

申請者	学科名	保健福祉学科	職名	准教授	氏名	坂野 純子
調査研究課題	Nature based rehabilitation (NBR) を活用した中山間地域活性化モデルの開発					
調査研究組織	氏名	所属・職		専門分野	役割分担	
	代表	坂野純子	保健福祉学科・准教授	精神保健福祉	統括	
	分担者	平井雄大 石井麻有子 笹原信一郎 服部真紀 矢嶋裕樹 Patrik Grahn	保健福祉学科・院生 たかせクリニック・客員研究員 筑波大学・准教授 清梁園・施設長 新見公立大学・講師 スウェーデン農業科学大学・教授	介護福祉 環境心理 産業医学 社会福祉 公衆衛生 環境心理学	NBRの設計と実施 NBRの設計 NBRの評価 NBRの実施 NBRの評価 NBRの設計指導	
調査研究実績の概要	<p>1. NBR研修会（資料参照）の成果</p> <p>研究代表者が昨年から共同研究を行っているスウェーデンの農業科学大学のPatrik Grahn教授を招聘し、スコネ県の失業者対策として実績があるNature based rehabilitation（以下、NBR）の理念と方法論についての研修を総社市昭和地区において実施した。さらに、県内においてNBRモデルの実施に向けた現地調査を行った。</p> <p>1) スウェーデンのNBRの臨床データに関する先行研究調査</p> <p>スコネ市では行政サービスの一環として、うつ病等の精神疾患による休職者を対象とするNBRプログラムを提供している。バストラ・ゴートランド地方では、ストレス性精神疾患により長期間休職していた従業員に対してNBRを実施し、NBRを行った患者の精神健康とウェルビーイングがプログラムとフォローアップ終了後に改善したかどうかを明らかにする目的で、病欠、受診頻度について、NBRモデルと一般的医療モデルとの比較をねらいとして、燃え尽き症候群、抑うつ症状、心配事、ウェルビーイングについて、国民調査と地域の調査のデータを用いて検討した。</p> <p>その結果、NBRグループでは燃え尽き症候群、抑うつ症状、心配事の数値低下とウェルビーイングスコアの上昇、そして医療行為の使用回数的大幅な減少がみられた。一方、一般医療のグループはこのような変化はほとんどなかった。二つのグループは違う方法でのリハビリテーションであるため、結果の一般化には限界があるものの、結論としては、NBRを用いたグループは、リハビリの効果が高く得られたことが示唆された。</p> <p>2) NBRモデルに沿ったプログラムの内容</p> <p>①対象と方法</p> <p>NBRプログラムは、自然分野から庭師や生物学者、医療・健康分野からはPT・OT・心理療法士、等といった人間が集まった多職種によるチームにて進められる。</p> <p>その時々々の季節に応じた園芸療法がベースになっていて、週ごとに自然保護区を歩いたり、絵画療法をおこなったり、グループでの会話を通じた治療、自然の中で心穏やかにしたり、呼吸法を用いたリラクゼーションを行い、自身のストレス要因とそれに対する自身の反応、そして体を動かすことで得る恩恵を知り、健康を保ち、リラックスする上でどれだけ自然の果たす役割が大きいかを学ぶ。</p> <p>NBRに参加しているメンバーの大半は精神科に入院し薬物治療を受けている。</p> <p>NBRプログラムは、前半と後半から構成され、フェーズⅠは16週間のリハビリテーションを行い、フェーズⅡはプログラム終了後12週間後に、復職後に症状の再発・悪化の予防のためにフォローアップを実施する。</p> <p>②期間：フェーズⅠ；16週間の間、週に4日、一日3時間。フェーズⅡ；12週間後、復職後に症</p>					

地域貢献への
反映を踏まえて
記述のこと

状の再発や悪化の予防のために行う。グループの規模：最大8人である。

③環境とプログラム内容

自然環境： 庭と温室、より自然に近い環境

自然の中での活動： 園芸、庭を散歩する、自然のものを使った手工芸品づくり

その他： 絵画療法、グループ内での会話の促進、リラクゼーション、ストレスと健康、生活習慣との関連性について

3) 昭和地区の養護老人ホームの入居者が提供するコミュニティカフェ「さわやか喫茶」が入所者に及ぼす効果に関する予備的研究

研究者らは、昭和地区にある養護老人ホーム（定員50名）において、入所者8名が自らお茶とお菓子を提供する入居者主導のカフェを月に一回実施している。本研究では、当事者がサービス提供者になる経験が、社会関係に及ぼす効果を明らかにするため、協力の得られた30名を対象にさわやか喫茶事業開始前と開始後6か月後の2時点で、自記式アンケート調査と聞き取り調査を実施した。調査項目は、愛着、社会的統合、価値の承認、信頼関係、指針、提供の機会の6領域から構成されるSPS (social provision scale) を用いた。さわやか喫茶の運営に参加している11名を「参加群」、運営に参加していない18名を「非参加群」として開始前と開始後6か月の尺度得点の変化を比較したところ、「非参加群」においては、開始前後の尺度得点の変化が見られなかったのに対して、参加群では、「SPS合計得点」と「信頼関係」「指針」「提供の機会」の各尺度得点の平均値が参加前後の6か月間で上昇がみられた。

今回の結果は、サンプル数が少なく、結果の一般化には限界があるものの、サービスの利用者から提供者へという役割の転換が、施設に入所する高齢者のアクティブライフにプラスの影響を及ぼす可能性が示唆された。