動物介在活動による
身体的・心理的効果に関する研究

連携先：NPO法人アニマルセラピー協会

保健福祉学部看護学科　准教授　山中道代

県立広島大学
Prefectural University of Hiroshima

研究の背景

- アニマルセラピーは，生理的・身体的効果，心理的効果，社会的効果の大きく3種類の効果があるとされており，1970年代から欧米を中心に本格的な研究が進められている。
- 認知症高齢者に対しても効果があることが示唆されている。
- しかし，アニマルセラピーに関する研究や報告は，個別事例や少数事例が多く，数量的に評価されたものが少ないことも指摘されている。

目標

- 高齢者に対して動物介在活動を実施し，その身体的・心理的効果を明らかにする。

- 動物を使った高齢者ケアの普及につなげる。また，将来的には動物介在療法の実施へとつなげていく。

◆研究の成果は，国内外の高齢者ケアに有益な示唆を与える。
◆本研究は，緩和ケアの領域への発展を視野に入れている。

【目標達成のために必要な事項】
- 継続した調査・研究の遂行
- 国内で行われている動物介在活動に関する情報収集

動物介在活動の実施

- 内容
  - 犬とのふれあいおよび，レクリエーションなどのアクティビティ
- 実施
  - 訓練された犬とともに，資格を持ったトレーナーが実施。
    NPO法人アニマルセラピー協会が実施。
  - 大型犬～小型犬が参加
  - 毎月1回，40～50分
- 参加者
  - サンライズ港町に入居している高齢者　4～5名

県立広島大学
Prefectural University of Hiroshima

調査方法

動物介在活動の実施

【対象者】
ケアハウスに入居する高齢者

【実施協力】
NPO法人
アニマルセラピー協会

【認知機能】
HDS-R

【身体的データ】
バーセルインデックス

【心理的データ】
GDS，STAI，POMS，自律神経，笑顔度

【その他のデータ】
睡眠，AAAへの反応評価

【調査協力施設】
サンライズ港町

1回/月の頻度で，実施している。
各回5～10名の参加がある。

【期待される効果】
①効果的な動物介在活動の実施への示唆を得る。
②高齢者の身体的，心理的機能の維持につながる。
③動物介在活動の効果を多くの施設へ波及することへ貢献できる。

情報収集：ドッグセラピー普及協会

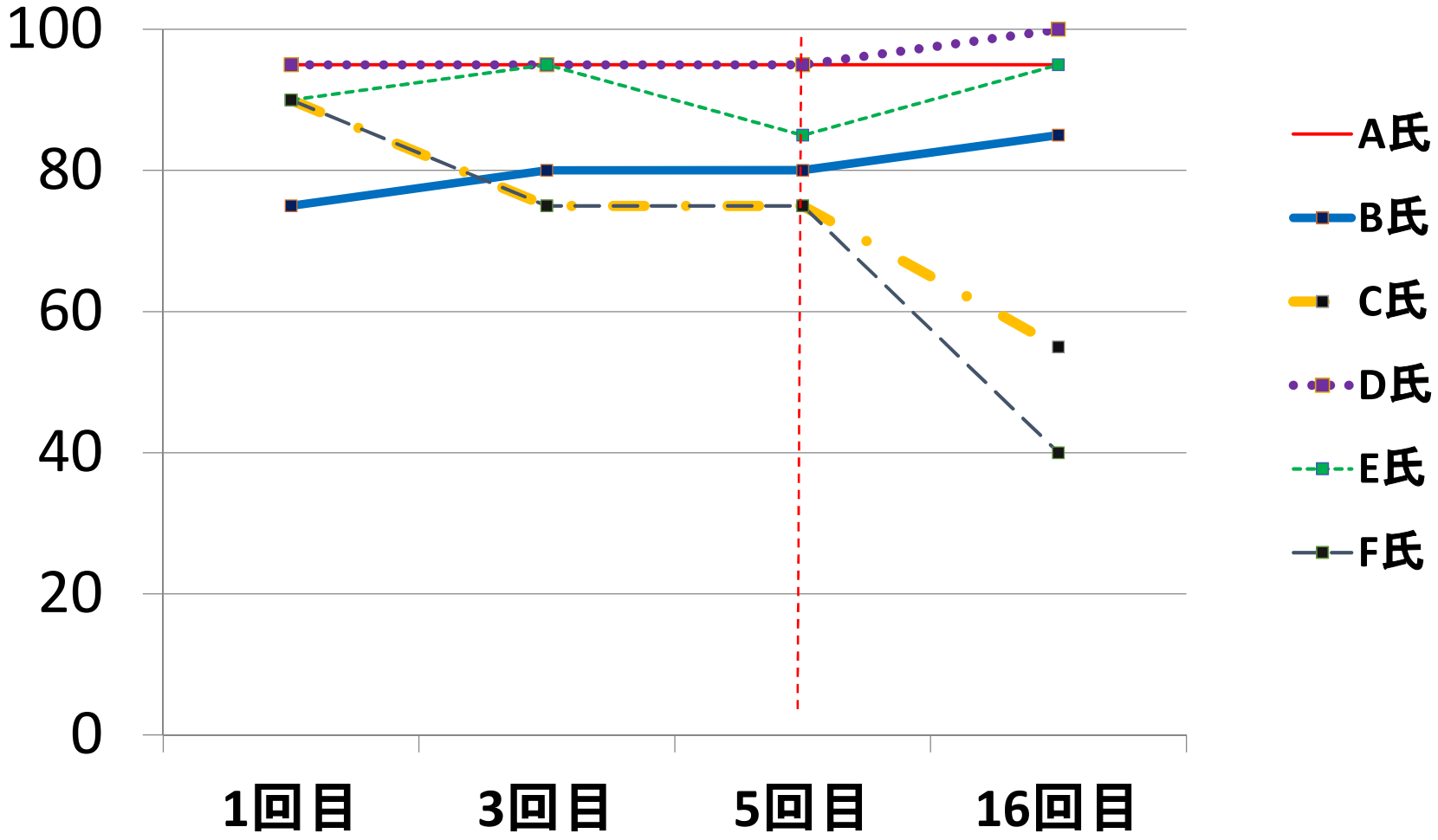
- 2015年9月10日
- セラピー犬の育成からセラピーの実施までを同一の施設内で行えるようなシステムが構築されていた。
- セラピーの評価方法を確立していた。
- 今後，我々がアニマルセラピーを普及していくにあたり，介入効果の評価も含めたセラピーの実施方法を考案する必要がある。
- セラピーが実施可能な施設の確保も課題であり，セラピーの安全性と効果を明確にすることが必要である。

情報収集：学会参加

- 第8回動物介在教育・療法学会への参加
- 日時：2015年11月6日（金）～8日（日）
- 学会に参加し，アニマルセラピーとその効果についてはエビデンスが不足している状況であることが確認できた。動物を介護・医療の現場に招き入れる事への抵抗もみられることから，普及のためには明確なエビデンスを示す必要がある。

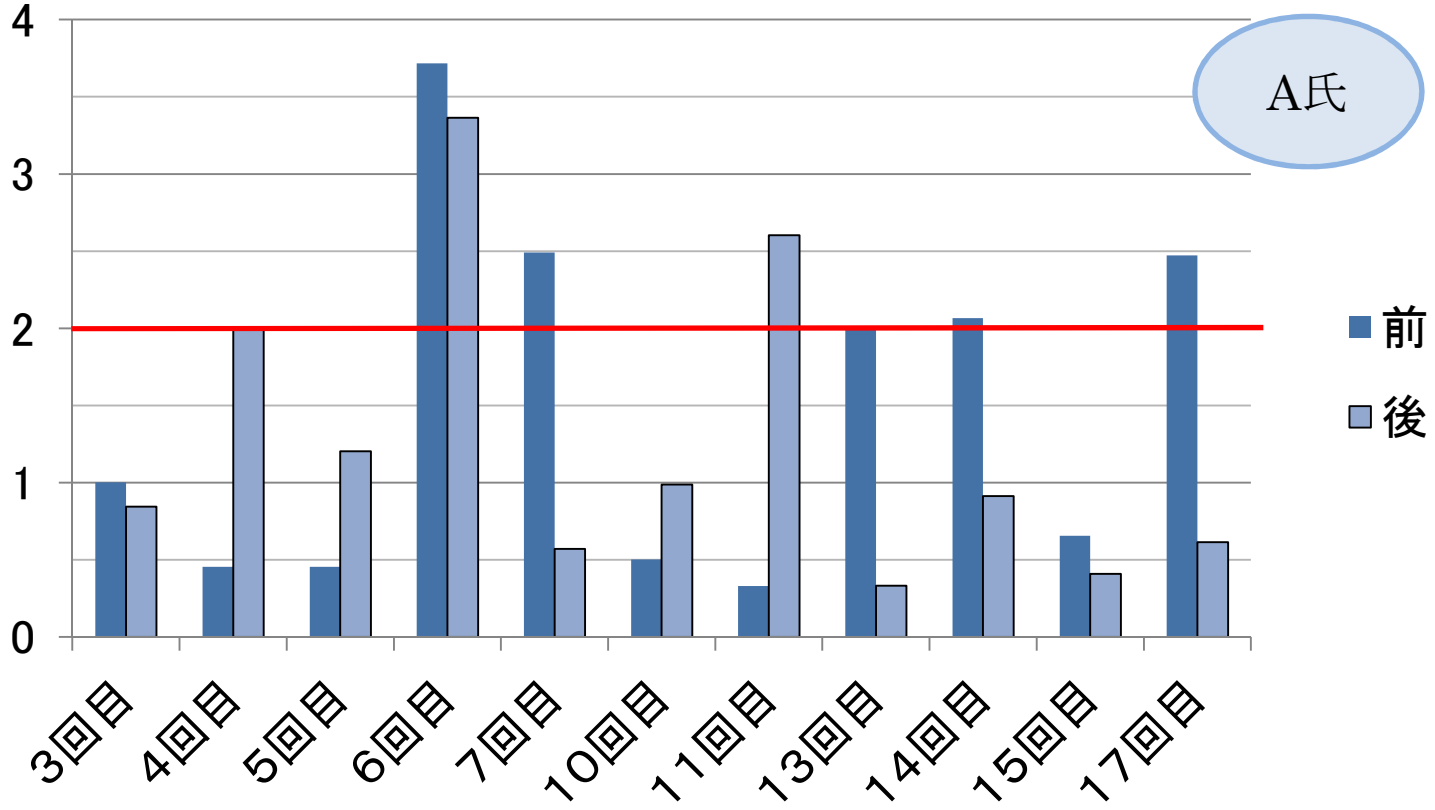
- 日本がん看護学会への参加
- 日時：2016年2月20日（土）～21日（日）
- がん患者へのアニマルセラピーの効果に関する報告はみられなかった。2025年には，どの国も経験のない超高齢化社会を迎えるが，高齢者を対象とした研究は少なく実践に活かすことのできる研究が求められている。

身体機能の評価
バーセルインデックスの変化



自律神経（LF/HF）

★2以上の値は，緊張が高いことを示す



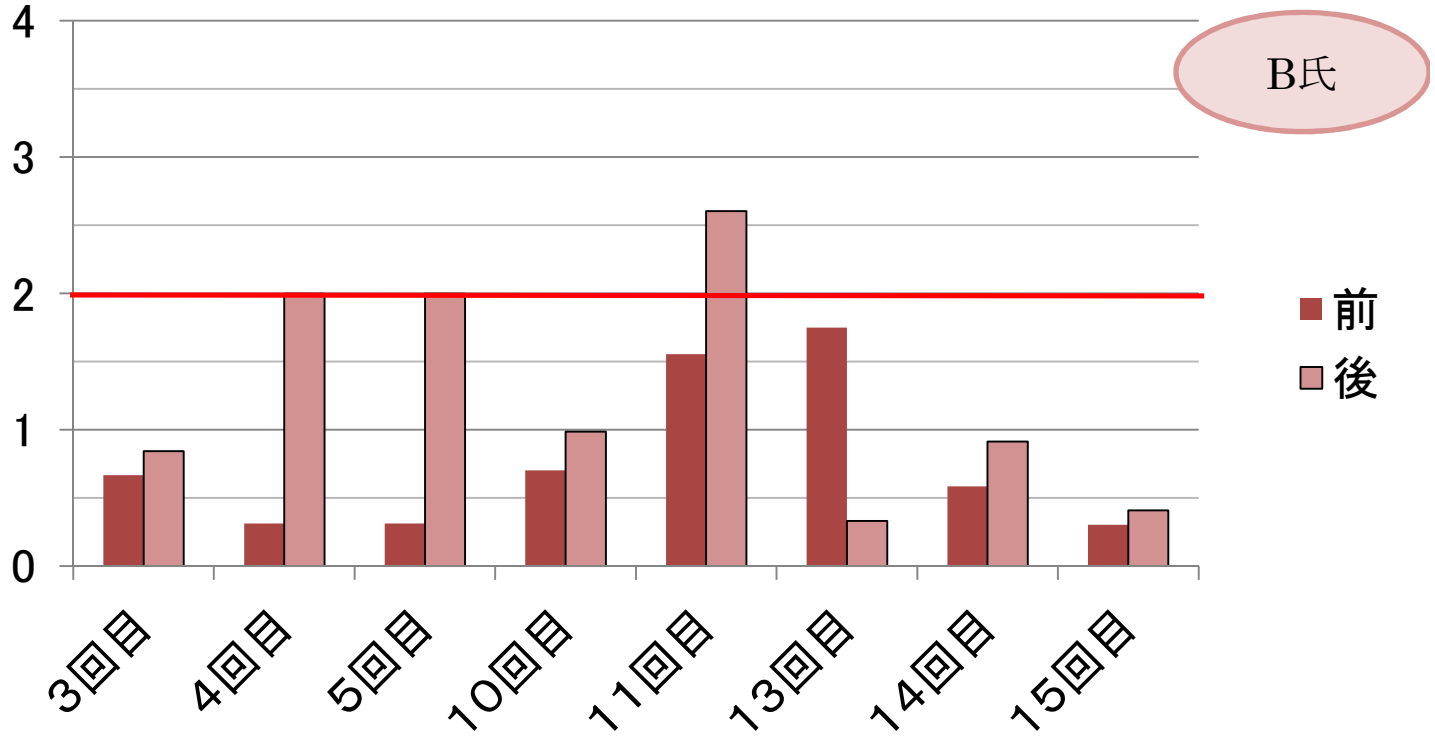
・7回目，13回目，14回目，17回目は，実施前後で数値が大幅に減少し、基準値2を下回った。

↓

動物と共に活動することで、緊張状態から落ち着いた状態に変化した。

自律神経（LF/HF）

★値：2以上で過緊張を示す



・特に実施前に値が低かった4回目、5回目は実施後に大幅な値の増加が見られた。

↓

適度な刺激となり、注意・集中力が高まった。

刺激の少ない認知症高齢者に対して，良い刺激となっている。

睡眠状態の評価

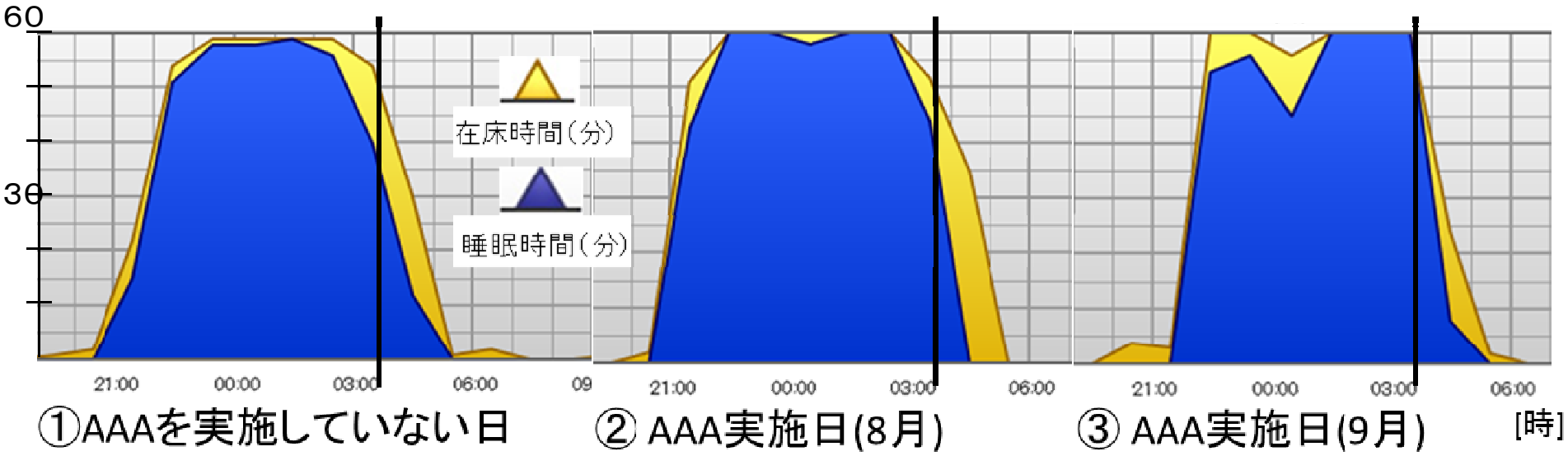
Ａ氏の睡眠に関するデータの比較

	平均 睡眠時間 (時間.分)	平均 熟睡度 (%)	平均 寝つき (分)	平均 離床回数 (回)
AAA実施日 （2日間）	6.04	92.0	8.00	0.50
AAA以外の イベントがあった日 （16日間）	5.40	90.0	8.00	0.50
イベントも AAA実施もない日 （32日間）	5.50	90.0	8.00	0.50

わずかであるが，動物介在活動を実施した日の睡眠状態がよい。

睡眠の評価②

A氏の睡眠時間と覚醒時間の経時的グラフ
（睡眠トレンド）



動物介在活動を行った日は，トイレなどで覚醒しても
すぐに寝付くことができている。

動物介在活動に対する思い

カテゴリー	サブカテゴリー
犬に対する「快」の思い	犬がかわいい
	動物（犬）の存在自体がいい
	犬を見るだけでもいい
	触れ合いたい
懐かしいという思い	好きではないが、飼っていた
	昔、飼っていた
犬と関わりたいという思い	参加者同士では話さない
	犬との交流を優先したい
負担感なく参加できるという思い	強制的ではない
	「飼う」責任なく、犬と関われる

社会的効果については，さらに検証が必要。

結果の公表

- 平成28年6月24日，第19回看護福祉学会で結果を発表した。
  - 動物介在活動が身体機能に及ぼす影響
  - 認知症高齢者に対する動物介在活動の効果
  - 動物介在活動が高齢者の睡眠に与える影響
    ―動物介在活動を実施した1事例の分析から―
  - 動物介在活動に継続参加する高齢者の思い
- 三原市チャンネル，市民いきいき健康広場で研究の取り組みと，動物介在活動の効果について取り上げた。
  - 三原市のホームページから閲覧できる。

県立広島大学
Prefectural University of Hiroshima

まとめ

- 動物介在活動を継続することで，身体機能の維持が期待できる。
- 緊張が高い状態を落ち着かせることができる。
- 認知症高齢者に対しては，注意・集中力を高める効果が期待できる。
- 良好な睡眠を提供できる効果が期待できる。
- 社会的効果については，介助者が意図的に関わる必要がある。

動物介在活動の効果について，客観的な指標を用いた評価が行えた。さらなる検証は必要であるが，これらの結果を動物介在活動の普及に活用していきたい。

今後の活用

- 研究結果を基にした根拠を示すことで，動物介在活動の普及に努める。
  - NPO法人アニマルセラピー協会との協同
- 明確なエビデンスを得るために，対象者を増やす。
  - 有料老人ホーム「あすなろ苑」での導入を進めている。
- 障がい者やがん患者を対象とした効果についても検討を行う。

県立広島大学
Prefectural University of Hiroshima