

介護福祉サービス利用者の認知機能特性に応じた生活課題の可視化と 進行予防プログラムの開発

—当事者ならびにケアスタッフと行うアクションリサーチとしてのプログラム開発—

下山久之
(同朋大学社会福祉学部)

<要 旨>

認知症基本法が制定され、軽度認知障害の人や認知症の人地域共生社会の一員として、当事者の問題を当事者抜きに語るのではなく、共に生きていくことのできる社会の構築が求められている。今日、認知症の人に対する支援体制は強化されてきているが、介護保険サービスを利用する軽度認知障害の人や認知症の人という当事者と、現在の困りごとを話し合い、症状の進行予防プログラムのための取り組みを科学的根拠に基づいて行っているとは言い難い。

本研究では、認知機能特性に応じた生活課題の可視化と進行予防プログラムの開発と、その効果の検証を目的にして行われた。統計的な有意差を確認することはできなかったが、これまで介護福祉サービスにおいて行われてきたアクティビティサービスを、明確な意図をもって行うならば認知機能障害の進行予防プログラムとして機能する可能性があるのではないだろうか。

認知機能障害や認知症を、ざっくりと一括りにするのではなく、それぞれの当事者が「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」のどの認知機能が得手・不得手なのかを明らかにすることにより、起こり得る生活課題をある程度、把握することは可能となろう。

軽度認知障害の人や認知症の人を取り巻く、ケアスタッフや家族が当事者と共に、その人の認知機能のことを話し合うことができないと、当事者を中心とした進行予防プログラムを実施していくことは難しいであろう。

<キーワード>

介護福祉サービス利用者、認知機能障害、生活課題の可視化、進行予防プログラム

【はじめに】

2025年には、日本は約650万人の軽度認知障害の人、約730万人の認知症の人を抱えることが予測されている。2023年には認知症基本法が制定されるなど、認知症に対するイメージは変わりつつあり、認知症の人に対する支援体制は強化されようとしている。しかしながら、介護福祉サービスを利用する軽度認知障害の人や、認知症の当事者と、現在の困りごとを話し合い、症状の進行予防

のための取り組みを科学的根拠に基づいて行っていくというところには至っているとは言い難い。

【目的】

認知機能特性に応じた生活課題の可視化と進行予防プログラムの開発を、軽度認知障害の人や認知症の人、ならびに事業所のケアスタッフと共に行うアクションリサーチとして行い、その成果

の検証を本研究の目的とする。

【高齢者の認知機能障害】

認知機能とは、五感（視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚）、前庭感覚（平衡感覚）、固有受容覚（手や足の位置などを感じる感覚）の感覚を受容していく機能とされる。これらの感覚を情報処理する過程には、記憶、見当識、遂行機能、視空間認知力、情報獲得、抑制、集中・注意、現実感、意欲・発動性などがあるが、高齢者の認知機能障害や認知症の人では、この中の「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」が低下しやすいとされる。脳の損傷部位により、どの認知機能障害が現れるかは異なってくるが、介護福祉サービス利用者の中の軽度認知障害の人や認知症の人が、抱えやすい認知機能障害は、「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」である。認知症の中でも、アルツハイマー型認知症では、「記憶」「見当識」が低下しやすいというように、脳の損傷部位により現れる認知機能障害は異なってくる。

【高齢者の認知機能障害の計測法】

高齢者用の集団認知機能検査として、東京都健康長寿医療センター研究所と筑波大学精神医学研究室によって開発されたものとして、ファイブ・コグ（Five Cognitive Functions）がある¹⁾。ファイブ・コグは、軽度認知障害のスクリーニング、認知症予防プログラムの効果評価として用いられている。ファイブ・コグは65歳以上85歳未満の高齢者を対象とし、「記憶」「注意」「言語」「視空間認知」「思考」の5つの認知領域と、運動機能を測定するものとなっている。マニュアルに沿って実施することは必要であるが、実施にあたり

特に資格要件はない。

高齢者の認知機能障害の中で、「記憶」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」の5つを測定するアプリとして、㈱トータルブレインケアのCogEvoが開発されている。データを継続的に記録し、認知機能の経時変化を追うことができるものとなっている²⁾。タブレット等にアプリをインストールすることにより、約5分程度で5つの認知機能を測定することが可能となる。実施にあたり特に資格要件はない。

本研究においては、㈱トータルブレインケアのCogEvoを用いて5つの認知機能障害の状態を計測することとする。

【方法】

本研究では、地域密着型サービスの一つである小規模多機能型居宅介護サービス利用者、ならびにその事業所のケアスタッフと共に、認知機能を「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」の5側面から測定し、得手・不得手の組み合わせから生じる困りごとを、当事者と共に話し合い、それに対処するための方法の検討、ならびに進行予防のための取り組みを行っていく。進行予防のための取り組みは、治療目的で行う療法ではなく、当事者の持つ能力を十分に活性化させていくためのアクティビティサービスとして実施し得るものである「思い出語り（回想法）」「音楽」「園芸」「化粧」「家事・仕事」「生き物の世話をする」などを、当事者とその事業所のケアスタッフと共に検討し、実施していく。そして定期的に「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」を計測し、その結果を当事者にフィードバックし、生活課題の状況変化を一緒に考えていく。この計測には、ゲー

ムとして行える認知機能計測アプリ（(株) トータルブレインケア CogEvo）を使用し、心理的な抵抗を少なくし、楽しめる取り組みとして行う。

対象：A 小規模多機能型居宅介護事業所の利用者 12 名。

データの計測：2 週間に一度「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」の計測、ケアスタッフから見た最近 2 週間の利用者の生活状況の変化として DBD13 スケール、観察式 QOL 尺度として QOL-D を計測する。

【結果】

対象者 12 名（男性 3 名、女性 9 名）、要支援 2:2 名、要介護 1:5 名、要介護 2:2 名、要介護 3:2 名、要介護 4:1 名。年齢 75～96 歳。

表 1 対象者一覧表

ID	年齢	性別	要介護度・認知症高齢者の日常生活自立度
A	96	男性	要支援 2、Ⅰ
B	83	男性	要支援 2、Ⅱa
C	86	女性	要介護 1、Ⅰ
D	78	女性	要介護 1、Ⅰ
E	81	女性	要介護 1、Ⅱb
F	85	女性	要介護 1、自立
G	83	男性	要介護 1、Ⅱb
H	85	女性	要介護 2、Ⅰ
I	86	女性	要介護 2、Ⅲa
J	75	女性	要介護 3、Ⅰ
K	80	女性	要介護 3、Ⅱb
L	94	女性	要介護 4、Ⅰ

12 名のうち、認知症の診断を受けている利用者は 4 名（B、C、H、K）。C と H は、アルツハイマー型認知症、K は前頭側頭型認知症、B は認知症とのみ記載されている。E は、軽度認知障害（MCI）

の診断が記載されている。

【5 つの認知機能の経時的変化】

「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」の計測を定期的に行うが、その日の体調や気分が大きく影響を受け、継続的に改善される傾向は確認されなかった。

経時的変化は、確認できなかったが、それぞれの利用者ごとに、「記憶力」「注意力」「視空間認知力」「計画力（遂行機能）」「見当識」の中で、得手・不得手ははっきりとした特徴が表れていた。

【DBD13 スケールの経時的変化】

DBD13 スケールの経時的変化においても、統計的に有意差を確認することは出来なかった。

DBD13 スケールのうち、①「忘れてしまうことが多い」ため、同じことを何度も聞いてしまう」、②「よく物をなくしたり、置き場所を間違えたりする」、⑦「過度に歩き回ることが多い」が「時々ある」「よくある」と記録された利用者が 3 名いた。体調や気分が良い時は、これらが軽減されるが、継続的に改善されるまでには至らなかった。

【QOL-D の経時的変化】

QOL-D の経時的変化においても、統計的に有意差を確認することは出来なかった。

「1. 陽性感情」の①楽しそうである、②満足している、③ペットや子供に対して嬉しそうにする、④食事を楽しんでいる、⑤訪問者に対して嬉しそうにする、⑥周りの人が活動するのをみて楽しんでいる、⑦安心して暮らしている、の 7 項目はいずれも「時々見られる」「よく見られる」と記録される傾向があり、経時的変化は見られなかった。

「2. 陰性感情と陰性行動」の①怒りっぽい、②ものを乱暴に扱う、③他人が寄ってくると苛立つ、④大声で叫んだりする、⑤周囲の人とトラブルになる、⑥介護に抵抗する、の6項目の中で、④と⑤と⑥で「時々見られる」と「よく見られる」が記録される利用者が3名いた。長時間続くことは少ないが、体調やその日の気分によって、これらが見られる日があった。

「3. コミュニケーション能力」の①名前を呼ばれると返事をする、②身体の不調を訴えることができる、③好みを選択することができる、④人の話を落ち着いて聞くことが出来る、⑤昔のことに興味を示す、の5項目でいずれも「時々見られる」「よく見られる」と記録される傾向があり、経時的变化は見られなかった。

「4. 落ち着きのなさ」の①慣れた場所でも落ち着きがない、②慣れない場所でイライラする、③緊張している、④外へ行きたがる、⑤気分が沈んでいる、の5項目では、①と③と④と⑤で「時々ある」が記録される利用者が5名いた。そのような状況が長時間続くことは稀であるが、④と⑤は数時間続くことが見られた。体調や気分の影響が影響しているものと思われ、経時的な改善は見られなかった。

「5. 他者への愛着」の①周囲の人との接触を求める、②周りの人がいると安心する、③自分から人に話しかける、④スキンシップができる、の4項目では、いずれも「時々見られる」「よく見られる」と記録される傾向があり、経時的变化は見られなかった。

「6. 自発性と活動性」の①自分に決められた仕事や作業をしようとしている、②自発的に何かをしようとする、③仕事やレク活動について話をする、④テレビや音楽を楽しむ、の4項目ではい

ずれも「時々見られる」「よく見られる」と記録される傾向があった。統計的な有意差を確認するまでには至らなかったが、QOL-Dの中で、この「6. 自発性と活動性」は僅かながら経時的に向上していく傾向が見られた。

「認知機能特性に応じて見られる生活課題」

「視空間認知力」と「注意力」が低下している利用者は、転倒リスクが増大している傾向が確認された。躓きや、テーブルの角に衝突するなど、事業所内で「ヒヤリハット」に該当する場面が度々観察された。

「見当識」が低下している利用者は、時々落ち着きを失われる場面が見られた。

「記憶力」と「見当識」が低下している利用者は、DBD13 スケールの①と②に該当する行動が見られる傾向にあった。

これらの生活課題を当事者と共に話し合うと、その時は困りごととして認識されているが、継続的にその改善に取り組むまで意識化されていなかった。ケアスタッフが、個別の生活課題を把握し、それを補う支援を行っているという状況が継続されていた。ただし自分の生活課題に関しては、あまり自覚的ではないものの、他の利用者の生活課題に関しては覚えている利用者はおり、会話の中で他の利用者の生活課題を口にする場面が見られた。

「グループの力動性の影響」

自分自身の生活課題を継続的に覚えていることは難しくても、他者の生活課題を覚えている利用者はおり、その利用者に指摘する場面が見られた。その指摘を受け、素直に受け入れる日もあれば、そこから口論に発展する場面も見られた。

このグループの力動性は、その集団の自発性に任せておくだけではなく、適度にケアスタッフが介入することにより、相互交流から相互支援に至る可能性があるものと思われる。

「認知機能特性に応じてそれを補う取り組み」

「見当識」を補う取り組みとしては、「朝の会（クラス・リアリティオリエンテーション）」が行われた。毎朝、30分程度で「今日の日（年・月・日・曜日）」と「季節」を確認することを行っていた。この時にフロアにカレンダー、時計、季節の花などの見当識を補うヒントとなる物を配置しておく。それを手掛かりに、自分自身で見当識を補う行動を取る機会として、実施された。この朝の会は、利用者は好まれて参加していた。またお互いにヒントを出し合い、見当識を補い合う場面が見られた。

「朝の会（クラス・リアリティオリエンテーション）」を踏まえて、ケアスタッフは、24時間リアリティ・オリエンテーションを行うようにした。24時間リアリティ・オリエンテーションは、フロアにカレンダーや時計、季節の花などを配置すると共にケアスタッフからの声掛けに「時間」「場所」「人間関係」のヒントになる内容を具体的に盛り込むようにする関り技法である。この24時間リアリティ・オリエンテーションを意図的に行っている時には、利用者は落ち着かれていることが多かった。しかし、この24時間リアリティ・オリエンテーションは、ケアスタッフの力量に頼るところが大きく、ケアスタッフが多忙で関りが少ない時間には、やや落ち着きをなくされる利用者が現れることがあった。

「記憶力」と「見当識」と「計画力（遂行機能）」を補う取り組みとしては、「思い出語り（回想法）」が行われた。これは明確なセッションという形式をとるものではなく、お茶の時間など自然と利用者同士が昔の仕事の話や出身地の話などを始めた時に、展開された。これは比較的、多くの利用者が好まれ、この「思い出語り（回想法）」が行われている時間帯には、フロアがとても落ち着いていて、口論に至ることはなかった。

「視空間認知力」と「注意力」を補う取り組みとしては、「塗り絵」や「アメリカンフラワー」等の活動が行われた。

その日の体調や気分により、「塗り絵」や「アメリカンフラワー」の難易度を調整し、無理なく行えるような配慮が必要であった。

アメリカンフラワーは、細いワイヤーで花びらの形を作成し、それをディップ液につけ薄い膜を張り、それが乾燥するまで待ち、乾燥した後にそれぞれの好みの花を作っていくという過程を経る。利用者の状態に合わせ、ケアスタッフからの支援が入るが、好きな作業をしている時には、いつも以上に集中力が継続されていた。

「注意力」と「計画力（遂行機能）」と「視空間認知力」を補う取り組みとしては、「おやつレク」も行われていた。その月の誕生日の利用者がいる時に、利用者同士で協力して誕生日ケーキを作ったり、ホットプレートを利用してお好み焼きを作るなどの活動を行っていた。これは自然と多くの利用者が協力し合うこととなり、作成後にはおやつの時間となって、そのまま「思い出語り（回想法）」に続く場面が見られた。

「非認知機能（信頼関係・共感性等）の重要性」

本研究では認知機能特性に焦点をあてた取り組みを行ってきたが、認知機能を高めるためには、その土台として非認知機能（信頼関係・共感性等）を高め、安心できる場づくりをする必要性が高いことが確認された。

「朝の会」「思い出語り」「おやつレク」等、多くのアクティビティサービスは、認知機能だけではなく非認知機能を活用し、相互交流から相互支援に至ることができる場面にもなり得る。その活動をどのような意図で行うのかにより、その効果は大きく異なってくるものと思われる。

「ケアスタッフの役割」

今回の取り組みの中で、軽度認知障害の人や認知症の人は、比較的、自分の状態について言語化して語ることを避けなかったが、ケアスタッフは利用者の認知機能の状態について、当事者と共に語ることを避ける傾向が見られた。

利用者の中には、物忘れをすることを口に出し、不安を語ることもあった。そのような場面で、どのようなことを不安に思うのか、どうしたいのかを聴くことが必要かと思われるが、ケアスタッフはさり気なく話題を変え、当事者が口にした不安や生活課題を、言語化して共通認識にすることはなかった。そのような対応では、利用者の不安や生活課題は解消されることなく、静かに残り続けることになるが、このような不安や生活課題を言語化し共通認識とするよりも、ケアスタッフが優しく配慮ある環境を整える働きをしていた。これはケアスタッフが一種の「緩衝材」として機能していると言えよう。

これは 2000 年以降に大きく認知症ケアの在り方を変えてきた認知症ケアの教育・研修の一つの

成果とも言えるであろう。しかし、自分だけでは認識し、解決していくことが難しい認知機能障害と自分なりに対峙し、自分なりの生き方を模索していこうとする軽度認知障害の人や認知症の人にとっては、ケアスタッフの働きかけ方により自分自身の状況を把握することが、より困難となり、力を削がれた状態になっているのではないだろうか。これは、とても優しい形ではあるが、一種のパターナリズムであるとも言えよう。

【考察】

今回の期間中には、グループの力動性（グループダイナミクス）を活用した相互支援にまでは至らなかったが、利用者同士の関わりの中で相互の生活課題を自覚し、支え合うことの可能性を感じられた。

認知症基本法で求められる、認知症の当事者を地域共生社会の一員として、生活者としての主体性を奪わずに共に生きるということは、これまでの認知症ケアの教育・研修の延長線上で実現し得ることであるのか、あるいは新たな認知症観を構築していく必要があるのかを、再検討しなければならないのではないだろうか。

ケアスタッフが軽度認知障害の人や認知症の人と、直接、認知機能の状態について話すことができないと当事者を中心とする進行予防プログラムの実施にまでは至らないだろう。

現在、デイサービス等をはじめとする多くの介護福祉サービスにおいて行われているアクティビティサービスは、意図的に行うのであれば、認知機能特性に応じた認知機能障害の進行予防プログラムとして機能する可能性がある³⁾。

介護福祉現場の人員不足から食事、入浴、排せ

つの介護という所謂、三大介護に焦点化された支援となっていく時、真っ先に削られる可能性が高いのがアクティビティサービスである。

このアクティビティサービスが単なる暇つぶしとして行っているのではなく、当事者にとっての喜びや生きがいにつながり得る活動として、当事者の本来、持っている能力を十分に活用する場面となり、それが生活機能の維持・向上につながるということを改めて強調しておく必要がある。

【今後の課題】

ケアスタッフの軽度認知障害や認知症のイメージを改善する取り組みを行い、当事者の困りごとを当事者と共に考えることができる環境を整えていくことが大きな課題となろう。

【文献】

- 1) 杉山美香、伊集院睦雄、佐久間尚子、他：高齢者用集団版認知機能検査ファイブ・コグの信頼性と妥当性の検討 軽度認知障害スクリーニング・ツールとしての適用可能性について、老年精神医学会誌、26(2)：183-195(2015)
- 2) 中前智通、前田潔：認知症に対するリハビリテーションとしての 「脳活バランサー CogEvo®」 の可能性と有効性、神戸学院総合リハビリテーション研究、15(2)(2020)
- 3) 三好春樹、土居新幸：完全図解 遊バリテーション大全集、講談社(2017)