

通所型介護予防事業(懐メロを用いたグループ回想法)への参加および継続のモチベーションとその要因に関する研究

木村満夫¹ 軸丸清子²

¹ 奈良県立医科大学医学部看護学科、² 聖カタリナ大学人間健康福祉学部看護学科

Study on Motivation and Motivational Factors that Influence Beginning and Continuation of Participation in Outpatient-Type Care Prevention Service (Group Reminiscence Method Using Nostalgic Songs)

Mitsuo Kimura¹ Kiyoko Jikumaru²

¹ Faculty of Nursing, School of Medicine, Nara Medical University

² Department of Nursing, Faculty of Human Health and Welfare Services, St. Catherine University

要 旨

目的:A 村の通所型介護予防事業として行った懐メロを用いたグループ回想法(以下、懐メロ回想法という)への参加および継続のモチベーションとその要因を明らかにする。方法:懐メロ回想法に最後まで参加した 11 人に半構造化面接を行い、質的記述的に分析した。結果:懐メロ回想法への参加および継続のモチベーションは、研究対象者の【集団活動への参加願望】や【達成意欲】が原動力となり、人的・物理的環境との相互作用によって生起・進展し、セッションでの【新鮮味を感じる】【心地よさを感じる】といった快の体験、セッションで生じた【仲間との絆】【懐メロ回想法への愛着】にともなう期待によって高まっていた。結論:通所型介護予防事業への参加促進のためには、地域在住の後期高齢者が持つ潜在的な社会参加への願望や目標達成への意欲が、対象事業への参加および継続へと向かうように、人的・物理的環境を整備することが重要である。

Abstract

Purpose: This study aimed to clarify the motivation and motivational factors that influence the beginning and continuation of participation in outpatient-type care prevention service with group reminiscence method using nostalgic songs (hereinafter referred to as *natumero-kaisouhou*) in Village A. **Method:** We conducted semi-structured interviews with 11 individuals who participated from the beginning to end of *natumero-kaisouhou*. A qualitative and descriptive research design was used for assessment. **Result:** Motivation to begin and continue participation in *natumero-kaisouhou* involved the participant's [desire to participate in group activities] and [will to achieve], which had become the driving force. The motivation had occurred and progressed because of interaction with the human/physical environment, and had increased with pleasant experiences such as [feeling of freshness] and [feeling of comfort] and expectations associated with [bonds with friends] and [attachment to *natumero-kaisouhou*] generated through sessions. **Conclusion:** In order to promote participation in outpatient-type care prevention services, it is important to prepare the human/physical

environment so that the potential will possessed by community dwelling late elderly to participate in the society and to achieve their goals motivates them to begin and continue participation in the target service.

I. 緒言

わが国の65歳以上の高齢者人口は2016年時点で3,459万人、65歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合は27.3%に達しており、今後も上昇し続けていくと見込まれている(内閣府、2017)。また、介護を必要としている人々も年々増加しており、介護保険制度における要介護・要支援認定者数も2015年時点で640万人に達し、高齢者の18.9%を占めている(厚生労働省、2017)。しかし、その一方で、65歳以上の高齢者の8割を超える人々は介護サービスを受けることなく生活を送っている。このような現状を踏まえ、2006年度の介護保険法改正では、介護予防事業を含む地域支援事業が創設され、予防を重視する視点がより一層強化されるようになった(厚生労働省、2012)。介護予防事業は、活動的な状態にある高齢者を対象とし、地域で自立した生活を送ることができるよう支援する一次予防事業と、要支援・要介護状態に陥ることを防止・遅延させる二次予防事業が行われてきた(厚生労働省、2012)。

そして、2015年度の介護保険法改正では、要支援者に実施されていた予防給付が、地域支援事業に移行され、全ての高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を継続できるように支援する取り組みが可能になった(社会保障審議会 介護保険部会、2017)。こうした健康寿命の進展を目的とした介護予防事業では、高齢者のニーズにあった事業を実施し、参加者数を1人でも多く増やすことが課題となる。そのため、市町村が実施責任の主体となり、活動内容や運営方針の決定時から住民が参加し、事業を展開するなどの工夫が行われている(川崎、2012)。

こうした高齢者福祉政策の変遷の中、A村では、2012年から、半年ごとに、二次予防事業の中の1つである通所型介護予防事業とし

て、懐メロを用いたグループ回想法(以下、懐メロ回想法という)が実施されてきた。懐メロ回想法は、生活機能評価のための基本チェックリスト(鈴木、2009)を用いてスクリーニングされた二次予防事業対象者で、その中でも基本チェックリストの「閉じこもり」2項目と「認知機能」3項目のいずれか1つ以上にチェックを入れた者に対して、主に認知機能低下防止を目標に実施している。

その懐メロ回想法に参加し続けた人々は、閉じこもり、または、認知機能低下傾向にありながらも、最後まで開催会場に足を運び、介護予防事業に対するモチベーションを起し維持し続けた、地域で生活する高齢者(以下、地域在住高齢者という)であったといえる。したがって、その人々の参加および継続のモチベーションを追究することは、通所型介護予防事業への参加を促進させる環境づくりを考える上で意義があると考えられる。

地域在住高齢者に対する介護予防を目的とした集団活動に関する研究は、保健行動や介護予防行動の支援についての報告(深堀ら、2009; 渡辺ら、2007; 矢嶋ら、2011)はあるが、モチベーションについて明らかにした研究は見当たらない。また、地域在住高齢者を対象として音楽や懐メロを用いたグループ回想法の実践研究は少なく(軸丸ら、2002; 鳥塚ら、2014; 横井ら、2007)、懐メロや音楽の有用性に関する研究(元吉、2011; 柴田(小林)、岩永、2009)はあるが、モチベーションを研究した文献は見当たらない。

そこで、本研究では懐メロ回想法に参加した高齢者の参加および継続のモチベーションとその要因を明らかにすること、通所型介護予防事業への参加促進について考察することを目的とした。

用語の定義

モチベーション:ある行動が生起し、維持さ

れ、方向づけられていく心理的な過程(鹿毛、2012;金城、1984)

参加のモチベーション:懐メロ回想法に最後まで参加した高齢者の参加を決意するまでのモチベーション

継続のモチベーション:懐メロ回想法に最後まで参加した高齢者の参加開始後から全セッションが終了するまでのモチベーション

モチベーションの要因:懐メロ回想法に最後まで参加した高齢者が捉えた参加および継続のモチベーションを高めた欲求・感情・意志・環境など(鹿毛、2012)

用語の説明

基本チェックリスト:高齢者の生活機能を評価し、要介護状態になるリスクを予測することを目的に開発された、手段的日常活動、運動機能、栄養、口腔機能、閉じこもり、認知機能、うつ、を評価する25項目で構成される質問票(厚生労働省、2012)。

II. 研究方法

1. 研究デザイン

本研究の研究課題は、懐メロ回想法への参加や継続のモチベーションである。モチベーションは、主観的な現象である。そこで、研究デザインは、主観的な現象の語りを抽象化し記述することで、その現象を包括的に理解できる質的記述的研究を用いた。

2. 研究対象者

2014年度、A村において基本チェックリストを用いてスクリーニングされた二次予防事業対象者は633名であった。その中で、懐メロ回想法の対象基準に該当した者は226名であった。その中で、参加を希望した12名および任意に参加を希望した1名の合計13名のうち、懐メロ回想法に最後まで続けて参加し、本研究への協力が得られた11名を研究対象者とした。

3. 懐メロ回想法の実践

1) 期間・場所・時間

2014年10月から2015年2月まで、A村の健康福祉センター(村民の健康増進と福祉を目的として設置された公共施設。以下、Aセンターという)において、懐メロ回想法のセッションを原則として毎月1回、月曜日(祭日の場合は翌日)に計6回行った。実施時間は13時30分から90分間(途中に5~10分間の休息を挟む)であった。

2) 歌集

セッションでは、これまでの研究(軸丸ら、2002)から、高齢者が好んでよく歌い、参加者になじみがあると思われる童謡や唱歌、歌謡曲を明治・大正・昭和の時代別に収録した手作りの歌集を用いた。歌集は、参加者の愛着が生じるように、初回のセッションの前に参加者に配布し、個人の所有物としてその場で名前を書き込んでもらい、毎回のセッションに持参するように依頼した。

3) 実践者の役割

精神看護に精通し、懐メロ回想法の経験を積んだ精神看護師がリーダーとなり、その他に精神看護師2~4人がコ・リーダーとして、リーダー、参加者をサポートした。セッションは計画した進行プログラムに基づいて行った。

4) 環境づくり

回想を促進させる環境づくりとして、リーダーおよびコ・リーダーは、セッション開始前からCDに収録された懐メロを流し、昔(参加者の子ども時代)の玩具を机の中央に配置して、当時を想起し易い雰囲気にした。参加者が到着すると自由に着席してもらい、玩具を用いた遊びに参加者の興味が向くように声をかけ、一緒に玩具で遊んだり、遊びにまつわる思い出を話したりした。セッションの開始時間になると、玩具を片付け、同じ場所に楽器を並べた。また、コミュニケーションを促進させる環境づくりとして、机を向かい合わせに並べ、横の人とは60cm、前の人とは150cm程の距離に椅子を配置し、安全・安心感のもてるパーソナルスペースの確保に努めた。

5) 導入

リーダーが時の話題を提供し、それに関する

る意見や感想を全員から聴いた。その後、タイムスケジュールを説明し、その日に用いる歌(時代別に 20~30 曲)の歌詞の冒頭を全員で歌った。

6) 選曲・楽器の選択

リーダーが、5 人を目安に導入で歌詞の冒頭を歌った歌の中からリクエストを募った。選曲終了後、参加者に楽器を自由に選択するよう声をかけた。

7) 合唱・合奏と回想(語り)の共有

全員が楽器を選択した後、リーダーが選曲者に歌い始めの掛け声を依頼し、楽器を奏しながら全員で合唱した。リーダーは、1 曲歌い終わるごとに、選曲者に、歌っている間に引き出された思い出について尋ねた。そして、語られた内容の感情や気持ちに焦点を当てながら共感的に聴き、それらを他の参加者にも広げて、共感を共有できるように配慮した。コ・リーダーは、参加者 1 人ひとりが主体性を発揮できるように、歌や楽器を自由に選択したり、選曲者が歌い始めの掛け声をかけたりすることをサポートした。

8) まとめ

リーダーが、その日のセッションを振り返って、語られた話題の概要を述べた。それを踏まえて、参加者それぞれが自身の出席カードに当日のセッションのテーマをつけるよう促した。

4. データ収集方法

全セッション終了日から 8 日後、9 日後の 2 日間に、各研究対象者に対して 1 回、A センター内の個室で、インタビューガイドを用いた一対一の半構造化面接を実施した。1 人当たりの実施時間は約 40 分間であった。

インタビューガイドは、研究課題である参加および継続のモチベーションとその要因を明らかにするため、鹿毛(2012)の研究に示されたモチベーションの要因を参考にして作成した。参加のモチベーションを問うために「参加した動機」を、継続のモチベーションを問うために「感想」と「最後まで参加できた理由」を主

な項目とし、参加および継続のモチベーションの要因に関係する欲求・感情・意志・環境などについて尋ねる質問で構成した。

面接は、懐メロ回想法のリーダーまたはコ・リーダーを担当した者が行った。面接に際して、全ての面接者がカウンセリングの基本的態度を基盤として統一した姿勢で臨めるように、インタビューガイドに具体的な留意点を記載し、事前練習を行った。面接内容は研究対象者の同意を得てボイスレコーダーに録音した。

5. 分析方法

まず、録音した面接内容を逐語録に起こした。その文字データを、参加および継続のモチベーションを高めた欲求・感情・意志・環境に相当する反応に着目し、文脈に注意しつつ何度も読み返した。その上で、意味を持った分節を抽出・命名してコードとした。続いて、コード同士を比較対照し、共通する意味を持つコードをまとめ、分類し、サブカテゴリーを生成・命名した。さらに、サブカテゴリー同士の類似性や関係性を検討し、より上位の概念として集約し、カテゴリーを生成・命名した。続いて、カテゴリー間の関連を検討し、体系的なまとめりとして概念図を示した。その上で、参加および継続のモチベーションの要因とその関係を明らかにし、参加および継続のモチベーションの概念を説明した。

分析においては、精神看護学の質的研究の経験を持つ研究者に定期的な指導を受け、最終段階で、2 人の質的研究者のスーパーバイズを受けて、研究のプロセスと分析結果の信頼性・妥当性の確保に努めた。

6. 倫理的配慮

本研究を行うにあたり、研究対象者に研究の目的・意義・方法、起こりうる健康障害の可能性(昔の辛かったことが思い出された時に起こるフラッシュバック等)と対応方法、研究への協力の自由、個人情報保護の保護、研究に協力しなくても不利益とならないこと、同意し

表1 研究対象者の概要

対象	性別	年齢	基本チェックリストの項目別チェック数		健康状態の特記事項	会場までの距離	通所方法
			閉じこもり	認知機能			
A	女	80	2	0	—	約 1.2km	バイク
B	女	78	1	0	視力低下のため読字にルーペを使用	約 0.3km	送迎バス
C	女	86	1	2	歩行時に杖を使用	約 0.3km	送迎バス
D	女	76	0	1	—	約 2.5km	夫による車での送迎
E	女	87	1	0	腰痛	約 0.8km	送迎バス、家族による車での送迎
F	女	88	1	0	難聴、右膝痛	約 1.7km	公共巡回バス
G	女	78	1	0	—	約 1.3km	徒歩
H	男	76	1	2	脳血管障害後遺症(慢性期軽度失語症)あり	約 1.7km	徒歩、自転車
I	女	90	1	0	在宅酸素療法対象者	約 0.3km	タクシー
J	女	83	1	1	腰痛	約 2.3km	公共巡回バス
K	女	85	0	0	歩行時に杖を使用	約 2.3km	公共巡回バス

た後でも同意を撤回できることについて文書・口頭によって説明し、理解を確認した上で、研究への協力を求め同意を得た。データは名前を数字に置き換えて匿名化し、鍵のかかる書棚で厳重に保管した。データを扱う場合は必ず研究室で行った。面接は心身への負担を考慮して 30～40 分とし、面接途中での終了や休息が可能であることを説明し、プライバシーが保護できる個室で行った。本研究は奈良県立医科大学の医の倫理委員会の承認 (No548-4)を受けて実施した。

III. 結果

1. 研究対象者の概要

研究対象者の概要を表 1 に示す。男性 1 名、女性 10 名の計 11 名、平均年齢 82.5 歳 (SD±4.8)であった。基本チェックリストの項目別チェック数について、“閉じこもり”“認知機能”の両項目にチェックがあった者 3 名、“閉じこもり”のみの者 6 名、“認知機能”のみの者 1 名、いずれにも無かった者 1 名であった。健康状態について、多くの者が、何らかの痛みや身体機能の低下を抱えていた。自宅から会場までのおおよその距離について、1.0km 未満の者 4 名、1.0km 以上 2.0km 未満の者 4 名、2.0km 以上 2.5km 未満の者 3 名であった。通所方法について、バスやタクシー、家族による車を使用していた者 8 名、徒歩や自転車、バイクを自身で運転していた者 3 名であった。

2. 参加および継続のモチベーション

分析の結果、参加のモチベーションにおいて 80 のコード、18 のサブカテゴリー、7 のカテゴリーが生成され、継続のモチベーションにおいて 189 のコード、27 のサブカテゴリー、7 のカテゴリーが生成された。

表 2、表 3 に各カテゴリーとそれを構成するサブカテゴリー、コードの例を示す。

以下、カテゴリーを【 】, サブカテゴリーを [], コードを「 」で記し、カテゴリーの定義を文中に太字で記す。

1) 参加のモチベーションとその要因

参加のモチベーションは、【**集団活動への参加願望**】、【参加条件が整っていることの自覚】、【信賴している人からの誘い】、【参加への可能性の確認】、【好印象を抱く】、【参加への期待や自信】、【参加への決意】の 7 つの要因で構成されていた。

【**集団活動への参加願望**】は、日常の無意識な状態から離れ、充実した時間や人との交流を求めて、何らかの**集団活動への参加の機会を欲する強い思い**を表していた。研究対象者は、普段から【何かを始めて充実したい】、【何か、**集団活動に参加したい**】という思いを持ち、【人と出会う機会を作りたい】と願っていた。

【**参加条件が整っていることの自覚**】は、自

表2 参加のモチベーションの要因

カテゴリー	サブカテゴリー	コード例
集団活動への参加願望	何かを始めて充実したい	家に居ても意味がない 何かしたいと普段から思っている
	何か、集団活動に参加したい	村のいろいろな集団活動に参加したい 何にでも参加しようと思う
	人と出会う機会を作りたい	年長となり、どこに行っても一人だ 知らない人と出会う機会を作りたい
参加条件が整っていることの自覚	親しい人がいる	近所の友達と相談し、一緒に参加した 顔見知りの保健師が迎えにくる
	時間に余裕ができる	仕事が忙しくなくなった 仕事を辞めたら、時間に余裕ができた 送迎しますと誘われた
	送迎してくれる	迎えに来る保健師が歩くペースを合わせてくれる
信頼している人からの誘い	信頼している人から勧められる	夫から話があった Aセンターから案内が届いた
	家族や顔見知りから請われる	夫から交代しようと言った 顔見知りの女性から頼まれた
参加への可能性の確認	説明を聞きに行く	案内が届いたので、説明を聞きに来た
	試してみる	一度、参加して、自分にできるかを確認したい まずは、どんなことをするのか見に行った 老人会のようなものだろうと思う
	見当をつけて可能性を探る	他の活動と同じように参加できるだろうと思う
好印象を抱く	懐メロ回想法に良い印象を持つ	嫌な感じはしなかった 買った歌集が気に入った
	スタッフに良い印象を持つ	スタッフは、皆、さわやかだった 担当の保健師に良い印象を感じる 歌も歌うと聞き、関心を持った
参加への期待や自信	活動内容への興味が増す	参加してみて、少し変わった活動だと思った
	自分にも参加できると思う	健康だから参加できると思った 参加してみても、目が悪くても参加できると思った
	認知症を予防し、健康の保持増進に効果があると思う	認知症予防になると思った 出かけるきっかけになると思った
参加への決意	参加を楽しみにする	参加してみて、次回を待ち兼ねるようになった もう一度、参加したい
	参加を決意する	誘われてすぐに参加しようと思った 説明を聞き、どうしようかと迷ったが、参加することにした

分が懐メロ回想法に参加できる環境にあるという認識を表していた。研究対象者には[親しい人がいる]ことや役割が少なくなると[時間に余裕ができる]、送迎バスなどの[送迎してくれる]ことなどが参加のための条件となっていた。

【信頼している人からの誘い】は、家族や顔見知り、公共の施設など、身近で信頼できる人物などから参加の誘いを受けることを表していた。夫など[信頼している人から勧められる]、[家族や顔見知りから請われる]などして懐メロ回想法の情報を受け取っていた。

【参加への可能性の確認】は、参加するかどうかを判断するために、詳しい情報を得ようと行動したり、考えを巡らせたりすることを表していた。勧誘を受けた研究対象者は、家に届いた案内について A センターに[説明を聞きに行く]、実際に参加して[試してみる]ことで、[見当をつけて可能性を探る]などしていた。

表3 継続のモチベーションの要因

カテゴリー	サブカテゴリー	コード例
達成意欲	やり遂げたい	始めたことは、最後までやり遂げたいと思った 始めたなら、最後まで休まない性格だ
	自分の課題を解決したい	自分では人前で話すことに慣れないといけな
	次回を楽しみに待つ	次回が楽しみで、カレンダーに印を付けていた 最後まで、来るのが楽しみだった
継続条件が整っていることの自覚	もう一度、参加したい	また、誘ってほしい もう一度あれば、再び参加したい
	次回を忘れないようにする	忘れないように、自分でカレンダーに書き込む 忘れないように、日程を予定表に書き込んでいた
	通所に困らない	公共バスが利用でき、通所に困らなかった 近所の友達と一緒になので、安心して通える
継続への手ごたえ	支持してくれる身近な人がいる	昔から知っている、気心の知れた参加者が一緒に安心 夫の理解があった
	参加してよかった	みんなの良い話を聞いて良かった いろいろな活動の中でも、素晴らしい活動だった
	健康のためになる	参加しない人ほど、早く認知症になると思う よく歩く機会になる
新鮮味を感じる	効果があると思う	質問に答えられるようになり、自分が進歩したと思う 他者の話を聴いて、いろいろと考えさせられ勉強になる
	継続できると思う	人前で話すことに慣れている 椅子があり、膝が悪くても参加できると思った 緊張が嬉しさと変わっていた
	普段、できないことができる	自宅では笑われてしまうことも、ここでならできる 珍しい楽器が用意されていた。気分が高まった いろいろな知らない話を聴け、嬉しい
心地よさを感じる	知らない話を聴ける	他者の話を聴いて、自分の体験と随分違うと思った
	気持ちが悪くならない	恋愛をしていた若い頃にかえり楽しかった 楽器を手に取って、童心に戻った
	特別な価値を感じる	深く話ができるとは、心の中に宝物として残る
仲間との絆	スタッフが丁寧に対応してくれる	保健師が、家まで迎えに来てくれる 気を遣って親切にしてくれるので、嬉しい
	自然に話せる	みんながいきいきと話している 音を感じたままに話し、ずきりとした
	自由に選べる	自分の気持ちに似た歌を選んで良かった 好みの楽器を選べた
懐メロ回想法への愛着	楽しく過ごせる	楽器を鳴らすと、明るく楽しい雰囲気になる 参加していると、何もかも忘れることができた 参加している期間、楽しく暮らせた
	音を思い出し懐かしむ	懐メロを歌うと、昔の出来事が目の前に浮かんできた 昔の玩具を手に取り、昔の遊んだ感覚が甦ってきた 音を思い出して、いい時もあつたし、いろいろあつたと感じる
	人とつながりたい	自宅では、役割や会話が減って楽しみがない 近所に、話ができる人がいなくて寂しい 同じ村の同世代の近況が気になる 元気なうちは、人の役に立ちたい
懐メロ回想法への愛着	気にかけてくれる	声を掛けてくれるようになり、嬉しい 待っていてくれる人がいるので、行くのが楽しみ
	人とつながれる	知らない人と交流ができて嬉しい 同世代で同じような苦労してきた者同士、分かち合える
	みんなとなら積極的になれる	年齢に近い人と一緒に積極的にになれる みんなとなら歌える
懐メロ回想法への愛着	懐メロを気に入る	昔の歌は歌詞が良く考えられていると感じた 歌を歌うと気持ちがあらぐ
	歌集を気に入る	歌集を見て楽しんでいる 歌集があるので、自宅でも歌えて良かった
	家に帰っても懐メロ回想法のことを思い出す	自宅でも、懐メロ回想法の様子を思い出した 雨の日は、懐メロ回想法のことが思い出された

【好印象を抱く】は、懐メロ回想法やそれに携わる人に良い印象を持つことを表していた。参加への可能性を探るために試行的に参加することで[懐メロ回想法に良い印象を持つ]、[スタッフに良い印象を持つ]といった体験をしていた。

【参加への期待や自信】は、関心を強めて見出した参加の意義や楽しみ、深められた参加への自信を表していた。試みに参加してみて〔活動内容への興味が増す〕中で、〔自分にも参加できると思う〕、〔認知症を予防し、健康の保持増進に効果があると思う〕と考え、〔参加を楽しみにする〕ようになっていた。

【参加への決意】は、懐メロ回想法への参加の意志を固めることを表していた。誘われて直ぐ、また説明を聞いて納得した時点で〔参加を決意する〕に至っていた。

2) 継続のモチベーションとその要因

継続のモチベーションは、【達成意欲】、【継続条件が整っていることの自覚】、【継続への手ごたえ】、【新鮮味を感じる】、【心地よさを感じる】、【仲間との絆】、【懐メロ回想法への愛着】の7つの要因で構成されていた。

【達成意欲】は、最後まで続けて参加したいという強い思いを表していた。始めたからには最後まで〔やり遂げたい〕、人前で話すことが苦手なので〔自分の課題を解決したい〕などの積極的な思いであった。

【継続条件が整っていることの自覚】は、自分が参加を継続できる環境にあるという認識を表していた。送迎の手段があり〔通所に困らない〕、通所に理解を示し〔支持してくれる身近な人がいる〕などが継続のための条件となっていた。

【継続への手ごたえ】は、継続の意義や自信を確かなものと感じることを表していた。参加することが〔健康のためになる〕と捉えたり、しだいに緊張が解け、〔継続できると思う〕ようになったりしていた。

【新鮮味を感じる】は、普段の生活では味わうことができない感情や感覚を味わうことを表していた。セッションに参加する中で、日常を離れ〔普段、できないことができる〕、〔知らない話を聴ける〕など感じていた。

【心地よさを感じる】は、自由で自然な雰囲気の中で、豊かな時間を過ごし、安心や安楽さを感じることを表していた。感じたままに〔自

然に話せる〕、何もかも忘れて〔楽しく過ごせる〕と感じていた。

【仲間との絆】は、日常の孤独感から離れ、スタッフや他の参加者らとの親密さが増す中で生まれた強い仲間意識を表していた。社会的役割の減少にともない人間関係も希薄となり〔人とつながりたい〕と希求し、他の参加者やスタッフが〔気にかけてくれる〕ことでつながりを感じ、〔人とつながれる〕と人との絆を深めていった。

【懐メロ回想法への愛着】は、懐メロ回想法、それにかかわる人々や品物への強い親しみや思い入れを表していた。昔の歌は歌詞がよく考えられていると〔懐メロを気に入る〕、〔家に帰っても懐メロ回想法を思い出す〕など、懐メロ回想法に対する愛着を感じていた。

3) 参加および継続のモチベーションの概念

図1に参加および継続のモチベーションの概念図を示し、参加および継続のモチベーションの要因とそれらの関係、モチベーションの概念について述べていく。

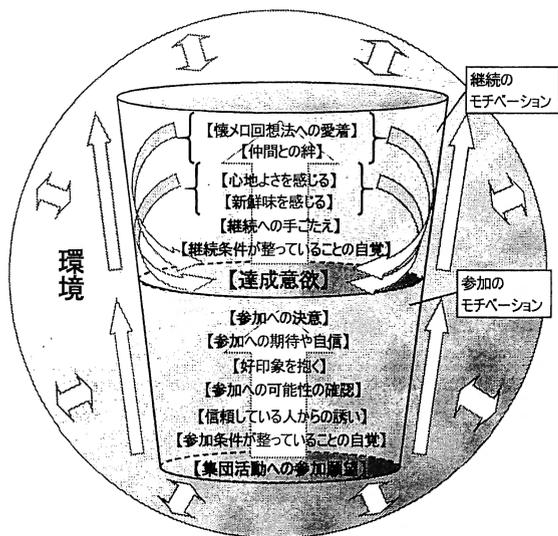


図1 参加および継続のモチベーションの概念図。上下に重なる2つの逆円錐台は参加および継続のモチベーションを表し、逆円錐台の中にある14の【】(カテゴリー)は、2つのモチベーションの要因に相当する。逆円錐台の上に向かって幅が増す形、逆円錐台中央の下から上に向かう矢印(⇄)、逆円錐台に沿って広がっていく左右の矢印(⇄)がモチベーションの高まりを表し、2つの逆円錐台が切れ目なく続いている様子が、2つのモチベーションが連続していることを表す。上の逆円錐台の中にある下に向かう矢印(⇄)は、懐メロ回想法への参加を続ける中で生じた要因が、【達成意欲】を強くする様子を表す。逆円錐台の外側は球状になっており、環境(人的・物理的)を表す。逆円錐台の周囲の両方向の矢印(⇄)は、研究対象者と環境との相互作用を表す。

参加および継続のモチベーションは、まず、参加のモチベーションの生起によって始まり、進展していた。研究対象者は、【集団活動への参加願望】を普段から持って過ごしていた。そのような状況において、【参加条件が整っていることの自覚】を持ち、【信頼している人からの誘い】を受けることで参加のモチベーションが生起していた。続いて、勧誘を受け、【参加への可能性の確認】を行う中で、【好印象を抱く】ことや、【参加への期待や自信】を強くすることによって、参加の意志が明確となり、【参加への決意】に至っていた。

参加のモチベーションに続いて、参加を始めた研究対象者の心に発露した【達成意欲】が原動力となって継続のモチベーションが生起していた。そして、継続のモチベーションは、【継続条件が整っていることの自覚】を持って参加を継続する中で、【継続への手ごたえ】を得ることで進展していった。さらに、セッションの中での【新鮮味を感じる】や【心地よさを感じる】といった快の体験、回を重ねる中で強くなっていった【仲間との絆】や【懐メロ回想法への愛着】が、原動力である【達成意欲】を繰り返し強め、継続のモチベーションは高まっていった。

また、参加および継続のモチベーションは、研究対象者が、家族や顔見知りから誘われたり、会場のスタッフに良い印象を感じたり、他の参加者との仲間意識を強めたりするなど、人的な環境と関わり合う中で生起し、進展していた。同時に、研究対象者は、参加や継続のための条件を認識したり、会場の雰囲気を感じ取ったり、参加者としてセッションの雰囲気を作り出す1人になったりするなど、物理的な環境とも相互に影響し合っていた。

IV. 考察

1. 参加および継続のモチベーションとその要因

1) 参加のモチベーションの起こり

参加のモチベーションは、研究対象者が【集団活動への参加願望】を抱く中で、家族

や顔見知りのような【信頼している人からの誘い】をきっかけとして生起していた。

岡本(1995)は、人間は生涯に渡って身体的変化や役割の変化にともなう発達の危機に繰り返し直面し、その都度、アイデンティティの再統合に向けて環境に積極的に関与し、新たな役割を遂行しようと動機づけられている存在であると述べている。本研究においても、研究対象者の多くは、痛みや身体機能の低下を抱えていた。また、「家に居ても意味がない」「年長となりどこに行っても1人だ」のように、役割の喪失や孤独を感じる環境に直面していた。しかし、そのような状況においても、「村のいろいろな集団活動に参加したい」「知らない人と出会う機会を作りたい」のように、再び社会や他者と積極的に関わりたいという社会参加への欲求を潜在的に持っていたと考える。そして、この潜在的な集団活動に参加したいと欲する強い思いが原動力となり、参加のモチベーションが生起したと考える。

2) 参加のモチベーションの進展

参加のモチベーションは、研究対象者が【参加への可能性の確認】を行う中で、【参加への期待】が高まっていくことにより進展していった。

Bandura(1995)は、人間が動機づけられるためには、対象となる行為を遂行できるという自信を持つことが重要であり、特に成功体験がその自信を強くするとしている。研究対象者は、試行的に参加する中で成功体験を得て、この次も参加できるという自信を強くしていったと考える。また、懐メロ回想法への参加の効果を、地域在住高齢者が正に直面し、最も関心が高い認知症の予防や健康の保持増進に結びつけることで、参加することの価値を実感し、参加への期待を高めていったと考えられる。

3) 参加のモチベーションから継続のモチベーションへの移行

参加のモチベーションに続いて、参加を始めた研究対象者の心に発露した【達成意欲】が原動力となって継続のモチベーションが生

起していた。

Erikson ら(1986)は老年期の心理について、懸命に働いてきた労働の経験が、その人の価値観を形成し、生涯に渡る強い信念を培うと述べている。面接の中で研究対象者は、毎朝、採ってきた山菜を市場に運んだ後に登校していたという話、厳しい労働をともなう農業を脚や腰を痛める数年前まで担い続けていたという話など、困難な環境に耐えて働き続けてきた経験を語っていた。研究対象者は、困難な時代を生き抜いた人生経験によって培われた、最後まで「やり遂げたい」という信念を備えていたと推測できる。また、【達成意欲】を構成するそれ以外の「次回を楽しみにして待つ」「もう一度、参加したい」「次回を忘れないようにする」は、参加を開始して得た快の体験への期待であるといえる。そして、その期待は、「次回が楽しみでカレンダーに印を付けていた」「忘れないように、自分でカレンダーに書き込む」のように、次回への参加への行動を引き起こすものであった。

このような、最後までやり遂げたいといった信念や、快の体験への期待によって、参加のモチベーションは、継続のモチベーションへとつなげられたと考えられる。

4) 継続のモチベーションの進展

(1) 【達成意欲】の充実と懐メロ回想法での豊かな快の体験

柴田(小林)、岩永(2009)は、高齢者は懐かしさを感じる音楽を聴くことによって、肯定的な感情が高まりやすくなると述べている。また、Csikszentmihalyi(1990)は、人間は新しい活動に自らが主体となり積極的に取り組む中で、強い喜びを感じる存在であると述べている。研究対象者は、懐かしさを感じる音楽を聴く機会が多くある中で、自由で自然な雰囲気を感じながら、新鮮な話を聴いたり、珍しい楽器を奏でたり、普段は話さない思い出を語るなどすることで、「恋愛をしていた若い頃にかえり楽しかった」「参加していると、何もかも忘れることができた」「深く話しできたことは、心の中に宝物として残る」のように、豊かな快

を体験していたと考えられる。そのような体験は、参加を繰り返すごとに次回への期待を高め、継続のモチベーションの原動力である【達成意欲】を充実させていったと考える。

(2) 【達成意欲】の充実と絆の強化

研究対象者は、「自宅では役割や会話が減って楽しみがない」「近所に話ができる人がいなくて寂しい」というように、日常的に孤独を感じるが多くなり、Maslow(1970)が述べる基本的欲求の1つである、他者や社会とつながって親密さを感じたいという、愛と所属の欲求が日頃から欠乏していたと考える。そのような中で、セッションを重ねて他の参加者と親しくなり、「気にかけてくれる」という意識が芽生えたり、回想にまつわる話題の共有を通して、「みんなとなら積極的にになれる」と感じたりするなどして、参加者同士の絆を強めていったと考えられる。さらに、研究対象者は、懐メロや手作りの歌集を気に入り、自宅に帰った後も、歌集を見て歌ったり、懐メロ回想法での仲間との活動の様子を思い出したりするなどして、懐メロ回想法に再び参加したいという思いを強めていったと考える。

このようなセッションを離れた日常にまで浸透した参加者同士の絆や、再び戻っていきたいという思いも、懐メロ回想法での快の体験とともに【達成意欲】を充実させ、継続のモチベーションを高めていったと考えられる。

2. 通所型介護予防事業への参加促進のための示唆

本研究の研究対象者は、全て後期高齢者であった。介護保険制度における要介護・要支援認定者数が被保険者数に占める割合は、後期高齢者で大きくなっており(内閣府、2017)、通所型介護予防事業への参加促進においても、後期高齢者が参加しやすい環境を整えることが重要と考えられる。中でも、通所手段を整えることは、参加および継続のいずれのモチベーションにおいても重要であったと考える。内閣府(2009)の世論調査では、70歳以上の約60%が歩いて行ける範囲を

1.0km までと答えていた。本研究では、会場までの距離が 1.0km 未満であった者が 4 名いたが、その 4 名も送迎バスやタクシーを利用していた。このことから、閉じこもり傾向や認知機能低下傾向にある高齢者や後期高齢者に対しては、通所手段の整備がより一層重要になると考えられる。

また、継続のモチベーションを高く維持するためには、参加者が自由で自然な姿でいられるように主体性を尊重したり、低下した身体機能を補うようにスタッフの歩くペースを高齢者に合わせたりするなど、細やかな対応が求められる。加えて、後期高齢者の集団活動では、懐かしさを感じる音楽を用いたり、回想にまつわる話題を参加者同士で共有し、共感できるように介入したりするなど、懐メロ回想法の素養を取り入れることが、集団活動への愛着を育み、肯定的な感情や仲間意識を強め、続けて参加しようという意欲を高めることに繋がるのではないかと考える。

3. 本研究の限界と今後の課題

本研究の結果は一通所型介護予防事業への参加者という限局された研究対象者から得られたものである。また、モチベーションを低くする要因からの検討は十分ではない。今後、対象者を拡大し、多様な参加者への調査と分析を継続するとともに、モチベーションを低くする要因についても検討し、参加および継続のモチベーションの詳細を明らかにしていくことが必要である。

V. 結論

参加および継続のモチベーションは、地域在住の後期高齢者が持つ潜在的な社会参加への願望や目標達成への意欲が原動力となり、参加者と環境(人的・物理的)との相互作用によって生起し、高まっていく。通所型介護予防事業への参加促進には、対象者が持つ願望や意欲が事業への参加や継続へと向かうように環境を整えることが重要である。

謝辞

本研究に協力していただいた研究対象者の皆様、研究対象施設のスタッフの皆様にご心より感謝を申し上げます。なお、本稿は奈良県立医科大学大学院看護学研究科(修士課程)学位論文に一部加筆・修正したものである。また、本研究の一部は第 36 回日本看護科学学会学術集会において発表した。

引用文献

- Bandura, A. (1995) / 野口京子 (1997): 激動社会の中の自己効力(初版) (pp.1-41). 金子書房.
- Csikszentmihalyi, M. (1990) / 今村浩明 (1996): フロー体験—喜びの現象学(初版) (pp.91-118). 世界思想社.
- Erikson, E.H., Erikson, J.M., & Kivnick, H. Q. (1986) / 朝長正徳, 朝長梨枝子 (1990): 老年期(新装版) (pp.230-250). みすず書房.
- 深堀敦子, 鈴木みずえ, グライナー智恵子, 他 (2009): 地域で生活する健常高齢者の介護予防行動に影響を及ぼす要因の検討. 日本看護学会誌, 29(1): 15-24.
- 軸丸清子, 藤田晶子, 尾原喜美子 (2002): 懐メロを媒体とした回想法の高齢者への応用と評価. 看護・保健科学研究誌, 6(3): 77-88.
- 鹿毛雅治 (2012): 「やる気の心理学」への招待, 鹿毛雅治. モチベーションをまなぶ 12 の理論(初版) (pp.3-12). 金剛出版.
- 金城辰夫 (1984): どうきづけ 動機づけ Motivation. 下中邦彦. 新版 心理学事典(初版) (pp.621-624). 平凡社.
- 川崎千恵 (2012): これからの介護予防 2012 年からの「介護予防を推進する地域づくり」. 保健師ジャーナル, 68(3): 213-219.
- 厚生労働省 (2012): 介護予防マニュアル改訂版, http://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-1_1.pdf. (accessed 2017-04-30)
- 厚生労働省 (2017): 介護保険事業状況報告

- (暫定), <http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/osirase/jigyo/m17/1709.html>. (accessed 2017-12-25)
- Maslow,A.H.(1970)／小口忠彦(1987):改訂新版人間性の心理学(初版)(pp.68-70).産業能率大学出版部.
- 元吉ひろみ(2011):健常高齢者を対象にした能動的音楽療法研究のシステムティックレビューー介護予防効果および研究の課題ー.日本音楽療法学会誌, 11(2):103-113.
- 内閣府(2009):歩いて暮らせるまちづくりに関する世論調査, <http://survey.gov-online.go.jp/h21/h21-aruite/index.html>. (accessed 2017-12-06)
- 内閣府(2017):平成29年版高齢社会白書, http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/zenbun/29pdf_index.html. (accessed 2017-12-06)
- 岡本裕子(1995):人生半ばを超える心理, 南博文, やまだようこ, 講座生涯発達心理学5 老いることの意味-中年・老年期(pp.41-80).金子書房.
- 社会保険審議会 介護保険部会(2017):地域支援事業の推進(参考資料), http://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-Sanjikanshitsu_Shakaihoshoutantou/0000125468.pdf. (accessed 2018-03-12)
- 柴田(小林)麻美, 岩永誠(2009):高齢者が懐かしさを感じる音楽が引き出す回想内容と気分との関係.日本音楽療法学会誌, 9(2):136-144.
- 鈴木隆雄(2009):介護予防のための生活機能評価に関するマニュアル(改訂版), <http://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dltp0501-1c.pdf>. (accessed 2017-12-25)
- 鳥塚亜希, 鈴木佑典, 橋本颯子, 他(2014):認知機能が低下傾向にある地域在住高齢者への懐メロを用いた回想法の効果の評価.日本看護学会誌, 34(1):371-377.
- 渡辺みどり, 征矢野あや子, 上原ます子(2007):健康体操教室に長期参加し続けた地域高齢者の経験.身体教育医学研究, 8(1):45-52.
- 矢嶋昌英, 浅川康吉, 山口春保(2011):地域在住高齢者における「楽しさ」の因子構造について.理学療法科学, 26(1):95-99.
- 横井和美, 国友登久子, 島田淳子, 他(2007):効果的な認知症予防事業に関する実践的研究ー音楽療法とレクリエーション活動の取り組みに対する比較検討ー.人間看護学研究, 5:81-88.