



## 認知症ボードゲーム「ワスレログ」を用いた学童期・青年期への疾患教育が認知症の症状に及ぼす効果介入研究

千葉大学医学部附属病院 認知症疾患医療センター

医師 平野成樹

### 1. はじめに

我が国の認知症人口は2025年には700万人にのぼると予測されており、今後も更に増加することが予想されている。従って、将来認知症になっても安心して暮らせる地域コミュニティの生成は国全体の課題と言える。

認知症は後天的な原因で認知機能が低下し、社会生活に支障が生じる状況を指す。認知症には様々な原因疾患があるが、中でもアルツハイマー病を中心とした認知症の人の背景、心理・行動症状 (Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia : BPSD) が出現することがある。BPSD は認知症の主な症状である記憶力障害、注意障害、遂行機能障害といった中核症状を経験することで生じる不安、抑うつ、戸惑い、怒り等様々な心理症状から発展していくと考えられる。また、BPSD の治療では保険適応や重篤な副作用といった点から、可能な限り周囲の介護者や家族の疾患理解と適切なケアによる非薬物療法的治療の選択が望ましい。

BPSD は認知症の人自身、介護者・家族にとっても辛く苦しい状態であることが多い。周囲がBPSDを生じさせない、また悪化させない環境の在り方やケアの方法として、認知症の疾患や症状についてよく理解しておくことが最重要である。また、認知症の人が過ごしやすさや生き甲斐、楽しさを感じるような工夫をすることでBPSDが改善し、家族の介護負担軽減にも繋がると考えられる。そのような観点から、2015年に厚生労働省が発表した新オレンジプラン、2019年6月に発表された認知症施策推進大綱では、子どもの認知症教育の必要性や「共生」を目指すことの重要性が明記され、地域全体で認知症の人が住みやすい環境づくりをする必要性が示されている。

### 2. 目的

一般に、不安、焦燥などの症状がある認知症の人も子どもとの交流においては落ち着いて過ごすことができる人が多く、2015年に我々が実施した疫学調査においては、認知症の人に対する評価は肯定的な印象が高齢者では高いのに反して子供では相対的に低く、理解や関わり方が低いことが示唆された(Hirano S, 2020)。児童の多くは12~13歳頃まですでに老いに対する否定的な態度を形成するという旨の社会心理学の知見も存在して

いる(Tuckman, 1954)。一方で、日本の児童に対して検証を行った研究では、幼児期や小学校時代に高齢者と継続的な交流のあった子どもは保育園・幼稚園児から高校生までの年齢層においても肯定的な認識を醸成しているという結果を示している(広井ほか, 2000)。これらを踏まえ、学童期の子どもに対して認知症に関する適切な教育を行い、それをもとに交流を促すことが肯定的な認識の育成につながる。そこで、認知症について楽しく学習でき、交流にもつながるツールとしてボードゲームの開発を着想した。認知症ボードゲームとして、水戸市東部高齢者センターが2016年に制作した「認知症456(すごろく)」が存在する。これは身体を動かすなど遊びながら認知症の予防や症状を学べるものとなっている。他にも東根市社会福祉協議会が制作した認知症すごろく(認知症ケアパス)なども存在しているが、対象者は主に高齢者であり、子どもを対象としたゲームは存在しない。また、当センターでは2013年より学童期の子どもを対象とした認知症教育活動「認知症こどもプロジェクト」に取り組んでいる。

以上を踏まえ、本研究では子どもが楽しく認知症を学べるボードゲームを開発し教育介入に用いることで、理解向上を目指すとともに、実際に遊びを介した交流が認知症の人の症状や心理状態へどのような影響があるかを検証する。

### 3. 方法

#### 3.1. 対象者

当院通院中で、認知症であると診断された者であり、同居または週に1回以上面会する二親等、三親等の孫(小学校高学年~大学生)がいる者を対象とした。

#### 3.2. 実施期間、頻度

令和2年4月~令和3年2月。

認知症ボードゲーム「ワスレログ」を作成し、それを用いながら学童期の子どもを対象に教育介入を行う。隔週1回で4か月間実施し、介入終了後3か月後にフォローアップ評価を実施する。

#### 3.3. 実施方法

##### 研究1. 認知症ボードゲーム「ワスレログ」製作

すごろくの仕様で作成。認知症になっても困らない家族関係作り、認知症になったときの備えについて学び、認知症の人との共生社会の実現につながるようなエンドオブライフの考え方に

沿ってマスを作成する。

サイコロを振り、ゴールを目指す。ゴールが目標ではなく、それに至る過程でいかに他者交流において充実した生活を送っていたかを示すスコアで勝敗を競う。

#### 研究2. 子どもへの教育介入

認知症ボードゲームを用いた8回の教育介入を実施する。#4、#8には被験者、主介護者も交えて実施する。#8以降は介入後12週時点までに自宅にて被験者と子どもとで数回実施していただく(回数、被験者の状態、子どもの社会状況によって個々に検討する)。

##### 【講義内容】

- #1 『認知症の概論』
- #2 『認知症の症状の不思議』 + ビデオ学習
- #3 『コミュニケーションの取り方I』
- #4 『コミュニケーションの取り方II』
- #5 『関わりで期待できることと対処法』 + ビデオ学習
- #6 『それお病気のなか、それとも違うのか』 + ビデオ学習
- #7 『認知症人とのかわり方～自分のできること～』 + ビデオ学習
- #8 『まとめと振り返り』

※各回60分とし、それぞれ前半の30分は講義、後半の30分は認知症ボードゲーム、質疑、個別相談とする。

		介入前	#1	#2	#3	#4	#5	#6	#7	#8	介入後12週
被験者	医師による診察	●									●
	神経心理検査	●									●
	半構造化面接	●									●
主介護者	心理症状、QOLアンケート	●									●
	半構造化面接	●									●
学童、学生	教育介入		●	●	●	●	●	●	●	●	
	アンケート	●									●
	半構造化面接	●									●

#### 研究3. 半構造化面接による質的録音

介入前、#8、介入後12週時に被験者、介護者、家族系世代の子どもそれぞれに半構造化面接を用いて面談を行う。質問項目としては、①最近の気持ちの変化、②家族に対する思い、を用いる。各回は全て録音し、発話内容についてはRIAS医療コミュニケーション分析法を用いて質的解析を行う。

#### 4. 結果

##### 研究1. 認知症ボードゲーム「ワスレログ」製作

##### 【製作過程】

認知症専門医2名、臨床心理士2名、精神保健福祉士1名によって「認知症になる前に知っておきたかったこと」「困った症

状の対応方法」「笑えるおもしろエピソード」など、初期から進行期にかけての困りごとについて過去の診療での経験を踏まえながら意見を出し合った。その後、困りごとに対する対処方法について数回に分けて検討を行い、マスの作成、選定を行った。ルール の考案やゲームバランスの調整、デザインまでを当科職員で行い、制作は専門の企業に印刷製造を委託し、40セット発注した。

##### 【仕様】

背景としては、もの忘れをするニワトリがログ神様の助けを借りながら、幸せな人生を過ごすというストーリー。すごろく仕様でサイコロを振って、自分のコマ(ニワトリ)を用いてマスをすすめていく。マスはほとんどが困難なイベントマスで構成されているため、ログ神様カードを用いて、他プレイヤーと協力しながら、ログポイントを集めてゴールを目指す。全員ゴール時最もログポイントが多かった者の勝利。

※ログポイント: ログ神様カードを使用して、困難なマスを乗り越えた際や他の参加者に対して、困難なマスの回避を手伝った時にもらえる。マスのイベントでももらえる。

※ログ神様カード: 『忘れ物をしたため2マス戻る』といった困難マスに自他がとまった際で使用可能なカード。使用すると困難が無効化され、ログポイントが獲得できる。カードを使用した場合、マスをめくるとその困難への解決策が記載されている(例: 忘れたことは指摘しないことで混乱を防ぐことができる等)。

研究2、3は、**COVID-19**の流行に伴い、ボードゲームという対面でのやり取りが必須である特性上、参加者を募ることが困難であったため、実施できなかった。

#### 5. 今後の展望

認知症ボードゲームは他自治体で製作したものは存在するが、症状についての記述が多く、その対処に関わりを同時に学ぶ、かつ楽しめるものが少なかった。従って、知識だけでなく関わり方を学ぶことで実際の症状緩和に寄与する可能性があるのが本ボードゲーム「ワスレログ」の特徴である。また、関わり方を学んだ子ども達によって認知症高齢者との交流機会が増加することで、行動心理症状の低減、予防、QOL向上、ひいては早期発見・対応につながるが見込まれる。本ボードゲームの経験は未来の認知症早期発見や認知症疾患理解の拡大につながり、子供のみならず成人にも適応されることが期待される。

副次的な効果としては「いじめ予防」が期待される。「認知症=理解ができない存在」と観念で、社会的に排除をする構図は自分とは異質な者を受け入れないという意味で学校のいじめの構図と似ている部分がある。この「ワスレログ」で他者への寛容も学ぶことが期待される。