研究報告

認知症高齢者にメモリーブックを活用したケアの効果

松井久美[1]，上田桃子[2]，高本奈瑠美[3]，田村幸恵[4]，川島和代[4§]

概　要

本研究の目的は，認知症高齢者のこれまでの人生や現在の思い，今後の希望について聴き取り，その結果を【メモリーブック】として媒体にまとめ，本人やケアを行うスタッフと共有し，生活に反映させ，その効果を明らかにすることである．2015年８月から９月までの間，石川県内のグループホームに入所する６名の認知症高齢者を対象に，半構成的面接法により聴き取りを行い，【メモリーブック】を作成した．時系列に，実施前，聴き取り期間，【メモリーブック】完成時，２週間後の４段階に分け，メモリーブック作成過程における認知症高齢者の客観的な変化を記録し，認知機能や意欲の推移についてスケールを用いて測定した．この結果，【メモリーブック】を用いた関わりは，認知機能の向上，意欲の向上につながることが推察された．また，これまでの人生（過去），現在，未来に焦点を当てた関わりは，認知機能の低下を抑止し，機能維持に効果的であることが示唆された．

キーワード　認知症高齢者，グループホーム，メモリーブック，生活史

１．はじめに

平成26年度版高齢社会白書によると，平成25年の65歳以上の高齢者人口は過去最高の3,190万人となり，総人口に占める高齢者人口の割合は25.1％と過去最高になったと報告されている[1)]．高齢化とともに認知症に罹患する人も増加しており，わが国の認知症高齢者は，2015年の時点で462万人と推計され，2025年には約700万人に上ると算出されている[2)]．今後，介護施設や医療施設においても，認知症高齢者が増加していくと予測される．

千田ら[3)]は，認知症によって引き起こされる認知障害，行動障害，コミュニケーション障害などが，看護実践において看護師に困難を生じさせると指摘している．山田[4)]は，ケアを行う上で，身体状態の理解のみならず，認知症高齢者一人ひとりの生活史を知ることが重要であるとしており，生活史をヒントに認知症高齢者が得意なことを引き出すことが自信を取り戻すきっかけになることがあると言及している．生活史を知る方法として，回想法が注目されており，高齢者の過去を踏まえてコミュニケーションを図ることで，関係性が改善されることが明らかとなっている．

海外では，1960年代にアメリカの精神科医Robert Butlerにより回想法が提唱され，世界中で広がった[5)]．回想法とは，対象者が過去の出来事を聴き，情動的側面を改善したり，対人関係の形成をめざしたりする援助の方法である[5)]．Bourgeois[6)]は，生い立ちから現在までの生活史を患者自身の言葉と写真などの視覚的情報で綴るメモリーブックを考案している[7)]．日本でも回想法やメモリーブックを取り入れた研究が取り組まれている．黒川[8)]は回想法の具体的手法をまとめ，その効果を明らかにしている．六角[9)]は，認知症高齢者の自分史をケアに活用した研究において，認知症高齢者が生活史を語ることで，対人的な相互作用や情緒の安定などに効果があるとしている．志村ら[10)]も自分史を生かした認知症高齢者との関わりを報告し，その有用性を明らかにしている．また，松田ら[11)]は認知症高齢者の「個人史」を冊子として作成し，ケアの質向上につながったと報告している．

しかし，これらの研究や取り組みの多くが認知症高齢者のこれまの人生や職業等のライフイベントに焦点を当てたものであり，食事や排泄，清潔行動などの日常生活行動において本人が望む生活環境，時間帯や方法・嗜好，今後の希望について重視した取り組みはみられなかった．認知機能や精神機能が低下した認知症高齢者は，療養環境や生活スタイルの変化といった新たな状況に適応することは難しい[12)]．生活状況の変化はストレスや恐怖感を与え，徘徊，ケアの拒否，転倒等の生

[1] 公立穴水総合病院　[2] 福井県立病院　[3] 石川県立中央病院
[4] 石川県立看護大学　[§] コレスポンデイング・オーサー

活上の障害に繋がる恐れがある．認知症高齢者のストレスの軽減には，これまでの人生を踏まえた上で，その人が培ってきた生活習慣や本人の希望を現在の生活に取り入れる事がより有効となるのではないかと考える．

そこで本研究の目的は，認知症高齢者の自分史のみに留まらず，現在の生活への思い，今後の希望についても聴き取り，その結果を【メモリーブック】として媒体にまとめ，本人・スタッフと共有し，生活に反映させることで，認知症高齢者にどのような影響を与えるかを明らかにすることである．

２．研究方法

２．１　研究対象

研究の協力を得られた石川県のグループホームで，２ユニット 18 名入所の１施設を対象とした．対象施設の所在地は，石川県内の中央に位置し，かつては漁業と繊維産業を生業とする人が多くいた地域であり，現在は近隣都市のベッドタウンとして機能している．対象者は，①軽度から中等度の認知症高齢者であること，②認知症による著しい行動・心理症状が認められないこと，③基礎疾患等の病態が安定していること，④会話が可能であることの４点を条件とし，本人と家族の双方の同意が得られた６名が研究参加者となった．

２．２　調査期間

調査期間は平成 27 年８月～ 10 月である．

２．３　調査方法

次の４つの段階を踏み，調査を実施した．

（第１段階）研究者らは関係構築のためグループホームを訪問して入所者と共に１週間過ごし，該当する認知症高齢者の方に研究参加の意思を確認した．

（第２段階）研究参加者にこれまでの人生や生活習慣，今後の希望について半構成的面接法により，居室にて話を聴いた．なお面接は１人あたり１～２回実施した．

（第３段階）インタビュー内容を逐語録に起こし，自分史，現在の生活への思い，今後の希望について，語られた内容をメモリーブックに記した．さらに関連の写真や資料を載せメモリーブックを作成し，研究参加者と共に読み合わせ，修正や加筆を行った．

（第４段階）メモリーブック完成後，研究参加者に渡し２週間後メモリーブックの活用状況や研究参加者の反応の変化を確認した．

メモリーブック作成過程における変化を見るために，研究参加者との会話の内容や表情，生活上の変化など観察したことを，フィールドノートに記録した．

認知機能については，関係構築の期間，インタビュー時，メモリーブック完成時，メモリーブック完成から２週間後の４段階において，「N 式老年者用精神状態尺度」（以下「NM スケール」と表記）を用いて推移を評価した．意欲については，「意欲の指標（Vitality index）」（以下「VI」と表記）を用いて推移を評価した．先述した後藤ら[7]の先行研究において NM スケールを用いており，本研究でも NM スケールを評価指標として採用した．メモリーブックの作成にあたり，研究参加者と読み合わせ加筆・修正を行いながら共に作成したこと，NM スケール・VI で認知機能や意欲の変化の推移を観察したことが本研究の特徴である．また，NM スケール・VI ともに，客観的に研究参加者の生活状況をみて，第三者が判定する評価ツールである．判定は対象者の生活状況をよく理解しているスタッフとともに行い，客観性を担保した．

NM スケールは，家事・身辺整理，関心・意欲・交流，会話，記銘・記憶，見当識の下位５項目について評価して認知機能を測るものである．合計得点が低い程，認知症が重度であることを示す．

意欲の指標は，起床，意思疎通，食事，排泄，リハビリ・活動の下位５項目について３段階評価で行い，生活行動に対する意欲を推し量るものである．得点は０～ 10 点であり，得点が高いほど意欲が高いと判定される．

２．４　分析方法

インタビューやメモリーブック確認時に語られた内容を逐語録に起こした．逐語録やフィールドノートに記録したものを元に，時系列に沿って対象の言動や反応の変化を一覧表にまとめた．NM スケールや VI の推移とも関連付けて，６事例について一人ひとりの個々の変化の意味を，言葉や社会的交流の観点から研究者間で検討した．

２．５　倫理的配慮

研究の主旨・方法・倫理的配慮については書面と口頭で確認し，研究参加者本人の意思確認だけでなく，家族の意思確認も行い，双方の同意書を

もって承諾が得られたと判断した．インタビューやメモリーブックの読み合わせなどを行う際は，その都度，本人に研究参加について確認を行い実施した．研究参加は自由意志であり断っても不利益はないこと，体調不良等で参加できない際には本人の意思を尊重し実施しないこと，中途辞退も可能なこと，答えたくない内容については答える必要はないことを書面で明示した．インタビューを行う際には，スタッフが同席し見守りを得て実施した．また，データの分析にあたっては，施設名や個人名が特定できないように表記し，匿名性を守った．

なお，本研究は石川県立看護大学倫理審査委員会の承認を得て実施した（看大第 470 号）．

３．結果

３．１　研究参加者の概要

研究参加者の概要は表１の通りである．表１に示すように，対象はいずれも女性で 80 代前半から 90 代前半である．出身地をみると，１名は県外，５名は県内出身である．認知症の診断名については，１名がレビー小体型認知症，２名がアルツハイマー型認知症であり，３名については明確な診断名がついていなかった．

表１．研究参加者の概要

対象	性別	年齢	診断名	出身
A 氏	女性	90 代前半	LD[1]	県外
B 氏	女性	80 代後半	AD[2]	県内
C 氏	女性	80 代前半	不明	県内
D 氏	女性	80 代後半	不明	県内
E 氏	女性	80 代後半	不明	県内
F 氏	女性	90 代前半	AD	県内

[1]レビー小体型認知症　[2]アルツハイマー型認知症

３．２　研究参加者の生活歴の特徴

語られた主な自分史から，対象者の生活歴の特徴を示したものが表２である．６名全員が結婚し家庭を築いていたが，結婚後専業主婦となった A 氏１名を除いて，５名が仕事や家業の手伝いをしながら家事や育児を担ってきた人たちであった．

表 2．研究参加者の生活歴の特徴

対象	対象が語った主な生活歴
A 氏	洋裁を学び，洋裁を教えていた．結婚後は，夫の転勤のため出身地以外の都市で過ごす．
B 氏	女学校を卒業し教師となる．結婚後も県内の学校にて，長年教師として働く．
C 氏	子育てしながら，夫とともに建築関係の自営業を営む．
D 氏	幼少期は家業の養蚕を手伝う．職人と結婚し，織場で働きながら家計を支えた．
E 氏	漁師町で育ち，両親について県外で漁業の手伝いをしていた．結婚し二人の娘を育てる．
F 氏	長年和裁の仕事に携わる．結婚後も，家族の協力で和裁の仕事を続け，弟子もいた．

３．３　メモリーブック作成過程における研究参加者の変化

メモリーブック作成過程における対象者の言動や行動の変化の概要については，表３に示した．なお，メモリーブック作成過程とは，研究参加者との関係構築の期間，インタビュー期間，メモリーブックの読み合わせ，メモリーブック完成から１週間後の全過程を指す．

（１）　言葉や行動の変化

研究参加者らは，第１段階の関係構築の期間では研究者らとの関わりに敬遠気味で言葉数も少なかった．しかし，研究者らとの関わりが継続し関係性が構築される中で，少しずつ会話ができるようになった．

インタビュー時には，D 氏は伊勢参りに２度行ったことを懐かしそうに語った．　F 氏はかつて和裁教室を開き生徒に和裁を教えていたことを語った．これらはグループホームでの普段の会話では聞かれなかった内容であり，これまでスタッフや他の入居者など周りの人に語らなかったことであった．２度目のインタビューでは，語りの内容は広がり，話す言葉数が増えた．昔を思い出して声をあげて笑ったり，過去を振り返り「いい人生だった」と涙ぐんだりする様子もみられた．

また，語られた内容を文章化し，関連の写真を添えたメモリーブックを読み合わせすると，より積極的に過去を語るようになった．さらにメモリーブックに載った写真をみて新たな思い出やエピソードを語った．D 氏はインタビュー時には，

表３．メモリーブック作成過程における研究参加者の言動や行動の変化

対象	関係構築の期間	インタビュー時の様子	メモリーブックの読み合わせから完成まで	メモリーブック作成から２週間後
A 氏	日中は絵を描いたり，入居者やスタッフと話したりして過ごす．研究者との交流を歓迎している．	洋裁学校や学生時代の思い出，現在の生活に対する思い，今後の希望を語る．	メモリーブックの写真を見て「懐かしいな」と話しさらに詳しく語る．メモリーブックを見ながら他の入居者とも会話が弾む．「まだまだがんばらんなん」と涙を流す．	朝も夜もメモリーブックを見ている．「新しい人とか，お客さんとか来たら，これを見せて自分のことを紹介できる」と話す．
B 氏	他の入居者と話さず特定のスタッフとのみ会話する．体調不良を理由に研究者との会話を固辞する．	幼少時代，教師時代や受け持ち生徒との思い出，戦争中のこと，現在の生活について話す．	写真を見て「懐かしいな」と話し，メモリーブックの内容に関してさらに詳しく話をする．体調不良を訴えることが少なくなった．	会話が増え，メモリーブックを他者に見せるようにもなった．「(メモリーブックは) 私の宝物」「俳句とかもやってみようかな」と話す．
C 氏	他の入居者やスタッフと会話して過ごす．研究者が話しかけると「話すことなんかない」 と応じる．	地元の祭りや夫と支えあい自営業を行ってきたことを話す．希望について「共同生活だからね．そういうことは言うものではない」と話す．	メモリーブックを渡すと，「こんないいが作ってもらって」と涙ぐむ．「ここにいては昔の話はせん．生まれも違うもんばっかやし．聞いてくれるとすごくいいわ」と話す．	他の入所者に「私のメモリーブックを見て」と促す．「また祭りにいきたいね」「ドライブに出かけたい」と話す．D 氏のメモリーブックを読み，これまでの人生を労う．
D 氏	入居者やスタッフと会話し研究者との会話に友好的に応じる．「今の生活に満足している」と話す．	幼少期の養蚕の手伝いや伊勢参りの思い出，家計をやりくりしながら夫を支えたことを話す．	メモリーブックを何度も読み返し，新たに思い出したエピソードを語る．メモリーブックを他の人にも見せ，昔話をする．	メモリーブックを何度も読み返す．他の入居者のメモリーブックを読んでいる．写経の話など，インタビュー時には聞かれなかった話題をスタッフに話す．
E 氏	日中寝ていることが多く，他の入居者と話すことは殆どない．研究者が声をかけると「他の人にして」と固辞する．	幼少期について聞くと，「忘れた．思い出せない」と話す．また昔を語ることについて「ぼろが出るといけない」と話しためらいがみられる．	メモリーブックを見て幼少期に過ごした地名や漁業の手伝いを思い出し語る．馴染みの食べ物の写真を見て「また食べたい」と話す．「散歩に行きたい．墓参りにも行きたい」と語る．	メモリーブックの写真を見て，横に座っているスタッフや入居者に「懐かしいねぇ」と話しかける．入居者同士で互いのメモリーブックを読み合いしている．
F 氏	トイレ介助や移乗の際に，抵抗がみられ，介助者や研究者の手を叩くことがある．発語しても 1 語文や 2 語文が多い．	和裁学校，裁縫教室の思い出について，3～5 語文で話す．当時を振り返り「いい人生だった」と涙を流す．「希望などない」と話す．	メモリーブックの写真を見て，幼少期の遊びや和裁学校，裁縫教室での思い出をさらに語り，着物の仕立て方についてスタッフや研究者に説明する．	自ら声をあげてメモリーブックを朗読する．朗読後，他の入居者の裾を直す．スタッフから，「メモリーブックを読んだ後に介助すると手を叩くなどの抵抗がみられない」との声が聞かれる．

これまでの人生について「忘れた．思い出せない」と繰り返し，自ら語ることが少なかった．幼少期に地元を離れて家族と共に県外で生活していた時期があったが，これまで地名を問うても思い出すことができなかった．しかし，メモリーブックを読み合わせしていた時に，写真や地名の載った地図を見て，かつて生活していた地名や幼少期のことを思い出し，当時のことを懐かしそうに語った．

メモリーブック作成から２週間後には，普段排泄介助の際にスタッフの手を叩くなどの抵抗がみられたＦ氏について，メモリーブックを読んだ後は，抵抗がみられないとの声がスタッフから聞かれた．

（２） 今後の希望を語る

今後の希望については，インタビュー時の段階では，研究参加者の多くから「希望などない」との声が聞かれた．しかし，メモリーブックの読み合わせを行い，対象者と共に作成を進める中で，各々の研究参加者から「散歩に出かけたい」「墓参りをしたい」「家を見に行きたい」「地元の祭りを見に行きたい」といった希望が聞かれるようになった．

排泄，清潔行動においての生活習慣や希望については，インタビュー時には「今の生活で満足している」との声や，「そういうこと（希望）は言うものではない」との声が聞かれた．しかし，メモリーブックに載せた馴染みの食事を見て，「佃煮を食べたい」「かきもちを食べたい」など食事への希望を表出した人もいた．更に作成から２週間後には，Ｂ氏から「俳句を始めたい」という声も聞かれた．

（３） 社会的交流の変化

他者との関係性にも変化がみられた．関係構築の期間では，対象者は一部のスタッフや入居者とのみ会話していた．しかし，メモリーブックの読み合わせから完成までの間に，Ｃ氏，Ｄ氏，Ｅ氏は横にいる他の入所者やスタッフに，「こんなんやったわ．懐かしいね」と共感を求め，声をかける様子がみられた．また，互いのメモリーブックを見せ合い，研究参加者同士で交流する場面もみられた．Ｂ氏はこれまで一部のスタッフにだけ自身の経歴などを話し，自身について他者に知られることに抵抗感があった．しかし，メモリーブックの完成後は，スタッフ全員に自らメモリーブックを見せ，これまでの人生を語るようになった．また，「思い出したことがあるから，あなた（研究者）に話さなきゃと思っていた．」と話し，蘇った記憶を自身の中に留めておくのではなく，他者に積極的に語ろうとする様子もみられた．

Ａ氏は，「お客さんが来たときにこれ（メモリーブック）を見せて自分を紹介する」と語った．Ｃ氏は，自分のメモリーブックを他の入所者に見るように勧めていた．Ｆ氏は他の入所者の服の裾を直そうとするなど，自ら他者と関わりを持つ場面がみられた．

３．４　NM スケールの推移

NM スケール総得点は，図１に示すようにＢ氏については実施前とメモリーブック作成から２週間後の間で変化はなかった．他５名については，２点から最高で 12 点の増加がみられた．NM スケールにおける下位項目の記銘･記憶，見当識は，６名中４名に得点の増加がみられた．

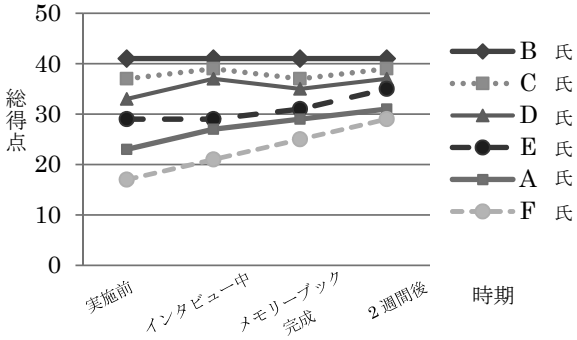

図１．NM スケール得点の推移

３．５　意欲の推移

VI については，Ａ氏は実施前後で変化はみられず，Ｂ氏は 10 点中１点減少した．他４名については，10 点中１点の増加がみられた．（表４）

表 4. Vitality index 得点の推移

対象	関係構築の期間	インタビュー時	メモリーブックの読み合わせから完成	メモリーブック完成から２週間後
A 氏	8	8	8	8
B 氏	9	9	9	8
C 氏	8	9	9	9
D 氏	7	8	9	8
E 氏	9	8	10	10
F 氏	6	5	6	7

４．考察

認知症高齢者の自分史や現在の生活への思い，今後の生活の希望を聴き取り，その結果を【メモ

リーブック】として媒体にまとめ，本人やスタッフと共有する取り組みを行い，研究参加者の変化を述べた．【メモリーブック】作成過程における認知症高齢者の記憶の想起や意欲への影響，希望を聴き取ることの意味について考察する．

４．１　記憶の想起への影響について

作成したメモリーブックを研究参加者と共に読み合わせていく中で，研究参加者は言葉数が増えるだけでなく，忘れていた記憶を思い出し，これまで語らなかった内容を語るようになった（記憶の想起）．認知症高齢者の自覚的体験として，「記憶障害」や「言葉の出にくさ」があるとされている[13]．メモリーブックには，研究参加者本人が語った内容を文章化したものと，これに関連した写真を載せている．文章や写真など視覚化されたものが，記憶を補い，記憶を想起させる媒体となるため，認知症高齢者の語りを促す結果となったと考えられる．

NM スケールを用いた客観的な評価においても，この期間における認知機能の維持・向上がみられた．研究参加者６名のうち，５名について NM スケール総得点が増加しており，認知機能が維持･向上したことが示唆された．下位項目では，４名において記銘・記憶，見当識が向上した．自分史を語ることや，メモリーブックによる視覚的な刺激により，記憶の想起が促されたのではないかと考える．また，今回の取り組みは，作成したメモリーブックを使い，読み合わせなどを行うことにより，認知症高齢者に対して個別の回想法を行ったともいえ，このような時間を持ったことが研究参加者の認知機能の維持につながったと考える．

NM スケールが維持または改善されたという結果は，先行研究における生活史をケアに活用した後藤ら[7]の報告とも同様であった．

認知症の進行により，現在保たれている記憶も今後喪失していく可能性がある．しかしメモリーブックがあることで，研究参加者の歩んできた過去が可視化され，これまでの人生を本人だけでなく，スタッフや家族も辿ることができ，日々のケアに活用することができると考える．このため，認知症高齢者本人の機能維持だけでなく，スタッフや家族への効果も期待される．

４．２　意欲への影響について

VI による客観的な得点の推移と発言内容を見ると，６名中５名において VI は維持，あるいはわずかに向上することが示唆された．B 氏は，VI において１点低下したが，今後について「俳句を始めたい」とスタッフに打ち明けるなど，新たなことを始めたいという希望が表出されていた．

認知症高齢者は認知機能が維持できなくなることで，自己効力感が低下する傾向にある．Bandura[14] は，自己肯定感の低い人は意気が低下するとしており，自己肯定感と意欲の関係性について言及している．

メモリーブック作成過程において，対象者の多くは，自分の今までの人生を振り返り，「よく夫を支えてきた」「いい人生だった」と肯定的にとらえられていた．

一方で，インタビュー時には，E 氏からは過去を語ることについて「ぼろが出るといけない」という発言があり，今の自分が過去を語ることへのためらいや怖さもあり，このような思いを抱えた中で自己の人生を語ったと思われる．しかし，良いことも悪いことも含めて自分の人生を肯定的にとらえ，語ることができたことは，エリクソンの言う老年期の発達課題「自我の統合性」を支援することにつながるのではないかと考える．すべての認知症高齢者が自己の人生を肯定的に語ることができるとは限らないが，人生の失敗や挫折も含めて自分を受け入れ認めていくことを支援する取り組みは，認知症高齢者にも有用であることが示唆された．回想法は，満足感や自尊心の向上など情動的な側面に関する精神機能の維持改善に効果があるとされており，先行研究を支持する結果となった[8]．更に，他の入居者やスタッフにメモリーブックを見せ，自分のこれまでの人生を他者に語り自己を知ってもらえたという体験は，自尊感情を高めることにつながり，気持ちの安定や意欲の向上につながったのではないかと推察できる．

しかし，認知症高齢者はその日の体調や，研究者以外の他者との関わり，活動状況などにより認知機能や意欲が影響を受けることも考えられる．今回のメモリーブックの作成過程のみで，研究参加者の認知機能や意欲が維持・向上したと断定することは出来ないが，メモリーブックを媒体としたケアの継続が認知症高齢者の表現力を高める可能性が示唆された．

４．３　希望を語ることが持てる力を引き出す

現在の生活や今後についての希望を聞いたとこ

ろ，はじめは「共同生活だからね」や「そういうことは言うもんじゃない」などの発言があり，何らかの希望を持っていても，自制し希望を表出していないことが伺えた．メモリーブック作成過程の中で，「墓参りに行きたい」,「〇〇が食べたい」などの希望が聞かれ，認知症高齢者も生活や今後について何らかの希望（ニーズ）を持っていることが分かった．

先行研究では，過去のイベントを取り上げ会話を引き出す取り組みはみられたが，現在から先のことを話題にした取り組みはみられなかった．本研究において新たに発見できたことである．

希望を語るということは，現在から将来の自分の姿をイメージできるという能動的な脳の働きである．認知機能の衰えが根本的な問題となる認知症高齢者にとって，今後の生活を能動的に考えられるような支援は，認知機能の低下を抑止する関わりとなる可能性が見出された．

本研究では，介入前後において，認知機能と意欲の向上が示唆された．これらはそれぞれ独立した結果ではなく，研究者らと時間を共有し，メモリーブックの作成過程を通して希望を語ることが意欲の高まりにつながるなど，相互作用的に働いた結果であるとも考える．またその中で，他者との交流に消極的であった対象が，自ら他者と関わったり，希望を表出したりするなど，対象の持てる力が引き出された．

よって，認知症を有していても，対象のこれまでの人生や今後の希望を尊重することにより，その人の持てる力を引き出し，意欲や認知機能の維持・向上につなげられるのではないかと考える．

今後の課題は，認知症高齢者に潜在している可能性のある希望を引き出し，ケアに取り入れてその効果を実践の場で検証していくことである．

５．結論

メモリーブックを活用したケアの効果は，認知症高齢者の言葉数の増加だけではなく忘れていた記憶の想起など認知機能の維持やスタッフや家族とのコミュニケーションをとる媒体として有効であると推察できる．また，自己を肯定的に語ることが増え，これまでには聞かれなかった希望も語るようになり，意欲の向上にもつながることが示唆された．

６．本研究の限界

本研究は１か月半という短期間での調査であり，メモリーブック作成過程が認知症高齢者の認知機能や意欲を改善するというには限界があり，継続した介入など，長期的な効果の検証が必要である．

謝辞

本研究にご協力いただきました高齢者の皆様，ならびにグループホームのスタッフの皆様に深く感謝申し上げます．

利益相反状況の開示

利益相反なし．

引用文献

1）内閣府　平成26年版高齢社会白書（全体版）. http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2014/zenbun/26pdf_index.html（accessed 2015/7/5）

2）厚生労働省老健局高齢者支援課　認知症・虐待防止対策推進室：「認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～（新オレンジプラン）」について. http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000072246.html（accessed 2015/7/5）

3）千田睦美, 水野敏子：認知症高齢者を看護する看護師が感じる困難の分析. 岩手県立大学看護学部紀要, 16, 11-16, 2014.

4）高山成子：認知症の人の生活行動を支える看護. 医歯薬出版, 2-5, 2014.

5）志村ゆず, 唐澤由美子, 田村正枝：看護における回想法の発展をめざして. 長野県看護大学紀要, 5, 41-52, 2003.

6）Michelle S.Bourgeois:Enhancing Conversation Skills In Patients With Alzheimer's Disease Using A Prosthetic Memory Aid,Journal Of Behavior Analysis.23, 29-42, 1990.

7）後藤麻耶, 齋藤まなこ, 飯干紀代子, 他2名:中等度アルツハイマー型認知症例に対するメモリーブックを活用した認知コミュニケーション訓練. 言語聴覚研究, 11(1), 21-28, 2014.

8）黒川由紀子：回想法グループマニュアル. ワールドプランニング, 9, 2003.

9）六角僚子：痴呆性高齢者のライフヒストリー構成とそのケアへの活用の試み. 老年看護学, 7(2), 127-136, 2003.

10）志村ゆず, 伊波和恵, 荻原裕子, 他4名：生活歴を活用したライフレビューブックの実際. 認知症介護, 6(3), 58-69, 2005.

11）松田ヒトミ, 細見潤：回想法における聞き書きボラ

ンティア導入の試み. 認知症ケア事例ジャーナル, 3(4), 364-369, 2011.
12)山本雅一：認知症と生活環境の関連性. 臨床認知症看護, 14(1), 48-52, 2007.
13)扇澤史子:認知症本人とともに考える生活障害へのアプローチ. 老年精神医学雑誌, 26(9), 973-981, 2015.
14)Albert Bandura：激動社会の中の自己効力. 金子書房, 1-41, 1997.

Effect of Care using Memory Books for Elderly with Dementia

Kumi MATSUI, Momoko UEDA, Narumi TAKAMOTO
Yukie TAMURA, Kazuyo KAWASHIMA

Abstract

The purpose of this study was to elicit narratives from elderly with dementia (hereafter, elderly) about their past and recent experiences and their future expectations and hopes: their narratives were used to create a personal memory book for each elderly; these books were shared with the elderly themselves and with their care workers; the effectiveness of utilizing the Memory Books for care was then assessed. Hearing investigation was carried out via a semi-structured interview with each of six elderlies who were scheduled to move into a group home for elderly in Ishikawa prefecture between August and September of 2015. The memory book was created based on the contents of the interviews. Another assessment by interviewing was conducted via four steps in which each elderly's behavior and objective changes were observed and recorded. The four chronological steps were as follows: 1. Before the hearing investigation; 2. During the period of the investigation; 3. When the memory book was completed; and 4. Two weeks after the completion of the memory book. Each elderly's cognitive function and motivation level were assessed by use of a scale that could measure them in the assessment. Results of the investigation suggest that care utilizing Memory Books may contribute to elderly's improved motivation and cognitive function. Additionally, casual interactions with elderly focusing on their past, present and future experiences may also contribute to maintaining their overall functioning as well as to preventing their cognitive decline.

Keywords elderly with dementia, group home, memory book, life history