

【演題番号】

P-32

【演題名】

自分史作成における高齢者の生きがい感が心理・社会的満足度に及ぼす影響

氏名：○古角 美保子、澤見 一枝

所属：奈良県立医科大学大学院看護学研究科高齢者看護学

第85回日本健康学会総会 2020年12月5日(土)、6日(日)

【はじめに】

回想法の効果

- 人生の満足度
- 充実感の向上
- 対人交流の促進
- 自尊感情の向上
- 生活の活性化
- 役割の再確認と新しい役割の形成

健康高齢者に対して回想法が行われている場所

- 厚生労働省の「高齢者の生きがいと健康づくり推進事業」
- 生涯学習センターや保健所など

子供時代から人生を振り返る自分史は、作成過程における懐かしい記憶によって肯定感や生きがい感が向上することが示唆されている。

自分史作成における高齢者の生きがい感が、心理・社会的満足度に及ぼす影響を明らかにする。

【方法】

対象者の募集

A自治会との共催で、チラシを用いて公民館などで広報。応募者のうち65歳以上の高齢者を対象として説明会を開催して希望者を登録した。

倫理的配慮

奈良県立医科大学医学倫理審査委員会の承認を得た。対象者に研究の概要、参加の自由と学会等への結果の公表などを口頭と文書で説明し、同意書を持って参加とした。スケールは著作者の使用許諾を得て実施した。

調査内容

- 属性：性別、年齢
- 高齢者生きがい感尺度(K-I式)
- 5段階のリッカートスケール：自己効力感、充実感、主観年齢、主観的健康観、趣味の多さ、社会活動の満足度、役割、家族のサポート

分析方法

生きがい感尺度を従属変数とし、その他の項目を独立変数として相関関係をみた。分析はspearmanの順位相関係数を用いた。また、自分史作成における記録から、高齢者の逐語を定性的に分析した。

【介入方法】

開催頻度・所要時間

週1回、合計5回、1回60分、途中で休憩をはさむ

回想法と自分史

幼少期～現在に向けて順に回想
思い出したことをノートに自由に記録してもらう

- 第1回「幼少期」
- 第2回「学童期」
- 第3回「思春期」
- 第4回「成人期」
- 第5回「成人期～現在」



自分史の会

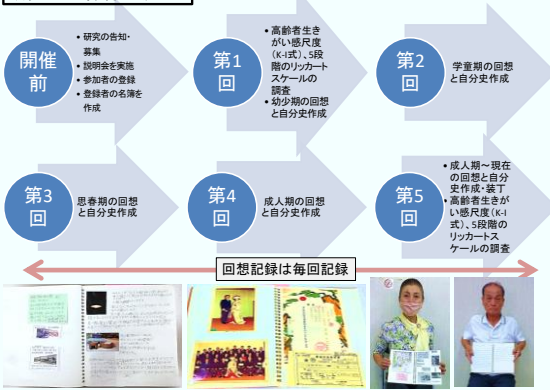
活動内容

- 導入：懐かしい音楽をかけ、回想をする時代に起こったニュースや流行などを伝える。
- 参加者同士で語り合い、思い出したことを自分史に記入。



完成した自分史

【研究の全体像と流れ】



【結果】

- 登録34名中有効回答26名を対象とした。
- 対象者は男性6名、女性21名で、平均年齢は78.1±5歳であった。
- 生きがい感尺度(K-I式)の平均は、22.2/32.0点であり、高めの傾向であった。
- 生きがい感と有意な関係があったものは、図1の通り主観年齢が最も負の相関が強く(rs=-0.72)、次に充実感(rs=0.65)、社会活動(rs=0.51)、役割の多さ(rs=0.43)であった(p=0.01)(図1)。
- 自分史作成中の記録では【若いときのできごとの共有】のカテゴリーに含まれる逐語数が最も多く、「若返った気分」、「小中学生のころの思い出」など、参加者たちが同じような過去の経験をわがまま、その時代に戻った気持ちが共有されていた(表1)。

