

□実践報告

認知症高齢者の感情機能に着目した 小集団プログラムの効果

～「色カルタ（クオリア・ゲーム）」を用いて～

猪股 英輔^{*1} 三浦南海子^{*2} 折茂賢一郎^{*3} 小林 法一^{*4}

要旨：認知症高齢者を対象とした小集団プログラムで「色カルタ（クオリア・ゲーム）」を実施して、感情機能への即時的な効果を検討した。その結果、活動前は否定的感情が優位であったが、活動中と活動後は肯定的感情の表出が多く観察された。本プログラムの特徴は、言語による出題と色彩を感情刺激として現実検討や連想、回想を促すことであり、探索的な遊びの要素が含まれる。そのため、参加者には楽しさや挑戦感をもたらし、個人的な体験に基づく対人相互作用が肯定的感情を引き出したものとする。肯定的感情は、主観的幸福感や well-being といった健康状態に強く関連するため、認知症をもつ参加者の心理的ニーズを満たしていた可能性がある。

作業療法 33：451～458, 2014

Key Words：認知症高齢者，感情，コミュニケーション，QOL

はじめに

2014年1月21日受付，2014年5月19日受理

The effect of small group programs on affect of the elderly with dementia: Using the color card game “Iro karuta qualia game”

^{*1} 東京リハビリ訪問看護ステーション East

Eisuke Inomata, OTR, MS: Tokyo Rehabilitation Home-visit Nursing Station East

^{*2} 日本パーソナルカラー協会

Namiko Miura, Personal Colorist: Japan Personal Color Association

^{*3} 西吾妻福祉病院

Kenichiro Orimo, MD: Nishi-Agatsuma Welfare Hospital

^{*4} 首都大学東京大学院人間健康科学研究科

Norikazu Kobayashi, OTR, PhD: Graduate School of Human Health Sciences, Tokyo Metropolitan University

責任著者：猪股英輔（e-mail：skino68_eee-iii@ac.au-one-net.jp）

認知症高齢者のQOLの向上においては、行動・心理症状（Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia；以下，BPSD）を軽減し、喜びや楽しみなどの肯定的感情を引き出すことで現存機能を発揮させることが期待される¹⁾。筆者らは、「色カルタ（クオリア・ゲーム）」^{2,3)}という遊びを様々な介護施設のレクリエーション・プログラムとして試行してきた。その結果、色彩を感情刺激とした活動によりコミュニケーションを活性化させることは、認知症をもつ人のQOLの向上に役立つのではないかと考えた。「色カルタ」は、2010年2月より、国内複数の介護施設において試験的に実施されてきたが、参加者の感情表出が豊かになること

表1 グループと参加者の特性

グループ	参加者	性別	認知症の診断名	年齢	CDR	HDS-R
グループ1 (軽度女性)	A	女	アルツハイマー型	97	1	17
	B	女	アルツハイマー型	90	1	22
	C	女	アルツハイマー型	75	1	24
	D	女	脳血管性	84	1	20
グループ2 (重度女性)	E	女	脳血管性	95	3	5
	F	女	脳血管性	94	3	13
	G	女	脳血管性	89	3	5
	H	女	老年性	87	3	11
グループ3 (男性)	I	男	脳血管性	83	1	26
	J	男	脳血管性	71	2	17
	K	男	老年性	84	2	14
	L	男	脳血管性	83	2	18
平均値±標準偏差				86.0±7.8	1.9±0.9	16.0±6.8

CDR：Clinical Dementia Rating, HDS-R：改訂長谷川式簡易知能評価スケール

は実施者の共通認識であった²⁾。しかし、その効果測定については、それぞれの施設が独自の方法で模索しており、十分な検証がされていない。

認知症をもつ人の感情機能の評価法には、Lawton^{4,5)}が開発したPhiladelphia Geriatric Center Affect Rating Scale (以下, ARS) がある。作業療法では、土屋ら⁶⁾が改変したARSを用いて、様々な作業が主観的QOLの向上に有効であるかを検討している。また、白井ら⁷⁾は、重度認知症高齢者における笑いや笑顔などの肯定的感情の表出を観察した。その結果、肯定的感情の誘発要因には、孤独を感じさせない環境づくり、対象者への関心と尊重、言語・非言語的コミュニケーションなどがあることを見出している。しかし、特定のプログラムのなかで生起する感情の効果について実証している研究は少ない。

そこで本稿では、介護老人保健施設に入所中の認知症高齢者に色カルタを実施して、参加者の感情機能への効果を検討したので報告する。

方 法

1. 参加者

参加者の特性と実施グループを表1に示す。

参加者は、A介護老人保健施設に入所中の認知症の診断をもつ入所者12名(男性4名、女性8名)とし、平均年齢は86.0±7.8歳、Clinical Dementia Rating (以下, CDR) は1(軽度)～3(重度)までの範囲にあり、改訂長谷川式簡易知能評価スケール(以下, HDS-R)の平均値は16.0±6.8点(5～26点)であった。参加者のグループ構成は、メンバーの等質性⁸⁾を考慮して認知症の重症度と性別で分けて固定し、CDR1の軽度女性グループ、CDR3の重度女性グループ、男性グループとした。なお、参加状況は全員が全ての回に参加した。

倫理的配慮として、参加の自由と匿名性を守り、同意書に自署され、家族からも承諾が得られた者を参加者とした。本実践は公益社団法人地域医療振興協会の承認を得ている(2009年11月28日)。

2. プログラム紹介

色カルタとは、読み手が色にまつわる設問、「好きな色は?」、「今日の天気の色は?」、「初恋の色は?」などを出題し、参加者が80色のカードの中からふさわしいと感じたカードを選び取り、連想や体験についての交流を楽しむ遊びである(図1)。



図1 色カルタの活動場面

人物像の写真掲載については本人・家族の同意を得ている。

プログラムの構造は、1グループにつき参加者4名、1回30分、週2回で4週間、計8回を1クールとし、軽度女性、重度女性、男性の3グループ（計12名）に実施した。リーダーは進行役と読み手を兼ねた介護士1名が担当し、観察者は作業療法士1名とした。

実施方法を表2に示す。プログラム進行上の留意点として、リーダーは参加者に発言を強要せず、受容的な態度で接し、批判や偏った価値判断、否定的なコメントをしない。また、特定の参加者に発言の回数や時間が偏らないように配慮し、交流関係を調整する。

設問は1回につき8つ出題した。設問の内容は3つに分類し、分類1：色を見るための準備（「明るい色は？」、「寒いと感じる色は？」など）、分類2：周辺情報や普段見ている物体色と季節感を意識する内容（「チューリップの色は？」、「今日の天気の色は？」など）、分類3：嗜好や思い出にふれる内容（「好きな色は？」、「故郷の色は？」など）に編纂した。これにより、1回目（初回）から8回目（最終回）まで分類の出題配分は変えず、設問内容にバリエーションをつけて1回ごとに入れ替えた。

3. 評価方法

観察者は、活動前、活動中、活動後の参加者の発言や行動を観察用紙に記録しながら感情機能を評価した。感情機能の評価は、Lawton^{4,5)}のARSと土屋⁶⁾の改変ARSを参考にした。ARSは、「楽しみ」、「関心」、「満足」の肯定的感情3項目（プラス得点）と「怒り」、「不安／恐れ」、「抑うつ／悲哀」の否定的感情3項目（マイナス得点）の6項目で構成される。評価尺度はそれぞれの感情の持続時間により、表出なし：0点、16秒未満：1点、16～59秒：2点、1～5分：3点、5～10分：4点、10分以上：5点で評価し、合計点数幅は-15～+15点となる。観察時間は活動前、活動中、活動後のそれぞれ20分間とし、活動前は参加前から開始までの20分間、活動中は開始から10分経過して終了までの20分間、活動後は終了から解散までの20分間とした。

4. 分析方法

プログラムの経験を繰り返すことによる感情表出の効果について検討するために、1回目と8回目の活動前、活動中、活動後のARS値について、それぞれWilcoxon検定で比較した。

表2 色カルタの実施方法

準備	・ 静かな場所を確保 ・ テーブルと椅子 ・ 色カードと読み札
誘導	・ 健康状態の確認 ・ 参加の意志確認
実施	《導入》 ・ 挨拶, 自己紹介, 色カードをテーブルに広げる ・ ルールを説明する 「今からいくつかお聴きします。答えをイメージして、それにふさわしいと思った色のカードをカルタのように選んで取ってください」、「なぜその色を選んだのか尋ねますので、自由に話してください」、「答えたくないことは、無理に答えなくても構いません」 《実施》 ・ リーダーは設問を出題する ・ 参加者は、出題内容にふさわしい色カードを選び取る ・ リーダーは、選んだ色カードを参加者全員で見せ合うように伝える ・ リーダーは、なぜその色を選んだのか一人ずつ尋ね、会話を展開する ・ 上記の要領で設問①～⑧について繰り返す 《終了》 ・ 振り返りと感想 ・ リラクゼーション, 次回予告, 終了の挨拶
リーダーの留意点	・ 参加者が会話に参加できるように配慮するが、発言は強要しない ・ 発言内容が事実と違っていても否定しない ・ 受容的な態度で接し、批判や偏った価値判断によるコメントをしない ・ 発言の回数や時間が特定の参加者に偏らないようにリードする ・ 発言者に対する批判的な言動があれば、スタッフが介入し、関係を修復する

また、即時的な感情の変化を検討するために、活動前と活動中、活動中と活動後、活動前と活動後の ARS 値を Wilcoxon 検定で比較した。統計学的有意水準は危険率 5%とした。

結 果

1. 観察結果

軽度女性グループの観察記録を抜粋し、表3に例示する。観察結果から、全グループに共通して、活動前は、「無表情」、「不安」、「孤立」など否定的感情の表出が多く、自室で無為に過ごしていたり、デイルームの席に孤立して座っている場面が多く見られた。活動中の参加者は、設問が出題されると、テーブル上の色カードを見渡し、見比べながら選び取っていた。なぜその色を選んだのかという質問には、参加者の個人的な体験や想像による理由が述べられた。

たとえば、設問「新婚時代の色は？」では、A氏「(夫は) 戦争には行ってないけど、それ

なりに良かった」、B氏「主人はピアノばかり弾いていた」、C氏「農業高校卒業でロマンチックじゃないね」など、笑顔で、あるいは照れながら微笑んで話した。ゲームの進行とともに、「頷く」、「視線を合わせる」、「身振り・手振り」、「笑顔で話す」などの肯定的感情の表出が増え、スタッフや参加者間の会話も活発化した。活動後は、「くつろいだ姿勢」、「穏やかな表情」、「雑談を続ける」などの肯定的感情の表出が多く見られ、活動への満足感を話したり、参加者同士が次回の参加を約束し合う、自発的に後片付けを行うなどの積極的な行動が見られた。

グループ別の特徴では、会話量は軽度女性、重度女性、男性の順に多く、理解度や疎通性は軽度女性、男性、重度女性の順に良好であった。終了後の感想では、軽度女性や男性は「楽しかった」、「面白い」、「頭の体操になった」、「盛り上がった」などの肯定的な内容が多かったが、重度女性では一部、「わからなかった」、「難し

表3 活動場面の観察記録 軽度女性グループ・第3回目の例(抜粋)

参加者		A氏	B氏	C氏	D氏	
活動前		・デイルームで孤立し、うつむいている ・誘導すると「どこに行けばいいの?」と緊張した表情で不安そう	・居室において交流なく無表情 ・誘導に頷くが不安そうな表情。次に愛想笑い	・デイルームでおしゃべり ・誘導に微笑で「ああ、なんとなく覚えてる」 ・緊張した表情で、参加前にトイレへ行く	・一人で居室にいる ・緊張した表情で「血糖値が低いから見学だね」	
	活動中	今日の天気の色は？	・茶色を選ぶ。「天気、良くないね」	・灰色を選ぶ。「こんなようない天気予報は見なかった」	・灰色を選ぶ。「雨が降りそう」	
		好きな花の色は？	・紫色を選ぶ。笑顔で「小さなすみれ、紫は好きですね」	・薄黄色を選ぶ。「私はチューリップ」と微笑む	・濃いオレンジを選ぶ。「テッポウユリ、花屋で買う、でも、やっぱ、バラかな」	・黄色を選ぶ。B氏との会話で「ユリもいいわね」、「そうだ、私はスイセンだ」
		子供の頃の色は？	・抹茶色を選ぶ。笑顔で「草をよく取ったから連想します」 ・視線を合わせて同意する	・オレンジを選ぶ。「家のトイレからよく見えた土の色」 ・隣席の参加者に体を向けて話す	・薄茶色を選ぶ。「男家族の中の女だったから」 ・くつろいだ姿勢で話す ・他者の発言に対して、意見を述べる	・赤を選ぶ。懐かしそうに「椿がよく庭に咲いていた」 ・「意見が一致した」と微笑み合う
	新婚時代の色は？	・濃い紫を選ぶ。C氏を見て「戦争には行ってないけど、それなりに良かった」 ・くつろいだ姿勢で笑顔	・明るいピンクを選ぶ。照れくさそうに「主人はピアノばかり弾いていた」 ・緩やかな動作	・えび茶色を選ぶ。B氏の発言に応答して「あの人か…農業高校卒業でロマンチックじゃないね」と笑顔で話す	・エンジ色を選ぶ。「主人の色、優しかったけど、うるさいから赤じゃダメ。茶や黒が入っている」 ・隣席の参加者と親密そうに話す	
活動後		・「良かったですよ」と満足そうな笑顔で話す ・参加者を見渡す	・笑顔で「これくらいの人数ならいいわね。話せるわ」 ・安心した表情	・笑顔で「楽しかった」、「初めは何をされるかと思っただ」とと安心した様子 ・他者の感想を頷きながら聴き「話ができて良かった」 ・後片付けに協力する	・笑顔で「勉強になりました」と話す	

表4 1回目と8回目のARSの比較

	活動前	活動中	活動後
1回目	-5.58±3.09	6.42±2.84	6.25±3.44
8回目	-3.92±4.21	9.58±2.71	7.92±1.93

平均値±標準偏差 (n=12)

Wilcoxon 符号付き順位検定, *p<0.05, n.s.: not significant

かった」などの否定的な内容も聴かれた。男性のJ氏は「もうやりたくない」と突然怒りだし、途中退席することがあった。

2. 統計学的分析

1回目と8回目のARSの比較を表4に示す。ARS平均値は1回目と8回目ともに、活動前はマイナス得点の否定的感情を示したが、活動中と活動後はプラス得点の肯定的感情を示し、活動後20分間も肯定的感情の範囲内に維持された。1回目と8回目との比較では、活動前はARS値に有意差はなかったが（活動前p=0.220）、活動中と活動後では8回目のARS値が有意に高かった（活動中p=0.030、活動後p=0.031）。また、1回目と8回目のいずれも活動中と活動後のARS値が活動前に比べて概ね有意に高かった（1回目：活動前－活動中p=0.002、活動中－活動後p=0.722、活動前－活動後p=0.002、8回目：活動前－活動中p=0.002、活動中－活動後p=0.009、活動前－活動後p=0.002）。

考 察

1. 本プログラムによる感情機能への効果

観察より、活動前是否定的感情のほうが多く見られたが、活動中には肯定的感情の表出が多く観察されるようになり、活動後も20分間は肯定的感情が維持されていた。統計学的分析においても、活動中と活動後のARS値が活動前に比べ有意に高かった。この結果から、本プログラムには肯定的感情を増加させる即時的な効果があったものと考ええる。また、1回目と8回目との比較では、活動前にはARS値の有意差は認められなかったが、活動中と活動後において8回目のARS値のほうが有意に高かった。

このことから、プログラムの体験を積み重ねることで肯定的感情が増幅した可能性が示唆される。

認知症の重症度や性別によっては、会話量や理解、疎通性などにおいて違いが見られた。重症度が重度であることや男性の場合では、言語的な交流が少なかった。しかし、微笑む、頷く、目で追う、身体を向ける、くつろいだ姿勢、穏やかな動作などの楽しさや関心、満足の非言語的な感情表出は重症度や性別によらず観察された。色カルタは、選んだ色カードを他者に見せることが暗示となるため、必ずしも言語的な交流を必要としない。このことから、言語的コミュニケーションが難しくなる対象者であっても、感情の表出が交流の手がかりになっていたことが考えられる。

一方、スタッフが参加者の感情を観察しながらゲームを展開したことで、スタッフ自身も参加者に対して肯定的感情を表出していたことが推察される。対人相互作用においては、他者の特定の感情表出を知覚することにより、自分自身も同じ感情を経験する情動伝染⁹⁾という現象がある。日常でも、楽しそうに笑う人を見て自分も明るい気持ちになったり、友人の喪失体験を聴いてもらい泣きするなどを経験することがある。肯定的感情の非言語的メッセージは、肯定的な言語的、非言語的応答を誘発し、否定的感情の非言語的メッセージは、引きこもりと不快感を誘発する¹⁰⁾。本プログラムにおいても、スタッフによるゲーム進行の関わりが、参加者の肯定的感情を誘発したのではないかと考える。

肯定的感情は、主観的幸福感 well-being といった健康状態に強く関連する¹¹⁾。参加者の肯定的感情が引き出されたことは、認知症をもつ人の心理的ニーズ¹²⁾とされる「くつろぎ」、「自

分らしさ」、「結びつき」、「たずさわること」、「共にあること」を満たし、well-beingを高めていた可能性がある。

本プログラムの特徴は、言語による出題と色彩が感情刺激となり、現実検討や連想、回想を促すことである。作業の目的として、様々な色カードの中から自由に選び取る探索的な遊びの要素が含まれるため、参加者に楽しさや挑戦感をもたらしていたと思われる。また、色彩は人の生活に密着しており、誰にでも興味をもちやすい素材である。そのため、本プログラムは、幅広い対象者に親しみをもって参加してもらえらるものと思われる。

2. 今後の課題と展望

J氏は「もうやりたくない」と突然怒りだし、途中退席した。J氏は脳血管性認知症の特性から、感情を揺さぶられる体験により情緒不安定となった可能性がある。今後、認知症のタイプによる特異性を考慮し、関わり方を検討する必要がある。

研究の限界として、対象者数が12名と少ないうえ、単一施設の実践であるため、プログラムの特性を一般化することはできない。また、本実践の結果は、参加時の即時効果に限定されるものであり、認知症をもつ対象者にとって重要なBPSDや生活機能への影響は明らかではない。

しかし、対象者が心理的に良い状態でいられるよう感情機能に着目しながら作業を実践するという条件のもとでは、認知症高齢者のQOLを高める可能性があることを示せたと考える。アルツハイマー型認知症の病理学的研究では、早期に海馬や海馬傍回、側頭葉内側部が侵され、その後、大脳皮質に進展することが明らかになっている¹³⁾。また、神経生理学的には、意味記憶のような非感情的記憶には海馬や側頭葉皮質が関与しているのに対して、感情的記憶には扁桃体が関与することが指摘されている¹⁴⁾。これらの知見から、臨床の応用で感情機能に着目することは、認知症により高次の脳機能が低下する対象者に対して、言語に頼らない介入とし

て有用である。

他の実践においても、感情機能に着目しながら作業療法を実施した場合とそうでない場合とでは結果が違ってくるのではないだろうか。今後、認知症高齢者の感情機能に焦点を当てた介入効果について、様々な検証を進める意義がある。

文 献

- 1) 鈴木みずえ、グライナー智恵子、伊藤 薫：認知症高齢者のQOLの概念・評価尺度の動向と今後の研究の課題。看護研究 39：247-258, 2006.
- 2) 折茂賢一郎、三浦南海子：彩色ケアが認知症を変える！—色カルタ（クオリア・ゲーム）で蘇る世界—。メディカルサイエンス社、東京、2010.
- 3) 折茂賢一郎、三浦南海子・監修：色カルタ（クオリア・ゲーム）。メディカルサイエンス社、東京、2010.
- 4) Lawton MP: Quality of life in Alzheimer Disease. Alzheimer Disease and Associated Disorders 8 (supple 3): 138-150, 1994.
- 5) Lawton MP, Haitsma KV, Perkinson M, Ruckdeschel K: Observed affect and quality of life in dementia: Further affirmations and problems. Journal of Mental Health and Aging 5: 69-81, 1999.
- 6) 土屋景子、井上桂子：認知症高齢者が作業に従事することの効果—作業開始前、作業実施中、作業終了後の主観的QOLの比較—。作業療法 26：467-475, 2007.
- 7) 白井はる奈、藤原瑞穂、宮口英樹、宮前珠子：重度認知症高齢者の笑い・笑顔表出に関する探索的研究。作業療法 24：253-261, 2005.
- 8) 山根 寛、香山明美、加藤寿宏、長倉寿子：ひとと集団・場—集まり、集めることの利用—。鎌倉矩子、山根 寛、二木淑子・編、三輪書店、東京、2000、pp.50-51.
- 9) 木村昌紀：感情の表出とコミュニケーション。北村英哉、木村 晴・編、感情研究の新展開、ナカニシヤ出版、京都、2006、pp.223-241.
- 10) Perrin T, May H (白井壯一、白井はる奈、白井佐知子・訳)：非言語的コミュニケーション

- ン：ウェルビーイングの表現手段．認知症へのアプローチウェルビーイングを高める作業療法的視点一，エルゼビア・ジャパン，東京，2007，pp.109-135.
- 11) 水野 裕：実践・パーソン・センタード・ケア認知症をもつ人たちの支援のために．ワールドプランニング，東京，2008，pp.48-58.
- 12) 大竹恵子：感情と健康．大平英樹・編，感情心理学・入門，有斐閣，東京，2010，pp.199-223.
- 13) 松田博史：SPECT 画像で診るアルツハイマー病．松田博史，朝田 隆・編，見て診て学ぶ認知症の画像診断，第2版，永井書店，大阪，2010，pp.151-165.
- 14) 榊美知子：感情と記憶．北村英哉，木村 晴・編，感情研究の新展開，ナカニシヤ出版，京都，2006，pp.93-111.

The effect of small group programs on affect of the elderly with dementia:
Using the color card game “Iro karuta qualia game”

By

Eisuke Inomata^{*1} Namiko Miura^{*2} Kenichiro Orimo^{*3} Norikazu Kobayashi^{*4}

From

^{*1} Tokyo Rehabilitation Home-visit Nursing Station East

^{*2} Japan Personal Color Association

^{*3} Nishi-Agatsuma Welfare Hospital

^{*4} Graduate School of Human Health Sciences, Tokyo Metropolitan University

The color card game “Iro karuta qualia game” was used on small a group occupational therapy program for the elderly with dementia and the immediate effects were examined. The results indicate that while negative affects were dominant prior to the activity, many positive affects were also observed during and after the activity. An objective of this program was to promote reality orientation, association and reminiscence as affected by stimulation with questions and the colors themselves. An element of exploratory play was also included. Therefore, the game brought the participants feelings of both pleasure and challenge resulting from interpersonal interaction based on the personal experience eliciting positive affect. The positive affect might satisfy the psychological needs of the elderly with dementia, and is strongly related to their health conditions such as subjective feelings of happiness and well-being.

Key words: Elderly with dementia, Affect, Communication, QOL