

# 学習活動による高齢者及びサポーターの変化について

## —サポーターからの視点を中心にした検討—

Research on the change of healthy elderly adults and supporter by Learning Activity

○宮田正子<sup>1)</sup>・孫琴<sup>1)</sup>・高橋伸子<sup>1)</sup>・石川真理子<sup>1)</sup>・吉村昌子<sup>1)</sup>・坂口佳江<sup>1)</sup>

吉田甫<sup>1)</sup>・土田宣明<sup>1)</sup>・大川一郎<sup>2)</sup>

MIYATA Masako · SUN Qin · TAKAHASHI Nobuko · ISHIKAWA Mariko · YOSHIMURA Masako

SAKAGUCHI Yoshie · YOSHIDA Hajime · TUCHIDA Noriaki · OHKAWA Ichiroh

(<sup>1)</sup>立命館大学・<sup>2)</sup>筑波大学)

(Ritsumeikan University · University of Tsukuba)

Key words: 高齢者, サポーター, 学習活動

### 目的

これまでの先行研究において、学習活動（音読・計算を反復遂行すること）により、健康高齢者の認知機能の様々な側面の改善あるいは維持することが明らかになってきている。しかし、日常生活という側面からの介入研究は、極めて少ないのが現状である。そこで、本研究では、学習活動に参加した健康高齢者の変化および学習活動を支えるサポーターの変化を調べるため、サポーターからの視点を中心として検討することを目的とした。

### 方法

#### 実験参加者

2010年度立命館大学人間科学研究所の高齢者支援チームに所属しているサポーター56名（地域サポーター39名・学生サポーター12名・運営委員6名）で全員健康である。

#### 手続き

質問紙は2010年6月に行われた。質問内容は、「サポーターとして、気になる・印象に残っている学習者について気づいた点があれば次の欄にご記入ください」、「サポーターとして、音読・計算活動に参加する前と参加した後を比べて、何か変化した点があれば以下の欄にご記入ください」という2項目であった。それをA4用紙1枚に印刷し、サポーター全員に配布し、サポーター自身の自己評価および高齢者に対する客観的な評価の回答を求め、回答されたものを後日回収した。回答に際しては、各項目について小さなことでも構わないと自由記述を求めた。

#### 倫理的配慮

研究を開始する前に、本人に介入研究の目的と安全性について説明を行なった後、書面による同意を得た。

### 結果と考察

#### 1. 高齢者に対する客観的な評価について

サポーターから回答されたものは、以下の5つの項目であった。①学習者のコミュニケーション能力がアップした。例えば、サポーターや、学習者同士間での会話が増えたなど。②学習者から英知を教えてもらった。例えば、様々な知識、

人生経験など。③学習者が明るくなった。例えば、生き生きとして活発になったなど。④学習者がおしゃれになった。例えば、化粧、服装、髪型など。⑤顔の表情の変化があった。例えば、笑顔がよくみられたなど。これらのことから、学習活動に参加した高齢者は、日常生活の中でポジティブな面が増えてきており、学習活動の効果があると考えられる。

#### 2. サポーター自身の主観的な評価について

サポーター全員の回答をまとめてみると、以下の8項目であった。①高齢者理解を深めた。例えば、高齢者と接する機会により高齢者の考え、悩みが分かった、高齢になることへのマイナスイメージが軽くなった、十人十色、認知症のことも分かったなど。②自分に対していい刺激になった。例えば、脳にいい刺激を与え、生活に張りができ、積極的になったなど。③考え方が柔軟になった。例えば、人の話をよく聞くようになった、受容性が高くなった、視野が広がった、勉強意欲が湧いてくるなど。④前向きになった。例えば、学習者から励まされて勇気が湧いてくる、決断力がついた、物事をうまく伝えられるようになったなど。⑤情動面への変化があった。例えば、楽しい気持ち、柔らかい、穏やか、和やかになったなど。⑥認知機能が良くなった。例えば、頭の回転がよくなった、計算がはやくなった、黙読から音読になった、記憶力がアップしたなど。⑦学問への関心が深まった。例えば、心理学領域、学習療法以外の療法、脳科学などの認知機能への関心が出てきた。⑧健康面がよくなった。例えば、心身健康になった、通院回数が減った、杖を使わなくなったなど。これらのことから、サポーターは、学習活動を支えることにより、日常生活の中でポジティブな変化があると考えられる。すなわち、サポーターに対しても学習活動の効果があると考えられる。

#### 3. 今後の課題について

本研究では、高齢者やサポーターに関しては、学習活動の効果がある程度確認されたが、詳細な側面の検討に至らなかった。この点について、今後詳細な質問項目を設定して、インタビューというような質的な研究を行う必要がある。