

# 介護福祉士養成における認知症予防の教育 — 軽度認知障害スクリーニングテストの体験を通して —

## The Education for Prevention of Dementia in Care Workers Training — Through the Experience of Mild Cognitive Impairment Screening test —

松本 幸枝

要旨：認知症の人の介護は介護福祉士養成教育の中でも重視されている項目である。実習や就職先での介護実践をめざし、認知症になった人の介護は授業でもよく取り上げられている。しかし、認知症予防（正確には発症遅延）についての教育に割く時間は少ない。今回、一つの軽度認知障害スクリーニングテストを学生に実施した後の質問紙調査の内容を基に認知症予防の教育について考察した。多くの学生は認知症予防について学ぶ必要と意欲を持っていたが、予防対策や介護福祉士の役割には知識の補足や整理が必要であることがうかがえた。このテストの内容や実施時の留意点への気づきを基に、認知症予防についての学びを深めていくこともひとつの方法ではないかと考えられた。

Key Words：認知症、介護福祉士教育、予防

### 1. はじめに

平均余命の延長に伴い、認知症高齢者も漸次増加している。介護福祉士をめざす学生にとって、認知症高齢者の介護に関する学習は重要である。本学においても、「介護概論」をはじめとして、「医学一般」、「高齢者福祉論」、「在宅介護演習」、「形態別介護技術演習」等の科目において、時間数に違いはあるが、さまざまな角度から認知症とその介護についての授業がなされている。また、介護福祉士養成課程における450時間の隣地実習で、学生は認知症高齢者の介護を必ずといってよいほど体験しており、卒業後の大多数は特別養護老人ホームや老人保健施設といった場所に介護職として就職している。

このように、認知症という状態を医療面や社会福祉の側面から捉えて、認知症になった人やその家族をどのように介護するかということは理論と実践で学んでいるが、認知症を予防するという側面の学習の機会が少ないのではないだろうか。授業時に認知症の介護に関して学びたいことをたずねても、認知症予防を挙げる学生は少なかった。しかし、認知症高齢者が今後も増加する可能性が否定できない現状において、介護福祉士が予防活動にも参画する必要があるのではないだろうか。次年度から介護福祉士養成カリキュラムが改正されるが、その中に、求められる介護福祉士像の一要件として「予防から看取りまで、利用者の状況の変化に対応できる」という項目がある<sup>1)</sup>。

そこで、今回、認知症予防事業の一環で実施されることがある、高齢者を対象とした軽度認知障害スクリーニングテストのファイブコグ\*を学生に実施し、その体験を通して検査の内容や実施上の留意点や認知症状予防への意識を鼓舞することにつなげたいと考えた。

また、その結果を踏まえて、介護福祉士養成教育の中で認知症予防をどのように考えるかを述べていきたい。

## 2. 研究目的

軽度認知障害スクリーニングテストであるファイブコグの体験から、認知症予防およびその学習についての学生の認識を知り、認知症予防の介護に関する教育内容について検討する。

## 3. 研究方法

### 1) 対象

本学の地域介護福祉専攻 1 年生 64 名

### 2) 調査日

平成 19 年 12 月 21 日

### 3) 調査および分析方法

上記対象者に、検査の目的や方法、注意点および調査について説明した上でファイブコグを実施し、その後質問紙（表 1）に回答してもらった。ファイブコグは認知症予防の一環としての活動に関わるものとして体験してもらうが、質問紙の回答は自由意志とした。回収した回答内容を集計分析した。ファイブコグの実施方法は、実施用ビデオを用いて、その映像や解説に従って規定の用紙に回答するものである。

\*ファイブコグー高齢者用の集団認知検査として東京都老人総合研究所と筑波大学精神医学によって開発された検査である。検査の概要は以下のとおりである。

用途	高齢者の認知機能の水準や認知機能の変化を測定する
検査対象	65 歳から 85 歳未満の高齢者
検査内容	記憶、注意、言語、視空間認知、思考の 5 つの認知領域と手先の運動機能を測定する
信頼性	.706～.851(再テスト法による)
妥当性	.637～.703(新規に開発した記憶、注意、施行課題の基準妥当性)
実施方法	スクリーンやモニターによる映像・音声で刺激や教示を提示する。被験者は反应用紙に反応を鉛筆で記入する。
実施可能 対象者数	1 度に、1～100 名程度
実施時間	約 45 分
評価得点	年齢、教育年数、性別で調整した偏差値

ファイブコグ実施用ビデオ解説用リーフレットより

### 4) 倫理的配慮

上記対象者に、軽度認知機能障害スクリーニングテストの概要、実施目的、方法を説明した。また、実施後の調査用紙記入にあたっては、データを本研究以外に使用しないこと、記載内容の匿名性、協力は終始自由意志であり、検査結果と調査用紙の記載内容が学業成績には一切関与しないことも説明した。

#### 4. 調査結果

質問紙の回収率は 81.2% (52 名) だった。

##### 1) ファイブログの検査は思ったよりできたか？

「できたと思う」7.6%、「この程度だと思う」36.5%、「意外にできなかった」55.7%という結果だった。半数以上の学生が、「できなかった」という実感を持ち、「できた」といえる者は 1 割にも満たない状況だった。

##### 2) 検査を受けてみての感想(複数回答)

「難しかった」という答えが最も多く 47.8%みられた。このうち、「記憶を調べる課題が難しい」という指摘が 14.9%であり、「難しかった」とだけ書いてあるものが 17.9%だった。また、「難しく大変だった」「もっと簡単かと思っていたが難しかった」というように表現しているものがみられた。次に多かったのは、「面白い、楽しい」16.4%、「疲れた」7.5%である。「その他」は 28.3%であるが、この中には、「こんなことを老人がやるのだと思った」「時間が決まっているので焦った」「集中力が必要だ」というものがみられた。

さらに少数ではあるが、「認知症かもしれないと思った」「(時間が)長くて飽きた」「記憶を調べる課題が、意外にできた」「認知症になったら、今やったことが本当にわからなくなるので心配だ」「認知症の人にはできないのではと思った」というものがあった。また、解釈が難しいが「変な感じ」「不思議な感じ」と表現しているものもあった。中には、「(視空間認知を調べる課題で)間違えたのは、睡眠不足だったからだ」という釈明や、DVD による説明に関して、「いろいろ説明していたが、よくわからない」というものと「説明が長い、細かく区切ってあってわかりやすかった」という感想があった。

##### 3) 答えるのに努力を要した項目

この質問に関しては、上記の回答にも通じるように、記憶を調べる課題が大変であるという指摘が最も多く、67.2%を占めていた。記憶を調べる問題は、30 以上の言語が音声と共に画面に映り、これを記憶するよう指示があり、その後他の課題を実施したのちに記憶を再生して表記するというものである。次に多いものは、言語について調べる課題であった。これは、ある簡単な言葉をあげてその言葉のカテゴリーに入る単語を制限時間内に列挙するという課題だが、9.0%が努力を要したと答えている。また、いくつかの言葉を抽象化した言葉で表現するという、思考および注意力を調べる課題を挙げているものそれぞれ 7.3%ずつみられた。「その他」は 9.2%だった。

##### 4) 各項目がどんな認知機能を調べているかの理解とわかりにくかった項目

「はい」が 55.8%、「いいえ」が 36.5%、無回答が 7.7%だった。従って、半数以上の学生は、各項目の課題がどんな認知機能を調べているかは理解できたと感じていた。「いいえ」の回答で記載された、わからなかった項目としては「視空間認知」、「全部」、「言語の課題」「運動課題」といったものが挙げられていた。また、「頭を使っていることしかわからない」という表記もあり、これは「全部」と解釈できる回答だった。

5) このテストを高齢者に実施する場合に配慮すべきこと(複数回答)

まず、「説明の確認」が19.1%と最も多く、続いて「わかりやすく説明する」が17.5%、「飽きないように配慮する」7.9%、「静かな環境を作る」6.3%だった。「フライングしない」「長い説明もしっかり聞くように言う」がそれぞれ4.8%を占めていた。「なし」という記載が6.3%、無回答は4.8%、「その他」は28.5%みられた。「その他」の内容としては、「(ビデオの)画面が見えるか距離を確認する」「焦らせたり、急かせたりしない」「できなくても落ち込まないように言う」「緊張するので、リラックスできる雰囲気を作る」などであった。「説明の確認」と「わかりやすく説明する」が上位であることから、学生は何よりも説明をよく理解してもらうことが重要であると感じていた。

6) 認知症予防に対する介護福祉士が果たす役割(複数回答)

「生活の中でできることをやってもらう」が16.7%、次に、「話す、コミュニケーションをとる」「認知症の症状を理解する」がそれぞれ11.7%、「頭を使うことをする」が10.0%、「運動、散歩をする」が8.3%という結果だった。また、「日にちや季節感を生活に取り入れる」「回想法」が3.3%ずつみられた。一方、無回答は18.3%あり、「その他」が16.7%だった。「その他」の内容としては、「ストレスをためない」「本人の意思を尊重する」「否定しない」などがあつた。中には、「(認知症予防を)施設ではそこまでできないのではないかな。できればやったほうが良いと思うが」という記載もみられた。

7) 認知症の予防について授業で学びたいか

「思う」が98.1%、「思わない」が1.9%であった。ほとんどの学生が認知症予防について学びたいという希望は持っているとして答えていた。「思わない」という回答には理由として「気になるから」と記載されていた。このことから、認知症予防の学習が不必要であるため「思わない」と答えたわけではないことがうかがえた。また、「思う」と答えたもので理由は記載されていないものが47.1%であった。記載されている理由としては、「知りたい」15.7%、「役立つから」9.8%、「予防したいから」7.8%、「必要だから」「認知症が増えているから」がそれぞれ5.9%を占めていた。「近親者のため」と「その他」は3, 9%であった。

8) 認知症予防に効果的だと考えること(複数回答)

「頭を使うこと」16.0%、「話しをする」14.7%、「思い出す、回想法」「日常のことでできることをやる」がそれぞれ12.0%となった。続いて、「手先を使う」が8.0%、「孤立させない」が4.0%みられた。無回答は6.7%あり、「その他」が21.3%という結果になった。「その他」としては、「季節を大切にする」「その人らしい環境を尊重する」「日記を書く」などが挙げられていた。

9) その他の感想(複数回答)

この項目に対しては、無回答が60.7%を占めていたが、記載されていたものでは、「楽しかった」が23.2%、「難しかった」が7.1%、「その他」8.9%という結果であった。「その他」には、「こういうテストを高齢者が受けていることを初めて知った」「こういうテストで認知

度がわかるのだと知った」「どんな気持ちで受けるのだろうかと思った」等である。また、「認知症予備軍ではないかと思った」と、自身の認知機能を危惧しているような感想もあった。

表1 「ファイブコグ」実施アンケート

「ファイブコグ」は、軽度認知機能障害をスクリーニングする検査です。		
クラス	番号	氏名
ファイブコグを実施して感じたこと、学んだことをお書き下さい。		
1、検査は思ったよりできましたか。それとも難しかったですか。○で囲って下さい。		
できたと思う	この程度だと思う	意外にできなかった
2、この検査を受けてみた感想をお書き下さい。		
3、どの項目が答えるのに努力を要しましたか。		
4、各項目がどんな認知機能を調べているかわかりましたか。わかりにくかった項目名をお書き下さい。		
はい	いいえ	(
5、もしこのテストを高齢者に実施する場合、どのようなことに配慮したらよいと思いましたか。		
6、認知症の予防という点に介護福祉士が果たす役割についてのあなたの考えをお書き下さい。		
7、認知症の予防について、授業で学びたいと思えますか。		
思う	思わない	理由(
8、認知症の予防には、どのようなことが効果的だと考えますか。		
9、その他、感想があればお書き下さい。		
ご協力ありがとうございました。書かれた内容は成績等に全く関係りませんが、個人が特定されない形でレポートとして、雑誌等の発表に用いてもよろしいでしょうか。		
	はい	いいえ

## 5. 考察

ファイブコグを実施するにあたって、この検査が高齢者を対象にしたものであること、検査内容の概要や進め方、留意点などは説明したが、学生は予想していた以上にこの検査が大変なものであるという印象を受けたようであった。それは、半数を超える学生が検査を受けてみて「意外にできなかった」と答え、「難しい」と実感しているものが半数弱あったことからいえることである。検査項目では、記憶を調べる課題に答えることの大変さを指摘しているものが2/3の回答にみられたが、それぞれの検査項目がどのような認知機能を調べるものであるかは、6割程度のものは理解できたと答えていたことから、検査の体験が認知症の前段階に低下する認知機能の理解に多少なりともつながっているのではないかと考えられる。しかし、検査を一通り体験しただけでは「頭を使っていることしかわからない」というように、説明を加えなければ全体の学生に理解してもらうことは難しい。この検査については、データを入力すれば、偏差値得点および総合評価が自動的に得られ

る計算ソフトがあり、受験者個々に結果報告書が作成できるようになっている。従って、今回の検査終了後、学生には結果報告書を渡し、検査の各項目がどのような機能を調べるためのものかを解説した。また、この検査が 65 歳以上の人を対象としたものであるため、結果報告書の偏差値は 20 代の学生には適応しないことも補足した。

介護福祉士が認知症の予防ということに関わっていくならば、こうした検査を高齢者に実施する機会もないとはいえないと考え、検査時に高齢者に配慮することを尋ねたが、「説明」という観点をあげたものが 3 割以上をしめていた。また、視聴覚設備を利用した検査であることや時間も 45 分と短くないことから「静かな環境」「画面が見えるかの確認」といった環境面への配慮、「焦らせない」「リラックスさせる」「できなくても落ち込まないように配慮」といった心理面への配慮に対する気づきがあげられていた。こういったことは、ファイブコグを受ける場合でなくとも、認知症の有無や程度を調べる検査を高齢者が体験する際に役立つことではないかと思われる。

次に、介護福祉士が認知症予防に果たす役割についてであるが、認知症予防に効果的なことは何かという質問にも重なるため両者の結果を合わせてみると、学生は高齢者に日常生活の中でできることを継続してやってもらうことや会話することなどを挙げていた。特別なことを行うのではなく日々の関わりを大切にするという考えが示されているように受け止めることができる。これらは介護上重要なことではあるが、認知症予防には他にも効果的であるといわれていることがある<sup>2) 3)</sup>。科目名「形態別介護技術演習」では、「認知症のある人の介護」として 1 年前期に 5 回の授業を行い、その中で認知症予防についても触れ、食事、運動、睡眠といった日常生活行動や旅行、料理、パソコン等の計画力を鍛えるようなことの効果<sup>4)</sup>を説明したが、今回の検査が後期だったためか講義で説明したような内容を書いたものはほとんどいなかった。検査内容から食事や運動などによる認知症予防対策へ考えをめぐらすことは難しかったようであったが、生活習慣病の関与<sup>5)</sup>なども含め予防に効果的なこととの認識は促す必要があるといえる。さらに、大多数の学生は認知症予防について学びたいという希望をもっていた。理由の記載は約 53% だったが、「役立つ」「予防したい」「必要」といった回答をあわせると約 30% になる。最も多い理由だった「知りたい」という記載に、単なる興味という意味合いが含まれることは否定できないとしても、両者を合わせると認知症の人の介護を前提とした学習意欲と考えられる。

このように、学生がもつ認知症予防についての関心を授業に生かすために、ファイブコグのような検査の体験も無用ではないと思われる。しかし、今回のように認知症予防の講義と検査が分離してしまうと効果がかなり減弱してしまう。検査をきっかけにしてどういった認知機能が低下しやすいのか、それを予防するための具体的な日常生活行動等を学生自身が、調べたり討議したりすることで学びも深まることは予測できる。たとえば茨城県利根町の「もの忘れ予防講座」<sup>6)</sup>といったような全国各地で行われている認知症予防事業にも関心を広げる必要があるだろう。こうした地域のさまざまな活動にも介護福祉士が今後主体的に関わっていけるとよいのではないだろうか。その際には、世田谷研究<sup>7)</sup>で実証されたように、認知レベルの高い人から軽度認知障害の人までが一緒に活動すると予防効果が高まるということも、集団へのアプローチには重要な知識であることを知らせるべきであろうと考えられた。

## 6. おわりに

介護福祉専攻の学生に「形態別介護技術演習」の授業を実施してきたが、学生が学ぶべき心身の障害とそれらを持つ人の介護の内容は非常に多い。そのため、認知症のある人の介護を学ぶ授業時間も限られる。どうしてもすでに認知症になった人の介護に時間を費やしてしまい、認知症予防という部分の学習は短時間になりがちであった。今回は、軽度認知機能障害をスクリーニングするテストを体験した上での認知症予防についての学生の認識を調査した。その結果から、介護福祉士養成教育の中で認知症予防について次のようなことが考えられた。

まず、軽度認知機能障害スクリーニングテストの目的や方法は、体験による苦労や楽しみの実感とともに理解できているが、それはすべての学生に該当するわけではなく、実施後の十分な解説が必要であることが明らかになった。次に、こうした体験は高齢者が同様の検査を受ける場合に配慮すべきことの理解にはつながっており、実施場面では役立つであろうことがうかがえた。また、大多数の学生は認知症予防の学習に意欲を持ち、予防方法や介護福祉士の果たす役割について意見を持っていた。だが、予防に効果的であるとされることの理解は十分とはいえず、一例として、この検査の体験を基に文献を調べたり討議したりするなどして学習を深めてはどうかということが考えられた。さらに、本学は「地域に根ざした介護福祉」を教育方針に掲げている点からも、認知症予防を地域活動のなかで実践する際に介護福祉士が役割を担えるような素地を、今後作っていかねばならないと考える。

## 参考文献

- 1) 編集部: これからの介護を支える人材について—新しい介護福祉士の養成と生涯を通じた能力開発に向けて「介護福祉士のあり方及びその養成プロセスの見直し等に関する検討会」報告書より、コミュニティケア Vol.8 No.13、57-65、2006
- 2) 山口晴保編、佐土根朗、松沼記代、山上徹也: 認知症の正しい理解と包括的医療・ケアのポイント、協同医書出版部、152-167、2005
- 3) 井出訓: アルツハイマー病のリスク要因と予防的介入の可能性(特集 認知症ケアのエビデンス—QOLを支える看護ケア)、イー・ビー・ナーシング、Vol.8 No.2、62-70、2008
- 4) 矢富直美、杉山美香: 痴呆予防のすすめ方 ファシリテートの理論・技法とその事例、真興交易(株)医書出版部、54-83、2003
- 5) NHK福祉ネットワーク編: シリーズ認知症と向き合う3 地域で支える介護と医療、旬報社、54-56、2008
- 6) 村田啓子: 認知症予防 脳を活性化させる“フリフリグッパ体操”(特集 実践! 介護予防プログラム□成果の上がる健康づくりを目指して)、コミュニティケア Vol.8 No.14、52-55、2006
- 7) 矢富直美: 認知症予防(特集 介護予防をめぐる)、総合リハビリテーション、Vol.34 No.11、1047-1053、2006