



The University of Human Environments Academic Repository

学位の種類	博士(看護学)
報告番号	甲第18号
学位記番号	看博第18号
氏名	荻野 朋子
授与年月日	令和4年3月14日
学位論文題目	軽度から中等度のアルツハイマー型認知症高齢者に対する写真療法プログラムの有効性
審査委員	主査: 篠崎 恵美子 副査: 巽 あさみ、深谷 久子

論文内容の要旨

1. 研究の背景と研究目的

認知症に対する薬物療法は、現在のところ原因療法には至っておらずその効果は限定的であると言わざるを得ない。このような状況において、日本の認知症疾患診療ガイドライン2017では、非薬物療法の目的は、認知機能障害、BPSD、日常生活機能の改善であるが、それのみでなく高齢者の生活の質（QOL）や生きがいを維持する等の側面からの妥当性や重要性の検討が必要であるとしている。しかし、非薬物療法の総体的な推奨グレード・エビデンスレベルは2C（実施することの推奨・エビデンスの強さ共に弱い）である。本研究では、写真療法プログラムを「認知症高齢者のための写真による自己表現活動」と定義し、その有効性を検証した。

本研究は、最終目的として「認知症高齢者への写真療法プログラムの有効性を明らかにし、認知症高齢者に適した写真療法プログラムを提案する」ために、予備研究、研究1、研究2で構成した。

2. 予備研究 健康高齢者への写真療法の実施における自律神経の変動

研究1の基礎的データとして、写真療法を実施した際の自律神経活動の変動を確認することを目的に、健康高齢者5名を対象に準実験研究の1群事前事後テストデザインで行った。本研究の写真療法は、酒井の提唱するプログラム（以下、既存プログラム）を基に、①導入、②写真撮影、③気に入った写真を数枚選ぶ、④アルバム作成、⑤発表会を、②から④は個人、⑤はグループで行った。全体の進行は、研究者と研究協力者の2名で行った。1回120分のプログラムを2週に1回、合計4回実施した。写真療法実施前、実施中（上記③）、実施後に指尖脈波を測定し、得られた自律神経バランス（以下、ANB）（0～10の範囲で、4.0以上、6.0以下をバランス良好）と最大リアプノフ指数（以下、LLE）（0～10の範囲で、4.0以上、6.0以下をバランス良好）を分析した。LLEの値は、常にUp/Downしている状態が健康であり、これを「ゆらぎがある」とし、心的状態を客観的に測定する指標になる（今西、雄山、2008；今西、雄山、2009）。心の状態マップは6つのゾーン全てに分布していた。5名全体の分析では、ANBは、実施前・中・後ともに6.0を超える高値の割合が高かったが、実施中は6.0を超えるがバランス良好に近づく変動を確認し、実施中は、リラックス効果ではなく、適度な緊張感や気分の高まりを与える活動であったと考えられた。LLEは、実施前のバランス良好の状態が実施中も維持し、実施前にゆらぎが小さい状態から実施中にゆらぎが大きくなる変動を認めた。

以上より、健康高齢者への写真療法は、自律神経のバランスにおいては交感神経優位に働く傾向があり、自律神経のゆらぎを整える可能性があることが示唆された。

3. 研究1 軽度から中等度の認知症高齢者への写真療法プログラムの実施における有効性

認知症高齢者に対し認知症高齢者の特性に配慮した写真療法プログラムを実施し、有効性を

検証することを目的に、認知症対応型グループホーム3施設に入所中で、N式老年者用精神状態尺度、FASTにて軽度から中等度のアルツハイマー型認知症と判定された高齢者14名に対し、シングル・ケース研究法によるA・B型準実験研究を行った。基礎水準期(4週間)、介入期(8週間)、追跡期(4週間)とし、介入期に写真療法プログラムを週1回、合計8回実施し、参加した高齢者14名のうち、4回以上参加した10名を分析対象とした。

研究1で実施した写真療法プログラムは、既存プログラムと内容は同様とし、認知症高齢者の理解力、体力、集中力を踏まえ、日常生活のスケジュールを崩さずにできるよう、時間を120分から60分へ短縮し、3～4名のグループで、研究者と1～3名のケア職者が全過程に同行し、安全確保と機器の操作補助、特に、写真選択時に撮影時の様子を想起したり写真について今感じていることを言語化できるようにインタビューガイドを用いて関わった。旧日本写真療法家協会ファシリテーターコースを受講した研究者が全体の進行を兼ねた。

評価指標は、予備研究と同様のANBとLLEを用い、基礎水準期2回(1・4週目)、介入期は各回の実施時に3回(開始前、気に入った写真を選ぶ、終了後)、追跡期1回(4週目)に測定した。また、継続的な写真療法プログラムの実施が認知症の症状および日常生活へ与える影響について、MMSE(森, 1985)、DBDスケール(溝口, 飯島, 江藤, 石塚, 折茂, 1993)、QOL-D尺度(Terada S, Ishizuka H, Fujisawa Y, et al.2002)、意欲評価を用いて評価した。

心の状態マップでは、実施前・中・後の各ゾーンの割合の変化は、【バランス良好】【準バランス良好】は実施中に増加を認めたが、実施後には実施前とほぼ同じ割合へ減少した。ANB・LLEの数値が共に低いゾーン【気が緩んでいる・環境への適応力低下】、ANBは高くLLEが低い【気が張っている・環境への適応力低下】は、実施中に減少を認めたが、実施後に実施前に近い割合へ増加する傾向であった。ANB・LLE別の分析では、ANBは、実施前は「バランス良好」の割合が最も低く「高値」(緊張状態)が高かったが、実施中は「バランス良好」が増加し、交感神経優位から自律神経バランスを整える可能性があると考えられた。LLEは、実施前は「バランス良好」37.9%に対し「低値」53.0%とゆらぎが小さい傾向を示した。予備研究における「低値」30.0%の結果と比べても認知症高齢者はゆらぎが小さいことが明らかとなった。実施中は、「バランス良好」が増加した。低値から「バランス良好」あるいは「バランス良好」に近づく変動があったことは、自律神経のゆらぎを高める効果と考えられた。変動の背景には、写真そのものだけでなく、自由に撮影し、撮影した写真の中から好みのものを選ぶ行為や、同行者の共感的な関わりやコミュニケーションが影響し、対象者の自律神経のバランスを整え、ゆらぎを高め、また適切な範囲でのゆらぎに整えることに繋がったと考えられた。8回の実施による長期的な効果は、認知機能、BPSD、意欲評価の有意な改善は認めなかったが、状態の維持につながる可能性が確認できた。一方、QOL-Dは「落ち着きのなさ」の改善が確認できた。

以上より、認知症高齢者の特性を踏まえた写真療法プログラムは、同行者と関りながら行うことで写真を活用した自己表現を可能にし、認知症高齢者がその人らしさを発揮できる機会と

なり、自律神経のバランスとゆらぎを整える効果、QOLの部分的な改善の効果が示唆された。

4. 研究2 軽度から中等度の認知症高齢者への写真療法プログラムの実施におけるケア職者の体験と継続的な実施に向けた課題の明確化

認知症高齢者への写真療法プログラムの実施におけるケア職者への体験と継続的な実施に向けた課題を明らかにすることを目的に、写真療法プログラムを実施した3施設のケア職者を対象に、半構成インタビューによる質的記述的研究を行った。写真療法プログラムに関する体験と、写真療法プログラム継続への考えについて半構成インタビューを研究1の追跡期に実施した。分析対象は、10名であった。

その結果、ケア職者の体験は、42のコードから17のサブカテゴリーが抽出でき、さらに【できることに意識を向ける】【新たな個別性に気づく】【自分の傾向に気が付く】【ケア・介護に関わる自己の考えの再認識】【個別性の再確認】【対象者の捉え方の変化】【ケアの変化】の7つのカテゴリーに分類できた。さらに『発見』『再認識』『変化』のコアカテゴリーが抽出でき、対象者のもてる力を発見し、ケア職者自身の傾向に気が付き、対象者のとらえ方やケアを変化させる体験をしていた。写真療法プログラムの継続については、今後も継続したいという意思是全員から示されたが、スタッフの人員確保と参加人数、実施方法の工夫、利用者の意思表示（選択）ができる工夫、アルバムの日常ケアへの活用の課題が明らかになった。

以上より、ケア職者は、写真療法プログラムに関わることを通して『発見』『再認識』『変化』という、対象者のもてる力を発見し、自分自身のケアの傾向（姿勢）に気が付き、対象者のとらえ方やケアを変化させる体験をしており、その人らしさを尊重した、潜在的能力を引き出す日常ケアにつながる可能性が示唆された。また、全員から写真療法プログラムの継続的な実施の意向を確認できたが、スタッフの人員確保と参加人数の問題、実施方法の工夫、アルバムの日常ケアへの活用の課題が明らかになった。

5. 認知症高齢者に適した写真療法プログラムの提案

研究1で実施した同行者と共に行うプログラムは概ね対象者に負担なくかつ安全に実施できるものと考えられた。認知症のレベルが中等度になると、自己にて進めることは難しいため、できること(自己決定も含む)に焦点をあてた支援を丁寧に行うことが重要である。ケア職者にも自分自身や対象者の発見があり、それを自覚できることは、日常の生活において両者の良好な関係形成・維持へつながる。継続的に実施することで、認知症の人とその家族の視点に立った「共生」と「予防」が期待できると考える。各施設で関わるケア職者の確保の問題を踏まえ、実現可能な少人数で、定期的に行う方法を考えていく必要がある。

6. 結論

健康高齢者へ写真療法を実施した結果、自律神経バランスにおいては交感神経優位に働く傾

向があり、自律神経のゆらぎを整える可能性が示唆された。認知症高齢者へ同行者とともに行う写真療法プログラムは、認知症高齢者の写真を活用した自己表現を可能にし、自分らしさを発揮する機会となり、自律神経のバランスとゆらぎを整える効果、安心感に関わる QOL の部分的な改善の効果が示唆された。これらより、軽度から中等度のアルツハイマー型認知症高齢者に対する写真療法プログラムは、継続的に実施することにより、認知症高齢者の外部環境への適応力を高め、認知症の進行を緩やかにする有効性があると考えられる。

さらに、ケア職者は、写真療法プログラムに関わることを通して『発見』『再認識』『変化』という対象者のもてる力を発見し、自分のケアの傾向（姿勢）に気づき、対象者のとらえ方やケアを変化させる体験をしておき、その人らしさを尊重した、潜在的能力を引き出す日常ケアの実施につながる可能性が示唆された。

しかし、いずれも明確なエビデンスは得られていない。写真療法の報告は国内外ともに少なく、認知症高齢者に実施し自律神経バランスとゆらぎに着目し効果を明らかにしたことは本研究の新規性である。また写真療法プログラムがその人らしさの尊重と、できることへの着目という認知症ケアの一つに位置付けられることを示せたことは学術的価値があるといえ、日常ケアの中で継続することにより、認知症高齢者が尊厳と希望を持って認知症とともに生きる「共生」と、認知症になっても緩やかに進行する「予防」に貢献できる示唆が得られたことには社会的な意義があると考えられる。今後は、継続可能な写真療法プログラムの実施方法を検討するとともに、対象を増やし有効性の検証をしていく必要がある。

論文審査の結果の要旨

本論文は、これまで提唱されてきた写真療法の構成要素をもとに、認知症高齢者の特性に配慮した写真療法のプログラムを実施し、その有効性に着目した研究である。認知症に対する薬物療法は、現在のところ原因療法には至っておらずその効果は限定的であるといわざるを得ない。認知症疾患診療ガイドライン 2017 では、非薬物療法の目的を、認知機能障害、BPSD、日常生活機能の改善のみでなく高齢者の生活の質（QOL）や生きがいを維持する等の側面からの妥当性や重要性の検討が必要であるとしているが、非薬物療法の総体的な推奨グレード・エビデンスレベルは低い。本論文では、写真療法プログラムを「認知症高齢者のための写真による自己表現活動」と定義し、その有効性を検証したという点で高く評価できる。

「本論文では、認知症高齢者への写真療法プログラムの有効性を明らかにし、認知症高齢者に適した写真療法プログラムを提案する」ため、3つの研究で構成した。効果測定のための客観的指標として、自律神経バランス（Autonomic Nerve Balance/以下 ANB）と最大リアプノフ指数（Largest Lyapunov Exponent/以下 LLE）を用いた。予備研究では、健康高齢者へ写真療法を実施し自律神経の変動を確認した。写真療法により、自律神経のバランスは交感神経優位に働き、自律神経のゆらぎを整える可能性が示唆された。研究 1 では、軽度から中等度の認知症高齢者への写真療法プログラムの実施における有効性を検証した。認知症高齢者の特性を踏まえた写真療法プログラムは、同行者との関わりを持ちながら行うことで写真を活用した自己表現を可能にし、認知症高齢者がその人らしさを発揮できる機会となり、自律神経のバランスとゆらぎを整える効果、QOL の部分的な改善の効果が示唆された。研究 2 では、認知症高齢者への写真療法プログラムの実施におけるケア職者の体験と継続的な実施に向けた課題を明確にした。ケア職者は、写真療法プログラムに関わることを通して『発見』『再認識』『変化』という対象者のもてる力を発見し、自分自身のケアの傾向（姿勢）に気付き、対象者のとらえ方やケアを変化させる体験をしており、その人らしさを尊重した潜在的能力を引き出す日常ケアにつながる可能性が示唆された。また、写真療法プログラムの継続的な実施の意向を確認できたが、スタッフの人員確保と参加人数の問題、実施方法の工夫、アルバム等の日常ケアへの活用と方法の課題が明らかになった。以上の結果をもとに、認知症高齢者に適した写真療法プログラムの提案を行った。写真療法の報告は国内外ともに非常に少ないことから、本研究テーマに取り組み写真療法の効果を明確に示すことは新規性があると考えられる。写真の特性に着目し、認知症高齢者を対象としたプログラムを考え実施し、主観的表現と LLE を活用した心理状態の客観的指標を用い総合的評価することは独自性があると考えられる。そのことにより、写真療法を認知症高齢者の QOL 向上や自己表現を目的とするケア方法として位置づけることは学術的価値がある。また、研究期間をとおして、真摯に課題に取り組む姿勢や言動は研究者として高く評価できる。

令和 4 年 2 月 22 日

論文審査委員会	主査	教授	篠崎 恵美子
同	副査	教授	巽 あさみ
同	副査	教授	深谷 久子