

# 高齢者の忘却に関する認識の特徴

## ——半構造化面接による検討——

堤 聖月 神戸学院大学心理学部

**Characteristics of recognition about forgetting in older adults through semi-structured interviews.**

**Mizuki Tsutsumi** (*Department of Psychology, Kobe Gakuin University*)

本研究では、半構造化面接を用いて語りの中から高齢者のもつ忘却に関する認識を明らかにすることを目的とし、面接データを量的に整理して探索的に検討した。調査協力者は65～70歳の高齢者5名であった。調査協力者は「忘れることはあまり良くないと思うけど」と前置きしつつも、総じて必要な精神機能であると概ね肯定的に語っていた。記憶方略については外的記憶方略について語ることが多く、予定や約束といった展望記憶の失敗を避けようとする傾向があった。一方で、忘却を自然現象ととらえており意図的に統制しようとはしない傾向があることが示唆された。これまでの高齢者の記憶の自己評価に関する研究では、一貫した研究結果がみられていなかった。高齢者大学校に通う高齢者を対象とした本研究では、加齢による記憶能力の低下は年齢を重ねれば当然であるとうまく折り合いをつけている可能性が示唆された。

キーワード：忘却に関する認識、高齢者、半構造化面接、テキストマイニング、記憶の自己評価

Kobe Gakuin University Journal of Psychology  
2021, Vol.4, No.1, pp.13-22

高齢者を対象とした記憶の自己評価に関する研究は、国内外問わず数多く報告されている。たとえば、記憶力の低下は中年期以降にとって重要な出来事として認識されている(金城・清水・鈴木・田村, 2018)、日常生活において高齢者の多くが「人名を忘れる」、「しようと思っていたことをし忘れる」といった記憶愁訴を抱いている(岩佐他, 2005)などが挙げられる。島内・佐藤(2020)は高齢者の記憶に対する自己評価と精神的健康の関連を指摘しており、高齢者にとって暮らしやすい社会の在り方や生活の質の向上を考えるうえで、記憶の自己評価に関する問題への取り組みは必要不可欠であると考えられる。

Lineweaver & Hertzog (1998) は18～93歳までの人々を対象に記憶と加齢に関する一般的な知識や信念を調査し、記憶機能の一般的变化に関しては、若齢者から高齢者まで共通して、加齢によって記憶能力が低下すると考えていることを示した。金城・清水(2012)はこれとほぼ同様の調査を行い、類似した結果を報告している。また、高齢者は自らの記憶能力について、若齢者と比べて、(a) 新しい

事柄を学習することが不得意である、(b) 自らの記憶能力は加齢とともに低下している、(c) 自らの記憶能力の低下はどうにもならないと感じることが多い、と悲観的な見方をしている(Hultsch, Hertzog & Dixon, 1987)。

一方で、清水・高橋・齊藤(2014)や清水・金城(2015)では、高齢者は自らの記憶に関連した失敗に対して楽観的な見方をしていることを報告している。このように高齢者の記憶能力の自己評価についての研究結果は一貫しているとはいえない。その理由の一つとして、高齢者のおかれている環境の多様性が挙げられる。高齢者を取り巻く環境は個人差が大きく、社会活動への参加状況や教育歴、既往歴などさまざまな要因が影響していると考えられる。島内・佐藤(2010)は、高齢者において長期間の知的活動への参加の有無が記憶に対する自信に影響している可能性があるとして述べている。そのため、高齢者の中でどのような集団を対象に調査を行ったかが記憶の自己評価の研究においては重要であると考えられる。記憶活動には、覚えることや思い出すことだけで

なく、忘れることも含まれる。忘却とは一般に、過去に経験したことや学習したものを一時的または永続的に、減退ないしは喪失することである。忘却はネガティブなものとしてとらえられることが多いが、重要な情報だけを残して新しい情報を記録するために必要な機能であり、記憶活動の一側面である。日常生活の中での忘却は、振り返ってみると深く思い出せない、というように意図せず起こることもあれば、忘れたい、思い出さないようにしたいと意図的に起こそうとすることもある。

日常生活の中で起こる無意図的な忘却に関して、Naka & Maki (2006) は大学生を対象に調査を行い、日常生活のなかで、「これまで忘れていたが今は思い出せる」というようなことがあると信じており、そうした経験をしているほど記憶の抑圧や回復を信じる傾向があることを報告している。また、堤(2020)は、自己の忘却に関する主観的な評価や信念をまとめて「忘却に関する認識」とし、高齢者と若齢者で忘却に関する認識に違いがみられるかを心理尺度と自由記述式の質問紙調査を用いて検討している。その結果、自らの意図的あるいは無意図的な忘却に対する評価は加齢による影響はみられないが、忘却に対する印象はポジティブ・ネガティブ問わず高齢者のほうが高く評価していることが示唆された。また、高齢者は自己の忘却を加齢による一般的な現象として受容的な見方をしていることが示された。

しかしながら、自由記述を用いた質問紙調査では、書かれた内容についてさまざまな解釈が可能であり、答えた背景や理由について深く検討することがむずかしい。また、心理尺度では自由記述と比べて解釈が制限されるものの、事前に設定した質問項目以外ではわからないという特徴がある。そこで本研究では、高齢者のもつ忘却に関する認識について、半構造化面接を用いて検討する。半構造化面接とはあらかじめ大まかな質問項目だけを定めて、面接協力者の回答によって質問の仕方を変えたり、さらに細部まで質問を続けていく手法である。面接法は、質問紙では回答しにくい内容を尋ねる場合に適している。本研究で対象とする高齢者は、視力や筆記能力の低下により質問紙への回答が困難な場合がある。そのため、半構造化面接による調査が有用であると考えられる。

面接調査で得られた発言に対して、テキストマイニングソフトウェア (KH Coder) の共起ネットワーク分析と対応分析を用いて、調査協力者の回答の傾向を検出し、高齢者のもつ忘却に関する認識を探索的に検討する。面接調査で得られた内容の分析手法にテキストマイニングを採用した理由として、従来の質的研究法では分析者個人の経験や考えが結果に影響する可能性を排除できない点が挙げられる。テキストマイニングでは質的データを量的データに置き換えることと、分析・解釈のプロセスを明示する

ことができるため、信頼性と妥当性を確保することが可能である。また、量的データに置き換えることでさまざまな統計的検討が可能となる。

本研究の調査対象は高齢者であり、現在に至るまでのそれぞれの来歴が大きく異なる。加えて面接法を用いており、調査協力者の人数が少数である。そのため、本研究のデータをもって一般化した理論の生成を目指すよりも、個人差を加味したうえで、高齢者の忘却に関する認識について探索的に検討することが適切であると思われる。テキストマイニングは、データの全体像や概観を描くのに適している手法である (樋口, 2014)。そこで、本研究ではテキストマイニングを用いて分析を行う。

## 方法

### 調査期間

調査は 2018 年 3 月に実施された。

### 調査協力者

兵庫県にある高齢者大学校に通う 5 名が本調査に参加した。調査協力者の属性は Table 1 に示す。この学校は市内に住む 57 歳以上の人たちを対象に総合芸術や健康福祉などの授業科目を提供しており、修業年限は 3 年である。調査参加者の教育水準はさまざまだが、学校側から本調査に対して、年齢と性別以外の個人情報に関する質問項目は設定しないでほしいとの要望があったため、面接中に調査協力者が自ら話した属性以外はたずねていない。調査協力者のなかには日常生活上特に深刻な問題を抱えているものはいなかった。また、調査協力者と調査者は、調査前からの関わりはなかった。

Table 1 調査対象者の属性

	年齢	性別
A	69	女性
B	66	男性
C	65	女性
D	69	女性
E	70	男性

### 調査場所

調査協力者の所属する高齢者大学校の一室で行われた。落ち着いた雰囲気の中で安心して実施できるように、学生が過ごす教室からは離れた場所で、一般の学生や教職員には面接内容が聞こえないよう配慮された状態で実施された。

## 手続き

日常生活で経験する忘却に関する現象をどのように考えているかについて半構造化面接を行った。調査協力者には事前に本調査の趣旨と面接の様子を記録することを説明し、承諾を得てから実施した。面接の様子は、調査者によるメモとICレコーダーで記録した。面接時間は15分から40分であり、平均27.4分であった。調査協力者の発言の文字数は1856文字から6031文字で、平均文字数は4824.8文字であった。

## 面接内容

調査協力者に「今から、普段の生活の中での記憶力や忘れることについて、日頃感じたり考えたりしていることについて伺います。」と始めに教示し、Table 2の質問項目を聞きながら語ってもらった。質問項目の内容は、堤（2017, 2020）を参考に作成した。本調査では調査協力者が自発的に語り始めた場合は制止せず、自由な対話が行われるように配慮した。

## 倫理的配慮

本研究は、神戸学院大学人を対象とする研究等倫理審査委員会の承認を得た上で行われた（承認番号SEB17-68）。

調査に先立ち、調査協力者の所属する高齢者大学校に対して本研究の研究計画書および研究参加に関するさまざまな権利を保障する文書を示し、研究参

加に承諾する文書を研究者との間で取り交わした。面接に入る前に調査協力者にも同様の文書を提示し、本研究の趣旨について理解を得た上で、本研究への参加協力に同意する文書を研究者との間で取り交わした。

研究への参加を承諾する文書には、(a) 面接調査への参加は個人の自由意思によるもので、参加しなくても不利益を受けないこと、(b) 調査への協力を撤回、中止した場合でも不利益を被ることはないこと、(c) 本調査によって得られたデータは学術雑誌などで公表されることがあるが、その場合も協力者の個人情報 は厳格に保護され、個人を特定しうる情報は公表されないこと、(d) 面接中または終了後に本調査に関して疑問が生じたときはすぐ連絡し、適切な対応・措置が受けられることが記載されていた。

これらについて、研究者と調査協力者の両名の署名入りの同一の同意書が2通作成され、双方が1通ずつ保管するという手続きが取られた。また、面接の最後に、面接中の内容で研究に使用されたくない箇所はあるかを調査協力者に確認してから終了した。

## 分析方法

面接内容を逐語録化したものをデータとし、以下の手順で分析を行った。分析の前に、ほぼ同義であるが表現の違いのある語を統一した（例：ノート、メモ帳→「メモ」）。次に品詞別に単語を抽出し、単独では意味をもたない感動語の「ああ」や未知語の「A」などを除き、全調査協力者のデータにおける特徴語の算出と、共起ネットワーク分析を行った。続

Table 2 面接で行った質問項目

### 日常での自身の忘却傾向

- ・自分が何かを忘れていたというのを自覚するのはあるか、それはどのような場面か
- ・どのようなことを自分は忘れやすいと感じるか

### 忘却への統制感

- ・なかなか忘れられないと感じることはあるか、それはどのような内容か
- ・覚えておきたいと思っていることは覚えていられるか
- ・忘れないようにするために何かしていることはあるか
- ・忘れたいと思っていることは忘れられているか
- ・忘れるために何かしていること、心がけていることはあるか

### 忘却の指示性、感情

- ・忘れるということは人にとって良いことか悪いことか
- ・自分が何かを忘れていたときにはどのような気分になるか
- ・忘れるということは人にとってどんなはたらきをもっていると思うか
- ・もし、必ず忘れることができるようになったらそれを行いたい

けて質問のカテゴリごとに対応分析を行い、調査協力者に応じた回答の傾向の差異を探った。テキストマイニングを用いた分析を行うにあたり、元のテキストに戻って確認を行う必要性が唱えられていることから（樋口，2012）、本研究においても適宜、逐語録や語りをまとめたものを確認しながら解釈を試みた。

## 結果

### 忘却に関する認識の面接データの概要

高齢者における忘却に関する認識の概要を把握するために、調査協力者すべての面接データに対する共起ネットワーク分析を行った。Jaccard 係数が大きい順に上位 50 の共起関係を描画した（Figure 1）。Jaccard 係数は二つの文章集合に含まれている単語のうち共通語が占める割合であり、0 から 1 の値を取る。線上に示された係数が大きいほど二つの文章は類似していると解釈される。描画における最小 Jaccard 係数は 0.1 であった。また、円の大きさは単語の出現数の多さを表している。Figure 1 に示すように、忘却に関する認識の面接の概要として七つのサブグラフが検出された。本研究では単語の繋がりが多い四つのサブグラフに注目する。

左上に位置しているサブグラフは「思う」を中心に、「自分」「今」「人」「忘れる」「覚える」などの単語で構成されていた。これらの特徴語とした文章の文脈を確認すると、忘れやすい内容を中心とした日常での自身の忘却傾向の語りがみられた。

中央下のサブグラフは「嫌」を中心に「気持ち」「忘れない」「忘れられない」「思い出す」などの単語で構成されていた。文脈を確認すると、忘却へのネガ

ティブな認識の側面として、忘りたいことや忘れられないことがあり、そうした内容について感情を伴い語る様子がみられた。

右上のサブグラフは、「書く」を中心に、「日記」「確認」「手帳」「メモ」などの語で構成されていた。文脈を確認すると、日記や手帳、メモなどに書いてそれを確認するという外的記憶方略について語られていた。

右下のサブグラフは、「思い出せる」「楽しい」「過去」「大事」「経験」「若い」などの単語で構成されていた。文脈を確認すると、過去の経験や楽しかったことを思い出せなくても気にしないという楽観的な語りがみられた。

### 各調査協力者の忘却に関する認識の探索的分析

次に、調査協力者それぞれの回答の傾向を検討するために、面接データを質問のカテゴリ（日常での自身の忘却傾向、忘却への統制感、忘却の指示性・感情）ごとに分け、それぞれに対応分析を行った。出現頻度が 5 回以上の単語を分析の対象とした。対応分析では、単語と各調査協力者の配置を見ることで、調査協力者同士の語りの内容の似通った点や、各調査協力者の特徴を読みとることができる。原点 (0, 0) から離れており、調査協力者の近くに布置されている語は、その調査協力者の語りに特に多く出現していたことを示す。一方で原点付近にはどの調査協力者の語りににもみられた特徴のない単語が集まる。結果の解釈のために調査協力者の語りを要約し表にしたものを、Table 3 ~ Table 5 に示す。語りの内容の抜粋は心理学を専攻する大学院生 3 名で行い、分析者個人の考えや経験により抜粋する内容が偏らないように配慮した。

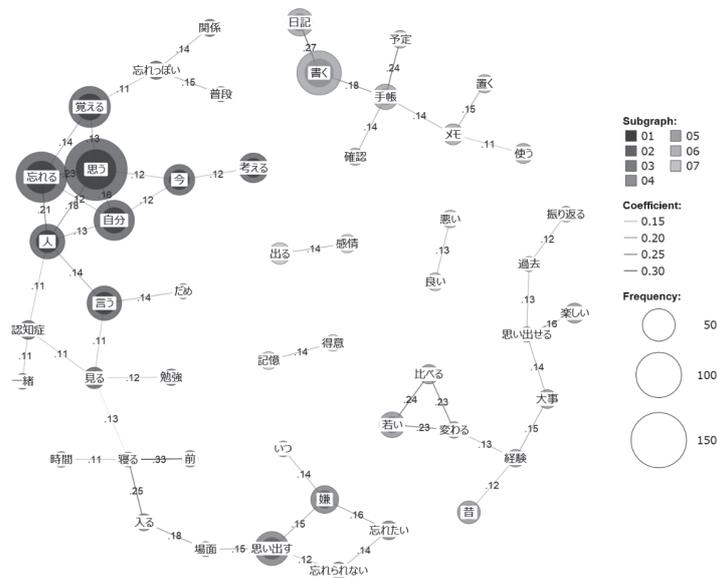


Figure 1 全協力者の面接データに対する共起ネットワーク分析の結果

Table 3 高齢者の「日常での自身の忘却傾向」についての語りの内容

	忘れやすい内容	忘れられない内容
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日付や曜日，時間など予定に関すること</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・過去のネガティブな経験</li> <li>・昔行った旅行先での出来事の細部</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校の催し物や授業関係などやらなければならないこと</li> <li>・予定の優先順位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・良い，悪いのない昔の出来事</li> <li>・忘れられないことについて深く考えたことがない</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人の名前</li> <li>・物の置き場所</li> <li>・記念日などの予定に関すること</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高校時代の受験に関すること</li> <li>・恥をかいた経験</li> <li>・嫌な出来事を経験した当時の感情</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メールの返信</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・嫌なことがあったという概要と当時の感情</li> </ul>
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人名や地名</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・過去に経験したインパクトのある出来事の印象</li> <li>・過去に他者を傷つけた時の出来事</li> </ul>

Table 4 「忘却への統制感」と「忘却の指示性・感情」についての語りの内容

	忘却への統制感	忘却の指示性	忘却への感情
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・意図的に忘れようとしていたので上手ではないと思う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れて困ることもあるが，心も体も楽になる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘却はいいか悪いかでいうとあまり良くないと思う</li> <li>・認知症などで嫌な気持ちだけいつまでも覚えているのはつらいだろうと思う</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・嫌なことは時間が解決すると思う</li> <li>・何とかかなと思う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生きている人間が大事だから，どこかの時点で切り替えて徐々に忘れたいといけない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・思い出しもしないが，嫌なことは全部忘れたいと思う</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・病気ではないので時間経過で自然と忘れていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・都合のいいことだけを覚えていてそれをつなげて人生にしているみたいところがあると思う</li> <li>・前向きに生きていけると思う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いいことだと思う</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れようとしても無理なので努力はしていない</li> <li>・年齢的に気にしなければと思っている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おなががすいたら食べるのと一緒に自然現象だと思っている</li> <li>・困ったことがないのであまり考えずに生きてきた</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大事な約束は忘れてはいけませんが，悪口を言われたとかはどんどん忘れたほうがラッキーかなと思う</li> </ul>
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ネガティブなことは，そういうこともあるよなあとあまりくよくよししないことにしている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れなきゃならないと思う</li> <li>・忘れることはあまり良くないが，必要だと感じる</li> <li>・忘れる技術が必要だと考えたことがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れることはあまり良くないが，必要だと感じる</li> </ul>

Table 5 記憶方略と忘却方略についての語りの内容

	記憶方略	忘却方略
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手帳に書く</li> <li>・スマホのスケジュール機能をつかう</li> <li>・カレンダーに書く</li> <li>・卓上のメモ帳にTodoリストを作る</li> <li>・何かあった時だけ日記を書き、たまに眺める</li> <li>・脱衣場や寝る場所ペンとメモ帳を置く</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・思い出す期限を決めて念じる</li> <li>・人に話す</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手帳に書く</li> <li>・日記は続かなかった</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・時間が解決すると思っているので、忘れることについてあまり深く考えていない</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・予定を手帳に書く</li> <li>・メモはあまりしない</li> <li>・年単位で忘れることもあるが日記を書くことで出来事を整理する</li> <li>・カレンダーを見る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・意図的にしようと思ったことがない</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手帳に書く</li> <li>・メモを必ず見えるような場所に貼っておく</li> <li>・日記は書かない、書くことがない</li> <li>・手帳を朝と寝る前に必ず確認する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れようという努力はしない</li> </ul>
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手帳に書いて決まった時間に毎日確認する</li> <li>・日記を書く（去年から書き始めた）</li> <li>・他人と共有することはカレンダーに書く</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昔は忘れなければならないと思っていたが、今は忘れたいと思うことがない</li> </ul>

「日常での自身の忘却傾向」に関する分析 調査協力者 5 名の面接データのうち、「日常での自身の忘却傾向」に関する質問への回答について、出現頻度が 5 回以上の 15 語を分析の対象とし、対応分析を行った結果を Figure 2 に示す。横軸（成分 1）は調査協力者と語の関係の 46.9% を説明し、縦軸（成分 2）は 38.6% を説明する。布置された単語と文脈から、横軸は語りの内容の主語を示し、正方向が自分に関する内容、負方向が他者に関する内容と解釈した。また、縦軸は記憶方略の使用の有無を示し、負方向は記憶方略に関する語になっていると解釈した。

Figure 2 では、各調査協力者は A は左中部、B は右下、C、D、E は中央上部に布置している。左中部には「書く」「時期」「見る」「手帳」という単語がみられ、文脈を確認すると A は自身の忘却傾向について記憶方略の側面から語っていた。右下には「覚える」「比べる」「周り」という単語がみられ、文脈を確認すると B は忘却傾向について周囲と比較することが多かった。中央上部には、「忘れっぽい」、「自分」、「普段」という単語がみられ、文脈を確認すると C、D、E は日常生活での忘却の頻度の多さについて語っていた。

「忘却への統制感」についての分析 調査協力者 5 名の面接データのうち、「忘却への統制感」に関する

質問への回答について、出現頻度が 5 回以上の 89 語を分析の対象とし、対応分析を行った結果を Figure 3 に示す。横軸（成分 1）は調査協力者と単語との関係の 39.9% を説明し、縦軸（成分 2）は 30.2% を説明していた。布置された単語と文脈から、横軸は忘却を統制したい対象の時間軸の変化を示し、負方向に進むにつれて、過去の事象に関する単語となっていると解釈した。また、縦軸は対象を忘れたいかどうかを示し、負方向は忘れたい出来事や思考に関する語、正方向は忘れたくない出来事や思考に関する語となっていると解釈した。

Figure 3 では、各調査協力者は、A は左上部に、C は右上段に、B、D、E は中央下段付近に布置している。左上部には「具体」「得意」「忘れよう」「忘れたい」「嫌」という単語がみられる。単語の文脈を確認すると A は、過去の出来事について意図的に忘れようとしているが、得意ではないと感じていることを語る傾向があった。右上部には「介護」「育児」「日記」「振り返る」という単語がみられる。単語の文脈を確認すると C は介護や育児など自分の過去の経験を保持しておきたいと考えており、日記を利用することで忘れないようにしようとしていることを語る傾向があった。中央下部付近には、「思い出す」「自然」

「出る」「手帳」などの単語がみられる。B, D, Eは忘れることを自然なことだと捉えているが、手帳などを用いて未来の予定に関しては忘れないようにしていることを語る傾向があった。

「忘却の指示性・感情」についての分析 調査協力者5名の面接データのうち、「忘却の指示性・感情」に関する質問への回答について、出現頻度が5回以上の68語を分析の対象とし、対応分析を行った結果をFigure 4に示す。横軸（成分1）は調査協力者と語との関係の40.4%を説明し、縦軸（成分2）は24.8%を説明する。布置された単語と文脈から、横軸は忘却に対する回避傾向を示し、正から負方向に進むにつれ、忘却を避けたいものとして認識していると解

釈した。また、縦軸は忘却が与える自己への影響の時間軸を示し、負方向は健康を損なうなど現在から未来にかけての自己への影響、正方向は経験した出来事を忘れるなど過去から現在にかけての自己への影響に関する語となっていると解釈した。

Figure 4をみると、Cは左下部に、A, Bは中央上部に、D, Eは右下段に布置している。左下段には「認知症」「忙しい」「健康」などの単語がみられ、文脈を確認するとCは忘却を今後の健康と関連づけ、自身の忘却を自覚するのを避けたいものとして語っていた。中央上部には「大事」「感じ」「嫌」などの単語がみられ、文脈を確認するとAとBは忘却を嫌なものを忘れるために大事なものとして語っていた。

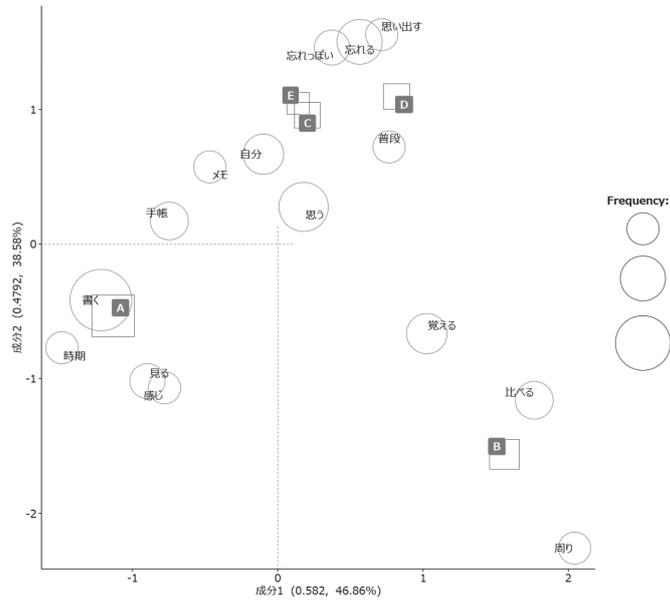


Figure 2 「日常での自身の忘却傾向」についての対応分析

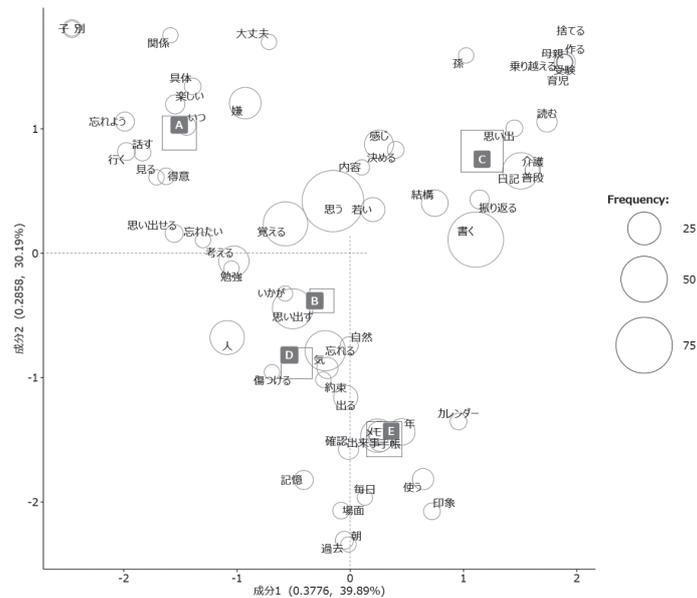


Figure 3 「忘却への統制感」についての対応分析

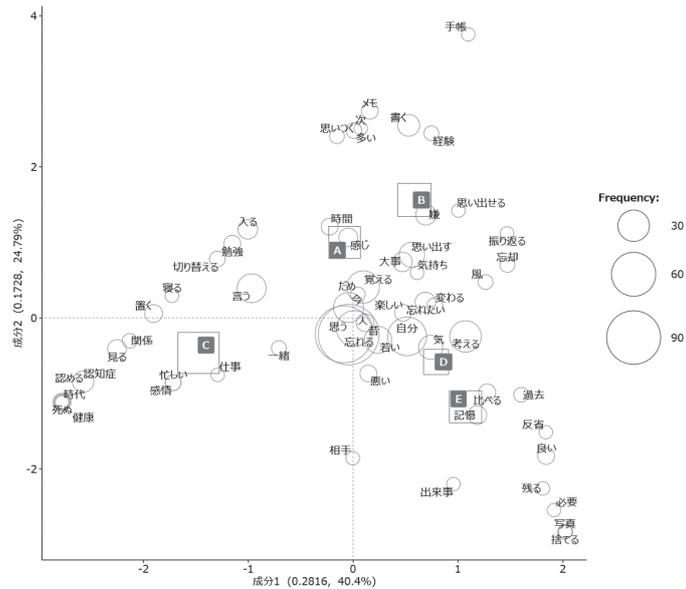


Figure 4 「忘却の指示性・感情」についての対応分析

また、右下段には「比べる」「反省」「過去」という単語がみられ、文脈を確認すると D, E は過去と現在を比較・反省するために過去の出来事についての忘却を回避したいと語っていた。

### 考 察

本研究では半構造化面接を用いて、語りの中から、高齢者のもつ忘却に関する認識の詳細を明らかにすることを目的とし、面接データを量的に整理して探索的に検討した。

面接は、堤 (2017, 2020) を参考にして作成した質問項目にそって行った。面接内容全体に対する共起ネットワーク分析を行った結果、日常での自身の忘却傾向、忘れられない出来事、外的記憶方略、過去を忘れることへの楽観性などについてのサブグラフが検出された。さらに対応分析を用いて、各調査協力者の語りの傾向について検討した。

日常での自身の忘却傾向や忘れられない出来事は、質問項目に含まれているために調査協力者に共通した語りとして、サブグラフが検出されたと考えられる。内容については、調査協力者全員に共通して、忘れやすいと感じるものとして予定や人名を、忘れられないと感じるものとして過去のネガティブな経験を挙げていた。人名や予定は、忘れていたり思い出せないこととして挙げられやすい (岩佐他, 2005)。そのため、忘却に関する認識として語られやすかったと考えられる。人名や予定の話に関連して、カレンダーや手帳、メモなどの外的記憶方略が挙げられることが多かった。高齢者は日常場面での予定や約束の失敗を避けるために、外的記憶方略を頻繁に利用する傾向がある (Dixon, de Frias, & Bäckman, 2001)。このように、高齢者は日常的に自身の忘却による失

敗を避けるための対処しており、忘却についての語りを求めると、記憶方略について浮かびやすいと考えられる。

また、過去の楽しかったことや大事なことの詳細を思い出せなくてもあまり気にしないという楽観的な語りが見られた。近年の日本の研究では、高齢者は自身の記憶に関する失敗に対して楽観的であると報告されている (金敷, 2019; 清水他, 2014)。記憶に関する失敗にさほど注意を払わないだけでなく、過去のポジティブな出来事の詳細についてもこだわらないというのは、加齢に伴い記憶能力は低下するという信念 (Lineweaver & Hertzog, 1998) が影響していると考えられる。高齢者は「加齢に伴い記憶能力が低下する」という信念が強く、過去の出来事の詳細が思い出せなくても「昔のことは詳しく思い出せないものだ」と認識しているのかもしれない。

各調査協力者の語りの傾向としては、A は記憶を統制したいという傾向が大きかった。語りの内容をみると、A は他の調査協力者よりも外的記憶方略を挙げることが多く、唯一忘却方略についても挙げていた。A は忘却のはたらきについて「忘れて困ることもあるが、心も体も楽になる」と述べており、忘却は嫌なことを忘れるための重要な機能だと認識している傾向があった。

B は自身の忘却傾向について周囲と比較しながら語る傾向があった。忘却のはたらきについては、「生きている人間が大事だから、どこかの時点で切り替えて徐々に忘れないといけない」と述べており、忘却について、過去と現在を切り離し、過去に経験した出来事にとらわれることから解放するものだとして認識していた。

C は日記を通して過去の経験を残そうとする傾向があった。C は、「年単位で忘れることもあるが日記

を書くことで出来事を整理する」と語っており、忘れたくない内容を残しておくことで忘却を統制しようとする傾向があった。また、忘却について「都合のいいことだけを覚えていてそれをつなげて人生にしているみたいなどころがあると思う」と語っており、その語りの中で認知症になった家族を例として挙げていた。そのため、Cにとっての忘却とは認知症と強く関連しており、忘却のはたらきをポジティブにとらえている一方で、死や病気といったネガティブなものからも切り離せず、避けたいものとして認識していると考えられる。

DとEは類似した傾向を示していた。忘却への統制感については、Dは「忘れようとしても無理なので努力はしていない」、Eは「ネガティブなことは、そういうこともあるよなあとあまりよくよしないことにしている」と語っており、どちらも忘れたくない内容を残しておくことにも積極的ではない傾向があった。また、忘却のはたらきについては、過去をふり返ることを妨げるものとして語る傾向があった。しかし、Dは忘却のはたらきについて「お腹が空いたら食べるのと一緒で自然現象だと思っている」、Eは「忘れることはあまり良くないが、必要だと思う」と語っており、過去と現在の自分のつながりに影響を与えることを認識しながらもあまり注意を払っていない傾向があった。

以上のように、本研究では高齢者に対して面接調査を行い、調査協力者ごとの忘却に関する認識を探索的に検討した。調査協力者5名の忘却への統制感はいずれも異なるものの、「忘れることはあまり良くないと思うけど」と前置きしながら、忘却については、総じて必要な精神機能であると概ね肯定的に語っていた。また、5名とも外的記憶方略についての語りが多く、予定や約束などの展望記憶の失敗を避けようとする傾向がある一方で、それ以外については、忘却を自然現象ととらえており意図的に統制しようとはしない傾向があることが示された。

全調査協力者に共通して、忘却の重要性について認識しているにもかかわらず、その役割についてあまりはっきりと語られない傾向がみられた。堤(2017)は大学生を対象に忘却に関する認識について自由記述形式の調査を行っているが、大学生においても、忘却の重要性が支持されている一方でそのはたらきについては具体的な記述は少なかった。これは、忘却の特性として、忘却が進むと忘れたこと自体を忘れるため、日常生活において忘却のはたらきを認識する場面が少ないと考えられる。調査協力者の中には、嫌な出来事を経験した当時の気持ちをあまり思い出さなくなったなどの語りも見られた。ネガティブな出来事や感情が忘却のはたらきを感じる場面としては多いのかもしれない。

本研究では、協力施設の要請により、調査協力者

に対して年齢と性別以外の個人情報に関する質問項目を設定していない。そのため、既往歴、職業などの属性を検討することができなかった。質的調査を通じて高齢者の忘却に関する認識を検討するためには、今後は、より緻密に調査協力者のプロフィールを吟味する必要がある。

また、本研究は5名のデータを対象とした結果であり、高齢者全体にあてはまるとは限らない。島内・佐藤(2010)では、高齢者大学校に所属している高齢者はそうでない高齢者よりも記憶に対する自信が高く、長期間の知的活動への参加が記憶に対する自信に影響する可能性があるとしている。本研究の調査協力者はすべて高齢者大学校に所属している。今後調査協力者の数を増やして、今回得られた結果と同様の忘却に関する認識の特徴が得られるかどうかを確認していく必要がある。

## 利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

## 引用文献

- Dixon, R. A., de Frias, C. M., & Bäckman, L. (2001). Characteristics of self-reported memory compensation in older adults. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 23, 650-661.
- 樋口 耕一 (2012). 社会調査における計量テキスト分析の手順と実際——アンケートの自由回答を中心に——石田 基広・金 明哲(編著) コーパスとテキストマイニング (pp. 119-128) 共立出版
- 樋口 耕一 (2014). 社会調査のための計量テキスト分析——内容分析の継承と発展を目指して——ナカニシヤ出版
- Hultsch, D. F., Hertzog, C., & Dixon, R. A. (1987). Age differences in metamemory: Resolving the inconsistencies. *Canadian Journal of Experimental Psychology*, 41, 193-208.
- 岩佐 一・鈴木 隆雄・吉田 祐子・吉田 英世・金 憲経・古田 丈人・杉浦 美穂 (2005). 地域在住高齢者における記憶愁訴の実態把握——要介護防止のための包括的検診(「お達者検診」)についての研究(3) 公衆衛生誌, 52, 176-185.
- 金敷 大之 (2019). 忘れ物・失くし物に関するメタ認知——物品に関連する記憶の自己評価—— 甲子園大学紀要, 46, 9-12.
- 河野 理恵 (1999). 高齢者のメタ記憶——特性の解明, および記憶成績との関係 教育心理学研究, 47, 421-431.
- 金城 光・清水 寛之・鈴木 雄大・田村 隆泰 (2018).

- 20-90 歳の成人を対象とした年齢と性別による身体的・精神的加齢自覚と受容の時期の比較 明治学院大学 心理学紀要, 28, 1-19.
- Lineweaver, T. T., & Hertzog, C. (1998). Adults' efficacy and control beliefs regarding memory and aging: Separating general from personal beliefs. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 5, 264-296.
- Naka, M., & Maki, Y. (2006). Belief and experience of memory recovery. *Applied Cognitive Psychology*, 20, 649-659.
- 島内 晶・佐藤 眞一 (2010). 高齢者における記憶の失敗とメタ記憶の関連性——記憶の自信度 (メタ記憶) が虚偽記憶に及ぼす影響—— 日本心理学会第 74 回大会発表論文集, 843.
- 島内 晶・佐藤 眞一 (2020). 高齢者の記憶錯誤——虚記憶及びメタ記憶からの分析と精神的健康との関連—— 体力科学, 69, 193-201.
- 清水 寛之・金城 光 (2015). 成人期における日常記憶の自己評価に関する発達的变化: 日常記憶質問紙 (EMQ) による検討 認知心理学研究, 13, 13-21.
- 清水 寛之・高橋 雅延・齊藤 智 (2014). 高齢者における日常記憶の自己評価——メタ記憶質問紙による検討—— 認知心理学研究, 12, 1-13.
- 堤 聖月 (2017). 忘却に関する認識がネガティブな出来事に及ぼす影響 人間文化 H&S (神戸学院大学人文学会), 42, 43-53.
- 堤 聖月 (2020). 高齢者と若齢者における忘却に関する認識の特徴 老年社会科学, 42, 21-29.

—2021.9.4 受稿 2021.11.2 受理—