「自分自身の気持ちの余

裕」、「認知症の人の心情」、「相手の心の動きを感じるための学び」、「リーダーの成長につながる振り返り」といった、学びや気づきの深まりがうかがえた。これらの点は、実践による成長・変化として捉えることができるものと考えられた。

最後に、地域活動実践と認知症予防リーダーの変化に関する意識調査を目的として、回想への親和性、回想を聴く経験の量と質、社会活動の量、そして「齢を重ねること」に対する肯定感、Transcendence（老年的超越）に基づく積極的な生き方に関する項目を含む調査票を作成することができた。