

体験版とっとり方式認知症予防プログラムの継続的实践に基づく成果と今後に向けた課題と展望

○仲田 奈生¹⁾, 田住 秀之¹⁾, 菊本 理恵¹⁾, 柳川 真紀²⁾, 柳谷 洋子²⁾

1) YMCA 米子医療福祉専門学校 作業療法士科, 2) 公益社団法人 鳥取県老人クラブ連合会

Keywords: 認知症予防, プログラム, 実態調査

【はじめに】

とっとり方式認知症予防プログラム（週 1 回 2 時間, 24 週間実施）の普及活動を行う中で, 地域住民にとってより身近で実施しやすくなるよう体験版プログラムを考案し, 2 年間にわたり継続的に実践してきた. この体験版プログラムは, 前回大会において初期成果として参加者の高い満足度を報告したが, その後も継続的な実施を通じてプログラムの有効性と実用性の検証を重ねてきた. 今回の報告では, 2 年間の継続的实践に基づく成果として, 具体的な活動内容を詳述し, この実践を通じて明らかとなった課題と今後の展望について考察する.

本報告の目的は, 体験版プログラムの 2 年間の継続的实践における成果を整理し, 実践を通じて明らかとなった課題を抽出するとともに, 今後の普及に向けた展望を検討し, 地域住民にとってより有用で継続可能なプログラムの改善を検討することである.

【対象と方法】

対象は, 2023 年度, 2024 年度に体験版プログラムを実施した, 鳥取県老人クラブ連合会の 8 つのモデル地区における集いの参加者とした. 体験版プログラムは各モデル地区を担当する作業療法士（以下, OT）1 名がプログラムの遂行を行い, 月 1 回を 4 ヶ月連続（計 4 回）実施した. 担当する OT によってプログラムの内容に差異ができないよう, 資料は統一し, 実施内容も具体的にした資料を使用するとともに, 作成者から事前に内容について説明を行った.

プログラムの構成は, 認知症に関する座学（5 分）, 運動プログラム（15 分）, 2 種類の知的活動（40 分）とし, 総実施時間を 60 分とした. 使用できる機材の制約がある地区もあることから, 従来使用していた DVD 教材に代わり印刷資料を配布する形式に変更した. プログラムのフォローおよび改善を目的にアンケートを実施し, 終了後には体験版プログラムに対する満足度の評価を行った. 倫理的配慮として, アンケート結果の発表について, 参加者に口頭にて説明をし, 発表に際して個人が特定できないよう配慮した.

【結果・考察】

2023 年度, 2024 年度の 2 年間で 8 つのモデル地区において体験版プログラムを実施した結果, 参加者から高い満足度が得られた. 短縮した内容であったが満足度は高く, 「4 回やったがもっとやってみたい」という感想もあり, 導入にあたってのハードルの高さを下げることはなつたと考えられた.

一方, 課題として, 4 回のプログラム終了後, 各地区において継続的な実施が行われていない状況であった. また, プログラム内容が OT 以外の職種でも実施可能であることから, OT の専門性を活かした視点の追加が必要と考えられた.

別途実施したアンケート調査では, 地域住民におけるプログラムの認知度が低いことが判明した. しかし, ニーズ調査では短時間のプログラムであれば取り組んでみたいとの声が多く聞かれ, 今後の展開への可能性が示唆された.

【今後の展望】

継続実施されていない課題に対しては, 4 回すべてを OT が行うのではなく, 後半 2 回をサロン参加者主体で行ってもらうよう改善していく方針である. OT の専門性を活かした改善案については, OT の視点として「参加者が日常の作業と健康について考える」ワークと課題を追加し, とっとり方式認知症予防プログラムの 8 つの認知機能にリンクするようプログラムを再考していく必要がある. また, これらの改善効果については, 今後科学的な検証を行っていききたい.

ニーズに応じた展開としては, 3 ヶ月に 1 回, 「体験版とっとり方式認知症予防プログラム通信」となるものを作成し, 短時間でかつ難易度の低い課題を配信することで, 各サロンへの導入のしやすさにつなげていきたい. 加えて, それによりプログラムの認知度向上を図るとともに, 地域住民にとってより身近な認知症予防活動として日常生活に取り入れてもらえるよう努めていきたいと考える.