

認知症高齢者の外出時の行動特性に関する基礎的研究*

Basic Research on Behavior Characteristics of Elderly Persons with Dementia on Public Streets*

沼尻恵子**・林隆史***・三浦研****

By Keiko NUMAJIRI**・Takashi HAYASHI***・Ken MIURA****

1. はじめに

高齢化が加速される中、認知症高齢者は増加しており、厚生労働省の推計によれば、2030年には350万人、高齢者の10人に1人は認知症になるとされている。

単身高齢者や認知症高齢者が認知症高齢者を介護するいわゆる認認介護も視野に入れ、今後急増すると予想される軽度の認知症高齢者が、在宅で自立した生活を継続していくため必要不可欠な外出をできるだけ長く可能とするための空間整備が求められている。

アルツハイマー病に代表される認知症とは、脳機能の障害部位や程度によって様々な症状があるとともに、その個人の過去の経験や生活環境によって複雑に症状が表出するものである。市街地における高齢者や障害者に対応したバリアフリー等の空間整備の研究は多数あるが、認知症高齢者の特性に着目した研究は殆ど存在せず、建築物内部環境に関する知見¹⁾にとどまる。

本研究では、これら認知症高齢者が実際にまちを歩く際に、どのような特性を持ち、どのような課題があるのか等について、具体事例やアンケート調査を通じて明らかにし、認知症高齢者の特性に配慮した空間整備に関する考察を行った

2. アンケート調査

(1) アンケート調査方法

認知症高齢者の外出時の行動特性の把握を目的とし、実施した。(表1)

表-1 アンケート概要

| | |
|--------|--|
| 実施時期 | 平成21年1月～3月 |
| 配布・回収数 | 配布1500通、回収451通(回収率約30%) |
| 対象者 | 自力で歩ける軽度な認知症者を主な対象としているが、グループホーム入居者等の重度者も含まれる。 |
| 回答者 | アンケート対象者とともに外出するなど、認知症高齢者の日常生活状況を把握している家族介護者等 |

*キーワード：計画基礎論、空間設計、

歩行者・自転車交通計画、交通弱者対策

**正会員、財団法人 国土技術研究センター

(東京都港区虎ノ門3-12-1ニッセイ虎ノ門ビル、

TEL03-4519-5006、k.numajiri@jice.or.jp)

***正会員、同上、(t.hayashi@jice.or.jp)

****正会員、大阪市立大学大学院生活科学研究科

(大阪市住吉区杉本町、TEL&FAX06-6605-2871)

アンケートは、日常生活に関するアンケートと、外出の様子に関するアンケートの2種類で構成される。(表2)

表-2 アンケート項目

| | | |
|-------|----------------------|---|
| 日常生活 | A アンケート対象者 | 年齢、性別、要介護度、認知症診断の有無、病名、視力、聴力、利き手 |
| | B 日常生活動作 | 歩行、食事、排泄、更衣、入浴 |
| | C S S D S の設問 (45項目) | ・認知症の危険因子(高脂血症、糖尿病等)に係る項目(6項目) ・認知症の境界徴候項目(12項目) ・中核症状の軽度項目(4項目)及び重度項目(4項目) ・異常行動、異常心理などの周辺症状(19項目) |
| 外出の様子 | 1. 外出の状況 | 1-1外出頻度 1-2一人で外出するか 1-3気候に対応した服装の選択 1-4外出時に携帯するもの |
| | 2. 外出時の様子 ※は自由記述有り | 2-1歩道を歩くか 2-2歩道がない場合、道のどこを歩くか 2-3歩いている時の様子 2-4交差点における赤信号の立ち止まり 2-5信号の無い交差点での横断時の左右確認 2-6車の接近の気づき 2-7外出時に知人に会った場合の対応 2-8外出先の目的地を覚えているか 2-9頭の中に地図はあるか 2-10外出時に目印にしているもの有無※ 2-11帰宅できなくなったことの有無※ 2-12疲労を感じているか 2-13時間の長さを認識しているか 2-14休憩の場所と選んだ理由※ 2-15外出したがる場所とその理由※ 2-16外出時のトラブル、ハプニングの発生状況※ 2-17一人で外出する際に気をつけていること※ |
| | 3. 環境整備に向けての希望 | 3-1環境整備に向けて望むこと 3-2意見等※ |
| | 4. 回答者自身 | 性別、年齢、対象者との関係、住まいの住所、住宅の形式、居住年数、アンケート記入日 |

本アンケートの特徴は、歩行自立度や認知症重症度と、外出時の様子の関係についてクロス分析を行ったことである。

認知症重症度は、認知症本人に対する「質問法」か、医師等による「観察法」で判定されるが、医師等でないと入手の難しい数値である。そのため、本研究では、玉井医師²⁾の開発したアンケート形式で重症度を測れる「SSDS (Screening Scale For Dementia Severity)」の項目を日常生活アンケートの設問に組み込んでいる。

(2) アンケート結果

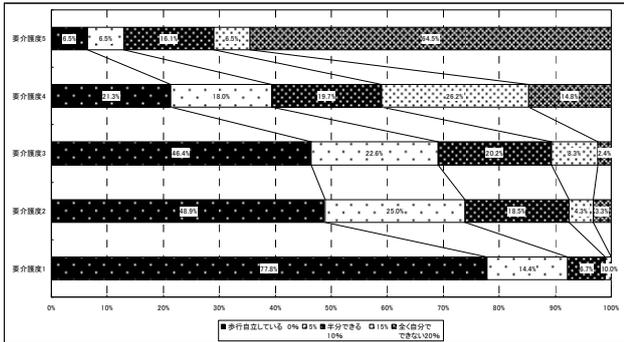
a) 外出の状況

・要介護度と歩行の自立度を見ると、要介護度1で8割弱、要介護度2・3で半数近くが自立しているなど、要介護度に対し歩行の自立度が高い。(図1)

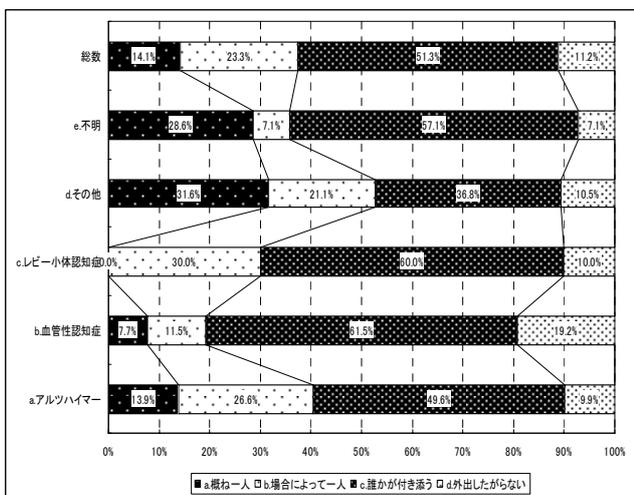
・「アルツハイマー病」のうち、4割の方が「概ね一人」または「自宅の近所など場所によっては一人での外

出」が可能である。(図2)

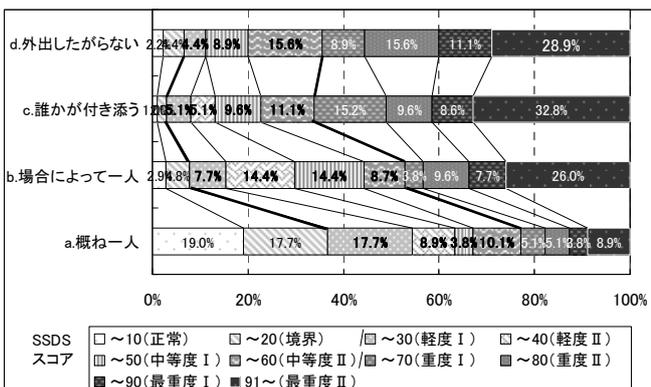
・SSDSスコアで重度以上になると「外出時に誰かが付きそう」割合が6割以上となる。(図3)



図一 要介護度と歩行の自立度との関係



図二 疾病と外出の状況

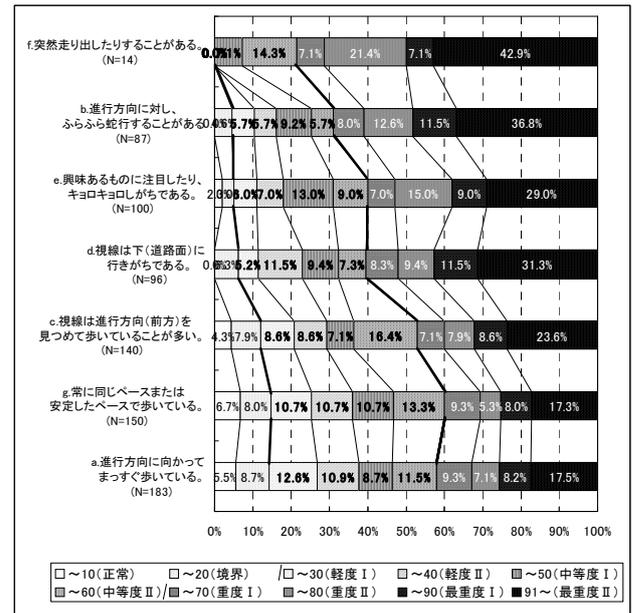


図三 認知症重症度(SSDSスコア)と外出の状況

b) 歩行の特徴

・SSDSスコアで認知症軽度なら「a.進行方向に向かってまっすぐに歩いてくる」、「g.常に同じペースまたは安定したペースで歩いている」「c.視線は進行方向を見つめて歩いている」と安定した歩行状態である。認知症重症度が上がるにつれ、「d.視線は下(道路面)に行きがち」、「e 興味あるものにキョロキョロしがち」の

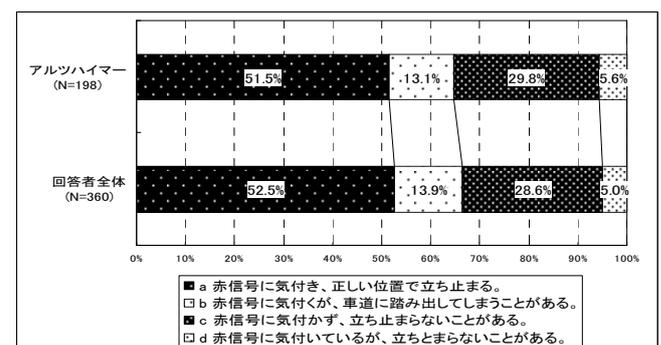
割合が増え、さらに「b.ふらふら蛇行」、「f.突然走り出す」となる。このように重症度と歩き方の傾向が把握された。(図4)



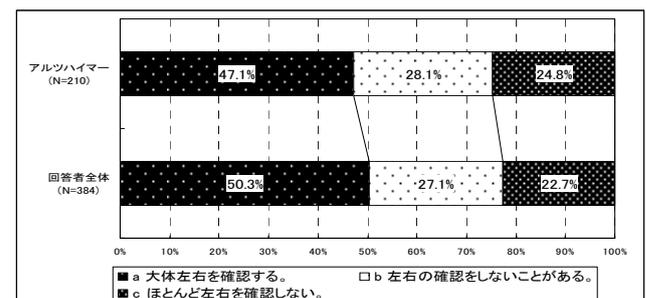
図四 認知症重症度(SSDSスコア)と歩き方

c) 交通事故リスクの状況

・約半数は、「赤信号に気づき」、「正しい位置で立ち止まる」。
 ・一方で残りの半数は、「赤信号には気付くが車道に踏み出してしまふ」、「赤信号で立ち止まらない」、「左右の確認をしない」ことがある。(図5、図6)これらは、まち歩き調査でも確認されている。



図五 赤信号での立ち止まり



図六 信号の無い交差点での左右確認

d) 服装選択との関係

- ・SSDSスコアで認知症中等度以下では「気候に応じた洋服を選択」することが可能であるが、重度以上になると「選択できない」割合が高まり、7割以上が自宅の服装のまま外出してしまう。(図7)
- ・「洋服を選択できない」場合、「赤信号で止まらないことがある」という交通事故リスクの高い方が半数以上存在する。(図8) 横断時の左右確認についても同様の傾向となっている。

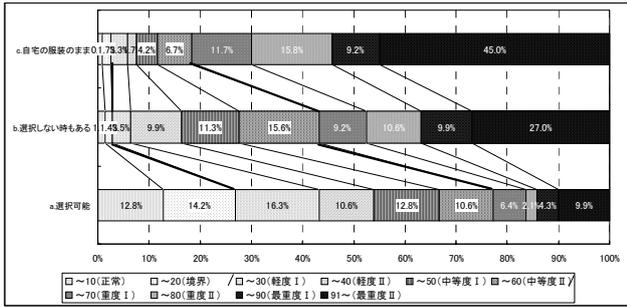


図-7 認知症重症度と気候に応じた服装選択

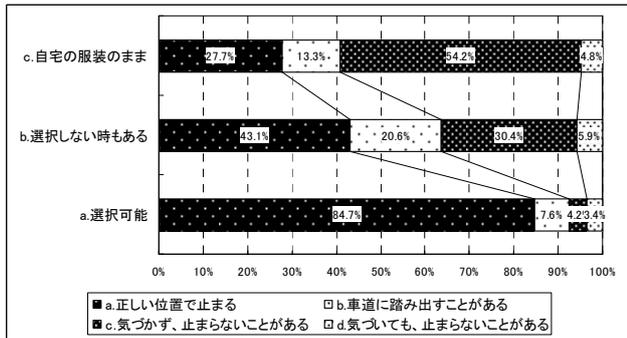


図-8 服装選択と赤信号の立ち止まり

3. まち歩き調査

(1) まち歩き調査方法

認知症高齢者の外出時の行動特性の把握を目的とし、認知症高齢者の外出に同行し、ビデオ等で記録を撮り、観察調査を実施した。調査の共通化を図るため、事前調査の内容や、歩き方記録の取り方等を整理した調査マニュアルを作成した。(表3)

表-3 調査マニュアルの項目

| 大項目 | 中項目 |
|-----------|-----------------|
| 事前調査 | 対象者の選定 |
| | 対象者のプロフィール等の確認 |
| | 調査場所(ルート)の検討・設定 |
| | 調査場所(ルート)の状況確認 |
| まち歩き調査の実施 | まち歩き前の確認 |
| | まち歩きの実施 |
| | まち歩き後のチェック |

(2) まち歩き調査結果

- ・5名(男性3名、女性2名)及びグループホーム入居者(各4~6名)の外出時調査2回を実施した。
- ・まち歩き調査は、個人の属性や疾病、設定したルート等に大きく影響されることが特徴である。
- ・調査結果として、会話には支障がなく、方向感覚もあるにもかかわらず、交差点で左右確認をしない、赤信号でも横断しようとする、交差点で車道に踏み出して信号を待つ、車道を歩くなど、交通事故リスクの高い行動が実際に観察された。
- ・例えば、信号を認識しない(できない)で、赤信号に気付かず道路を横断しようとした場合、これが、1) 認知症の疾病(脳機能障害)によるのか、2) 個人の属性(これまで信号を確認しなくてもよいという過去の経験があった)によるのか、3) 空間構成(信号が高くて見えにくい場所にある)によるのか、という3つの視点で分析していく必要があることが明確になった。

4. 認知症高齢者の外出行動特性を踏まえた環境整備に関する考察

(1) アンケート結果等からみる環境整備への期待

- ・一人で外出した際のトラブルやハプニングの回答のうち半数が「転倒」に関する回答であり、予想以上に転倒のトラブルが多いことが明らかとなった。
- ・「ベンチ」や「縁石やガードレールなどの座れる場所」で休憩している方が約8割存在し、「歩いている道の途中や近くにあること」を理由に挙げている方が7割弱存在する。このことから、歩いている道ばたに休憩できる場所を確保することが望まれている。
- ・今後の環境整備に期待することとして、半数以上が「疲れた時に休憩できるような場所やトイレなどの整備」や「歩道の整備など安全に歩ける空間整備」を期待している。(図9)

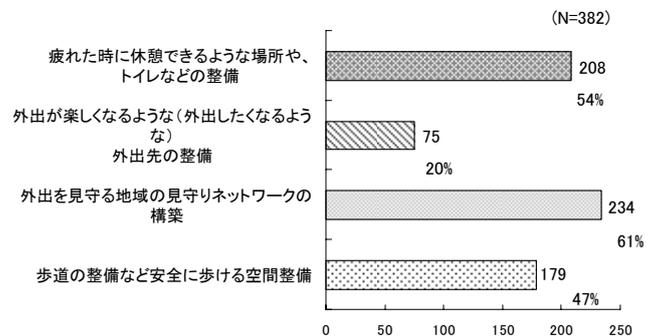


図-9 今後の環境整備に望むこと

・なお、まち歩き調査において、一人で外出している方は、普段の外出途中に休憩しない傾向であった。これは、歩行自立度が高く休憩する必要がない、あるいは休憩せずに歩ける距離で外出をしている、または疲れたからと

いて、臨機応変に休憩することが難しい、休憩しているうちに目的を忘れてしまう危険性があることなどが考えられる。

・一方、グループホームの入居者の日課である外出では、職員が付き添うため、ルート上に休憩場所を設定している。また、アンケートでは、外出する際に必ずトイレの場所を確認するという介護者の意見が多く聞かれた。

(2) 環境整備に関する考察

a) 認知症重症度に応じた外出状況に対応する空間整備

・認知症重症度に応じて異なる外出状況（一人～付き添いが必要なレベル等）に応じた空間整備が必要である。

・認知症が軽度で一人で外出する場合、特に交差点等における安全の確保が重要であるとともに、迷いにくい環境整備が求められる

・重症度が増して帰宅できなくなるなど、介護者が付き添う外出レベルの場合は、介護者の立場に配慮した環境整備（トイレや休憩場所の確保）が求められる。

・さらに認知症が進行し車いすを使用する場合、車いすを押す介護者の立場に配慮した環境整備（バリアフリー化）が必須である。なお、外出時の「転倒」のトラブルが多いことから、段差の解消などのバリアフリー化は、全ての認知症高齢者にとって必要であると言える。

b) ハードとソフトの両面からの取り組み

・外出時のリスクをハード整備だけで全て回避することは困難である。そのため、地域の見守りや緊急時のネットワークの構築といったまちづくり（ソフト）の取り組みも併せて進める必要がある。

・気候に適した洋服を選択できず「夏なのにコートを着て歩いている」認知症高齢者は、事故等のリスクが高いため、適切に対応する取り組みが重要である。

c) 外出の習慣化に連動した取り組み

・認知症は老化とともに進行するものであるが、認知症であっても習慣化した行動は継続しやすいとされている。認知症以前からある程度習慣化した外出ルートを意識し、そのルート上における事故等のリスクが高そうな場所（交差点等）を把握し、あらかじめ対策を検討しておくことなど、自宅からの外出が可能な状態を可能な限り長くするための取り組みが求められる。

5. 結論

認知症高齢者の外出時の行動特性として、以下が調査データ等により明らかにされた。

・外見上からは認知機能が低下していることがわからないが、認知症の疾患によって、外出時における交通事故等にあうリスクが高く、迷いやすいという課題を抱えて

外出をしている認知症高齢者が多数存在することが明らかとなった。

・気候に応じた服装を選択できないと、交通事故リスクが高まることがデータとして裏付けられ、服装選択が安全な外出の一つの判断指標となること。

・認知症の症状は、疾病や個人の属性に影響されるとともに、まち歩き時に表出する現象は、空間（環境）のしつらえにも影響をうけるため、分析にあたっては、疾病、個人の属性、空間構成の3つの視点が必要であること。

・「転倒」するトラブルが多いなど認知症高齢者にとってもバリアフリー整備が重要であること、歩道の整備など安全に歩ける空間整備に対する期待が大きいこと。

一方で、検討すべき課題としては、以下が挙げられる。

・市街地環境や家族状況などによって異なる在宅生活を可能にするために支えるべき外出とは何かについて、外出実態の把握等により見極める必要がある。

・日や時間帯によって症状が異なるまだらぼけや進行性の認知症等の特性について、一人で安全な外出が可能であるレベルの見極めができるようなチェック項目やツールの開発などが必要である。

・安全上問題のある行動の原因に対し、疾病、個人の属性、空間構成の3つの視点からの分析を行うことで、認知面に障害を抱える認知症高齢者に配慮した空間整備のあり方について、引き続き検討をする必要がある。

・空間整備だけでなく、迷った場合に使用する機器等の活用や交通安全面でのドライバーへの周知などについても併せて取り組んで行く必要がある。

家に閉じこもることは、認知症の進行を加速させると言われている。認知症高齢者の外出を促進した結果、事故の増加につながらないよう配慮しつつ、急増が予測される軽度認知症高齢者の在宅生活を継続させるための安全な外出を可能にする環境整備等について、今後も研究を継続していく必要がある。

参考文献

- 1) (財) 国土技術研究センター：平成 19 年度在宅・長寿の我がまちづくり調査報告書
- 2) (財) 国土技術研究センター：平成 20 年度認知症高齢者へ配慮した空間整備・まちづくりのあり方に関する調査研究（1）、2）とも厚生労働省老人保健事業推進費等補助金による調査研究

¹ PEAP 施設に入所している「認知症高齢者への環境支援のための指針」など

² 敦賀温泉病院 理事長 玉井顯
(参考文献1)、2)の研究会委員)