

米国における「キルトと健康」に関する 研究の実際と高齢者施設での取り組み

広島文化学園大学大学院看護学研究科

鮎川 昌代, 成 順 月

キーワード：キルト，健康，伝統芸術，伝統教育

Key words: Quilt, Health, traditional arts, tradition education

■ はじめに

女性は長寿ではあるが健康寿命は短く，他人の介助を受けながら暮らす方が多い。介護を受けず，自立度を維持しながら長生きできるようにするには，要介護のリスク要因である認知症・抑うつ予防対策を考えることは急務である。

広瀬（2005）¹⁾ は「相談する場所や人がいない孤独な高齢者が増加する」と述べている。また，心身の衰え，社会的役割喪失，配偶者との死別や親しい人との別離，故郷を去るといった精神的な財産の喪失など『対象喪失』を経験していく割合も高くなっている。西原（2002）²⁾ は，「男女とも配偶者と比べて，配偶者と死別した者は平均余命が短く，罹患率，死亡率が高い」と述べている。近年増加する自殺の原因も，配偶者の死から耐え難いさまざまな身体症状や健康障害を引き起こし，特に女性高齢者は，社会的孤立傾向におかれ，うつ状態から自殺企図へ繋がっていると言われて

いる。女性高齢者の抑うつは，身体機能だけでなく，主観的幸福感，ソーシャル・サポートや人間関係など心理，社会的要因が関連していると報告されている。

海外では，1980年代から認知症予防に有効と発表されている集団キルトづくり（キルティング・ビー）を行っている（鮎川 2011）³⁾。特に，米国では，歴史的に集団力動に有用とされる集団キ

ルト作り（キルティング・ビー）を活発に行っている。著者は長年キルト普及員として，老人会でキルトづくりの指導をしている。そのなかでキルトを始めてからますます元気になる高齢者を多く見てきた。また，配偶者の死に直面した女性高齢者が，キルトに取り組むことで，その悲嘆を克服し，サクセスフル・エイジングに至ることを経験した（Ayukawa 2009）⁴⁾。

そこで，われわれは，女性高齢者の認知症や抑うつの予防対策として，キルト作りを地域支援プログラムに取り入れ，地域社会ネットワーク形成の場としての機能を持つプログラム（キルティング・ビー）の開発を計画している。そのため，キルトの歴史，キルト研究，そしてキルトと健康に関する研究について調べるために，キルト文化が根ざしているアメリカを訪問してきた。以下，訪米中に学ぶことができた内容について報告する。

■ 研修概要

1. 研修目的

本研修の目的はアメリカにおけるキルトの研究の実際とその特徴を理解することである。ミシガン州立大学医学部家庭医学科，ミシガン州立大学附属美術館とネブラスカ州立大学大学院，インターナショナルキルトスタディセンターに1週間滞在し，キルトの研究ならびにキルト研究センター施設で行われる，キルトに関わるすべての

作業に参加や見学した。また、キルトに関わるキュレーターにインタビューを行い、キルトと健康に関わる情報を収集し、今後の共同研究を目指した打合せを行った。さらにロサンゼルスの Keiro Senior Health Care に付属している4施設を訪問見学し、そこで行われているさまざまなアクティビティについて説明を受けると同時に、スタッフへのインタビューを行った。キルトと健康に関する

研究の実際と高齢者施設におけるアクティビティとしての手芸の取り入れ状況についての2部に分けて報告する。

2. 研修日程

研修プログラムの日程は表1で示した通りである。

表1. 米国におけるキルト研修プログラム

月日	研修期間、プログラム、交流人物
2013 年 8 月 9 日	ミシガン到着後、Dr. Clare Luz の招待により home dinner にて。 ミシガン州立大学医学部の Dr. Clare Luz 、Dr. David Stowe と dinner をしながら「キルトと健康」に関する研究の現状について話し合い
8 月 10 日	9:00～・地域伝統フェスティバルに参加 ・ミシガン州立大学の付属美術館見学、 ミシガン州立大学 Quilt Study Center の見学とキルトの収集方法・保存方法や歴史のレクチャー ・キルトに関する出版物の紹介と背景についての説明 ・キルトショップ、キルト教室の視察 13:00～・地域伝統フェスティバルに参加 ・ミシガン州立大学の付属美術館の館長である Dr. Marsha MacDowell、Marry Worrall (Assistant Curator)、研究者の Dr. Beth の3人と研究会議 1) これからの「キルトと健康」に関する共同研究への打ち合わせ 2) 現在計画しているミシガン州立大学の高齢者研究についての説明 3) 上記の高齢者研究に共同研究者としての参加への依頼に承諾
8 月 11 日	9:00～・地域伝統フェスティバルに参加 ・子ども向けの伝統手芸展示ブースの見学 午後：ネブラスカへ移動
8 月 12 日	ネブラスカ州立大学(UCL)付属インターナショナルキルト研究センターと付属美術館を訪問 9:00～12:00: 美術館長兼大学教授 Dr. Patricia Crews と打ち合わせ 12:00～13:00: Lunch をしながら UNL 大学院博士課程学生 Miranda と Liana と研究についてディスカッション 13:00～15:00: 美術館のキュレーター Carolyn Ducey の案内によるキルトコレクション種類、保存方法についてのレクチャー 15:00～17:00: 美術館のコミュニケーションコーディネーター Laura Chapman の案内と説明によるキルト展示館の見学

	17:00~17:30: 美術館の新任館長 Dr. Alice Kinsler と翌日研修内容の確認 19:00~24:00: Dr. Alice Kinsler が提供した資料のまとめ
8 月 13 日	9:00~12:00: UNL 博士課程学生 Marin Hanson の研究報告 「アメリカ家族の中国人養子受け入れ過程におけるキルトによる不安とストレス軽減について」の研究 11:00~12:00: Dr. Alice Kinsler による "Resources offered by Hospice Foundation relative to quilts and healing" についてのレクチャー 12:00~13:00: 美術館のキルト WEB サイトの利用方法、コンピューターソフトによるキルトパターン - の作成方法の研修 13:00~14:00: UNL の農学部で自作の作物で作った学食の試食 14:00~16:00: UNL の施設見学 (主に Textiles, Merchandising & Fashion Design)
8 月 14 日	ロサンゼルス・カルフォルニア州へ移動
8 月 15 日	Keiro Senior Health Care 施設の見学 Keiro Retirement House の見学 ・ Healthy Aging 部門の事務局長 Dianne Kujubu Belli による Keiro senior health care 施設の説明と案内 ・ キルトを含む手芸、コンピューター、ダンス教室、ガーデニングなど趣味活動ができる設備の見学 ・ Keiro Retirement House の管理者 Takeshi Oishi による本施設の創設者である Yu Wada 氏の創設時の功績と歴史、経営と管理についての紹介
8 月 16 日	・ Keiro Care Home の見学 ・ Healthy Aging 事務局長 Dianne Kujubu Belli、Keiro Retirement House の管理者 Takeshi Oishi と一緒にランチミーティング
8 月 17 日	・ Keiro Senior Health Care/Retirement House の視察
8 月 18 日	・ Keiro Senior Health Care/Retirement House の視察
8 月 19 日	・ Keiro Nursing Home/ Special Care Unit の見学 ・ 認知症・アルツハイマーケア病棟の見学 ・ 栄養管理者（日本人）から、嚥下障害の評価方法、リハビリ、嚥下食の紹介、認知症・アルツハイマー高齢者の栄養と摂取方法の工夫の説明

■ 報告

1. ミシガン州立大学とネブラスカ州立大学における「キルトと健康」に関するリサーチの実際

1) ミシガン州立大学の「キルトと健康」リサーチの実際

ミシガン州立大学では、1987年からキルトに関する研究と教育プロジェクトを進めてきた。「MICHIGAN Quilts」と言う出版物を通して、キ

ルトの歴史や文化について市民に伝えていた。彼らは、(1)文化財マップとしてのキルト、(2)ミシガンキルトの意思と伝統と革新、(3)伝統アーティストとしてキルターを掲げて、教育プロジェクトを計画していた。このプロジェクトは、①ミシガン州のキルトの展示、②地域の教育プログラムへの紹介サービス、③学校プログラムで民俗芸術、④教育プロジェクトでの民族の生活としてのキルト支援などが含まれており、現在も続けている。

その中で、キルトと健康の関係に気づき、ミシガン州立大学医学部家庭医学科と、ミシガン州立大学付属美術館が協同で、キルトと健康についての研究を始めた。

(1) 先行研究

- ① 古い作品キルトについて、作った人たちにインタビューを行い、キルトが人々の生活にどのような影響があったのかを調べた。
- ② 遡及的研究方法を用いて、ミシガン州立大学の学生や美術館のスタッフらが、キルターやその家族を追跡訪問し、写真を撮ったり、インタビューを行ったりしながら、カタログやカルテを作成した。(図1. 2)
- ③ アルツハイマーや認知症患者への思いを込めて家族が作り上げたキルト作品に対して、その意味を分析すると同時に、キルトをすることによって、どのような心情の変化があったのかについて、詳細な分析を行った。その結果、グリーンケアに有効であることが分かった。たとえば、子供を亡くした母親、認知症の親を抱えた子供が、キルトを作る過程でどのように気持ちの変化があったかについて、質的研究を実施した。現在も事例検討を続けているところである。

(2) 現在の研究

- ① キルト作品展示会を通して、他の地域や学校と連携を取り、ミシガンキルトの技術を市民に伝えていくプログラムを進めている。
- ② 地域のキルター組織が、キルト芸術作品と芸術者を通して、伝統的芸術としてキルトを地域住民の教育プログラムに取り入れている。
- ③ 学校での伝統芸術としてのキルトを取り入れたプログラム

伝統芸術者としてキルターが学校における芸術者として活動している。地域文化の誇りとして、芸術的伝統としてのキルトの普及を促していた。地域の芸術者を増やして、彼らの能力を発揮する場所を確保することも狙いの1つである。

- ④ 伝統的キルトを取り入れた生活の教育プロジェクト

ミシガン伝統芸術を理解してもらう、また社会研究の大学教育を強化することができる。キルト作品展示のような伝統芸術祭を続けることで、この伝統を次の時代につなげている。伝統的生活と伝統芸術を用いて、昔のものを再現し、たとえばキルトを作ることを通してアメリカの伝統を再認識する。

特にミシガン大学で行っているプロジェクトは、影響力があるキルトを作るために、新しい原動力となっている。

ナショナルキルトの雑誌の発行、専門のキルターの養成、キルトのワークショップ、キルトクラブを作るなど、様々な取組を行っている。伝統的なことをしている人たちと、新しいことをしている人がコラボレーションでキルト作りを変化させている。



図1 ベッドサイズキルトはロールして保存



図2 小物キルトは写真とカルテを付けて保存

- 2) ネブラスカ州立大学大学院とインターナショナル・キルト・センター&ネブラスカ州立大学付属美術館の「キルトと健康」リサーチの実際

(1) キルト技術について

古いコレクションと新しいコレクションについての研究は、これらの分野に興味を持っている学部学生が主に行っている。大学院生は、キルト作成がどのような素材からできているか、どのような技術で作られたか、デザインはどうであるかの3つの研究分野に分け、それぞれ興味がある研究分野を選ばせている。色、デザイン、時代、布の素材、すべてが研究対象となる。

(2) 歴史に焦点を当てた研究 (図3～7)

- ① Ernest Hate に対する研究を通して、昔はキルト作りが家族に対する思いを伝える大事な手段の1つであったことが示唆された研究。
- ② 集団で一つのキルト作品を作ることは、コミュニティ形成や赤十字のフレンドシップにつながる有効なアプローチであることを示唆した研究。
- ③ 小さい地域のパッチワークパーツを集めて大きな兵士用のベツカバーキルトの分析を通して、キルトは戦争のような厳しい環境においても、集団のパワーを発揮し思いを伝える有効な手段であったことを示唆した研究。
- ④ キルトの作品形態や素材を詳細に分析することで、その同時の社会経済状況などのバックグラウンドを推測することが可能である研究。

(3) Marin Hanson

“100 Good Wishes Quilt” study.

インターネットを經由して中国から養子を迎える18組のアメリカ人キルトファミリーを対象とし、ストレスや不安の軽減に対するキルトの効果についてインタビュー方式で調べた研究である。養子を迎える為に作るキルトは、親子共にその祖国中国の文化を学ぶための大切なコネクションになっている。養子の故郷の伝統文化を取り入れながら、養子に対する思いをこめたキルトは、養子を受け入れる親のストレスや不安の軽減にも効果があるとの結果が得られた。また布をいただいた方たちとのコミュニティとの繋がりにおいても有効であると報告した。キルトの効果については、① 感情的なサポートとしてのキルト、② 強い文化の接続としてのキルト、③ コミュニティの絆としてのキルト、として効果を評価している。

しかし、質的研究結果であるため、今後さらに実験的研究に発展する予定である。

(4) Alice Kinsler, PhD, Executive Director: “Loss Quilt” study.

キルトには年齢と関係なく様々な喪失感を軽減させる効果があった。そのことは移民時代に故郷のパターンを使って、牧師にキルトを作り送ったカードに記されていることから始まっていた。教会の日曜学校を通じて、

- ① コミュニティを作って悲嘆表現
- ② コミュニティやキルトクラス、特別養護老人ホームを通じ活動
- ③ 心地よいキルト (周りがキルトを作ってあげ

ることによる他人への慰め)

- ④ 自分の気持ち考えを伝える (目的を持って作るキルトの達成感と癒しの効果がある)
- ⑤ 集団でおこなうプロジェクトで資金を集める遺族の喪失感・悲嘆に対してのキルト作成による、ホスピスや在宅ケアにおけるなど研究が行われている。

キルターは家族が多い・幼いころから人形のキルト服から始まる。これは文化の中で非常に大事な部分となっている。ネブラスカ州立大学大学院は、アメリカ1位のキルトの収集場所でありキルトの最先端研究と教育を実践している。



図3 大学院生の研究成果



図4 室温・湿度を管理したキルト保管室



図5 1枚ずつキルトを平らに保管できる



図6 ボランティアによる箱に保管のキルトのたたみ返
(1枚につき2回/1年)

アが200名で、高校生・大学生の単位取得になるため、学生の空いた時間で24時間ローテーションが組まれていた。



図8 裁縫用のハウス



図7 キュレーターと美術館視察



図9 栄養士とアクティビティと嚥下について
ディスカッション

2. 高齢者施設 Keiro Senior Health Care のアクティビティとしての手芸の実際

Keiro Los Angeles とは、非営利組織であり、莫大な寄付とボランティアで成り立っている。施設は大きく3つに分けられている。

1) リタイヤメントハウス

定年退職し自立した高齢者の施設で、できることを見つけて行えるように広い土地の中に活動の設備が整えられていた。(図8. 9)

一つの建物は手芸用に作られ7台のミシンと、大きな作業台が2か所にあり、寄付された全色の糸や古着がきれいに収納されている。館内中のスタッフやレジデントのすそ上げや、繕いを一手に引き受け役立つことで感謝もされている。

2) ケアハウス

少し援助が必要な高齢者の施設では、ベースボール・フットボール・コンサートのチケットの寄付が毎日あり、それに参加させてくれるスタッフはすべてボランティアによる。

3) 2つのナーシングホーム

ベッド総数300床、スタッフ300名中ボランティ

■ 日本における実践への示唆

米国においても、「キルトと健康」の研究は、始まったばかりであり、研究の殆どがインタビューによる事例研究であった。本研修成果は、地域高齢者の介護予防対策として、キルトを取り入れたプログラムを、計画している我々の研究には、貴重な基礎資料となる。さらに、今後、日米協同で研究を続けていくことで、他の手芸にはないキルトの効果を、高齢者の健康維持やグリーフケアに活かせることができる、有効な介入プログラムの開発につなげていくことが期待できる。

謝辞

本研修は、JSPS 科研費25463536の助成を受けたものです。

研修を受け入れてくださったネブラスカ州立大学付属インターナショナルキルト研究センターと付属美術館長 Dr. Patricia Crew, ミシガン州立大学付属美術館長である Dr. Marsha MacDowell, 高齢者施設 Keiro Senior Health Care 施設の皆さまに深くお礼を申し上げます。

引用文献

- 1) 広瀬寛子:【体の病気の心理的援助】がん患者のカウンセリング 患者と家族への援助. 臨床心理学 5 (2) : 174-179, 2005.
- 2) 西原由記子: 遺された人たちを支える. 自殺予防と危機介入, 日本自殺予防学会誌, 23(1), 14-19, 2002.
- 3) 鮎川昌代. キルティング: ビーのアメリカ文化における癒し: 看護・保健科学研究誌, 1 (4), 247-253, 2011.
- 4) Ayukawa M: Efficacy of quilting in the recovering process of grief associated with loss of a loved one for elderly in japan. March22-27. The 30st Annual Conference for the International Association of Human Caring, Nursing Care Models 2009.