

生協連助成事業

「認知症ケアスタッフのための自然観察会」効果実証事業
 自然観察会による介護職員のストレス軽減と認知症ケアへの活用について検討

目的

認知症介護に関わる職員が自然観察会に参加することによるストレス軽減及び感性教育効果について実証することを目的に介入研究を実施した。

概要

主な事業内容

対象を、①認知症介護に携わっている専門職（介護・看護・リハビリ・福祉等）、②現地集合・現地解散できる者、③研究協力に同意の得られる者とし観察会を実施した。自然観察会のプログラムは、先行研究により開発したプログラムに基づき実施し、同様に開発した効果的援助要素として講師と共有し実施した。講師は、日本自然保護協会の自然観察指導員講習会の講師及び、自然観察指導員に依頼した。実施場所及び実施回数は、認知症介護研究・研修東京センターで2回実施したほか、分担研究者の所在地である熊本県江津湖で1回、阿波岐原森林公園市民の森で1回、合計4回実施した。観察会の効果評価は、①POMS2短縮版、②日本語版主観的回復感指標、③多次元共感尺度、④ハートスケールを用いた。また、介入前後のストレスの変化を測定するために、唾液アミラーゼを用いた。加えて、自然観察会の進行のプロセスを評価するために⑤プロセス評価票を作成し評価した。また観察会の感想は、自由記述により回答を求めたほか、観察会1か月後にも、自然観察会を体験したのちの変化について、自由記述にて回答を求めた。以上については認知症介護研究・研修東京センター倫理委員会の承認を得て行った。

主な事業結果・成果

35名が自然観察会に参加し、うち1か月後のアンケートまで協力が得られた者は30名であった。そのうち評価尺度における評価に欠損のなかった28名を分析対象とした。観察会のプロセスについて、0：全くなかった～4：非常に多くあったまでの5件法で評価を求めたが、すべての項目で3点以上の平均値が認められた。唾液アミラーゼについて、介入前の平均値は、 $23.32 \pm 31.2 \text{ kU / l}$ 、介入直後の平均値は $0.07 \pm 28.9 \text{ kU / l}$ であり、有意な低下は認められなかった。ROS-Jは介入前の平均値が 25.18 ± 5.8 点、介入直後の平均値が 33.11 ± 4.7 点であり、**主観的回復感は、統計的に有意に向上**していることが認められた（図1）。POMS2短縮版におけるTMD得点は、介入前の平均値が 21.39 ± 19.3 点、介入直後の平均値が 2.07 ± 15.3 点であり、**ネガティブな気分状態が統計的に有意に軽減**していることが認められた（図2）。更に、「安心感（介入前：1.80点、介入後2.40点）」「不安感（介入前：1.00点、介入後0.52点）」「喜び（介入前：1.66点、介入後2.42点）」「悲しみ（介入前：0.50点、介入後0.28点）」と、4つの領域すべてにおいて、有意に平均値が変化していることが認められた（解析はすべて対応あるt検定）。自由記述回答で自然観察会の感想を尋ねたところ、「五感を使ってリフレッシュできた」などの回答が得られた。なお、介入時と1か月後の共感性を多次元共感尺度で評価したが、統計的に有意な変化は認められなかった。**1か月後の変化に関する自由記述回答では、「散歩で草木に目が行き、認知症の人と共感しあえた」「落ち着いて業務ができるようになった」「『私がせねば』感が減ってきているかなあと感じています。」などの回答が得られた。**

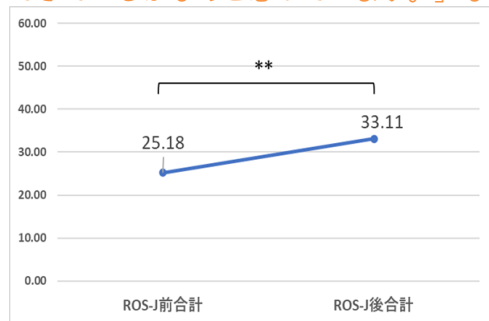


図1 ROS-J(主観的回復感*高いほど回復感高)平均値の変化(n=28)

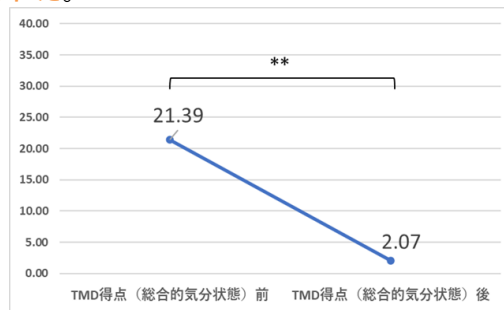


図2 TMD得点(総合的気分状態*高いほどネガティブ感情高い)平均値の変化(n=28)

自然観察会によって、**参加した介護職員に癒しの効果が得られ、ネガティブ感情が低下している可能性が示唆**された。今後対照群を設けた介入研究により本格的に効果を実証することが望まれる。また、1ヶ月後には、ケアにおいて活用したり、業務における感情コントロールで活用している意見もあった。継続的に介入した効果も検討・実証を進めたい。