グループ回想法が老年期の記憶に及ぼす効果に関する追跡調査

○細川 彩¹(¹国立長寿医療研究センター)

キーワード：グループ回想法、記憶、老年期

A follow-up study on effects of group reminiscence on memory in later life

Aya HOSOKAWA¹(¹National Center for Geriatrics and Gerontology)

Key Words: Group reminiscence, memory, later life

目 的

一般的に、老年期には記憶をはじめとする認知機能全般は衰退すると捉えられている。高齢者にとって最近の出来事や新奇の事柄を記憶することは困難である一方で、過去の出来事に関する記憶は比較的保持されていることが多く、その内容を繰り返し回想することが頻繁にみられる。且つてはこのような回想は現実からの逃避であるとか過去への繰言であるとネガティブに捉えられていたが、Butler (1963)によれば回想は、人生末期における自我統合等においてポジティブな役割を果たすものと捉えられ、回想法が普及されていった。我が国においても、回想法は、抑うつ軽減やQOL向上が延いては認知機能改善に繋がる可能性があることから、一般的に認知症患者に対し実施されてきた。海外における健常成人を対象とした最近の研究では、回想によりネガティブな記憶に意義を見出すことでポジティブな記憶の検索が促進され、自身の過去を構築的に評価することが抑うつ軽減に繋がることが報告されており、回想法には認知症患者の認知機能改善のみならず健康な高齢者にとっての認知症予防としての効果も示唆されている。そこで、我が国でも健康寿命が短い地域で健常高齢者を対象に隔週毎の定期的なグループ回想法を10週間にわたり集中的に実施した。その結果、統制群に比して実験群の記憶検査における遂行成績が向上した(Hosokawa, 2016)。本研究では、回想法が老年期の認知機能に及ぼす効果とその後の変化について検証することを目的に、集中的なグループ回想法実施後の断続的な回想法実施を経て、集中的介入終了後1年となる時期に追跡調査を実施した。

方 法

本研究実施に先立ち、国立長寿医療研究センター倫理・利益相反委員会への申請及び審査手続きを経て承認を得た。

【対象】 M県T市在住の心身共に自立した高齢者40名(平均年齢: 71.6歳, SD=6.18)が本研究に参加した。そのうち、回想法講座への参加を希望した対象20名(平均年齢=72.15, SD=7.3; 教育歴=12.25, SD=1.71; MMSE得点=27.95, SD=1.82)を実験群とし、年齢範囲と居住地域をベースラインに設定し、回想法講座への参加を希望しなかった対象20名を統制群(平均年齢=71.05, SD=6.18; 教育歴=11.8, SD=2.44; MMSE得点=27.45, SD=2.11)とした。両群の平均年齢、教育歴及びMini Mental State Examination (以下、MMSEとする)得点において、有意な差はなかった。

【手続き】 本研究は集中的回想法実施後の追跡を行った。まず、調査書に基づいた説明によるインフォームドコンセントを行い、同意書をもって参加承諾を得た。次に、個別の聞き取りによる個人情報(年齢、家族状況、教育歴、職歴)の収集を行い、同時にMMSEを実施した。その際、MMSEのカットオフ値を24に設定し、認知症の疑いのある場合は対象か

ら除外した。続けて、回想法実施前、全ての対象者にMMSE及びWechsler Memory Scale-Revised (以下、WMS-Rとする)の下位検査である論理的記憶と言語性対連合の即時再生課題及び遅延再生課題を実施した。事前検査終了後、10週間の集中的グループ回想法を実施し、終了直後に再びMMSE及びWMS-Rを含む認知機能検査を実施した。本研究では、その6ヶ月後に介入を再開し、5ヶ月にわたり毎月1回の断続的なグループ回想法を5回実施した。その後、集中的なグループ回想法実施終了時から1年となる時期にMMSE及びWMS-Rを含む認知機能検査による追跡調査を実施した。

結 果

WMS-Rにおける論理的記憶の即時再生課題及び遅延再生課題、言語性対連合即時再生課題、言語性対連合再生課題における試行回数において、時間の主効果及び交互作用が1%水準で有意であった(順に論理的記憶即時再生: $F(2, 60) = 27.47$; $F(2, 60) = 175.29$; 論理的記憶遅延再生: $F(2, 60) = 16.3$; $F(2, 60) = 8.51$; 言語性対連合即時再生課題: $F(2, 60) = 15.78$; $F(2, 60) = 6.42$; 試行回数: $F(2, 60) = 12.74$; $F(2, 60) = 7.98$)。また、言語性対連合即時再生課題、言語性対連合再生課題における試行回数において、介入の主効果が5%水準で有意であった(順に言語性対連合即時再生: $F(1, 30) = 4.67$; 試行回数: $F(1, 30) = 4.47$)。その後の検定では各検査における介入の主効果は、言語性対連合即時再生課題において5%水準で有意であり($F(1, 30) = 5.7$)、集中的な介入終了から1年後の追跡調査において実験群の方が($M = 21.25$, $SD = 2.48$)統制群よりも再生した単語の対が多かった($M = 17.81$, $SD = 5.19$)。しかしながら、全ての下位項目において、各群における検査毎の差は見られなかった。

考 察

本研究の結果から、WMS-Rの遂行成績において、介入の効果があつた項目もあつたが、集中的グループ回想法実施直後と追跡調査においては有意な差がみられなかった。本研究はランダム化比較試験の枠組みによる実施ではなかったこととサンプルサイズの観点から研究結果を一般化することには限界がある。このことを踏まえて、老年期の認知機能におけるグループ回想法について検討していく必要性が示唆された。

引用文献

Butler, R., N. (1963). The life review: an interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 65-76.

Hosokawa, A. (2016). Does Life Review Effect on Memory, Cognition, and QOL in Later Life? The Life Review Study in Tome. *The Gerontologist*, 56, 3, 609.