

厚生労働科学研究費補助金(認知症政策研究事業)

分担研究報告書

認知症の人と認知症のない人が共に参加する参加型アートプログラムの効果:

診断後支援における心理的側面と認知症観の変容に関する探索的研究

研究分担者 杉山美香

東京都健康長寿医療センター研究所 自立促進と精神保健研究チーム

准主任研究員

研究要旨

本研究は、認知症の人と認知症のない人が共に参加する混合構成の参加型アートプログラムを実施した。認知症の本人および地域住民の心理的側面や認知症観に与える影響を探索的に検討した。地域在住の6名を対象に全4回のプログラムを実施し、量的指標の前後比較と質的記述的分析を行った。量的指標に有意差はみられなかったが、自己効力感や孤独感に中程度の改善傾向が認められた。質的分析では、アート活動による自己表現の喜びや自信の回復、認知症のない参加者における固定観念の修正、本人ミーティングがもたらす心理的安全性と相互理解の促進が示された。これらの結果から、本プログラムは診断後の心理的支援や認知症観の変容を促し、共生社会の実現に向けた有用な支援アプローチとなる可能性が示唆された。

A. 研究目的

認知症の診断後支援は、本人の心理的安定と社会参加の継続を支える上で重要な位置を占める。2023年に制定された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」は、認知症の人を支援の対象としてのみ捉えるのではなく、尊厳を保持し主体的に社会に参加する権利を有する市民として位置づけている。この理念は、診断後早期から本人の自己理解と社会的つながりを維持する支援の必要性を示している。

国際的にも、認知症の人を市民として捉える「認知症市民性(dementia citizenship)」の概念(Bartlett & O'Connor, 2010)や、本人の語り・社会参加

がエンパワメントの回復に寄与するという知見(Swarbrick et al., 2019)が蓄積されている。また、意味のある活動や語りがアイデンティティの維持に寄与すること(Phinney et al., 2007; Clarke & Bailey, 2016)は、診断後の心理的適応における重要な要素である。これらは、Kitwood(1997)の personhood や strengths-based approach(Sabat, 2001)とも整合し、診断後支援における「尊厳」「主体性」「社会参加」の重要性を理論的に裏づけている。

一方で、診断後の本人や家族には、否定的な認知症観やスティグマが依然として影響し、自己効力感の低下や活動縮小を招きや

すい(Mukadam & Livingston, 2012)。特に、認知症の人と認知症のない人が日常的に交わる機会は限られており、相互理解の不足が社会的孤立を助長する要因となっている。この課題に対し、両者が対等な立場で参加できる混合構成のプログラムは、相互理解の促進やスティグマ軽減に寄与する可能性があるが、国内ではその実施可能性や効果に関する検討は十分ではない。

アート活動は、情動活性、自己効力感の向上、コミュニケーション促進など多面的な効果が報告されており(Beard, 2012; Windle et al., 2014; Camic, 2008)、認知症の人の能力や個性が自然に表出される点で、混合構成の場に適した媒介となり得る。英国の「Creative Health」報告書(APPG, 2017)や美術館を活用したプログラム(Camic et al., 2014; Zeilig et al., 2018)は、アートが認知症の人の主体性の可視化やスティグマ軽減に寄与することを示している。国内でもアートを活用した実践が広がりつつあるが、認知症の人とそうでない人が共に参加するプログラムの効果や実施可能性に関する研究は限られている。

以上を踏まえ、本研究は、臨床美術と認知症本人ミーティングを組み合わせた参加型アートプログラムを、認知症の人と認知症のない人の混合構成で実施し、①その実施可能性(feasibility)、②参加者の心理的側面への影響、③認知症観の変容、の3点を探索的に明らかにすることを目的とする。

B. 研究方法

本研究は、認知症の人と認知症のない人が共に参加する混合構成の参加型アートプロ

グラムの実施可能性(feasibility)と心理的効果を探索的に検討するために実施した。参加者は東京都A区で募集した6名であり、認知症の診断がある者2名、MCIの者1名、要支援対象者1名、その他2名で構成された。年齢は59~97歳(平均73.5±14.3歳)、女性は3名(50.0%)であった。教育年数は全員が13年以上であった。参加者は地域包括支援センターおよび医療機関を通じて募集し、研究の趣旨を説明した上で書面による同意を得た。

プログラムは2025年2~3月に全4回、各回120分で実施した。平均出席率は91.6%と高く、混合構成による介入の実施可能性は十分に高いと判断された。介入内容は、①臨床美術士による創作活動(パステル等を用いた臨床美術プログラム)、②認知症本人ミーティング、③全体でのふりかえり、の3要素で構成された。臨床美術では、作品の巧拙を問わず五感を活用した自由な表現を促し、参加者が自らのペースで創作に取り組めるよう支援した。本人ミーティングでは、作品や日常生活に関する思いを語る場を設け、認知症の人と認知症のない人が対等な立場で経験や気づきを共有できるよう配慮した。

データ収集は量的指標と質的データの両面から行った。量的指標として、MMSE-J(Ideno et al., 2012)、UCLA孤独感尺度(Masuda, 2004)、WHO-5(Awata et al., 2007)、Rosenberg自尊感情尺度(RSES)(Mimura & Griffiths, 2007)、LSNS-6(Kurimoto et al., 2011)、GDS-15-J(Niino et al., 1991)を介入前後に実施した。アートの実装アウトカム評価とし日本語版 Acceptability of

Intervention Measure (AIM)を実施した。質的データとしては、プログラム終了後の半構造化面接、セッション中の観察記録、創作作品の写真記録を収集した。

量的データは、正規性を前提としないノンパラメトリック検定である Wilcoxon の符号付順位検定を用いて分析した。効果量 r は Z 値をサンプルサイズの平方根で除して算出し、Cohen の基準 ($r=0.1$ 小、 0.3 中、 0.5 大)に基づき解釈した。本研究はサンプル数が少ない探索的研究であるため、統計的有意差よりも効果量を重視して変化の大きさを評価した。統計解析には IBM SPSS Statistics (Version 26) を使用し、有意水準は 5% とした。

質的データの分析には Sandelowski (2000) の質的記述的研究法 (Qualitative Descriptive Study) を用いた。半構造化面接の逐語録、観察記録、写真記録を複数回読み込み、アート活動の体験や認知症観に関連する意味単位を抽出した。抽出した意味単位は参加者の表現を可能な限り保持した形でコード化し、類似性に基づいてカテゴリ、大カテゴリへと整理した。コード化は研究者 1 名が独立して行い、解釈の妥当性を確保するため認知症研究の経験を有する第三者によるピアレビューを受けた。

(倫理面への配慮)

本研究は東京都健康長寿医療センター研究倫理審査委員会の承認を得て実施した (承認番号: R24-098)。参加者には研究目的、方法、自由意思による参加、途中辞退の権利、個人情報保護について説明し、書面による同意を得た。また、発表や論文で使用する写真についても本人の許諾を得た。

C. 研究結果

1) 実施可能性 (Feasibility) の結果
全 4 回の平均出席率は 91.6% と高く、認知症の人と認知症のない人が混在する構成においても、参加継続が十分に可能であることが示された。創作活動は全参加者が完遂し、活動の難易度に関する否定的な反応はみられなかった。認知症のある参加者 1 名では、ハサミの使用や直線を描く工程に困難がみられたが、臨床美術士による個別支援により遂行可能であった。創作工程は事前に段階化して設定していたため、全体として適切な難易度であったと判断された。

本人ミーティング (茶話会) では全員が発言し、認知症の人と認知症のない人が対等な立場で交流していた。半構造化面接では「今後も続けたい」「楽しかった」「支援者がそばにいて安心できた」など肯定的な語りが多く得られ、プログラムの受容性 (acceptability) が高いことが示された。

さらに、日本語版 AIM の結果では、「アートに同意する」「魅力的である」「好きである」「喜んで受け入れる」の全項目において、完全に賛成 (66.7 ~ 83.3%) または賛成 (16.5 ~ 33.3%) が占め、受容性は極めて高かった。また、「アートに関する意識の変化あり」は 66.7%、「今後も続けたい」は 100% であり、プログラムが参加者にとって魅力的で継続意欲を喚起する介入であったことが確認された。

以上より、混合構成の参加型アートプログラムは、参加継続性・遂行可能性・受容性のいずれにおいても高い実施可能性を有し、認知症の人にとっても認知症のない人にとっても参加しやすい介入であることが示唆された。

表 1. プログラムの評価アンケート

アートプログラムについてのアンケート				
	そう思う	どちらかと言えそう思う	どちらかと言えそう思わない	思わない
アートプログラムの一回当たりの時間は適切であった	5 (83.3)	1 (16.5)	0	0
アートプログラムの実施回数は適切であった	4 (66.7)	1 (16.5)	0	1 (16.5)
アートに対して意識が変わった	4 (66.7)	1 (16.5)	1 (16.5)	0
アートは楽しいと思う	5 (83.3)	1 (16.5)	0	0
アートに対して抵抗感がある	0	1 (16.5)	0	5 (83.3)
アートを今後も自分の生活の中で続けていきたいと思う	6 (100)			
アートプログラムは自分の生活にもいい影響を与えたと思う	5 (83.3)	1 (16.5)		
認知所やMCIのことについてもっと知りたいと思う	3 (50.0)	0	2 (33.3)	1 (16.5)

表 2. AIM 結果

AIM結果					
	完全に賛成する	賛成する	どちらでもない	賛成しない	完全に賛成しない
アートプログラムの実施に同意する	4 (66.7)	2 (33.3)	0	0	0
アートプログラムは私にとって魅力的	5 (83.3)	1 (16.5)	0	0	0
私はアートプログラムが好き	4 (66.7)	2 (33.3)	0	0	0
私はアートプログラムを喜んで受けま	4 (66.7)	2 (33.3)	0	0	0

2) 心理的側面への効果(量的指標)

介入前後の量的指標について Wilcoxon の符号付順位検定を実施した結果、MMSE-J、一般性自己効力感、UCLA 孤独感尺度、GDS、WHO-5、RSES、LSNS-6 のいずれにおいても統計的な有意差は認められなかった。しかし、一般性自己効力感($r = .60$)および UCLA 孤独感尺度($r = .58$)では中程度の効果量が示され、心理的側面における改善傾向が認められた。MMSE-J の中央値は介入前 26.5 から介入後 27.5 へ、WHO-5 は 19.5 から 20.5 へとわずかに上昇したが、いずれも有意ではなかった。

これらの結果は、短期間かつ少人数の探索的介入では統計的有意差が得られにくい一方で、自己効力感や孤独感といった心理的指標において一定の改善が生じている可能性を示唆している。

表 3. 主要評価指標の介入前後比較

	介入前	介入後	Z 値	P 値	r
	中央値 (四分位範囲)	中央値 (四分位範囲)			
認知機能 (MMSE-J)	26.5 [IQR9.2]	27.5 [IQR10.7]	-0.41	0.68	0.17
一般性自己効力感尺度	12.5 [IQR8.5]	13.0 [IQR5.75]	-1.47	0.14	0.60
主観的孤独感 (UCLA 孤独感尺度)	3.0 [IQR1.25]	3.0 [IQR0.25]	-1.41	0.15	0.58
抑うつ (GDS-15-J)	2.5 [IQR3.7]	1.0 [IQR4.2]	-0.81	0.41	0.33
精神的健康 (WHO-5)	19.5 [IQR5.25]	20.5 [IQR5.0]	-0.42	0.67	0.17
ローゼンバーグ自尊感尺度 (RSES)	35.0 [IQR6.25]	35.5 [IQR9.0]	-0.31	0.75	0.13
ソーシャルネットワーク (LSNS-6)	15.5 [IQR5.5]	15.0 [IQR4.75]	-0.21	0.83	0.08

3) 質的データ結果

質的記述的研究法に基づき、半構造化面接および観察記録を分析した結果、【1. 心理的側面への効果: ストレングスの発現】【2. 認知症観の変化】【3. 相互理解の促進】の 3 つの大力カテゴリーが抽出された。以下に各カテゴリーの特徴を示す。

【1. 心理的側面への効果: ストレングスの発現】

本カテゴリーには、<楽しさ><自己表現の喜び><新しい挑戦の機会>の 3 つのカテゴリーが含まれた。

<楽しさ>

参加者はアート活動について「とにかく楽しかった」「集中して取り組むことができた」と語り、活動中の没入感や楽しさが強調された。また、「一緒に参加した人がみんなよい人で大変良かった」との語りもあり、肯定的な雰囲気が活動への積極的な参加を支えていた。

<自己表現の喜び>

作品を家族に見せた際に「みんな驚いたり、飾ったりしてくれた」と語る参加者もあり、創作物が他者との関わりを生む契機となっていた。また、「1 つもダメなことを言われなかった」「ほめてくれるのが嬉しかった」といっ

た語りから、肯定的なフィードバックが自己肯定感の向上につながっていた。さらに、「生活の一部として気が向いた時に描いている」「家の中に飾っても面白いと思えた」と述べる参加者もあり、アート活動が日常生活に取り入れられていた。

<新しい挑戦の機会>

多くの参加者はアート経験が乏しく、「アートが自分にできるかしらという気持ちを持ちながら参加した」と語った。しかし、活動を通じて「形とか気にしないで描けた」「続けることが大事だと思うようになった」といった語りを得られ、新しい活動への挑戦が肯定的な経験として受け止められていた。

【2. 認知症観の変化】

認知症観の変容は主に認知症のない参加者にみられ、<固定観念の修正>と<認知症の自分事化>の2つのカテゴリが抽出された。

<固定観念の修正>

認知症のない参加者は、介入前には「認知症の人は迷惑をかける存在」という否定的なイメージを抱いていた。しかし、アート活動を通じて認知症の人の創造性や人柄に触れたことで、「実際は違った」「みんないい人ばかりだった」「認知症の壁が少しなくなった」と語り、固定的なイメージが修正されていた。アートという共創的な活動は、認知症の人を“できない人”としてではなく、“共に活動する仲間”として再認識する契機となり、スティグマの低減に寄与していた。

<認知症の自分事化>

認知症のない参加者は「明日は我が身だと思おう」「こんな感じの認知症ならなってもよい」と述べ、認知症を自分自身の将来と結びつけて捉える視点が生まれていた。

アート活動を通じて認知症の人の個性や強みが可視化されることで、認知症を“恐れる対象”から“身近な可能性の一つ”として捉え直すプロセスが促進されていた。

一方、認知症のある参加者では認知症観の大きな変化はみられず、「特に変化はない」と語られた。この点は、認知症観の変容が主に“他者理解の更新”として生じることを示唆している。

【3. 相互理解の促進】

本人ミーティング(茶話会)は、認知症観の変容を支える重要な媒介として機能した。参加者は「皆のことを知れて安心した」「背景を知ることと一緒に取り組みやすくなった」と語り、ミーティングが心理的安全性を確保し、深い相互理解を促進していた。

特に、まずアートを通じて“人としての魅力”に触れ、その後に認知症であることを知るという順序が、負のラベル貼りを防ぎ、認知症の人を一人の生活者として理解するプロセスを支えていた。認知症観の変容は主に“他者理解の更新”として生じ、認知症のある参加者では大きな変化はみられなかった。

D. 考察

本研究は、認知症の人と認知症のない人が共に参加する参加型アートプログラムを診断後支援として試行し、その実施可能性と心理的・社会的効果を探的に検討した。その結果、量的指標では統計的な有意差は認められなかったものの、自己効力感や孤独感に中程度の効果量がみられ、心理的側面における改善傾向が示唆された。また、質的分析からは、アート活動が参加者の強みを引き出し、自己表現の喜びや新しい挑戦への意欲を喚起するなど、診断後の心理的回復を支える要素が明らかとなった。

特に注目すべきは、認知症のない参加者において認知症観の変容が生じた点である。アートという共創的な活動を通じて、認知症の人の創造性や人柄に触れたことが、従来の否定的な固定観念を修正し、「迷惑をかける存在」というイメージが「共に活動できる仲間」へと変化していた。さらに、「明日は我が身だと思う」といった語りに示されるように、認知症を自分事として捉える視点が生まれたことは、認知症の社会的理解を深めるうえで重要な示唆を与える。

本人ミーティング(茶話会)は、こうした認知症観の変容を支える重要な媒介として機能した。参加者は、アート活動でまず互いの人間性に触れ、その後に背景や病名を知るという順序を経験した。このプロセスは、負のラベル貼りを防ぎ、心理的安全性を確保しながら深い相互理解を促進していた。これらの結果は、アート活動が認知症の人の主体性や創造性を可視化し、社会的スティグマを軽減することを示した先行研究とも整合している。特に、共創的なアート体験が参加者間の関係性を再構築し、認知症の人を「できない人」ではなく「共に活動する仲間」として捉え直すプロセスは、国際的に報告されている知見と一致する。

一方、量的指標に有意差がみられなかったことは、短期間・少人数の探索的研究であること、また心理的变化が尺度に反映されにくい可能性を示している。しかし、AIM において全項目で高い受容性が示され、「今後も続けたい」が 100%であったことから、参加者にとって本プログラムが魅力的で継続意欲を喚起する介入であったことは明らかである。これは、診断後支援において「続けたいと思える活動」を提供することの重要性を

示している。

総じて、本研究は、混合構成の参加型アートプログラムが、認知症の人の心理的安定や自己効力感の回復を支えるだけでなく、認知症のない参加者の認知症観の変容を促し、地域における相互理解と共生の基盤を形成する可能性を示した。診断後支援において、アートは単なるレクリエーションではなく、本人の主体性を引き出し、社会的つながりを再構築する有望なアプローチであると考えられる。

E. 結論と今後の課題

本研究は、認知症の人と認知症のない人が共に参加する参加型アートプログラムを診断後支援として試行し、その実施可能性と心理的・社会的効果を探索的に検討した。その結果、出席率の高さや活動遂行の安定性から、混合構成であってもプログラムの実施が十分に可能であることが示された。量的指標では統計的有意差は認められなかったものの、自己効力感や孤独感に中程度の効果量がみられ、心理的側面における改善傾向が示唆された。質的分析では、アート活動が参加者の強みを引き出し、自己表現の喜びや新たな挑戦への意欲を促すなど、診断後の心理的回復を支える要素が明らかとなった。

さらに、認知症のない参加者において認知症観の変容が生じ、固定観念の修正や認知症の自分事化が促進された点は、混合構成プログラムの大きな意義である。本人ミーティングは心理的安全性と相互理解を支える重要な媒介として機能し、認知症の人を一人の生活者として理解するプロセスを促進した。これらの結果から、本プログラムは、地域における診断後支援の新たな選択肢とし

て実装可能性を有しており、共生社会の実現に向けた地域資源としての活用が期待される。

本研究は、混合構成の参加型アートプログラムの可能性を示したが、いくつかの課題が残された。第一に、対象者が少人数であったため、量的指標に有意な変化が得られなかった。今後はサンプル数を増やし、統計的検証力を高める必要がある。第二に、短期間の介入であったため、心理的効果や認知症観の変容がどの程度持続するのかは明らかではない。長期的なフォローアップを通じて、継続的な効果を検討することが求められる。第三に、認知症のある参加者の変化は限定的であったため、本人の微細な心理変化や well-being を捉えられる評価指標の検討が必要である。さらに、地域で継続的に実施するためには、支援体制やファシリテーション方法の標準化など、実装可能性の観点からの検討も今後の課題となる。

F. 研究発表

1. 論文発表

該当なし

2. 学会発表

1. 杉山美香 枝広あや子 海野尚子 豊田莉子 宮前史子 中山莉子 名越敬真 古田晶子
”認知症とともによりよく生きるための参加型アートー地域における認知症診断後支援のためのパイロットスタディー”. 第 14 回日本認知症予防学会(東京) 2025.9.12 ~ 9.14. 口演

2. 杉山美香、枝広あや子、海野尚子、宮前史子、中山莉子、三井美穂子、古田晶子:参加型アートプログラムが認知症観に与える影響の検討. 第 40 回日本老年精神医学会(金沢) 2025.9.26~27 ポスター

G. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む.)

1. 特許取得

該当なし

2. 実用新案登録

該当なし

3. その他

該当なし