

# 第25回西日本事例発表研修会 エントリーシート

法人名	スミリンケアライフ株式会社	施設名	エレガーノ摩耶
テーマ分類	以下から選択してください。 ①自立支援 ②リハビリ ③認知症ケア ④事故防止 ⑤看取り介護 ⑥減薬の取組み ⑦食のケア ⑧ITの活用 ⑨地域交流・連携 ⑩業務改善・効率化 ⑪人材育成・離職防止 ⑫その他( 回想法を用いた効果について )		
発表タイトル	グループ回想法を用いた効果について		
研究の目的	施設の新型コロナウイルスの感染対策で、館内の大きなイベントや外出、家族との面会などが中止となり、また、入居者が日頃から楽しみにしているフロアでのアクティビティも制限がかけられ、楽しみや会話などの交流機会が少ない状況となっている。このような生活が続くことによって、うつ症状や認知症の進行が懸念される。そこで、楽しみや会話、交流が減少した生活になっている入居者に、他者との社会的交流を促進することが認められている回想法を行い、うつ症状や認知機能にどのような変化があるかを検証することを目的とした。		
発表の概要	施設の新型コロナウイルス感染対策で、楽しみや会話、交流が減少した生活になり、居室に閉じこもることが多くなった入居者5名(認知症高齢者の日常生活自立度 I～IIb)に、週1回、1時間のグループ回想法を8回行った。回想法は、「自分史年表」を使用し、1～2回目は10～20代、3～4回目は30～40代、5～6回目は50～60代、7～8回目は70代～現在、4つの年代に分けて話をすすめた。30～40代をテーマにした回は、全員の発言が多く、印象の強い年代であったことが分かった。また、認知機能が低いほど発言回数や発言時間が少ないことも分かった。認知機能が低くなると、語彙力、発想、理解力、会話のスピードについていけず、自らの発言時間も短い上に、他者の話に参加することが出来なかったと思われる。MMSEの結果に顕著な変化はなかったが、MMSEの回答時間が速くなり、計算問題の正答率にも改善がみられた。これらの結果から、回想法によって脳が活性化したことが考えられ、脳の活性化を目的とした認知症予防のトレーニングに活用できるのではないかと考えた。また、うつでは、うつ病評価尺度の結果が改善傾向を示した。アンケート結果においても、「楽しかった」「参加して良かった」などの意見が多く、回想法がうつの改善傾向に影響したと思われる。グループ回想法は高齢者の楽しみや会話、交流を生みコミュニケーションを高め、過去を他者と共感できる有益な時間となった。また、うつ症状の改善にも効果が期待でき、認知症予防のトレーニングに活用できることが確認できた。		

<p>研究方法</p>	<p>対象者:エレガーノ摩耶ケアセンター入居者5名          介入方法:グループ回想法          司会1名(スタッフ)が、「自分史年表※」を用いて回想法を実施する。対象者が過去のことを思い出しやすいように、その年代にあった社会的な出来事などを質問形式で話をすすめる。回想法実施中の表情や発言を記録するために動画を撮る。          プライバシーの問題:グループ回想法中は他者に聞こえないよう場所を考え、話して頂く内容に配慮し、少しでも話すことにためらい等がみられれば、すぐに司会が話を変更するなどして対応する。          介入頻度:1週間に1回約1時間を8週(全8回)15時30分～16時30分          実施場所:虹パントリー          評価項目:          ・回想法介入前に対象者にアンケートを実施する。          ・グループ回想法介入中の様子を記録する。また、実施中の様子を撮影し発言内容や発言数、表情の変化を詳細に記録する。          ・8回の介入終了後、対象者にアンケートを実施する。          介入前後で比較          ・ミニメンタル・ステート(MMSE)          ・うつ病評価尺度(SRQ-D)</p> <p>*「自分史年表」とは、世間の流れを見ながら自身の歴史を振り返ることができる回想法用に作成された年代ごとに整理できる冊子</p>
<p>成果・結果</p>	<p>①MMSE          ・計算問題以外の得点に変化はなかった。          ・100から順番に7を引く問4の計算問題で5名中4名の点数が改善した。          ②うつ病尺度          5名全員改善傾向を示した。          ③回想法での発言時間を比べると、認知機能が低いほど発言時間が少ない結果となった。          ④アンケート結果では、グループ回想法に参加して良かったという内容の回答が多かった。          ⑤年代別の発言時間では30代～40代の話が他の年代と比べて5人全員が最も発言していた。</p>
<p>考察</p>	<p>①MMSEの結果に顕著な変化はなかったが、MMSEの回答時間が速くなり、計算問題の正答率にも改善がみられた。これらの結果から、回想法終了直後にMMSE検査を行ったため、認知機能が改善したのではなく、脳が活性化していたと考え、脳の活性化を目的とした認知症予防のトレーニングに活用できると考えた。          ②うつでは、うつ病評価尺度の結果が改善傾向を示した。アンケート結果においても、「楽しかった」「参加して良かった」などの意見が多く、うつ改善に影響したと考える。          ③30～40代をテーマにした回は、全員の発言が多く、印象の強い年代であったことが考えられる。また、認知機能が低いほど発言回数や発言時間が少ない傾向であった。認知症の中核症状に失語があり、認知機能が低くなると、語彙力、発想、理解力、会話のスピードについていけず、自らの発言時間も短い上に、他者の話に参加することが出来なかったと考える。          ④回想法での交流が、普段は話さなかった入居者同士に親近感が生まれ、回想法以外の時間の会話などにも繋がったと考える。          ⑤30代～40代は仕事と子育て家族との関わりが一番濃い時代であったため、苦労や喜びも多くそれを乗り越えて達成してきたことにより鮮明な記憶があり、発言時間が長くなったと考えた。</p>

<p>アピールポイント 伝えたいこと</p> <p>他のホーム・取組 みと比較した 優位性など</p>	<p>①グループ回想法を行ったことによって、30～40代(約50年前)の記憶が強く残っていることが分かった。現在、入居者との会話で30～40代(約50年前)の話題にするなど、日常のコミュニケーションに活用できている。</p> <p>②普段、交流の少ない入居者同士が、回想法以外の時間に会話をするなどの交流がうまれた。</p> <p>②脳が活性化することが分かったので、認知症予防のトレーニングとして活用していきたい。</p> <p>③対象者のうつ症状が改善したので、うつ傾向の入居者に楽しい交流の場として取り入れていきたい。</p> <p>④グループ回想法は、想像していた以上に楽しい交流の場であった。</p>
---	---