認知症高齢者に対してインターラクティブメトロノーム（IM）を利用した学習療法の検討

演者　田曹
共同研究者　澤田司、後藤博哉、勝田光明

【概要】
高齢化社会の問題の一つに認知症がある。医療界では様々な薬物療法の開発が進んでいるが、非薬物療法も重要であることが分かっている。非薬物療法のなかでも比較的手軽に行えるものとして学習療法がある。IM とは 1990 年ごろから研究が開始され、学習や発達障害と診断された子どもたちに大きな効果があり臨床研究が行なわれてきた。IM を利用して、認知症に対してどのような影響を与えるか検討した。

【方法】
IM はリズム(耳からの音)と運動(機器を叩く)のタイミングを合わせることに重点を置いていることが特徴であり、1000 分の 1 秒単位でのタイミングを合わせるトレーニングである。スコア表記され、数値が小さいほど、耳からの情報が運動動作の誤差が少ない。
対象者は、施設入所中の高齢認知症、5 人（女性 4 人)、平均年齢 78.6 歳、週 2 回トレーニングして、月ごとの平均を測定、1 年間にわたって検討を行った。

【結果】
5 人中 3 人が 12 ヶ月間、IM を継続することができた。1 人は 8 カ月間、1 人は 9 カ月間の持続であった。IM 開始時の IM スコアは平均 114 であった。8 ヶ月を経過すると IM スコア平均 83 まで低下して改善傾向であった。10 カ月で IM スコア平均 62.3 まで改善した。開始まえと比較して、paired t-test で $P<0.043$ と有意差をもって改善傾向となった。
　さらに、介護士によるヒアリングでは、ほぼ全例において、主観的意見で「楽しかった」「難しくなかった」の良かったという意見が多かった。一部に「ミスしたときに心が乱れる」という意見があった。客観的には、「笑顔が多くなった」「会話が増えた」「食欲が改善した」という意見があった。
【まとめ】
高齢認知症の方を対象に、IM を使用して認知行動が改善するかを検討した。10 カ月という期間を要したが、有意差をもって IM スコアが改善した。また、主観的、客観的にも好印象をもって実行でした。今後は IM を使用した学習療法だけでなく、認知行動改善させると言われる栄養療法も組み合わせ、少しでも健康寿命を延ばすような研究を行っていきたい。