

ストレングス視点の活用と展開

－地域における高齢者の介護予防と生活支援を通して－

神山 裕美

要 約

本研究では、ストレングス視点による介護予防と生活支援を、岩手県遠野市のいきがい活動支援通所事業の利用者を対象に試行調査を行った。その際、高齢者のストレングスを引き出す設問や支援方法を「健康・生活支援ノート」として開発し、その活用により実施した。

調査は、2003年9月～2004年1月まで、予備調査としてモデル的高齢者8名のインタビューと4名への「健康・生活支援ノート」の試行を行い、2005年2月～10月まで無作為抽出による52名の試行調査を行った。

アメリカで生まれたストレングス視点を日本の高齢者に適用するためには、試行と改訂が必要であったが、ストレングス視点の普遍性、及び日本の高齢者と地域のストレングスが把握できた。そして、日本の虚弱な高齢者に合わせたストレングス視点による面接方法をまとめることができた。

キーワード：ストレングス視点、介護予防と生活支援、地域の高齢者、社会構成主義

はじめに

地域における介護予防と生活支援事業は、高齢社会の進展に伴い、保健福祉の統合化や介護保険制度改革の流れの中で展開してきた。

介護予防の対象者は、健康で元気な高齢者から、要介護状態を抑制し機能維持が必要な高齢者まで、多様な人々がいる。そのため、対象と内容を絞った効率的な事業展開やその具体的方法、そして地域全体のシステム構築等が検討されてきた。

近年、筋力向上プログラムや尿失禁予防プログラム、口腔領域のケアプログラムや低栄養予防プログラム、閉じこもり・うつ・認知症予防プログラム等、保健・医療面からの各種プログラムが実施され実証的な効果が示されている¹⁾。また、個別計画に基づくケアマネジメントもICFの視点に立ち、疾病や障害だけでなく対象者を全人間的・包括的に捉え、長所を評価し潜在的生活機能を引

き出すプランニングやマネジメントも提起されている²⁾。

平成18年度の介護保険制度改革に伴い予防型重視システムが提起され、その中で地域支援事業として、ICF視点に基づく介護予防ケアマネジメント事業（新予防給付アセスメントとケアプラン³⁾）が実施された。これは、身体機能や問題点だけでなく、参加や活動や個人の持つ「得意なこと」や「強さ（ストレングス）」生かした、目標指向型ケアマネジメントが提起されている。

高齢者の長所を引き出し、エンパワメントを高める支援の方法論は、アメリカのストレングス視点のソーシャルワーク実践に蓄積があり、拙著⁴⁾でその視点と枠組みを論じた。

本研究では、ストレングス視点による介護予防と生活支援を、岩手県遠野市のいきがい活動支援通所事業（いきがいデイサービス）の利用者を対

(所 属)

山梨県立大学 人間福祉学部 福祉コミュニティ学科

象に試行調査を行った。その際、高齢者のストレングスを引き出す設問や支援方法を「健康・生活支援ノート」として開発し⁵⁾、その活用により実施した。本論により日本の高齢者のストレングスと、ストレングスを引き出す支援方法について考察したい。

I. 「健康・生活支援ノート」について

本論で活用した「健康・生活支援ノート」は、高齢者的心身の健康や生活上のニーズを多面的に把握し、病理や疾病だけでなく高齢者の持つ強さもとらえ、健康でいきがいのある生活の維持と増進を支援するノートである。

「健康生活支援ノート」では、高齢者の健康は身体機能や身体構造の維持・強化だけでなく、活動や参加の程度にも関わるという I C F の視点⁶⁾に立つ。また、高齢者の介護予防や自己実現を目指すためには、疾病予防や身体機能の維持だけでなく、日常生活技術の自立や社会的な役割や参加の維持・拡大も必要な項目としてあげた。その際、身体や病気の状況だけでなく、日常生活の様子、家族や近隣とのつながり、趣味や嗜好、いきがいや生活信条等幅広く高齢者のニーズをアセスメントした。そして、問題点だけでなく高齢者の持つ強さにも着目し、個人の意向と生活スタイルに合ったライフプランを高齢者本位で共に考え、行動を支援し、評価や見直しを行っていくツールである。

「健康・生活支援ノート」は、大きく分けて「健康生活指標」と「私のいきがいプラン」に分かれている。「健康生活指標」で活動や参加を中心とした日常生活の状況をチェックし、その後、健康状態や暮らしの様子を総合的に整理し生活全体を把握する。

「健康・生活支援ノート」は、援助者主導による科学的・客観的視点による指導やプランニングではなく、高齢者の主觀を尊重する高齢者本位のプランニングを基本とした。そして、問題点を見つけるのでなく長所を伸ばす関わり方、高齢者の隠れた意向を引き出す方法、それらを意識化して励ます対応の仕方等を、日本の高齢者向けに具体的に提示した。

II. 調査概要

1. 対象者

調査対象者は、岩手県遠野市いきがいデイサービスの利用者で、予備調査と本調査を行った。

予備調査では、モデル的高齢者 8 名⁷⁾（男 2 名・女 6 名）へのヒアリングと、無作為抽出による 4 名（男 1 名・女 3 名）への「健康・生活支援ノート」の試行を行った。

本調査では、52 名（男 14 名、女 38 名）を無作為抽出した。調査は、「健康・生活支援ノート」による生活プランの「作成」と「評価」で、2 回実施した。しかし 2 回目の調査では、7 名の調査ができず 45 名であった。7 名の調査不可の理由は、3 名が農作業の多忙、3 名が死去、1 名が転居であった。

本調査対象者の平均年齢は 79.9 歳で、男女比は約 3 : 7 で、世帯形態は「3 人以上」が 55%、「1 人」が 33%、「2 人」が 12% であった。年代別では、80 代が最も多く 50% で、次いで 70 代 35% で、70~80 代で 85% を占める。最高年齢は 94 歳、最低年齢は 57 歳である。

予備調査、本調査とも、調査目的と内容、本研究に限定した調査結果の使用、及びプライバシーの保護等について説明し、同意を得たうえで調査を行った。

2. 調査方法

(1) 予備調査

まず少数者を対象に予備調査を行った。目的は 2 点あり、1 点目は、遠野市高齢者のストレングスとは何かを把握することである。2 点目は、ストレングス視点による「健康・生活支援ノート」の試行と評価である。

1 点目については、モデル的な高齢者 8 名のインタビューを行い、ストレングスを生かしたライフスタイル事例の収集と、遠野市高齢者の地域性やストレングスの特徴を調査した。

2 点目については、A 地区生きがいデイサービス利用者 4 名を無作為に選び、2003 年 10 月～2004 年 1 月までの 5 ヶ月間で実施した。その際、

「健康・生活支援ノート」を使用し、「健康生活指標」、及び「私のいきがいプラン」の設問の適切さと、回答や記入の容易さについて検証した。予備調査の日程は下記のとおりである。

2003年10月～1月	ストレングスの視点による「マイ生き生きプラン」の実施（4名）
11月～12月	モデル事例のインタビュー（6名）
2004年1月	モデル事例のインタビュー（2名）

(2) 調査視点と方法の修正

予備調査の結果をふまえ、調査研究に協力をいただいた遠野市保健福祉部長寿課（課長・課長補佐・係長・主任主査・保健師）と遠野市社会福祉協議会（いきがいデイサービス所長）の方々より、調査用紙の形式や設問や調査方法についてのヒアリングを行った。その後、「健康生活指標」と「私のいきがいプラン」は、「福祉医療機構長寿社会福祉基金研究助成事業」⁸⁾の研究者グループ（筆者を含む）により検討し改訂した。

また、予備調査により、遠野市の高齢者へストレングス視点の適用が可能だったので、本調査に備え高齢者のストレングスを引き出す質問や受け答えをする手引きを作成し、遠野市長寿課と遠野市社会福祉協議会スタッフより改訂事項のヒアリングを行い、修正した。

(3) 本調査

本調査の目的は以下の2点である。それは、生きがいデイサービス利用者におけるストレングス視点の適用と、「健康・生活支援ノート」の活用の検証であり、本調査は「プランニング」と「評価」で2回行った。

1回目の本調査は、2005年の2月に実施した。遠野市高齢者の平均年齢は79.9才で、聴力視力や理解力に支障があるため、個別と集団面接により52名の調査を実施した。

健康生活指標チェックは10名程度のグループ面接で行い、生きがいプラン作成は1人50分程度の個別面接を2週間に渡り述べ4日間実施した。面接員は6名で、遠野市の保健師2名、生きがいデイサービスを運営する社会福祉協議会職員1名、

大学教員2名、大学院生1名で行った。他に民生委員の協力も得られた。

そして、2回目の調査は、2005年の6月～7月にかけて実施した。面接は4～5名のグループ面接を、調査員4名（保健師2名、社協職員1名、大学教員1名）で実施した。しかし、1回目の利用者が欠席等で数が揃わず、8月～9月まで遠野市関係者の協力を得て45名の調査を終えた。

本調査の日程は、下記のとおりである。

2005年2月	1回目の「健康・生活支援ノート」（「健康生活指標」と「私のいきがいプラン」）の52名の調査
6月～7月	2回目の33名調査
8月～9月	2回目に欠席した12名の調査

(4) 調査全体の考察

予備調査・本調査をふまえ、試行調査のまとめを行い、遠野市保健福祉部長寿課（課長・課長補佐・係長・主任主査・保健師）と遠野市社会福祉協議会（いきがいデイサービス所長）の意見を参考に、マイ生き生きプランと手引きの修正を行った。そして、日本の高齢者のストレングスとその支援方法についての考察を行った。

3. 調査内容

予備調査・本調査とも「健康・生活支援ノート」⁹⁾を活用した。その内容は以下のとおりである。

(1) 健康生活指標

健康・生活支援ノートは、最初に「健康生活指標」により生活全般の自己評価を行い、自分自身の傾向を把握する。これは、身体機能や欠損だけでなく、日常生活技術の自立や社会的な関係や役割、そして社会参加の程度等も評価項目として含んでいる。そのため、「健康生活指標」も「健康」だけでなく、「生活信条と生きがい」「社会関係と役割」「自己管理能力」「問題解決能力」の5分野について各6項目の質問項目を設けた。

質問項目は、既存のQOL指標として活用されている都老研方式・高齢者向けいきがいスケール（K-1式）・The MOS 36-Item Short-Form Health Survey(SF36)・MacMaster Health

Index 等¹⁰⁾を参考に、まず 5 分野合計 76 項目の質問を作成した。次に、有識者（専門研究者と現場実務者）5 名より本調査の趣旨にあった質問を選択してもらい、その結果をふまえ本研究チームで 5 分野各 6 項目、計 30 項目の質問項目に絞り、新・健康生活指標を作成した。

各質問は、「ある」「あまりない」「ない」「ほとんどない」の 4 個の選択肢から選び、点数はそれぞれ 3 点・2 点・1 点・0 点で配分し、1 分野 18 点満点で 5 分野 90 点満点となるよう設定した。

(2) 私のいきがいプラン

健康生活指標の記入後に、健康生活支援ノートを設問に沿って記入し、最後に「私のいきがいプラン」を作成する。記入項目は以下の 10 項目で、①氏名と生年月日、②高齢者の家族構成・交友・近隣関係、③健康状態、④利用している医療サービス、⑤利用している保健サービス、⑥利用している福祉サービス、⑦生活習慣、⑧仕事・職種、⑨社会参加、⑩活動、生活歴である。

「私のいきがいプラン」は、自分自身がどのような生活をしたいのか、どのような人生がもっとも幸せなのか、各自の価値観と生活に合わせて目標と具体的な行動を設定する。これは、ストレンジス視点による文献¹¹⁾を参考に、日本の高齢者の実態に即し設問や書式を検討し作成した。

質問項目は以下の 6 点で、①「今の暮らしで、楽しいことや好きなこと、幸せを感じることはどんなことか？」、②「それを維持し続けていくために現在どんなことをしているか？」、③「あなたの生活全体を見直し、どんなところが良いと思うか？」、④「反対にもう少し良くしたいと思うのはどんなところか？」、⑤「これまで考えてきたことをふりかえり、○ヶ月後の希望や願いは何か？」、⑥「具体的な目標は何か？」、である。

記入に際しては、記入者自身の言葉を活かし生活に密着した目標を設定し、具体的な行動は実現可能で測定可能な項目を記入するよう意図した。

III. 調査結果

1. 予備調査結果

(1) 高齢者のストレンジス

生きがいディサービスの高齢者は、調査前には「家に閉じこもりがちで虚弱な高齢者」という認識があった。ADL 面から見ればあてはまる面もあるが、日常生活状況や心身の健康、趣味や余暇活動、社会生活や生活信条等、多面的にみると、個性豊かな高齢者像が見えてきた。病気や障害だけでなく、高齢者の持つ強さ、生活の知恵・長年の経験・地域文化の継承・勤勉な価値観・趣味や特技等と、家族や社会関係の豊富さ、地域社会への長年の参加と活動、適度な依頼心と援助の受け入れ等、多面的なアセスメントにより高齢者の多くの長所が見えてきた。

当初、遠野の高齢者は、趣味や余暇活動がないと答える方が多かったが、高齢者の自覚がないだけで、実際は個性豊かな趣味や余暇活動を行っていた。

例えば、庭の草取り、野菜や花作り、雑巾作り、わら細工、漬け物づくり等で、高齢者は若い頃より生活の一部としてこれらのことを行っていたので、余暇でなく仕事として捉えていた。しかし、介護予防や自己実現という観点から、自分のできることを自分のペースで楽しみながら行っていることは、充分に趣味や余暇としての目的もはたしている。

また、家族や地域とのつながりが強いのも遠野の特徴である。多くの高齢者は、出生以来、又は結婚以来当地に住んでいることが多く、PTA・青年会・婦人会・町会・老人会・農業組合等長年地域との関わりの中で生活してきた。家族同居の高齢者も多く、家族円満にすごせるように様々な工夫や配慮して暮らしている高齢者も多かった。このような社会関係の豊富さや、それを円滑に保つ努力も重要なストレンジスである。そして、遠野の地域文化として、季節の行事や民謡や踊りの伝承も色濃く、旧正月飾りのわら細工やみづき団子、各種祭礼時の民謡や踊りの名手も多く、それも生涯を通じた仕事や楽しみとして捉えている人も多かった。

(2) ストレングス視点活用の課題と可能性

ストレングス視点による援助の適性は、拙書¹²⁾より、自らのニーズを率直に表現できる利用者には適しているが、それが難しい利用者やそのニーズが現実的でない利用者には、その表現や現実認識のための援助に手間と時間がかかると記した。

遠野の高齢者は、寡黙で謙譲を美德とする方が多く、自らの長所や希望を語ることが得意とはいえないかった。モデル的な高齢者は、自らそれを話してくれる方も多かったが、一般的な高齢者の場合、高齢者自身の長所を見つけ、それを讃え、励まし、外部から認め再評価することによって、ようやく自分の長所を認め、希望を語ってくれる人が大半であった。

今回の4ヶ月間の介入プログラムには、ようやく自分の希望を語りはじめ、それをもとに自己決定し行動するという入り口まで至ったにすぎない。アメリカで生まれたストレングスの視点を、謙虚で控えめな日本の高齢者に適応する困難さを実感した。

しかし、この予備調査を通して、高齢者自身のストレングスだけでなく、家族や地域等高齢者を取り巻く環境のストレングスについても把握することができた。そして、遠野市の高齢者のストレングスは、個人だけでなく環境から受ける影響も強く、集団相互に、そして近隣地域の文化や歴史の交互作用の中で、育っていくものが多いことがわかった。今後、ストレングス視点による支援を行う場合、個人への働きかけと共に、集団や地域のストレングスの把握やその関係性の理解が重要ななると思われる。

(3) 健康・生活支援ノートの改善点

「健康生活指標」は、当初A4版で作成したが、文字が小さく高齢者は読めないため、B4版に拡大して使用した。また、高齢者には、結果を点数化しダイヤグラムで集計することがわかりやすく好評で、その後の「私のいきがいプラン」作成への良い動機づけとなった。しかし、遠野市の高齢者は読み書きが不得手で、視力も聴力も低下傾向があるので、文字ばかりの指標は、自己記入への関心も低かった。

そのため、「福祉医療機構長寿社会福祉基金研究助成事業」¹³⁾の研究者グループ（筆者を含む）により検討し改訂した。各種文献を検討後、プライマリケアの診療所で診察前に使用する "The Coop Charts"¹⁴⁾のフェイス・スケールを採用し、本調査に使用した。

また、「私のいきがいプラン」では、高齢者の希望や願いを引き出すことを主目的であったが、「健康長寿」や「家族円満」等抽象的な願いが多く、それ以外の希望を聞いても、「特にない」「わからない」とあまり自らの意向を語らなかった。しかし、「一番幸せな瞬間」、「楽しい時間」等の質問を出し、高齢者と話し合う中でそれを文章化していくと多様な答えを引き出すことができた。そして、それが結果として長期目標として設定できた。短期目標は、「日常的に本人ができること」、「目標達成が容易なもの」「測定でき観察できるもの」「短期間で時間限定できるもの」等を考慮して、日常生活を振り返りながら日頃行っている良い点をいくつか書き出し、その中から高齢者と話し合い、設定することができた。

高齢者の希望に基づき、その意向に合わせて実現可能な行動計画を作ることは、予想以上に難しかった。しかし面接を行い、話し合う中で、高齢者の語りをまとめていくと個々の目標や行動が現れてきた。そのため、問い合わせや応答の工夫や面接技術は不可欠であった。また、畠仕事や草取り等生活に根ざした仕事を持しながら、それが長所として自覚されてない高齢者もみられたので、長所を励まし意識化してもらうことも重要であった。それが結果として、高齢者の参加を促し、自己決定により自分のプランを作ることにつながった。しかしこれは、1人の面接に60分程度の時間がかかる。高齢者の参加と自己決定によりプランを作るとは、手間と時間がかかるものであった。

以上のことをふまえ、「私のいきがいプラン」は、設問にそって読み進めれば高齢者が長所を自覚し、自分の望む生活が表現でき、目標や具体的な行動をあげることが出来るように、質問項目を設定し、面接手引きを作成した。

2. 本調査結果

(1) ストレンジス視点による面接

遠野市高齢者は、予備調査の結果より比較的元気な高齢者は、「健康長寿と家族円満」を多数の人が希望としてあげていた¹⁵⁾ので、本調査では目標を抽象的にせず、できるだけ本人の言葉に合わせて具体的に聞き取り、評価した。

その結果、多様な目標と評価が現れ、各自が日常的に行っていることが「健康長寿」や「家族円満」につながることが把握できた。例えば、1日60分歩く、ピーマンの苗の管理をして成功させる。俳句を1日1句作る。台所と食堂の拭き掃除を毎日する。2階に行き洗濯物を入れ1日1回茶碗を洗う。野菜を作って娘に送る等である。これらは、特別な介護予防プログラムを作らなくても、各自の生活を意識化し、文字化、実行すれば「健康長寿」にもつながることを示す。但し、その際、高齢者の目標を達成可能なものに分解し、文章化することが求められ、面接者の訓練も求められる。

介護予防・地域支え合い事業として、筋力向上トレーニングや、専門家による栄養指導や口腔衛生指導等がなされている¹⁶⁾が、それは必要な高齢者がいる反面、不要な高齢者もいる。むしろ、個人の持つ力を生かし、長所を励まし、定期的に評価するだけで良い高齢者もいる。

また、遠野市の高齢者の場合、畠仕事や草取りなど、長年親しんだ仕事に中に楽しみを見出し生きがいになっている人が多かった。しかし、それを自覚している人が少ないことが予備調査より把握できた¹⁷⁾ので、本調査では、それらを長所として伝え、評価し意識化してもらうよう面接した。その結果、多くの個性豊かな生活プランが生まれた。

個人の長所の認識は、それを意識化し積極的に表現する人と、謙虚で遠慮深く自分の長所を隠す人、問題や短所ばかり気づき長所が見えない人等、様々なタイプがある。そのため、援助者が意識的に長所を取り上げ言語化し、文字化することが、ストレンジス視点による面接では重要となった。その反復と継続により、高齢者自身がその力を見直し、自己表現が豊かになっていく事例も少なくなかった。

(2) 高齢者の生活信条の重視とリフレイミング

高齢者の生活信条やライフスタイルは、時には非現実的で、ストレンジス捉えがたい事例もあった。例えば、歯磨き習慣はないが80才まで虫歯がない、という人に理由を聞くと毎日生大根をかじることが健康な歯の秘訣だ、ということがあった。歯磨きで虫歯を防ぐのは科学的な予防法であり、専門家が勧めることである。しかし、高齢者は長年の経験により、自分なりの健康法を持ち、それは科学的な考え方と異なるが健康を維持してきた場合あった。その際、歯磨きを勧めるだけでなく、生大根をかじり続けるための生活スタイルを詳しく聴き、その良さを評価し、それを維持するライフスタイルの文字化が個別プランの具体的目標になる。

また、「頑固で自己主張が強い」「他者の助言を聞かない」利用者は、ストレンジス視点により「自分の考えが明確に伝えられる」「自立心が強い」等に、言い換えることもできる。このようにマイナスをプラスに変えるリフレイミングも、面接者に求められるスキルである。このように、援助者が高齢者の疾病や障害に着目するだけでなく、良い面を肯定的に捉える視点の切り換えも重要であった。

(3) ストレンジス視点の適性

ストレンジス視点による面接を行っていると、「高齢者は無知で弱く、希望や意向を聞いても何も出てこない」というのは誤りであり、自らの生活の楽しみを語り、自分自身の良さを語る中から、これから希望や願いも語る高齢者がほとんどであった。それは、特に一人世帯の高齢者に多くの変化が出ており、他者との対話が少なく孤立しがちな高齢者には、効果的であったようだ。

しかし、ストレンジス視点による目標志向型面接は、その適性と用途があると思われる。「健康生活指標」との関連でいえば、総合得点の高いグループは、生活の楽しみが多く多様であり、自分の良さがわかり、生活目標も多く行動もでき自己評価も高い傾向があった。反面、総合得点が低いグループは、自分より家族の長所をあげたり、「長所なし」と答える人もおり、目標や希望を聞

いてもあまり答えない人もいた。これは、「どのように生きたいか」「何をしたいか」という希望が明確な人ほど、目標設定が容易で、その適性も高いと思われるが、そうでない人には難しい面もあり、援助者の判断や助言が必要である。

予備調査でもふれたが、本調査でもストレングス視点の目標志向型面接は万能ではなく、専門職による問題志向型面接との使い分けは必要であった。

(4) 個人をとりまく環境のストレングス

「健康・生活支援ノート」の面接を行う中で、高齢者が利用するいきがいデイサービスが高齢者に与える影響の強さがあった。いきがいデイサービスは、介護保険外高齢者が月に2度利用するものであるが、高齢者はこのわずかな時間で多くの刺激と癒しと励ましを得ていた。また「マイ生き生きプラン」で設定された目標は、高齢者相互の情報交換等で共有される面もあった。

高齢者の多くは、デイサービスに休まずに通うことが目標であり、その参加によって互いの無事と健康を確認し励ましあい、次の2週間をすごす高齢者も少なくない。デイサービス利用者は、同じ地域に長年住む人が多く、互いに顔見知りであった。健康や機能維持の程度、障害をちらながらも前向きに生きる姿勢、家族の役割や近隣者の親しみ等は、互いに大きな刺激になっていた。

さらにいえば、予備調査でも指摘したが、遠野市の高齢者は家族同居が多く、家族とのつながりの強さは物心両面で高齢者が持つ環境のストレングスであった。また、長年遠野市に住み、友人や知り合いが多く、近隣との交流が深いことも、環境のストレングスである。また、民謡や踊り等の伝統芸能や、昔からの風俗・習慣等な文化的に豊かな地域性、そして農業等で一生仕事ができる環境もストレングスであることが、高齢者個々のプランニングを立てる中でさらに明確になってきた。このような環境のストレングスを生かし伸ばすことで、個人のストレングスを發揮する場面もふえる。C.ラップ¹⁸⁾は、「地域は資源の宝庫である」と述べ、地域社会への働きかけ、その関係性を強化する重要性を指摘している。高齢者の生活支援においても、個人のストレングスを支援すると共

に、環境の持つストレングスを生かし、家族や地域を支援する視点も重要である。

IV. 考察

1. 日本の高齢者のストレングス

2001年にWHOで採択されたICF視点より、障害をマイナス面で捉えるのではなく、生活機能というプラス面から捉えることが注目され、心身機能だけでなく、活動や参加のレベルから生活機能を捉える考え方方が広がっている。また、平成18年度の介護保険制度改革における新予防給付のケアマネジメントでも、ICF視点やストレングス視点に基づく支援方法が検討された。これらは、疾病や障害に焦点をあてたアプローチから、生活全般を見直しストレングスに焦点をあてたアプローチへの転換を示しているが、問題とストレングスの両者に焦点をあて、それらの視点を使い分けることも必要である。

本研究を通して、実際に日本の高齢者にストレングス視点を適用した場合、高齢者の望みや希望を聴き取り、ストレングスを引き出し、生活プランに反映させることは、その方法論の習得が必要なことも事実であった。自己主張が強く頑固な高齢者には、ストレングス視点に切り替えることで困難事例が困難でなくなる事例もあったし、模範的で活発な高齢者は、自分の希望や長所を明確に伝えることがうまく、ストレングスを生かした生活を自然に行っていた。しかし、多くの高齢者は、遠慮深く謙虚で、自分の希望を率直に表現することも、自分の長所を表現することも不得手であるように思われた。まさに中根千枝¹⁹⁾が述べるように、日本社会は、「場」の力が強く働き、個人の「資格」や機能が重視されない社会である。そして、大橋²⁰⁾が述べるように、自己表現が育たず、自己選択や自己決定等主体性の確立ができにくい国民性と文化であり、世間体を気にした「もの言わぬ農民」²¹⁾としての生活観が潜んでいる、ということを否定できなかった。アメリカの文化と国民性の中で育ったストレングス視点を、そのまま日本の高齢者に適用する難しさを実感した。

しかし、利用者のストレングスを聴き取るには、

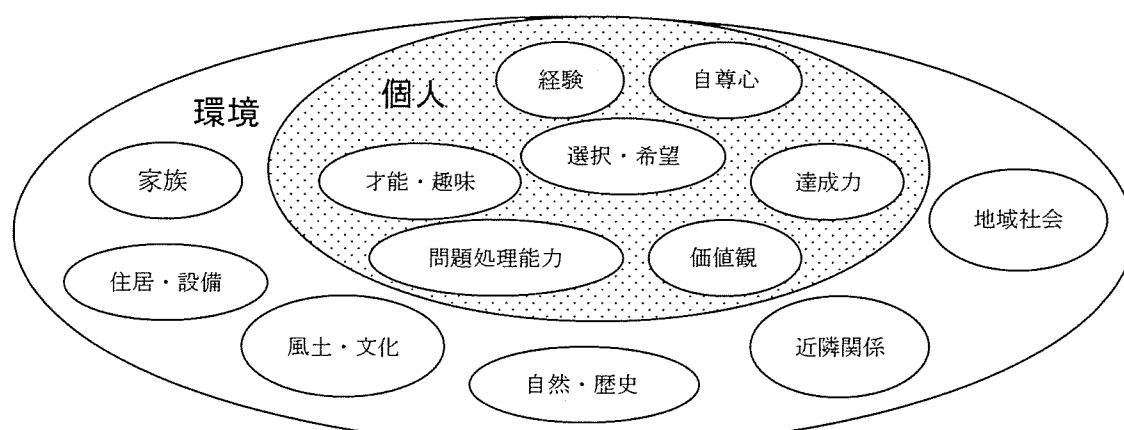
ある程度の時間と信頼関係が必要であり、高齢者の話をじっくりと聞く中で、そのストレングスが見えてくることもあった。それは、一見こちらが聴きたいこととは違う高齢者の話の中に、日常生活の仕事や役割の中に、高齢者自身のライフストーリーの中に、多くのストレングスを見出すことができた。これは、サレイベイもジャーメインとギターマンも述べているソーシャルワークの普遍的アプローチであり、日米の援助の実際に差はない。しかし、遠野市の高齢者の場合、自分のストレングスは、あまり自覚していないことも多く、積極的に表現しない傾向もあった。それらを相手に返し、各自のストレングスを意識化することで、高齢者は徐々に多くのことを語り、その人なりの希望や望み、生活信条が見えてきた。また、「何もできない」「何もしない」と行っていた高齢者が、生活に根付いた多くの仕事を持つ、自分なりの知恵や工夫を凝らし、希望や望みを実現しようとする日常の営みが見えてきた。それは、高齢者の主観や感情と同じ視点に立ち、質問方法や項目を工夫することで見えてきた部分である。日本の高齢者のストレングスを引き出すためには、面接方法や質問方法に工夫と習熟が必要に思われた。

また、中根は日本社会の「場」の力の強さについて述べているが、「場」が個人に及ぼす影響は大きいので、高齢者を取りまく近隣や地域社会等、環境のストレングスを把握することも、日本の高齢者を理解する上では重要なことと思われた。

「場」(環境)の強さは、個人を規制する面もあるが、個人を取りまく日本の社会的なストレングスと捉えることもできる。実際、遠野市の高齢者が環境から受ける恩恵や影響は強く、個人の希望や望みを実現するために欠くことのできない要因ともなっていた。

調査対象地域の高齢者は、出生以来又は結婚以来、同地域に住み、近隣の人間関係や社会関係が豊富であり、家族との絆が強く半分以上の高齢者が3人以上の世帯であった。また、地域に伝わる伝統芸能や文化があり、農作業や牧畜、出産や冠婚葬祭を近隣で協力してきた歴史があった。そして、四季折々の家庭の仕事や農作業に恵まれ、生涯自分でできる仕事や生活の楽しみがあった。そのような地域社会の「場」の中では、世間体を気にして主体性が確立できないという欠点もあるが、人々が協調し穏やかな人間関係を育くみ、その相互関係の中で自分を生かすという長所もある。遠野市の高齢者のストレングスは、このような家族、近隣、地域社会と、そしてその風土や文化、及び自然環境や歴史等、環境のストレングスと強く結びついていた。これらの環境要因は、個人の生活プランを作る上でも参考になり、活動や参加を促進する具体的行動に結びつける上で重要な要因となる。日本の高齢者にストレングス視点を適用する場合、個人のストレングスだけでなく、環境のストレングスも同時に捉えることが必要ではないかと考える。

(図表) 日本の高齢者のストレングス把握



2. 社会構成主義による介護予防と生活支援のプランニング

ケネス・J・ガーデン²²⁾は、社会構成主義の意義について以下のような4点示した。それは、本研究における高齢者の「語り」からその意向を生かした生活プランを作成し、評価する上でも参考になった。介護予防と生活支援においても、高齢者の主観や信念に基づくプランニングがあり、これは、メタ理論を論理実証主義から社会構成主義に転換することで理論的根拠がみえてくる²³⁾。

まず1点目は、「言葉は事実によって規定されない」ということである。

例えば、88才の誕生日を5ヶ月後に控え、88才になつたら大黒舞を踊りたいと願い、実現した女性。座位で読書できる限り惚けないという信念のもとで、銭形平次の本を10冊買い7冊まで読んだ90才の男性等、高齢者の「語り」を聞くことで、既存の高齢者像の常識にとらわれない、その人なりの個性と生活がみえてくる。88才、90才の老化による生物科学的事実は同じであるが、その生活や生き方は多彩であり、ひとつの言葉や記述によって規定されない多様な生活プランニングができる。

2点目は、「記述や説明や表現は、人々の関係から意味を与えられる」ということだが、これは人との関係性から自分の生きる意味を見つけ、それを励みに日々をすごす高齢者の生き方があることを示す。

例えば、自分の作った野菜を離れて住む娘に食べさせたいと野菜栽培に励む女性、脳卒中による後遺症で麻痺と言語障害があるが、人と笑顔で接し楽しい気分にさせるのが自分の役目と、デイサービスに休まず通う男性等、人や自然、会話や出会いを通して、高齢者が生きる意味を捜し、それが個人の生活意欲や運動機能回復へつながっていることがわかる。

3点目は、「何かを記述したり説明したり表現したりする時、同時に未来をも創造する」ということである。これは、本調査によるプランニングと評価を行った高齢者が多くにあてはまる。

例えば、自分の生活を見直して書く行為、自分

の長所や自分の楽しみを語る行為、そのために行っていることを考え、説明する行為は、次にどうしたいか、ということと自然に繋がってくる。高齢者に多い「家族円満」や「健康長寿」の希望も、それを維持し継続するための努力がある。ある高齢者は、「言葉にすると自分が何をしたいかよくわかる」と言い、記述や面接による自己や他者との語りは、自分の希望や望みを明らかにする面でも役立っていることがわかる。

4点目は、「自分の理解への反省が未来にとって不可欠」ということである。

例えばある高齢者は、自分の家の庭を四季の花で飾り道行く人を楽しませるということを目標として、駅前にある自宅の庭を四季の花々で飾った。当初この高齢者を会った時は、家族に先立たれ一人暮らしであることを嘆き、老後の不安と体の不調を訴えていた。しかし翌年の春、その高齢者の庭には季節の花々が無数に咲きはじめ、その手入れが生きがいになっていた。広い花壇の手入れをし、草取りをし、日焼けした健康的な笑顔は、昨年とは別人のようであった。「筋力トレーニングに通うより、自宅の庭で花の手入れをするほうがよっぽど健康にいい」と話す高齢者は、病気や家族の死という欠損より、駅前の庭付き住宅と花栽培のできる体というストレングスを生かし、自分の頭と体で新しい生活を作り出してきた。このような状態になるには時間がかかる事例もあるが、高齢者の自己理解と判断力の的確さを感じる事例であった。

このように社会構成主義の考え方は、専門職による客観的な観察や合理的な推論による判断ではなく、高齢者の主観的世界と価値観に合わせる。そして、高齢者が理解し納得できる判断を引き出し尊重するという考え方であり、専門職はそれを支える役割を担い両者は対等である。高齢者の健康を維持し要介護状態を抑制することは、特別な介護予防プログラムを作らなくても、各自の生活を意識化し、文字化し、実行すれば健康長寿につながる事例もあることがわかる。

それは結果として専門家の判断による不要な介入を減らし、主体性を生かした自立支援につなが

る。科学的根拠に即して効率的な対応を行う科学的実証主義は、介護予防や生活支援においても不可欠な視点であるが、それが全てではないことが、この調査研究を通して把握できた。

拙書²⁴⁾で、上田・佐藤の引用より「ICF視点は客観的世界を対象にしているが、人が生きる全体像を考えたとき主観的な世界をはずすことはできない。そのため ICF に「主体・主観」を加えることで、人間生活全般を対象とすることができる。」と記した。

高齢者の介護予防と生活支援の場でストレングス視点を適用するなら、主観的世界と社会構成主義によるレンズと、客観的世界と科学的実証主義のレンズと使い分ける必要がある。そしてストレングス視点は、主観的世界と社会構成主義のレンズを使い支援する視点ではないかと考える。

3. ストレングスを引き出す支援方法

「健康・生活支援ノート」によるストレングス視点の支援方法は、予備調査で作成した面接手引きを加筆訂正し、使い方マニュアルとしてまとめた。Becky Fast & Rosemary Chapin. "Strengths-Based Care Management for Older Adults" より、プランニングと目標の設定部分を主に参考にしたが、日本の高齢者に馴染まない部分もあったので、本調査終了後に再度加筆修正した²⁵⁾。

まず、アメリカのストレングス視点と最も異なる部分は、高齢者の意向や希望を聞くことであり、そのまま質問しても答えにくい部分であった。そのため、具体的な楽しみや幸せなシーンを問い合わせることで各自の願いが引き出せるようにした。さらに、「どんな場面が一番楽しい?」「もう少し詳しく話してくれる?」等、相手の話の焦点化を促す質問も必要だった。

次に、各自のストレングスを意識化できるよう、面接場面を通じて良い点や強い点を意識的に言語化し、反復した。これは面接技法では、「言いかけ」や「要約」や「解釈」として行われているが、その中でストレングスを強調した。また、欠点を長所にかえるリフレイミングも意識的に取り入れた。そうすると本人が気づかない、又は表現しないストレングスはとても多く、控えめで謙虚な日

本の高齢者には効果的な部分であった。

そして、生活の改善点については、「何かひとつ変えるとしたら?」「こんなふうになんできたらいいと思うことは?」等、解決志向の面接技法²⁶⁾の設問も取り入れた。この設問では、援助者が思うことと本人が思うことに差がある時もある。その際、基本的には高齢者の主体性や自己決定を尊重し、その理由や思いを聞き取りプランニングした。また、援助者の考えを提案しながら高齢者の意向を聴いて、合意形成を図る方法も行った。

最後に、具体的目標設定については以下の4点に留意した。① ICF の「その人にとって最良の人生」は、抽象的な目標を簡単な行動レベルに分解して提案する。②援助者が良いと思うことより高齢者を良いと思うことを優先し、高齢者の言葉の反映し要約をする。③問題改善でなく良い点を伸ばす目標を設定する。④生活全般の目標より、変化がわかりやすい部分的生活目標を設定する。

これらの面接方法は、多くの高齢者の意向を引き出すため効果的であった。しかし、意思疎通の困難な認知症の高齢者や、体調不調や急激な機能低下等で意欲減退のある高齢者には適切ではなかった。

本研究の調査では、約2年に渡り、いきがいサービスの高齢者と面接を行ってきたが、その間、信頼関係の深まりと共に、高齢者は徐々に自らを率直に語り、行動し、自己をえていった。ストレングス視点の支援は、信頼関係の構築が重要であり、長期的な関わりの中でそれが深まっていくことが本調査でも示された²⁷⁾。

おわりに

利用者主体の支援、自己決定の尊重等の言葉は、近年の保健福祉制度やサービスにおいても不可欠な要素となっている。しかし、その具体的な支援方法は試行段階である。

本研究では約2年間、地域ケアシステムが整備され、職員の質も高い地域で長期間調査させていただいたことは幸運だった。アメリカで生まれたストレングス視点を日本の高齢者に適用するため

には、いくつかの試行と改訂が必要であったが、ストレングス視点の普遍性と日本人と地域の独自性が把握できた。多くのソーシャルワーク理論や各種アプローチがアメリカから導入されているが、それを日本の実践で試行し、技術や知識として蓄積し、共有することが今後も求められると思う。

ストレングス視点による「健康・生活支援ノート」は、虚弱な高齢者のライフプランニングのツールだけでなく、デイサービスのアクティビティ・プログラムのひとつとして、社会教育講座の自己理解や自己啓発プログラムのひとつとして実施することも可能であると思う。しかし、そのプログラム評価は今後の課題である。また、ストレングス視点による支援を地域ケアのどのような仕組みの中で展開するのか、そしてソーシャルワーカーは、個別支援から集団、組織、地域へと広がるジェネラリスト・ソーシャルワークの枠組みの中で、ストレングス視点による支援とその成果を、各レベルでおいてどのように実践し、どのように広げていくのか、本論ではふれることができなかったので今後の課題としたい。

参考文献

- 1) 「介護事業計画に係る市町村介護保健事業計画に関する報告書」介護事業計画に係る市町村介護保険事業計画に関する研究班 厚生労働省 2005
- 2) 大川弥生「介護保険サービスとリハビリテーション～ICFに立った自立支援の理念と技法～」中央法規 2004
- 3) 「新予防給付のケアマネジメントの暫定版アセスメントシート及びケアプランシート」第1回社会保障審議会介護給付費分科会介護予防ワーキングチーム資料（平成17年7月28日開催）
- 4) 拙書「ジェネラリスト・ソーシャルワークによるストレングス視点～地域生活支援に向けた視点と枠組み～」山梨県立大学人間福祉学部紀要 第1号 P.1～10
- 5) 「介護予防と自己実現サービスプログラムのモデル開発事業」前掲書
- 6) 世界保健機関（WHO）「ICF国際生活機能分類～国際障害分類改訂版～」中央法規 2002
- 7) いきがいデイサービス職員より、趣味や特技が豊かで積極的に暮らす高齢者を推薦していただいた。
- 8) 「介護予防と自己実現サービスプログラムのモデル開発事業」前掲書
- 9) 実物は、本稿には頁数の関係で添付できないが、「マイイキイキプラン～健康生活支援ノート～」として、2006年9月に日本地域福祉研究所から発行された。
- 10) Ian McDowell and Claire Newell "Measuring Health A Guide to Rating Scales and Questionnaires" Oxford.1996
- 11) Becky Fast & Rosemary Chapin. "Strengths-Based Care Management for Older Adults" Health Professions Press.2000
青木信雄・浅野仁訳「高齢者・ストレングスモデルケアマネジメント」筒井書房 2005
- 12) 拙著「ソーシャルワークを活用したケアマネジメントの実際～高齢者ケアマネジメント実践における対応困難事例へのストレングスモデルの活用～」日本社会事業大学大学院博士後期課程 社会福祉論業 2002. また、下記の論文にもストレングス視点の問題点として類似の記述がある。
三品桂子「精神障害者のケースマネージメントとストレングス視点」ソーシャルワーク研究 vol.27 No.1 2001
- 13) 「介護予防と自己実現サービスプログラムのモデル開発事業」前掲書
- 14) Eugene C. Nelson, "The Coop Charts for Primary Care Practice" 1987
Ian McDowell and Claire Newell "Measuring Health A Guide to Rating Scales and Questionnaires" Oxford.1996. P.410～P.417
- 15) 拙書「ストレングス視点を活用したサービスプログラムの開発～遠野市生きがいデイサービスにおける介護予防・生活支援プログラム開発の実際～」日本社会事業大学大学院博士後期課程 社会福祉論叢 2004 P.1～P.11
- 16) 鈴木隆雄・大渕修一「介護予防完全マニュアル」東京都高齢者研究・福祉振興財団 2004
- 17) 拙書「ストレングス視点を活用したサービスプログラムの開発～遠野市生きがいデイサービスにおける介護予防・生活支援プログラム開発の実際～」日本社会事業大学大学院博士後期課程 社会福祉論叢 2004 P.1～P.11
- 18) ラップ. C. A 江畑敬介監訳「精神障害者のためのケースマネージメント」金剛出版 1998
- 19) 中根千枝「タテ社会の人間関係」講談社現代新書 1977
- 20) 大橋謙策「わが国におけるソーシャルワークの理論化を求めて」『ソーシャルワーク研究』vol.31 NO.1 2005
- 21) 大牟羅良「もの言わぬ農民」岩波新書 2002
- 22) ケネス・J・ガーデン、東村知子訳「あなたへの社

- 会構成主義」ナカニシヤ出版 2004
- 23) 実証主義的科学論から社会構成主義へのメタ理論の転換は、専門職による科学的・客観的視点から、利用者の主観的価値観や生活信条に基づいて支援を行うことを示す。ソーシャルワークではゴールドシュタイ因にらにより社会構成主義がメタ理論として提起された。専門職主導でなく、利用者本位の支援を行うためには論理実証主義だけを理論的根拠にすると限界があると考える。拙著「ジェネラリスト・ソーシャルワークによるストレングス視点～地域生活支援に向けた視点と枠組み～」山梨県立大学人間福祉学部紀要 第1号 P.3～P.5
- 24) 拙書「ジェネラリスト・ソーシャルワークによるストレングス視点～地域生活支援に向けた視点と枠組み～」山梨県立大学人間福祉学部紀要 第1号 P.6
- 25) 実物は本稿には頁数の関係で添付できないが、「マイいきいきプラン（健康・生活支援ノート）使い方マニュアル 2006 年版」として、日本地域福祉研究所から発行された。
- 日本生命財団高齢社会実践的研究助成（第2年度）
- 26) Peter De Jong & Insoo Kim Berg "Interviewing for Solutions" International Thomson Publishing Inc. 1998 玉真慎子・住谷祐子監訳「解決のための面接技法」金剛出版 1998
- 27) 信頼関係の構築は、ラップもファストとチャピンもストレングス視点の原則としてあげている。また、著者も6年10ヶ月の個別支援への考察よりストレングス視点の基盤となる信頼関係構築の重要性を指摘している。拙著「ソーシャルワークを活用したケアマネジメントの実際～高齢者ケアマネジメント実践における対応困難事例へのストレングスモデルの活用～」日本社会事業大学大学院博士後期課程 社会福祉論業 2002

Applying and Development Strengths Perspective

— Promotion and Support of Healthy Life for The Elderly in the community —

KAMIYAMA Hiromi

Abstract

This paper is a report of research on promotion of healthy life based on strengths perspective target for infirm elderly. The research was made in day service users of Toono-city in Iwate prefecture. We developed "Kenko-Seikatsu-Shien Notebook" constituted of questionnaire and support plans/methods to draw out their strength effectively.

Preliminary research was made of interview with eight elderly to lead their strength support and of the note usage trial with four person from September, 2003 to January, 2004. The research, strength plan making and evaluation using the note, was carried out with fifty two elderly by spot-check from February, 2005 to October, 2006.

The strength perspective was developed in US, but through the trial and error of these research, universal and Japanese local strengths of elderly, family and neighbor community became clear. We could also developed the interview method for strength perspective suitable for Japanese infirm elderly.

Key words : Strengths Perspective, Promotion of Healthy Life, The Elderly in the community, Social Construction