

## 博 士 論 文 要 旨

### 題 目

地域における認知症予防ボランティアによる  
介護予防活動の有効性に関する研究  
—老人福祉センターにおける実践活動から—

(Study on the efficacy of regional volunteer nursing care  
prevention activities for dementia  
— Practical activities at welfare centers for the elderly —)

指導教授 佐々木順子 教授

入学年月 平成 18 年 4 月 入学

学籍番号 0607605

氏 名 中道(細川) 淳子

### 緒言

現在 85 歳以上の 4 人に 1 人が認知症になるといわれ、平均余命の伸びや後期高齢者の増加に伴い、認知症予防の必要性が高まっている。今後さらに増加が予測される認知症高齢者への対策は、地域での住民自らの参加によるケアシステムが不可欠である。

本研究では、ヘルスプロモーションに基づき、地域の高齢者の認知機能低下という“地域の健康課題”に対し、“実践的な認知症予防活動（以下、活動）”を認知症予防ボランティア（以下、ボランティア）が中心になって実施する。認知症予防のストラテジーとして、認知症発症前に低下しやすい機能（エピソード記憶、注意分割記憶、計画力）の強化を意図した“プログラムの実施”と“他者との交流が出来る活動”を行う。本研究の特徴は、活動の企画・実施の中心をボランティアが担う点で、ヘルスプロモーション推進のための住民組織活動の強化を意図しており、以下の 3 点から介護予防活動の有効性を検討することが目的である。

- I. 活動参加者の活動前後における認知機能と主観的幸福感の変化
- II. ボランティアと活動参加者との相互作用のプロセスからボランティアが捉えたこと
- III. ボランティアが捉えた活動参加者の変化とボランティア自身の変化

### 方法

対象：活動に 6 割以上出席した 14 名（女性 14 名、年齢 80-91 歳）の活動参加者と、ボランティア 5 名（女性 4 名、年齢 61-73 歳）。

介入方法：活動は地域の老人福祉センターにて月 2 回の頻度で 5 ヶ月間（10 回）実施した。1 回約 70 分で、終了後にボランティアによる反省会を実施した。

データ収集・分析方法：活動参加者の活動前と後で 1 分間動物名想起テスト、MMSE (Mini Mental State Examination)、改訂版 PGC モラール (Philadelphia Geriatric Center Morale Scale) を測定した。分析は SPSS を用い Wilcoxon 符号付順位検定を行った。

反省会の逐語録から活動参加者とボランティアに関するキーセンテンスを抽出し、質的帰納的に分類し、意味内容を検討してラベルをつけた。10 回分の全ラベルを質的帰納的に分類し、抽象度をあげてカテゴリー化した。【カテゴリー】 <サブカテゴリー> を用い

て、「活動参加者とボランティアの相互作用のプロセスからボランティアが捉えたことのモデル図」を作成した。全10回を振り返って最終のグループインタビューを行い、逐語録を質的帰納的に分類し、「ボランティアが捉えた活動参加者の変化」「ボランティア自身の変化」にまとめた。以上の過程において、研究指導者のスーパービジョンを受けた。

倫理的配慮：本学倫理委員会の審査を受けた。

## 結果

I. 活動参加者の活動前後における認知機能と主観的幸福感の変化では、全てのスケール得点が有意に上昇した。

II. 活動参加者とボランティアの相互作用のプロセスから、ボランティアは【活動の場の雰囲気】の〈楽しさ〉や〈全体のプログラム進行〉を捉えていた。活動中は〈活動参加者自身の思いの理解（こころ）〉〈活動参加者の機能・能力における個別性の理解（からだ）〉〈活動参加者間の人間関係の理解（社会関係）〉について【活動参加者への理解】がなされていた。同時に、【ボランティア自身に関する気づき】として〈活動参加者への思い〉を基盤に〈活動参加者に対する気遣い・配慮・工夫〉をし、その〈活動方法の評価〉を行い、活動から〈新たな学び〉も含む価値観を形成していた。これらのボランティアが捉えたことは、次の活動参加者との関わりに影響を与え、その関わりから新たに活動参加者への理解を深める繰り返しの構造が認められた。その中で地域での【活動の継続性・発展性】を考えることもあった。

III. ボランティアが捉えた活動参加者の変化は（i）活動能力の向上、（ii）楽しみの増加、（iii）なじみの関係であり、ボランティア自身の変化は（i）活動参加者への理解の深まり、（ii）認知症予防活動の成熟、（iii）自分自身にとっての活動の効果だった。

## 考察

本活動効果として、活動参加者の認知機能の維持改善と主観的幸福感の維持増大が示された。その効果が示された理由は、認知機能を意図的に使う機会が増えたこと、活動参加者とボランティアが相互に作用しあうことができたためだと思われる。

ボランティアにとっても活動参加者と関わることで、80歳以上の高齢者像を学ぶ機会になった。また、自己の有用感や活動の達成感を感じることができていた。加えて、認知症予防活動のスキルを向上させ、自分自身の認知症予防になったという意義も見出すことができていた。これらの効果が示された理由は、ボランティアが、60歳前半を含む前期高齢者から成り、活動参加者との年の差が少なく、多くの80歳以上の高齢者にみられる諸機能の低下を含むありのままの姿を捉えることが比較的容易であり、将来の自己のあり方を考える機会になったためだと考える。60歳代は一般に余暇時間と体力があり、ボランティアへの関心が高い年代であると同時に認知症予備軍でもあり、ボランティア活動を通して早い時期から認知症予防行動を身につけていくことは、認知症予防の地域力向上につながると考えられる。

## 結論

高齢のボランティアが後期高齢者の社会参加を支援し、認知機能を刺激する介護予防活動の有効性が確認できた。本研究結果は地域で行う認知症予防活動の一つの型を提言し、ボランティア等の住民組織が主体的に活動を行っていくヘルスプロモーション推進のための仕組みづくりにおいて基礎資料となり得ると考える。