演題番号 **絵本読み聞かせ法の習得を題材とした認知機能低下抑制プログラムの介入効果に関する無作為化比較試験―都市部3地区による検討―**

○鈴木宏幸（すずきひろゆき）、鄭 恵元（ちょんへうぉん）、野中久美子（のなかくみこ）、大場宏美（おおばひろみ）、桜井 良太（さくらいりょうた）、村山陽（むらやまよう）、小池高史（こいけたかし）、藤原佳典（ふじわらよしのり）

東京都健康長寿医療センター研究所

【背景】認知症予防を目指す多彩な認知機能低下抑制プログラムが提案され久しいが，科学的エビデンスに基づき，かつ参加者の活動が継続されるような魅力的なコンテンツを題材とする研究は極めて少ない。そこで，絵本読み聞かせ法の習得を題材とした認知機能低下抑制プログラムを開発した。都市部2地区にて記憶愁訴のある高齢者を対象に介入効果を検討したところ、記憶機能・実行機能において効果がみられた（鈴木他，2012）。本研究では、これまでの2地区と、比較的年齢が若く活動的な高齢者を募集した地区を比較し、本プログラムの適用範囲の拡大可能性について検討する。

【方法】**対象**：東京近郊3地区にて地域高齢者を募集した。募集の際に、先行する2地区（A区・B区）では記憶愁訴を重視し、後の1地区（C区）では絵本読み聞かせ活動の実践を重視した。いずれの地区でも、応募のあった対象者を無作為に前期群（介入群）と後期群（対照群）に割付け、両群に対し介入群のプログラム開始前（事前）と修了後（事後）に認知機能を評価した。両評価に参加した80名について分析対象とした。

表1 各区の対象者の属性（平均(SD)）

	A区・B区		C区	
	介入群	対照群	介入群	対照群
N	29	29	10	12
M／F	2/27	3/26	3/7	3/9
年齢	73.0 (7.1)	73.3 (5.4)	70.4 (6.2)	69.8 (4.3)
教育年数	12.6 (2.0)	13.1 (2.5)	14.2 (2.3)	14.2 (3.1)
MMSE	27.1 (1.7)	26.6 (2.2)	27.7 (1.8)	28.1 (1.1)

プログラム：絵本読み聞かせを題材とした基礎体力づくり・記憶・実行機能・感情表現などの訓練であり、インストラクターを中心に全 10-12 回（週1回），1回につき2時間の講座を実施した。前期群の受講期間に後期群には絵本読み聞かせとは関連の無い健康講座を提供した。

評価：個別面接式の認知機能検査を行った。主要な評価指標として記憶検査である論理的記憶 II を実施した。この課題では、短い物語を提示し 30 分後に内容の想起を求めた。

【結果】介入効果を検討するため、論理的記憶Ⅱの得点について群と時期を要因とする分散分析を行った。A区・B区では交互作用がみられ、介入群の得点が向上した一方で、C区では交互作用はみられず、時期の主効果がみられ、両群とも得点が向上した（図1）。

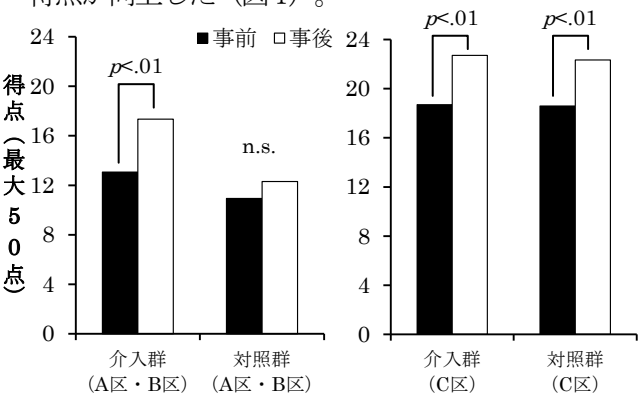

図1 地区ごとの各群の論理的記憶Ⅱの得点変化

【考察・結論】絵本読み聞かせを題材とした認知機能低下抑制プログラムを実施し、介入効果について地区ごとに比較した結果、主に記憶愁訴のある対象者を募集したA区・B区では物語の遅延再生課題で介入群の得点の向上がみられた。比較的若く活動的な対象者が参加したC区でも介入群の得点の向上はみられたが、対照群においても同様の効果がみられた。本プログラムの適用範囲が拡大可能であることが示される一方で、活動的な高齢者においては他の方法による介入でも有効である事が示唆される。

E-mail；suzukihy@tmig.or.jp