

修士論文（要旨）

2009年2月

中高年者を対象とした認知症予防の検討
-学習療法と表現療法を用いて-

指導 橋本泰子教授

国際学研究科
人間科学専攻
臨床心理学専修
20641504
尾曾 亮彦

目次

1, はじめに	2
2, 目的	2
3, 中高年期の心理的課題	3
4, 認知症	3
4-1, 認知症について	3
4-2, 認知症の定義	3
4-3, 認知症を呈する疾患	4
4-4, 加齢による物忘れと認知症の違い	4
4-5, 認知症予防	5
5, 事例研究	5
5-1, 方法	5
5-2, 仮説	10
5-3, 事例	11
5-3-1, 事例 1 A	13
5-3-2, 事例 2 B	23
5-3-3, 事例 3 C	32
5-3-4, 事例 4 D	40
5-3-5, 事例 5 E	50
5-3-6, 事例 6 F	60
5-3-7, 事例 7 G	69
5-3-8, 事例 8 H	78
5-3-9, 事例 9 I	88
5-3-10, 事例 10 J	98
6, 結果	107
7, 考察	120
8, 総合考察	124
参考・引用文献	127
謝辞	133

はじめに

我が国の総人口は平成 19 年（2007）年 10 月 1 日現在、1 億 2,777 万人で、うち 65 歳以上の高齢者人口は、過去最高の 2,746 万人となり、総人口に占める割合（高齢化率）も 21.5% となり、初めて 21% を超えた。また、高齢者人口のうち、前期高齢者（65～74 歳）人口は 1,476 万人で総人口に占める割合は 11.6%、後期高齢者（75 歳以上）人口は 1,270 万人で、総人口に占める割合は 9.9% となっている。また、後期高齢者は、前期高齢者の伸びを上回る増加数で推移してきている。総人口が減少するなかで高齢者が増加することにより高齢化率は上昇を続け、平成 25（2013）年には高齢化率が 25.2% で 4 人に 1 人となり、47（2035）年に 33.7% で 3 人に 1 人となる。（内閣府、2007）

近年における『脳トレ』ブームにより、多くの中高齢以上の人々が、学習療法に関心を持っている。川島（2004）は、QOL や日常生活機能と、大脳前頭葉の前頭前野の機能に密接な関係があることに注目し、文章の音読や単純計算が、前頭前野を活性化させることを確認した。

表現療法・芸術療法では、伊集院ら（2005）が、認知症予防教室において絵画、工作を実施し、MMSE の得点の上昇を確認した。また、奥西（2006）は、「作品作りに『参加した』という事実が高齢者の満足をもたらす」と述べている。

目的

本研究では、中高年者が関心を持っている学習療法と、表現療法を組み合わせ、学習療法での脳への刺激、表現療法において作品を創作することで、脳の活性化を図り、また、グループに参加することにより、外に出て活動することでコミュニケーションを活発にし、認知症を予防していくこと、そして、描画テスト、粘土作品の変化を検討し、それらが気分、感情、QOL にどのような影響があるのか、また、それらが認知症予防にどれだけ寄与することができるか、ということを試み検証することを目的とする。

方法

対象は、認知症予防に興味・関心のある中高年者 10 名（女性 8 名、男性 2 名、平均年齢 66.9 歳、SD=4.68）である。200X 年 11 月 7 日から 200X+1 年 1 月 9 日まで、S 市 O 公民館にて、週 1 回、学習療法、表現療法として粘土創作を実施した。

アセスメントとして、第 1 回と最終回には、星と波テスト、Wartegg Zeichentest、WHOQOL-OLD、反構造化面接を、また、学習療法、表現療法の実施前後に POMS を実施した。

結果

SWT では、台紙の向き、筆圧、星の大きさ、星の形状、波、水平線の高さ、付加物、空の塗りつぶし、星と波の間の空白、月の 10 項目で作品を検討し、星の大きさ、付加物の有無、空の塗りつぶしの有無、月の有無の 4 項目で異なる結果となった。

WZT では、筆圧、空欄の有無、動き・エネルギーのあるものの有無、笑顔の有無の 4 項目で作品を検討し、空欄の有無、動き・エネルギーの有無の 2 項目で異なる結果となった。

POMS における、第 1 日のプログラム実施前後の比較では、D に 5%、C に 1% 水準での有意差が認められ、最終回では、F に 5% 水準の有意差が認められた。

WHOQOL-OLD においては、「全体」が 5%水準、「現在・過去・未来の活動性」、「社会参加」が 1%水準で有意差が認められた。

学習療法においては、ストループテストで、2.244 秒早くなり、計算では、39.778 秒と、大幅に早くなった。

粘土作品では、色の数、暖色の割合、寒色の割合、付加物の有無の 4 点を検討し、寒色の割合に 5%水準での有意差が認められた。

考察

学習療法のタイムの比較では、大幅に短縮された。得点で大きな差が見られなかったが、タイムが大幅に短縮されたことは、前頭前野の働きが活性化され、思考や意志決定、注意を集中することなどがよりよくなったことが要因であると推察する。

SWT では、月を右上に描く者が 3 名であった。櫻井 (2007) は、「未来・将来」は右上方向にイメージする傾向にあると述べている。「未来・将来」へのイメージが明確になったものと推測される。

WZT では、刺激図形を取り入れているか、刺激図形の性質に忠じているかという視点が重要である。金丸 (2005) は、刺激図形を取り入れていることについて「現実の認知が機能していることを表す」、刺激図形の性質に忠じていることについて、「外的な刺激の質に敏感である」本研究を通じて、他者とかかわることによって刺激図を取り入れることができるようになつていったものと考察される。

WHOQOL-OLD では、学習療法と表現療法をおこなった結果だけでなく、毎週決まった曜日・時間に、同じメンバーで集まり、一緒に活動することが QOL の向上に繋がったと考察される。生活の質の低下を防ぐことは、生活習慣の改善に繋がり、認知症、特に AD の予防にも繋がることと推測される。

粘土創作において、Alschuler, Hattwick (1947) は、寒色、特に青は「外部的規範に服従しようとする傾向があるか、外部的規範に従おうとしているが、それを進んで受け入れようとする。」と述べ、青には順応的行動へ進もうとする場合がある、としている。安息や落ち着きを表現することにより、自身の感情を統制し、順応的行動ができるようになったことが考察される。

今後の課題

WHOQOL-OLD の結果から、活動において QOL の向上が認められる。QOL の向上によって、認知症の危険因子が減少し、予防に結びつけていくことが可能であると考えられる。今後は、QOL の向上と、認知症の危険因子との関連を検討することが必要であると考えられる。

参考・引用文献

- 伊集院清一・渡辺達正・山中隆右, 保高一仁, 世一安子 2005 認知症予防教室におけるアートセラピー--- 高齢者の生活と芸術療法の接点 多摩美術大学研究紀要 No. 20 (2005) pp. 186~194
- 近江源太郎 2003 色彩心理入門 日本色研事業株式会社
- 加藤芳朗, 畑田けい子, 田崎美弥子 他 2005 WHOQOL-OLD フィールド調査票による量的調査-社会背景因子と既存 QOL 調査票との関連について- 老年精神医学雑誌 Vol. 16, No. 9 (2005/9) (通号 191) pp. 1057~1067
- 金丸隆太 2005 ワルテック描画テスト (WZT) の解釈に関する一考察-Kinget 法 Ave=Lallemant 法の比較-茨城大学教育学部紀要 (教育科学) 54 号 pp. 491~507
- 川島隆太 2003 脳を鍛える大人の計算ドリル-単純計算 60 日 くもん出版
- 川島隆太 2003 脳を鍛える大人の音読ドリル-名作音読・漢字書き取り 60 日 くもん出版
- 川島隆太 2005 アルツハイマー病の非薬物療法 : 学習療法について 臨床神経学 Vol. 45, No. 11 (20051101) pp. 864-866
- 近喰ふじ子 2001 コラージュ制作が精神・身体に与える影響と効果 : 日本版 POMS とエゴグラムからの検討 日本芸術療法学会誌 Vol. 31, No. 2 (20010531) pp. 66-76
- 櫻井眞澄 2007 こころを映す鏡の世界へ-こころが安らぐ不思議とは-クリエイティブ・セラピー入門 悠書館
- ジャン・シュヴァリエ 金光仁三郎, 小井戸光彦, 山下誠, 熊沢一衛, 白井泰隆, 山辺雅彦 (訳) 1996 世界シンボル大事典 大修館書店
(Jean Chevalier, Alain Gheerbrant 1995 Dictionnaire des symboles Robert Laffont)
- 杉浦京子, 高梨利恵子 2001 投影描画法テストバッテリーの検討 日本医科大学基礎科学紀要 31 号 pp. 11~31
- 田崎美弥子, 石井八重子・海老原良典 2005 高齢者のQuality of Life (QOL) 調査票開発プロジェクトにおける予備調査結果 老年精神医学雑誌 Vol. 16, No. 2 (2005/2) (通号 182) pp. 221~227
- 長多美子 2007 認知症予防における学習療法の試み-MMSE 検査, FAB 検査, 表現療法による-
- 内閣府 2008 平成 20 年度版高齢社会白書
- 橋本泰子 2002 高齢者の心理臨床 アセスメントとケア 開成出版
- 橋本泰子 2002 高齢者における心理療法の試み-心理テスト・箱庭療法・コラージュ療法 『人間科学研究』文教大学人間科学部 Vol. 23(20011200) pp. 85-105
- 橋本泰子 2006 認知症の予防と対策 ブレーン出版
- 松岡武 1995 色彩とパーソナリティー-色でさぐるイメージの世界 金子書房
- 吉田甫, 大川一郎, 土田宣明 2005 高齢者を対象とした音読・計算による学習療法の試み-コミュニケーション要因の検討 高齢者のケアと行動科学 Vol. 10,