

[研究論文] 地域高齢者の特性：グループ回想法の分析

三澤久恵¹・佐口清美¹・畠山玲子¹・高尾秀伸²・竹田恵子³・阿部大亮⁴・
島田翔太郎⁴・馬場彪画⁵・石川晴菜⁶・高山真帆⁶・井上奈南⁶・岩崎彩⁶

1) 神奈川工科大学看護学科 2) 神奈川工科大学ロボット・メカトロニクス学科
3) 川崎医療福祉大学保健看護学科 4) 神奈川工科大学ロボット・メカトロニクスシス
テム専攻大学院生 5) 神奈川工科大学ロボット・メカトロニクス学科学生 6) 神奈川
工科大学看護学科学生

Characteristic of local elderly people's in a community: An analysis on group reminiscence therapy

Hisae MISAWA¹, Kiyomi SAGUCHI¹, Reiko HATAKEYAMA¹, Hidenobu TAKAO²,
Keiko TAKEDA³, Daisuke ABE⁴, Shoutaro SHIMADA⁴, Hyouga BABA⁵,
Haruna ISHIKAWA⁶, Maho TAKAYAMA⁶, Nanami INOUE⁶, Aya IWASAKI⁶

Abstract

[Purpose] The purpose of this study was to analyze the characteristics of the elderly people who participated in the “group reminiscence therapy”.

[Method] The group reminiscence therapy was carried out for the elderly people of S area of A city from May to August 2018. The documents written by students who participated in the recollecting method as co-leaders was analyzed. The analytic theme was taken as “the meaning in which elderly people look back upon their life.” The concepts was generated by qualitative research according to the Grounded Theory Approach (M-GTA).

[Results] Altogether, 19 concepts were generated.

The core concept was “perception about own existence realized through support of the surrounding people”. The three core categories constituting the core concept were generated as “review of own life,” “pride to self,” “composing mind to the future.”

[Discussion] “Review of own life,” like the flow in a river, makes one aware of the path traversed in life and proud of one's ability to handle events at the turning points in life with support from others, which in turn leads to “pride to self” “Things to accomplish in the future” relates to the approach to the end of life through cherishing the current way of living and building smooth relationships with others.

Keywords : the local elderly, group reminiscence therapy, ageism, M-GTA, listening and sympathy

I. はじめに

我が国は2017年に高齢化率は27.7%に達し、今後総人口が減少する中で高齢者が増加することにより、高齢化率は上昇を続け、2036年には33.3%となり、3人に1人が高齢者になると予測される。世帯の動向をみると65歳以上の者のいる世帯は増加し、そのなかでも65歳以上の一人暮らしが増加傾向にある。三世帯世帯は年々減少している¹⁾。大学生も高齢者との身近な接触は減少し、コミュニ

ケーションによる会話の機会も少なくなっていると予測される。

栗原は今日では、「若さ」と「老い」の価値の格差は開く一方であり、若者が老いの意識を取り込むこともきわめて困難な状況にあると述べている²⁾。

コミュニケーションの本質についてはウィーデンバックは両面通行的な相互作用であり、刺激・送り手・メッセージ・伝達経路・受け手から成り立ち、メッセージが伝達されると、相互作用が進むにつれて、別のメッセージ（返答）のための刺激となる³⁾としている。

高齢者に対する様々な形態の偏見・差別はエイジズムとよばれ、この概念は1969年Robert Butlerの論文で初めて用いられた⁴⁾。エイジズムとは高齢者を高齢であるという理由で系統的に類型化し、差別する過程と定義している。現代の大学生もエイジズムの影響を受けているのではないかと懸念される。一方、老化概念の考え方は1980年代に生涯発達と考え方が入ってくる。シェロック⁵⁾は画期的な偏差値モデルを提案した。柴田は日本に適するように修正している⁶⁾。

今回、地域で生活する高齢者の健康づくりのプログラムの一つにグループ回想法をとり入れた。

回想法は1963年、R. N. Butlerによって、提唱された⁷⁾。提唱された背景として、1960年代の高齢者の思想、および社会における老人観の変化が指摘される。それまで、高齢者の過去への回想は“過去への繰り言”とか、“現実からの逃避”など否定的であったが、バトラーは高齢者の回想を死が近づいてくることにより自然におこる心理的過程であり、過去の未解決の課題を制度とらえ直すことも導く、積極的な役割も持つものであるとした。

回想法の種類は個人回想法とグループ回想法がある。個人回想法は基本的には対象者と実施者で行う。自宅を訪問したり、施設入所者、終末期の人などへの多様なニーズに合わせて行う。グループ回想法はグループの大きさ、参加者のニーズ、行われる場、継続の期間、実施の頻度等により、個人回想法以上に多様で、多くの展開がある⁸⁾。

回想法の効果について野村⁹⁾は個人・個人内面への効果と社会的・対人関係的・対外的世界への効果の2者を挙げている。人生の最終段階において、「自分の人生はどのようなであったか」を考えることは、自分を安定させる場所、心のよりどころになる。今回は地域高齢者の健康づくりプログラムに「おしゃべり会」として、グループ回想法を取り入れた。グループ間で支えられ、助け合いながら思い出を楽しみ、自己が生きてきた証を振り返り、自己を確認することができると予想する。

グループ回想法に学生が研究補助員として参加し、高齢者とコミュニケーションをとりリーダーの指導の下、コ・リーダーの役割を担った。学生の記録から地域高齢者の特性を分析してみたい。

II. 研究目的

本研究の目的は地域高齢者の健康づくり研究においてプログラムの一つにグループ回想法を取り入れた。研究の補助要員としてコ・リーダーとして参加した学生の記録から、今を生きる高齢者の特性を分析することである。

III. 用語の定義

コ・リーダー

回想法の実施において、全体より個人の参加者、特に両

隣にいる参加者との個別的な関わりが中心となる。リーダーとの連携、共通理解を保つ¹⁰⁾。

IV. 研究方法

1. グループ回想法の枠組み

- 1) 参加メンバー：研究に協力し、健康教室の参加を希望する高齢者をA市S地区の公民館だよりで公募する。
- 2) グループリーダーとコ・リーダー：回想法を実践する他大学教授にリーダーを依頼する。毎回の健康教室にA市介護福祉課保健師、S地区地域包括センター職員の参加を要請した。補助要員として血圧測定、アミラーゼ測定など学生のボランティアを募集した。回想法のコ・リーダーについてはロボット・メカトロニクスシステム専攻大学院生および学生と看護学科学生に参加を依頼した。
- 3) 場の構造
 - (1) 施行場所：A市S地区公民館集会室
 - (2) 席順：年齢、性別を考慮して3つのグループに分ける。
 - (3) 長机を2脚併せて正方形のテーブルを作り、テーブルの上に名表をあらかじめ設定する。
- 4) 時間の構造

健康教室は笑いヨガと回想法を実施して、笑いヨガ終了後、回想法は約50分とする。笑いヨガ終了後の休憩時間にテーマ曲を流し、回想法への心の準備を図る。

2. データ収集期間と方法

- 1) データ収集期間：

6月14日～8月2日の6回の健康づくり教室実施時の学生がコ・リーダーを行う3回目～6回目の4回とする。
- 2) 方法：

学生はコ・リーダーとしての役割を担当し、さらに各グループの記録係も学生が行う。その記録は個人が特定されないように分析する。

3. 分析方法

修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (M-GTA)

^{11) 12)} の手順に準じて質的研究による概念生成を行う¹³⁾。記録を用いる、M-GTAの手法に準じた分析方法である。

4. 倫理的配慮

地域高齢者の健康づくり研究の申し込みにあたり、高齢者に研究の目的・意義・内容と方法を説明した。参加条件として、軽度な運動が可能かつ重篤な心疾患、重度高血圧および重症不整脈、運動を制限されている者は参加できないことを明記、説明した。データは記号化し管理する。守秘義務を遵守し、結果は学会等で公表する際は個人情報外部に漏れることは一切無いこと、データは他の目的で使用することは無く、研究終了後定められた時期にすべて廃棄すること、健康被害が発生した場合の特別な補償はないこと、謝金などの支払いはないことなどを説明し、さらに文章での確認後、同意書にサインした者を研究対象者とした。

倫理審査承認番号 20180322-26 （承認 2018. 3. 22）

科研費番号 17K12428-31

V. 研究結果

1. 研究参加者の属性

男性 3 名、女性 21 名、平均年齢 74.4±5.25 歳であった。（表-1 参照）

同居家族については配偶者と同居している者が 45.8%で一番多く、ついで独居が 29.2%多かった。（表-2 参照）

ペットを飼っている者は 4 名（16.7%）で、16 名は飼っていなかった。（表-3 参照）

表-1 参加者の性・年齢構成

	男性	女性	Total
65-69 歳		5	5
70-74 歳	1	5	6
75-79 歳	1	8	9
80歳	1	3	4
Total	3	21	24

表-2 参加者の同居家族

構成	人数
独居	7 人
配偶者	11
子ども	1
配偶者・子・孫	2
不明	3

表-3 ペットを飼っている者

種類	人数
飼っていない	16 人
犬	1
猫	2
メダカ	1
不明	4

2. グループ回想法のプログラムの目標と構成

プログラムの目標は地域高齢者が毎回楽しく参加でき、健康づくりへの意欲が高まり、参加者の共通意識が図られることである。笑いヨガと回想法を連動して行うことは、笑いヨガで心身共にリラックスし、後半の回想法に心落ち着けて入っていけると考えた。毎回、終了後にスタッフ振り返り会を持ち、次回に向けて共通認識を持てるように心がけた。

各回のテーマは次の様に設定した。（表-4 参照）

表-4 各回のセッションテーマと材料

回	テーマ	道具準備等
1	思い出に花を咲かせましょう	目的・進め方説明、招待状、導入音楽テープ
2	ふるさとと味（ふるさと自慢）	日本地図 シール
3	川の流れるように	画用紙、クレパス、色鉛筆
4	川の流れるように（子ども、青春 時代）	前回の川の流れる絵
5	自分をほめたいこと	
6	これからやりたいこと、やってみたいこと	感謝状

3. 分析テーマと概念の生成

分析焦点者を地域で生活する高齢者とした。第3回～6回の学生の記録文章から概念の生成を行い、データの信頼性と妥当性を高めるために本研究者が協議を繰り返した。

分析テーマ「高齢者が生きる意味を確認し、安寧な日々の生活を送るプロセス」とした。分析テーマに基づき、M-GTAの手法に準じて概念を生成した。最終的に19の概念を生成した。（表-5 高齢者が人生を振り返る意味の概念の構成要素参照）

本研究参加者は人生を振り返る意味を確認しながら生活していることがわかり、健康で安寧な生活を送るプロセスの源となる。

1) 生成された「生きる意味の確認と日々の生活のプロセス」の概念

本研究コア概念は《まわりのものに支えられて生きている自分の存在の確認》とした。その定義は、“自分一人で生きているのではなく、まわりのものに支えられて生きている自分の存在の確認”とした。コア概念を構成するコアカテゴリーは、【乗り越えてきた道のり】【自分をほめたいこと】【未来への心の準備】の3コアカテゴリーが生成された。

【乗り越えてきた道のり】コアカテゴリーは高齢者の生まれてから現在に至る道のりである。【心に残る思い出】【子どもの頃の遊び】【揺るがす出来事】【人生を川の流れに例えると】の4カテゴリーから構成される。

【心に残る思い出】カテゴリーの定義は“ふるさとの風景と家族との生活”と定義した。Aさんはお風呂を沸かすのは子どもの仕事で、お姉さんが湯沸かしついでにタニシを焼いて食べさせてくれたと語った。

【子どもの頃の遊び】カテゴリーの定義は“手作りのおもちやと自然のなかで”と定義した。

【揺るがす出来事】カテゴリーの定義は“戦争時の生活と職業への動機”と定義した。Bさんは食糧難でさつまいもを食べた話を生き生きと語った。

【川の流れに例えると】カテゴリーの定義は“折節のカーブと仲間の励まし”とした。

【自分をほめたいこと】コアカテゴリーは高齢者の生まれてから現在に至る道のりの延長線上にある。【誇りとすること】【今生きていること】【自分の信念】の3カテゴリーから構成される。

【誇りとすること】カテゴリーの定義は“今までの生活をその時々々に精一杯行った”とした。サブカテゴリーは＜子どもを育てあげた＞である。

【今生きていること】サブカテゴリーの定義は“折節を乗り越え、生きていること”とした。サブカテゴリー＜自分の個性を受け止める＞の定義は“あるがままの自分”とした。カテゴリー【自分の信念】の定義は“自分のよいところを”見つける”とした。サブカテゴリーは＜孫や友人との人間関係＞である。

【未来への心の準備】コアカテゴリーは自分をほめたいことに裏打ちされて進んでいく。定義は“お迎えが来るまで自分らしく”とした。4つのカテゴリーから成り立つ。

【健康長寿への関心】カテゴリーの定義は“最後まで自分の足で歩く”と定義した。サブカテゴリー＜親の歳まで生きること＞から成り立つ。口々に親の歳まで生きたいと言っている。

【今ある生活を大切に】カテゴリーの定義は“夫やまわりの人に左右されず自分らしく”とした。4つのサブカテゴリー＜自分の余生を送る＞＜快適な生活＞＜趣味

の継続＞＜笑うこと＞ら成り立つ。

【円滑な人間関係】カテゴリーの定義は“他者のよいところを見つける”とした。サブカテゴリーは＜孫や友人との人間関係＞である。

【終活に向かう】カテゴリーの定義は“身の整理をし身軽になる”とした。

2) 結果図の作成

生成した19の概念から結果図＜高齢者の今ある自分の認識の変化の過程＞を作成し、概念およびコアカテゴリー間の関係の検討を行った。(表-6 参照)

VI. 考察

1. 生成された概念と概念構造と変化の過程

高齢者は老化による身体機能の低下や配偶者や家族との死別、社会的役割からの引退など、人生の危機的状況に直面して生活していることが確認できた。高齢者はエリクソンら¹⁴⁾が述べているように、統合と絶望の感覚との釣り合いを必死にとろうとする段階を生きていることが確認できた。人が一生で体験する様々な出来事であるライフイベントは心理的健康を阻害する心理的ストレスでもあり得る¹⁵⁾。老年期の成熟について森¹⁶⁾は心身の機能が衰え、配偶者の死にも出合わなければならないが、そういう事態に直面しても、うまく対応し、毎日の生活を継続していくのが何よりも大切なことではないかと述べている。

今回生成された概念の特徴は二つある。一つはリード・PG¹⁷⁾は生きる意味の概念を示しているが、そこで示されていない時間的経過の概念が示されたことである。二つ目は結果図でもわかるように、自分をほめたいという概念が生成されたことである。今まで過ごしてきた生活を思い出し、仲間と話し合い、慰められ、よい人生であったと思うことができ、これからの人生を前向きに生きていくことができるのではないかと考察される。野口¹⁸⁾は会話の内容や方向性を専門家がリードせずに、自由な会話、ナラティブを發展させていくことが「いまだ語られなかったストーリー」が語られることを目指されると述べ、傾聴はクライアントが自己の核心部分を見つけ、自己を理解することができるとしている。今回、自分の人生を川の流れて表現したが、川の流れて細く、またカーブとなるとは身近な人の死別等があることが多く、それを語るときはグループメンバーは共感したり、励ましたりしていた。

2. プログラムの検討

1) セッション

1回50分で6回シリーズを実施した。

テーマは初回に提示したので参加者に戸惑いはなかつ

た。参加者が全員、自分のことを語るテーマであった。「川の流れるに例えると」のテーマ時に絵が描けない参加者にはコ・リーダーが援助していた。

理解が得られるきっかけになったのではないかと考察される。

3. 本研究の限界と課題

2) コ・リーダーを学生が担当としたこと

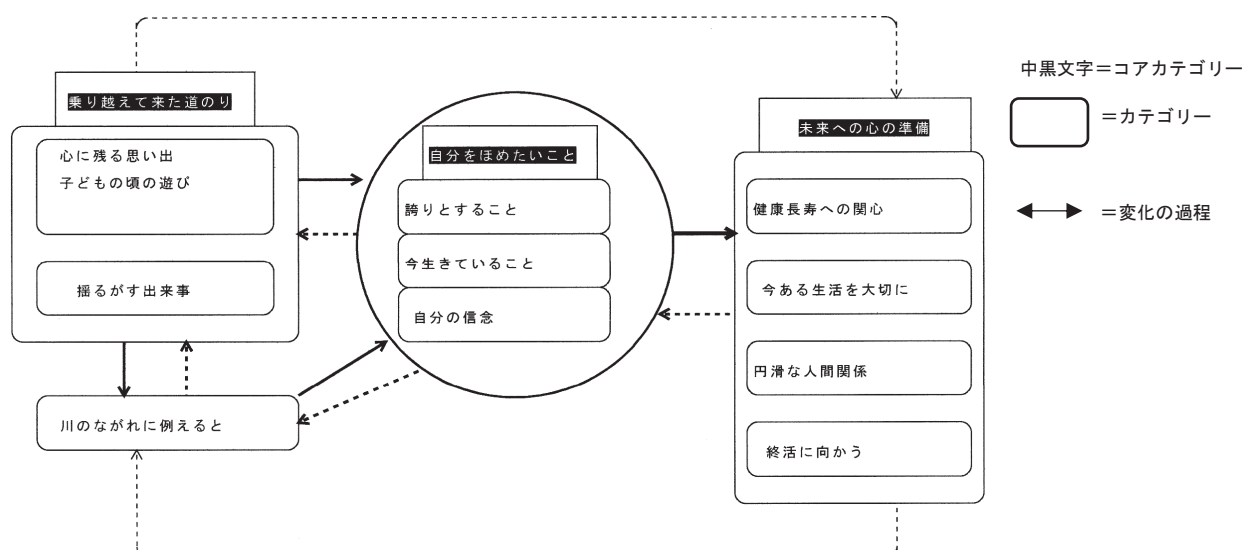
リーダーの指導により、コ・リーダーを学生が担当することができた。若者に接することが少ない高齢者が若者と話をする機会という利点もあり、懸念していた学生が持つエイジズムや会話が進まない等の支障はなかった。高齢者と学生は徐々に打ち解けて、最終日には学生が参加者に感謝状を手渡すという場面も見受けられた。高齢者も学生に看護やロボットの勉強のきっかけを問う場面もあり、相互

記録物からの概念抽出であるので、高齢者の言葉や思いを十分集めた研究とは言いがたい部分もあるが、高齢者の思いに近づくことができたのではないかと考える。都市近郊の中核都市の平均年齢 74 歳の高齢者の「生きる意味を確認し、日々の生活を送るプロセス」の概念が抽出できたといえよう。

表－5 高齢者が人生を振り返る意味の概念の構成要素

コアカテゴリー	カテゴリー	サブカテゴリー
乗り越えてきた道のり	心に残る思い出	地域での家族との生活 連れて行ってくれた温泉
	子どもの頃の遊び	手作りのおもちゃ 蛍取りの思い出
	揺るがす出来事	戦争の体験 死にかけた体験
	川のながれに例えると	狭い川の幅の認識 カーブと夫との死別 共感と励まし
自分をほめたいこと	誇りとすること	子どもを育てあげた
	今生きていること	自分の個性を受け止める
	自分の信念	自分で決めた道
未来への心の準備	健康長寿への関心	親の歳までいけること
	今ある生活を大切に	自分の余生を送る 快適な生活 趣味の継続 笑うこと
	円滑な人間関係	孫や友人との人間関係
	終活に向かう	ゆっくり行う

表－6 結果図 <高齢者の今ある自分の認識の変化の過程>



VII. 結論

地域で生活する高齢者が生きる意味を確認し、安寧な日々の生活を送るプロセスは、「乗り越えてきた道のり」「自分をほめたいこと」「未来への心の準備」の概念から成り立つ。高齢者は自己の存在の価値や意味を確認し、過ごしてきた道を振り返ることで、自己の生き方に誇りを持つことができ、今ある生活を大切に、まわりの者と円滑な人間関係を築き、未来への心の準備に向かう存在である。これらのプロセスは今を生きる地域高齢者の特性の一面といえよう。

謝辞

回想法のご指導をいただきました野村豊子先生、萩原裕子先生、野中恭子先生、および多くの学生ボランティアの方々に心からお礼申し上げます。

〈文献〉

- 1) 内閣府：平成 31 年度版高齢社会白書,2018.
- 2) 3)栗原彬：やさしさのゆくえ-現代青年論,ちくま文芸文庫,1981.
- 3) Ernestine Wiedenbach,Caroline E. Falls：Communication key to effective nursing, The Tiresias Press, Inc,1978.池田明子訳;コミュニケーションー効果的な看護を展開する鍵,日本看護協会,p13-30,1989.
- 4) Butler, R.N：Age-ism；Anotyer form of bigotry, The Gerontologist,9,243-246,1969.
- 5) Schrock M M：Holistic Assessment of the Healthy Aged.Aged.A A.John Wiley Medical Publication,New York,1980.
- 6) 柴田博編著：老人保健活動の展開,医学書院,1992.
- 7) Butler, R.N；The life review :An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26, 65-76,1963.
- 8) 野村豊子：Q&A でわかる回想法ハンドブックー「よい聴き手」であり続けるために,中央法規,2011. 1
- 9) 野村豊子：回想法とライフレヴュー その理論と技法,中央法規出版,1998.
- 10) 上里一郎監修,野村豊子編集：高齢者の「生きる場」を求めてー福祉、心理、介護の現場からー,ゆまに書房,2006.
- 11) 木下康仁：グランデッド・セオリー・アプローチー質的実証研究の再生. 弘文堂, 1999.
- 12) 木下康仁：グランデッド・セオリー・アプローチの実践ー質的研究への誘い. 弘文堂, 2003.
- 13) 三澤久恵,新野直明：高齢者のスピリチュアリティ概念生成の試みーインタビューによる高齢者の「生きる」ことの意味の探求からー日本看護学会論文集ー第38 回老年看護,p111-113,2007
- 14) Erikson E.H, Erikson JM, Kivnick HQ；朝長正徳,朝長梨枝子訳：老年期. みすず書房, 2002.
- 15) 福川康之,小川まどか,長田久雄：ライフイベント ストレス. 老年学テキスト(柴田博,長田久雄,杉澤秀博編),建帛社, p 183-193, 2007.
- 16) 森幹朗：老いとは何か 老い観の再発見,ミネルヴァ書房,1989.
- 17) Reed, P.G：An emerging paradigm for the inbestigation of spirituality in nursing. *Reseract in Nursing and Health* 15, p349-357,1992.
- 18) 野口裕二：物語としてのケア ナラティブ・アプローチの世界,医学書院,2002.