

地域在住高齢者に対する介護予防に資する回想法の有効性の研究

A Study of the Effectiveness of Reminiscence in Contributing to Preventive Care for Elderly Residents in the Community

梅本 充子・遠藤 英俊*

Mitsuko UMEMOTO, Hidetosi ENDO*

はじめに

介護保険制度がスタートして5年が経過し、制度全般に関する見直しが行われた。改正点では、軽度要介護者の増加やサービスの改善につながらない問題点をふまえ、介護予防としてのサービスの推進が重要なものになっている。また要介護高齢者のほぼ半数は、認知症が認められ、その6割は地域在宅高齢者であり、その増加も課題とされている。介護予防とは、高齢者が介護を必要としない状態を保つこと、すなわち要介護状態にならないようにすることであり、またいったん要介護状態になってもそこからさらに悪化させないことである。現在、介護予防プログラムとして、新予防給付として認められているメニューには、運動器の機能向上、口腔機能向上、栄養改善であり、身体的なものが中心になっており、認知症介護予防については、有効な手立ては示されていないのが現状である。それぞれのプログラムのメニューとしては、回想法のほかに音楽療法、芸術療法などがあるが、回想法の予防的介入によるevidence basedという視点からの実証は、皆無に等しい。本研究は、平成17年度、岐阜県恵那市明智町に日本で2つ目の回想法センターが設立され、研究事業の一環として、地域在住高齢者に対する介護予防に資する回想法の有効性の検証を目的としておこなったものである。

回想法と地域での回想法先行研究

回想法とは、懐かしい写真や生活用具などを用いてかつて自分自身が体験したことを語り合ったり、過去のことに思いをめぐらすことにより脳を活性化させ、生き生きとした自分を取り戻そうとする心理的アプローチである。回想法は1963年、R.N. Butlerによって提唱された。Butlerは高齢者が、人生を振り返るのは老年期に共通する内的経験、心的過程であると仮定し、回想を否定的でなく、むしろ自然で、老年期を健やかに過ごすための積極的な意味を持つものとして見出した。回想法は大きく分けて一般回想法(レミニッセンス)とライフレビュー(人生回顧)に分けられる。一般回想法は、喜び楽しみの提供、適切な刺激の提供、仲間づくりや世代間交流の場、生涯学習の場など、レクリエーション的要素をもちあわせており、一方ライフレビューは治療的側面が強い。対象者は、一般高齢者、認知症の高齢者、障害や疾患を持つ人など広い

* 国立長寿医療センター

適応があり、集団で行うグループ回想法（通常7名から10名）と個人回想法がある。さらにグループ回想法は、最初から最後まで同じメンバーで行うクロズドグループとメンバーが自由にかわるオープングループがある。施行回数は、一般に毎週1回、1時間、計8回から12回行われることが多い。またグループ回想法の場合、主にリーダー1名が参加者の話を引き出し、コ・リーダー2名がサポートしながら進めていく。回想法の効果は、個人内面の効果（自我の形成、自尊心の高まりなど）と対外世界への効果（対人関係の進展、生活の活性化など）をもたらす、表情豊かになるなど、情緒の安定にも影響を与えているといわれている（野村, 2000）。Butlerによって回想法が提唱されて以来、現在に至るまでアメリカ、イギリスを中心とした多くの研究、調査が行われている。Butlerによる初期の研究から回想法の基礎的研究回想法に関する研究、認知症高齢者へのグループ回想法に関する研究など看護、ソーシャルワーク、心理、精神医学、リハビリテーション関係の多職種の専門職によって行われてきた。

地域在住の健常高齢者を対象にしてグループ回想法を行った欧米の研究では、施設入居高齢者や在宅高齢者への研究があるが、どちらかという施設入居者を対象とした研究が多くみられる。地域在宅高齢者の研究ではSherman (1987) が、104人の健常高齢者を対象に①回想法グループA群（フォーカシングの技法を導入）②回想法グループB群（従来の回想法）③対照群を設定、人生満足度、自己概念、個別の回想の内容について比較検討している。その結果、実験群と対照群では、人生満足度、自己概念に関して有意差は認めなかった。ところが、回想の内容について、対照群は選択的で否定的な回想を回避する傾向があったのに比べ、実験群は否定的な回想を回避せずに包括的で、深い回想を生じる傾向が見られた。また回想の統合度に有意差が見られ実験群は対照群に、回想グループA群はB群に比し、回想の統合度が高いことが指摘された。またHaight (1988) の研究では、構造化されたライフレビューの効果を実証的に検討する目的で、認知機能障害が否定された、在宅健常高齢者60人に対して面接を行い、ライフレビュー群、友愛訪問群、対照群を設け比較検討した。その結果ライフレビュー群において心理的健康、人生満足度に有意な改善を認めたと報告し、対照群と比較し、心理的健康が改善されたとする報告がある。しかし、これまでの研究結果は一定でない。不一致が見られる理由として回想の定義が十分に明確でないことや対象者の条件が研究間で異なり比較が容易でないこと、また回想研究の方法論的な難しさが指摘されている（Merriam, 1980 ; Molinari, & Reichlin, 1985）。日本においては、これまで黒川、野村らを中心に多くが、認知症高齢者へのアプローチとして、あるいは施設や病院での臨床・調査研究が行われてきた。健常高齢者を対象とした研究の場合、特別養護老人ホーム入居者での回想グループ研究（野村, 1992）がある。地域在住高齢者に対する調査研究は、平成14年度愛知県北名古屋市に日本で初めて回想法センターが設立され、介護予防を目的とした研究事業の一環としておこなわれたものが最初である。この研究では地域在住高齢者を、健常高齢者群、虚弱高齢者群、軽度認知機能低下高齢者群の3群の対象者に分け、クロズド・グループ回想法を週に1回、1時間、計8回実施し、回想法参加群と非参加群で効果を評価している。評価の項目は、認知機能に関するもの（SKT・HDS-R・MMSE）や行動評価（NM・N-ADL・I-ADLなど）、QOL（SF36）、介護負担度（ZARIT）、抑うつ度（GDS15）、閉じこもりなど数種類で評価された。その結果、回想法参加群は非参加群に比べ、軽度認知機能低下群では介護負担度（ZARIT）、虚弱高齢者群では閉じこもり（外出頻度）やI-ADL・QOL（SF36）に有意差が得られた。また健常高齢者群では、QOL（SF36）・抑うつ度（GDS15）に有意差が得られている。さらに健常高齢者参加群の回想法前後の比較では、QOL（SF36）とともに認知機能（SKT）に有意差が得られている。

方 法

1) 対象者

岐阜県恵那市明智町、地域在住高齢者20名。日本大正村ボランティア活動を行っている健康高齢者を調査対象とした。回想法参加群10名、性別（男性3名、女性7名）年齢（61歳～78歳、平均70歳）、回想法非参加群10名。性別（男性1名、女性9名）年齢（61歳～76歳、平均67歳）、

2) 調査期間（H17年1月～H17年3月）

3) 調査項目

(1) 回想法セッション評価（回想法・毎回終了後）

ベンダーの継続記録表使用

(2) 回想法事前事後評価項目（事前・事後）

認知機能検査（SKT）、QOL（SF36・VAS）

(3) 逐語録

(4) 参加者への終了後アンケート

(5) 解析方法

統計解析はすべてSPSS11.0（spss社）を用いて行った。

変数の2群間の比較においてT検定および2元配置分散分析を行った。

有意水準は、両側5%未満とした。10%未満を有意傾向とした。

4) その他

調査にあっては、本人および家族へ説明後、同意書署名により調査同意を確認し、倫理的配慮を行った。

グループ回想法の方法

1) 準備：参加者募集（広報、個人的依頼）参加者への招待状、参加者への生活歴など聞き取り、出席表、名札、開始前と開始後お茶の準備

2) 回数：週1回、1時間、計5回のセッション施行

3) 場所・時間：公的ホール、時間帯は午後2時から3時。場所と曜日・時間帯は、一定にするように心がけた。

4) スタッフ：リーダー1名（筆者・心理士）、コ・リーダー2名（地域ボランティア1名・看護師1名）、記録者2名（保健師）、観察者（役場従事者）、カメラ撮影1名

5) 準備機器：ビデオ、ICレコーダー、カメラ

6) ミーティング：セッション終了後、評価・反省・記録・次回の打ち合わせ

7) 回想法のすすめ方（表1）

8) 回想法プログラム（表2）

表1. グループ回想法の進め方

*初回：オリエンテーション（インフォームドコンセント）と動機付け（招待状、参加簿など）自己紹介	
導 入：（リーダー）	あいさつ、会の説明、テーマの紹介
進 行：（リーダー）	指名、質問、傾聴、共感、受容、支持、繰り返し、軌道修正
	（コ・リーダー） 参加者へのサポート、リーダーや参加者とのつなぎ役
展 開：相互交流を促すための繰り返し、アンテナ、つなぎ役、道具・物品による情緒的 回想の強化	
まとめ：感想・次のテーマの説明、参加者へのお礼挨拶	
*最終回：振り返り（茶話会）、感想、思い出アルバム製作・新しい活動への展開など	

表2. 回想法のプログラム内容

回	テーマ	使用道具
1	自己紹介・春の行事の思い出	
2	遊びの思い出	お手玉、めんこ、すごろく、コマ、羽子板、 ビー球、おはじき、など
3	小学校の思い出	教科書（尋常小学校）石版
4	青春時代の思い出 グループの名前を決め ましょう	
5	思い出学校を振り返って（思い出アルバム作り） 終了式、手作り「からすみ」の食事会	これまでの写真、色紙、サインペン、のり、 マジック、からすみ

結 果

1. 回想法セッション評価

- (1) ベンダーの継続記録表による項目毎の結果(図1)である。1回目(初日)と5回目(最終日)をレーダーチャートにより示した。有意差($p < 0.05$)が見られた項目は、「参加意欲、積極性」、「喜び、楽しみなどの満足度」であった。いずれも初回より高い値を示したがとくに上記2項目については、平均点がアップした。「回想の発言内容の質」の項目については有意差は見られなかったものの初回平均点より高い値を示した。コミュニケーションの平均点は初回より高くかつ維持した。
- (2) ベンダーの継続記録表による回数毎の結果(図2)である。1回目と5回目と有意差($p < 0.001$)が見られ徐々に平均点は維持発展した。
- (3) グループの経過

初回は、参加者の中には、1時間前から集まった人もおり、参加者全員が意欲的であった。会が始まると、メモを持って書き留める様子やいったい今から何が始まるのかというやや緊張感が伺われた。先にリーダーは、参加者に挨拶、会の説明を行い、「自分が話したくない内容については、話さなくてもよいこと」、「いつでも自由に席を立っても良いこと」、話の内容については、「ここだけの話にしてプライバシーをまもる」ことなどについて簡単な約束事についても話をおこなった。リーダーから自己紹介を行い、参加者が自己紹介を始めると、全員が、話し手に耳を傾け、回想内容を共有しあい、ユーモ

回想法スクール セッションの効果

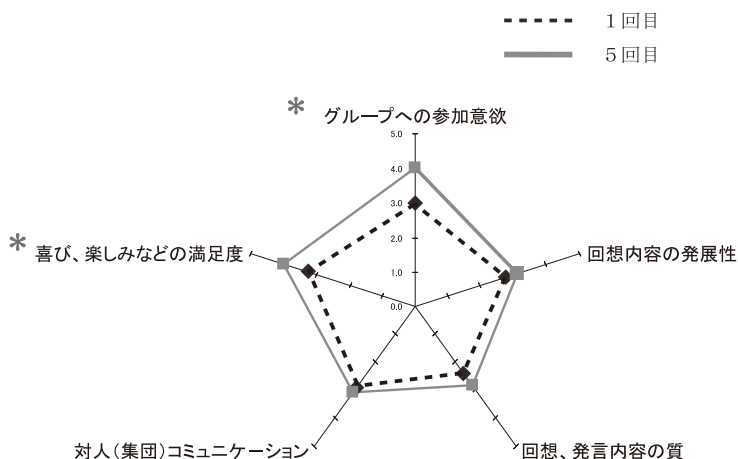


図1 セッション中の継続記録表による各項目の平均点 (1回目と5回目)

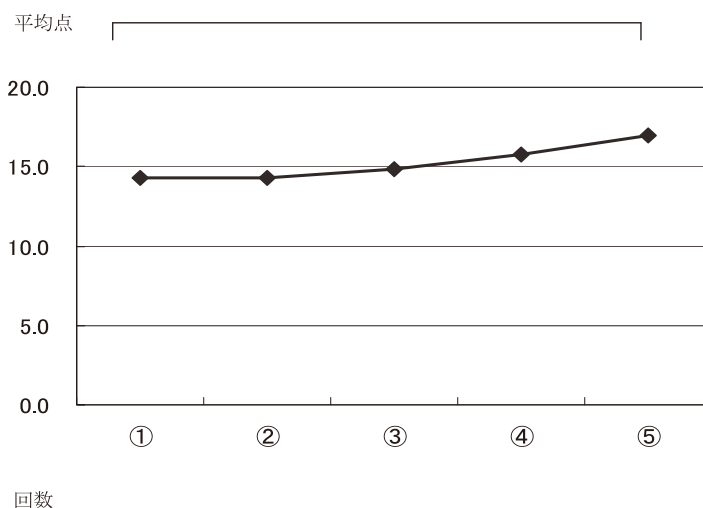


図2 セッション中の継続記録表による平均値 (1回目と5回目)

* < 0.05 *** p < 0.001

アを交えた話などから、徐々に緊張がとれていった。2回目は、表情が和らぎ、くつろいだ雰囲気であった。当日は、雪が降り、寒い日にもかかわらず1名の欠席者を除いて全員が出席した。また欠席者の理由も仕事の都合であり、便箋3枚に本日のテーマの「遊びの思い出」をびっしり書いて事前にスタッフに届けられた。雪にちなんだ遊びの思い出から始まった。参加者間の相互交流や身振り手振り、動的な回想が活発に見られグループの凝集性が高まった。3回目「小学校の思い出」は参加者の中で比較的若いグループ

(60歳前半) 3名と年配のグループで体験や考え方の違いなどその差異について話題が盛り上がった。年配の参加者が、若い世代の参加者へ「不自由ないときにそだつとで・・・」と発言する場面も見られた。4回目の青春時代の思い出では、軍隊での生活、軍事訓練、初恋、大恋愛、駆け落ち、恋愛結婚、知り合い結婚、洋画などが話題となった。1人の参加者は、駆け落ちの体験話を行い、辛く苦しい感情表現では、他の参加者同士の励ましや受容と共感があった。また「会の名前を決めましょう」ということでグループ全員が名前をいろいろと考えてきており、現在の季節とリーダーの名前にちなんで「梅組み」となずけた。会の名前が決まり、これからまたみんなで、この会を続けていきましょうと参加者自ら発言があった。最終回では、色紙にこれまでの振り返りとして写真や言葉を書き添えた。また参加者からのそれぞれの感想を述べられた。その中に、以下のような過去からのとらえなおしが数人から聞かれた。「皆さんの話を聴けて私はすごく苦勞してきたと思っていたが、皆さんも苦勞していて私だけが惨めではなかったとわかった」、「貧乏だった。自分だけだと思っていたが皆一緒と思うと楽しくなった」「先輩が多く御苦勞されたなーと。自分のは苦勞に入らないなーと思った」など発言がみられた。

回想法の最終回では、これまで一人ひとりが回想したもっとも懐かしい思い出を振り返り、その回想とともに、今後の夢や希望を写真や俳句にしたり、言葉にして色紙にまとめ、思い出アルバムを作成した。さらにグループ全体では、今後の活動として、グループが自主的に回想法の活用方法を議論する場面が見られた。回想法の参加者には、かつての職業に小学校の校長、教員の経験、保育の経験者、日本舞踊の師匠など多彩な職業のメンバーがいる。そのような経験から得られた意見では、子育て〔最近の親は子育てが下手〕支援に活用したり、教育に活用、観光案内に活用、古いものを保存する大切さを回想法でアピールするなど計画された。回想法終了後、回想法の修了証書が手渡されたが、その後、グループでは自主的に「同窓会」と称して、級長を決め1月に1・2回、回想法センターに集まり、さまざまな行事や活動を実施している。これまでの活動を示すと「七夕の行事」、「回想法センターの草取り」、「戦後60年の節目を記念し、戦前・戦中・戦後について回想」、「級長自らの特別の料理、うなぎ茶漬けと歴史・言い伝え等の講義」回想法センターでの展示」など定期的(月2回)集まりと回想法が自主的に続いている。

図-3 SKT-M (記憶力) の結果

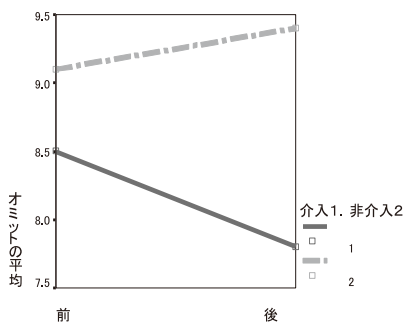
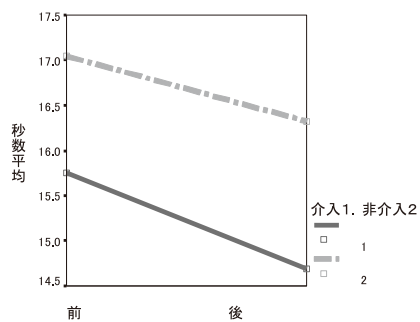


図-3 SKT-A (注意力) の結果



2. 回想法事前事後調査結果

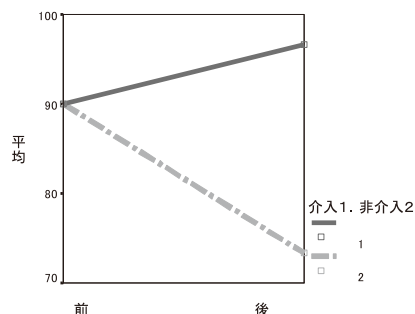
(1) SKT認知機能検査

回想法の効果をSKT認知機能検査で測定した。SKTはドイツから取り入れられた最新の認知機能検査であり、ごく軽い認知機能障害のある高齢者にも敏感に反応する特徴がある。SKT-M（記憶力）SKT-A（注意力）SKT-T（合計点）として示す。認知症と判定されない点数は、記憶力が0～1点、注意力0～2点、合計点0～4点とされ、得点が高くなるほど認知症の障害が重くなることを示す。上記得点の評価ではほとんどの参加者が正常範囲で差がないため、評点を記憶力はオミットの数で、注意力は平均秒数で比較した。回想法参加群の前後についてSKT-T（合計点）では、変化は見られない（ 0.3 ± 0.7 ）が、記憶力のオミットの数と注意力の秒数の平均値ではそれぞれ、平均点の改善がみられている。回想法の参加群と非参加群の比較において、記憶力のオミットの平均値（図3）では非参加群は平均点の悪化傾向がみられる。参加群は、改善が見られている。注意力の秒数の平均値（図4）についても参加群は、非参加群より平均点の改善が見られている。

(2) SF36 (QOL)

SF36(Medical outcome study Short-Form36-Item Health Survey)では身体機能、精神的健康、社会生活、身体的な・不快など健康関連の8つのQOLを測定する。得点は、100点満点で0～100点で得点の高いほどよい健康状態を示す。参加群と非参加群の比較において有意な傾向（10%水準）が見られた項目は日常役割機能（精神）（図5）であった。また参加群の前後においては有意差は見られなかったものの身体機能が(Mean±SD)前（ 83 ± 16.8 ）から後（ 90 ± 7.45 ）へ、日常役割機能（精神）が前（ 90 ± 22.5 ）から後（ 97 ± 10.5 ）へアップした。回想法に参加した群では、8つの下位尺度いずれにも多少の差はあるものの全体に改善が見られていることがわかった。参加群の1名（k氏）は、SF36が著しく改善が見られた。全体健康感以外の7つで事後に改善が見られている。改善の幅の狭いものでも「体の痛みのなさ」20ポイント最も幅の大きいものでは、「日常役割機能」の66.7ポイントであった。改善された7項目では平均で42.2ポイントの上昇が見られ、他の9名に比べ著しく改善された。この参加者については、初回より参加意欲が高く、欠席してもテーマに関する自分の思い出を事前を書いてリーダーに渡したり、記憶に残る文集など持参されたり、発言も非常に多く見られた。

図-5 SF36日常役割機能（精神）結果



(3) VAS (QOL) VAS (visual analog scal) は7つの質問項目について0点から100点までの直線状に適切と思われるところに×印をつける主観的評価表である。健康感、気分、幸福感、人間関係の充足感、経済的満足度、生きがい感などを測定する。点数が高いほどQOLが高いことを示す。VASについては、有意な結果は得られなかった。全体的に参加群のほうが非参加群よりも事前事後とも点数が高い傾向が見られた。参加群のうち2名は、4項目、事前事後の変化が20ポイント以上見られている。全体の平均値では、「夫婦や家族、子供、孫との仲はうまくいっていますか?」「すべてを総合して自分がどのく

らい幸福だと思いますか？」という項目で上昇が見られた。

(4) 回想法終了後アンケート結果

回想法終了後のアンケート結果において「回想法スクールに参加していかがでしたか？」という問いではアンケートに答えた高齢者全員7名が“楽しかった”と答えている。また「スクールの時間・回数は適当でしたか？」では、“短すぎる”と答えた人は5名「スクールに今後も参加したいですか？」全員7名が“参加したい”の回答を得た。「参加して何が良かったと思われますか？」では、“みんなで語り合えてよかった”、“いろいろな話が聴けてよかった”などの回答があり、「回想法スクールを経験して何か変化はありましたか？」では、“だんだんスクールにくるのが楽しくなった”と6名が答えている。

考 察

1. セッション中の評価

セッションの効果については、最初から各項目は高い点数であった。特に「対人コミュニケーション」の項目は、高得点であった。参加者の全員が、ボランティア活動を現役でおこなっていることも影響していると思われる。1回目と5回目の比較結果では、「グループの参加意欲」や「喜び・楽しみ満足度」などに有意差がえられた。参加意欲については、ほとんど参加者に欠席がなかったことや参加時に何らかの思い出の品物を持参したり、テーマにそっての思い出について何を話そうかと準備をされていたり、回想法セッション外にも互いに思い出について話をされていたりという熱心さからもうかがい知ることができる。また「喜び・楽しみなどの満足度」については、毎回の回想法の終了後の感想の中で、「家では、昔のことを話してもまた昔話といわれるので思い出してもいけないが、ここは話せるからいい」「話すことがいっぱいあって何から話そうかと思う」などの言葉や表情さらに終了後のアンケート結果からも示された。

初回は、リーダーの役割として、緊張や不安をいかに軽減するかが重要となる。自己紹介にあたっては、リーダーの自己開示がモデル的役割を果たすといわれる。また参加者間の自己紹介は、互いの出身地や生い立ちなど共通する部分を発見するなど安心感につながり、仲間意識につながっていくと思われる。長田(1989)の調査によれば回想法の内容で最もよく思い出すこととして5人に1人が「戦争体験」をあげている。戦争を境とした体験の違いは、共感しあえる仲間としての重要なポイントとなっており、今回の毎回のテーマにおいても必ず戦争に関連した話題が回想された。戦争の体験は、過去を分かち合える相手の有無と回想の量に大いに関係し、相互交流が促されるものと思われる。リーダー、コ・リーダーは戦争に関連した時代背景を知るとともに参加者の「想い」にも心を寄せる必要があろう。“だんだんスクールにくるのが楽しくなった”というアンケートの結果からもわかるように、回を重ねるごとになじみの関係が強化され相互交流によるコミュニケーションが活発化されることや過去の体験を話したり聞いたりすることにより受容と共感から仲間意識が芽生え、喜び楽しみの感情が強化されるものと思われる。また高齢者は、子どもの頃の時代ばかりを思い出すわけではなく、青年期、中年期のことを思い出すことが多い(Merriam, Cross: 1982, 長田: 1989)ことも示されている。駆け落ちを体験した参加者は、青年期の過去の苦しかった体験を語ると同時に「今は幸せ」と現在の自分を肯定的にとらえている。過去の体験から現在を見つめなおし、「子どもには好きな人と結婚しなさいといえる」という発言もあり、将来の自分や子どもの世代まで深く関連づけられていることが示唆される。また社会参加と自主グループ活動への発展は、過去から現在

へ現在から未来へ目標や夢に向かってその人らしく、よりよく生きる自己実現につながっていくものと思われる。またグループとのつながりを得ることで地域全体の社会的活動へつながる可能性を示唆している。

2. 認知機能やQOLの改善

認知機能 (SKT) と QOL (SF36) の 2 項目に有意な結果が示された。QOL については、参加群が非参加群に比べ、日常役割機能 (精神) が有意な傾向を示した。認知機能は、統計的な有意差は示されなかったが、記憶力・注意力ともに平均点の改善が見られている。海外での研究結果では、対象者の条件や定義、方法などに違いもあり、比較することは困難である。しかし、これまで国内における愛知県北名古屋市の研究事業 (2002) によるグループ回想法 (クローズド) の過去の研究データからは、認知機能 (SKT) や QOL の改善も示唆されている。本調査結果は、5 回という短い実施期間にもかかわらず、愛知県北名古屋市の過去のデータを支持する結果が示されたといえる。

おわりに

今回の参加者は、ほとんど全員が、身体的・精神的・社会的にも活動度の高い高齢者である。ボランティア活動やさまざまな社会的な役割活動を続けている。このような活動が、継続または発展し続けるためには、社会に参加しているという役割意識や仲間づくりが欠かせない。回想法は、認知機能障害の介護予防のみならず、ロバート・パトラーのいう「プロダクティブ・エイジング」に向けてより積極的な生産的・創造的な活動であるといえるのではないかと。回想法を手がかりに、高齢者自身が、継続的かつ自発的にその人らしく、自己実現できるようなサポートが重要と思われる。今後、さらに介護予防のための回想法の有効性を検証していきたい。

要 約

H16年1月～2月、岐阜県恵那市で、地域在住の健常高齢者60～70歳代、男性3名、女性7名を対象にクローズド・グループ回想法を5回行った。その結果、参加高齢者にポジティブな変化がみられ、生きがいつくりとしての自主的なグループ活動に発展した。回想法の効果は、セッション評価として、ベンダーの継続記録表により測定した。項目毎による1回目と5回目の比較では、「参加意欲、積極性」、「喜び・楽しみなどの満足度」の項目に有意差 ($p < 0.05$) が見られた。セッションの回数毎による結果では1回目と5回目で有意差 ($p < 0.001$) が見られた。また認知機能 (SKT) の効果を参加群と非参加群で比較した。有意差は得られなかったものの、記憶力において、非参加群は悪化傾向にあるにもかかわらず、参加群は改善傾向が見られた。注意力は同様に参加群が非参加群より平均点の改善が見られた。QOL (SF36) の効果を参加群と非参加群で比較し、日常役割機能 (精神) に有意な傾向 (10%水準) が見られた。参加群では、事前事後で8下位尺度いずれにも改善が見られた。以上の分析から、本調査は、5回という短い実施期間にもかかわらず、これまで日本における回想法8回の実施による知見と同様、認知機能 (SKT) や QOL への効果が示唆された。

文 献

- Bulter R N : The life review : An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26 : 65-76.(1994)
- Erikson E H, Erikson J M, Kivnich H Q (1986) / 朝長正徳・朝長梨枝子 (1990) : 老年期 生き生きした
かかわりあい. みすず書房, 東京.
- 野村豊子 : 回想法とライフレビュー : 中央法規出版, 112-143, (2000).
- 回想法・ライフレビュー研究会編 : 回想法ハンドブック中央法規出版, (2002).
- 愛知県 師勝町 : 思いでふれあい (回想法) 事業報告書, (2002)
- 岐阜県 恵那市 明智町 : 恵那市明智思いめぐり (回想法) 事業, (2004)
- Haight BK : The therapeutic role of a structured life review ; Process in homebound elderly subjects.
Journal of Gerontology, Psychological Sciences,43(2) : 4-44 (1988).
- 黒川由紀子 : 痴呆老人に対する回想法グループ. *老年精神医学雑誌*, 5 (1) : 73-81 (1994).
- 黒川由紀子 : 老年期における精神療法の効果評価ー回想法をめぐってー, *老年精神医学雑誌*, 6 (3) : 315-329(1995).
- Merriam, S. B : The concept and function of reminiscence : A review of the research.
The Gerontologist, 12, 39-48. (1980).
- 野村豊子 : 回想法グループの実際と展開ー特別養護老人ホーム居住老人を対象としてー : *社会老年学*, 35 : 32-46
(1992).
- 野村豊子 : 痴呆性高齢者への回想法, ーグループ回想法の効果と意義ー, *看護研究*, 長田由紀子・長田久雄・井
上勝也 : 老年期の過去回想に関する研究 1. *老年社会学*, 11, 183-201 (1989)
- Sherman E : Reminiscence groups for community elderly. *The Gerontologist*, 27(5) : 569-572 (1987).