

岩佐 一

日本大学文学研究科心理学選考博士後期課程

東京都老人総合研究所協力研究員

地域に在宅する虚弱高齢者における精神機能低下予防を目的とした  
訪問型介入プログラム（「自分史くらぶ」）の開発

本研究は、都市部に在住する超高齢者（85歳以上の高齢者）18名（男性7名、女性11名）を対象として、3ヶ月にわたりクロスオーバー法による訪問型介入プログラム（通称「自分史くらぶ」）を実施し、その介入効果について検討することを目的とした。

大学生ボランティアを2名もしくは3名を一組として、1週間から2週間に1回のペースで高齢社宅へ訪問させ、1回につき1時間30分程度の談話を行った。高齢者の生い立ちや趣味などに関する談話を通して、最終的に高齢者の自分史を高齢者と訪問ボランティアが協働で作成する活動を介入プログラムとして行った。訪問は約3ヶ月間に、平均8.7回行なった。介入効果測定指標は、見当識、エピソード記憶、遂行機能、情報処理速度、気分状態（快および不快）、高次生活機能、握力、孤独感、若年イメージを用いた。

解析の結果を記す。介入条件における握力が統制条件におけるそれよりも有意に値が上昇した。介入プログラム参加により、介入対象者の日常生活における身体活動量が向上し、間接的にはあるが、精神機能の維持がもたらされる可能性が示唆された。統計学的には有意でないものの、見当識において介入条件のほうが統制条件よりも変化量が大きかった。訪問ボランティアによる定期的な訪問が介入対象者の生活にリズムを与え、見当識能力が改善する可能性が考えられた。統計学的には有意でないものの、若者イメージにおいて介入条件のほうが統制条件よりも変化量が大きかった。訪問ボランティアとの交流により若者に対する良い印象が形成され、若者イメージが良い方向に変容する可能性が考えられた。一方で、統計的には有意ではないものの、介入プログラム参加によって、気分状態の悪化が生じる可能性が示唆された。それゆえ、とくに介入期間中ならびに介入期間終了後における心理的なフォローをどのように行ってゆくかが重要な課題として見出された。

今後は、より虚弱性の高い高齢者を介入対象者とすること、介入プログラムの手続きをより構造化すること、介入効果に対して鋭敏な指標を使用すること、訪問ボランティアに対する教育効果を定量化するための指標の開発、5訪問ボランティア（人的資源）の確保、を課題として、継続して介入プログラムの開発をさらに進める予定である。