

研究種目：若手研究（スタートアップ）

研究期間：2008～2009

課題番号：20890010

研究課題名（和文）

前期高齢女性への効果的な介護予防ケア—社会的活動と生活意欲に着目して—

研究課題名（英文）

Effective care prevention for the younger elderly women: focus on social activity and willingness to life

研究代表者

平野 美千代 (HIRANO MICHIO)

北海道大学大学院保健科学研究院・助教

研究者番号：50466447

研究成果の概要（和文）：

要支援認定を受けた独居前期高齢女性の社会活動およびその意味づけを明らかにすることを目的に、要支援認定を受け介護予防サービスを利用する独居の前期高齢女性を対象に半構造化面接を実施した。分析は質的記述的分析を行った。結果、要支援前期高齢女性の社会活動は【自分のペースを主にした可能な範囲での周囲とのかかわり】、【負担をかけず体調に合わせた自宅内での自律した生活】、【明確な目的をもった意味を有する外出】の3つに類型化された。そして、要支援前期高齢女性は社会活動に対し、【身近な人たちとのかかわりが自分を支えてくれる】、【人とのかかわりから自分自身を顧みる】、【ポジティブな気持ちで前向きに生活をする】、【「できない」自分、「これから」の自分に向き合う】という意味づけしていた。

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
2008年度	1,040,000	312,000	1,352,000
2009年度	910,000	273,000	1,183,000
年度			
年度			
年度			
総計	1,950,000	585,000	2,535,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：地域・老年看護学

キーワード：前期高齢女性、要支援、社会活動、介護予防

## 1. 研究開始当初の背景

わが国は急速な高齢化により、2050年に国民の2.5人に1人が高齢者になると予測されている。また、平成19年の女性の平均寿命は85.99歳で男性の79.19歳よりも長く、世帯構造も三世代世帯から夫婦のみ世帯、単独世帯が増加していることから（総務省統計局）、今後単身で生活する高齢女性の増加が予測される。一方、年齢による生活機能の低下は男性高齢者に比べ女性高齢者の方が多い（神宮ら,2003）、加えて女性高齢者は抑うつ状態をきたしやすいといわれている（青

木,1997)。今後、独居の高齢女性の増加が予測されるわが国において、高齢女性に対する介護予防が喫緊の課題であり、高齢女性が健康に在宅生活を送っていくためには、65～74歳の前期高齢期からの介護予防の推進が重要である。

これまで介護予防として、ADLに着目した包括的な筋力トレーニングや運動機能向上への介入が実施され、運動機能の維持・改善に効果を果たしている。高齢女性が地域社会の一員として心身ともに豊かに暮らしていくには、前期高齢期からの介護予防が重要で

あり、その内容は身体機能や運動機能の介入・評価に加え、社会活動も含めていく必要がある。特に高齢者の社会活動は身体機能維持や主観的健康感の保持・向上（中村ら,2001）、入院リスクの低下（Steinbach,1992）に影響を与えることから、社会活動に着目したケアは大変重要といえる。そこで本研究は、今後、増加が予測される独居の高齢女性のうち特に前期高齢女性に着目し、要支援認定を受けた独居の前期高齢女性の社会活動とその意味づけを明らかにすることを目的とする。

## 2. 研究の目的

要支援にある独居の前期高齢女性に対する効果的な介護予防ケアを探求するため、要支援認定を受けた独居前期高齢女性の社会活動とその意味づけを明らかにすることを目的とする。研究結果は、今後、社会活動に着目した介護予防ケアを検討していくための基礎資料とする。

## 3. 研究の方法

### 1) 研究対象

対象者は、新規に要支援認定を受け介護予防サービスを利用している65～74歳の独居の高齢女性とした。対象者の選定は、A市の地域包括支援センター6か所に対象者の推薦を依頼し、対象者6名の紹介を得た。対象者にはケアマネジャーより研究主旨を説明してもらい、内諾が得られた段階で研究者より研究について説明を行った。

### 2) データ収集

2008年11月～2009年9月、対象者1名につき60分前後の面接を2回実施した。面接は対象者の希望を取り入れ自宅で実施し、面接内容は対象者の了解を得てICレコーダで録音した。主な質問内容は、①普段の生活の様子、②生活における人との接触や交流等で構成し、そのときの状況や思いを自由に語ってもらった。

### 3) 分析方法

分析は、質的記述的分析を行った。面接内容から逐語録を作成しデータとし、データから社会活動とその意味が読み取れる文脈に着目しコードとした。そして、類似した内容のコードを集約しサブカテゴリとし、さらにサブカテゴリの共通性を見出し、その内容を検討しカテゴリの名称をつけ抽象化した。次に、抽出されたカテゴリの類似性、相違性を比較しながら、社会活動は3つ、社会活動の意味づけは4つに類型化した。

信頼性と妥当性を高めるため、要支援認定を受けた独居の高齢女性1名に対しプレ面接を実施し、面接能力を高める努力および質問

項目の修正・検討を行った。分析結果は協力の得られた5名の対象者に対し、抽出されたサブカテゴリ、カテゴリ、類型化した内容について祖語や疑問がないか面接で確認を行った。また、分析結果が対象者の社会活動や社会活動に対する意味づけを正確に示しているか否かについても確認を行い、確認後カテゴリの表現に若干の修正を加えた。

## 4) 倫理的配慮

調査にあたっては、A市の地域包括支援センターの管理者に対し、調査内容を説明し調査実施の承諾を得た。対象者の権利を保護するため、守秘義務、研究協力を辞退する権利、データの保管と研究終了後の処分等について、対象者に口頭および文書で十分に説明しそれらを遵守した。本研究は、所属機関の倫理委員会による承認を受け実施した。

## 4. 研究成果

要支援前期高齢女性の社会活動として15カテゴリを抽出し、カテゴリ間の関係性を検討し3つに類型化した。また、社会活動の意味づけとして12カテゴリを抽出し、4つに類型化した。以下、類型化した内容について、カテゴリを<>で示す。

### 1) 要支援前期高齢女性の社会活動

(1) 自分のペースを主にした可能な範囲での周囲とのかかわり

要支援前期高齢女性は<周囲の人たちから心遣いを受ける>ことや、自ら<周囲の人を気遣い心を配る>ことをしていた。<知人・家族と物を介して分かち合う>、<知人・家族と一緒に時間を共有する>など、他者との関わりも深めていた。また、<年配者や病弱な人たちの心に触れる>、<ヘルパーと生活に触れた関わりあいをする>ことで気持ちを癒していた。要支援前期高齢女性は独居であったため<生のメッセージを意図的に伝え自分の存在を気にかけてもらう>、<在宅療養をしつづけるため周囲の人に相談をする>ことをしていた。

(2) 負担をかけず体調に合わせた自宅内の自律した生活

要支援前期高齢女性は<体調に合わせて自律して過ごす>ことを念頭に、主婦として<自分の力を最大限に活かして家事をする>姿勢をもっていた。また、<生活の中で自分のできることを創造していく>ことや、<マスメディアから社会情勢を把握する>など、主体的な気持ちもち生活していた。

(3) 明確な目的をもった意味を有する外出

要支援前期高齢女性は体調をみながら<受診や通所サービスにより定期的に外出す

る>、<目的を持つ集まりに積極的に参加する>などの外出をしていた。

## 2) 要支援前期高齢女性の社会活動の意味づけ

(1) 身近な人たちとのかかわりが自分を支えてくれる

要支援前期高齢女性は一人暮らしをしていたため、<身近にいる人や家族が見守り支えてくれる>と感じながら生活することを大事にしていた。また、自分より大変な状況にある人との思いの共有から、<年配者や病弱な人たちからの励みが支えとなる>と感じ、他者との交流を通じ<身近な人たちとの思いの共有が自分の心を満たしてくれる>と実感していた。

(2) 人とかかわりから自分自身を顧みる

要支援前期高齢女性は<人との関わりから生きていくことへの学びを得る>、<人との関わりで自分自身を観る>という思いを持ち、知人やサービス提供者と関わっていた。また、<人と関わることで自分を律する>機会にもしていた。

(3) ポジティブな気持ちで前向きに生活をする

要支援前期高齢女性は生活に大変さを感じる一方、<調理や手工芸を通して自己表現することが楽しい>と感じ、<物事への興味や前向きさを生活の糧とする>、<主体的に状況を変えポジティブな気持ちへリセットする>ことを心がけていた。また、<これからの自分自身のために自らをふるいたたせる>ことも考えていた。

(4) 「できない」自分、「これから」の自分に向き合う

思うように身体が動かなくなり、今までできたことができなくなる等、要支援前期高齢女性は<「できない」自分と対峙する>ことが多くなっていた。<無理をした後の身体への影響に思いを巡らす>ときもあり、自分自身のこれからの状況を考えながら生活していた。

## 3) 結論

要支援前期高齢女性の社会活動の特徴として、他者との関わりは維持されていたが、それは積極的なものではなく自分のペースに合わせたゆるやかなものであった。また、独居であることから、自分を見守ってほしいというサインを周囲に送り続けて生活していたのが特徴であった。なお、要支援前期高齢女性は、体調に合わせて自宅で無理をせず過ごしていたが、自宅内の生活は単調なも

のではなく、家事をすることで自身の身体・認知機能を確認し、自己も表現していた。

社会活動の意味づけの特徴として、要支援前期高齢女性は社会活動を通じ、【「できない自分」、「これから」の自分に向き合う】というように、自分自身と対峙していた。それは自分への肯定的な可能性だけではなく、万が一の状況も見据えたものであった。独居の要支援前期高齢女性において社会活動は他者との交流のみならず、独居生活を維持し「今」の自分の生活を守り支えていく意味を有していると考えられる。

## 4) 今後の介護予防ケアに向けての示唆

要支援前期高齢女性の社会活動には、自分を見守り支えてほしいというものが含まれていたことから、フォーマルならびにインフォーマルな関わりを含め、要支援前期高齢女性と他者との交流は間隔があいても途絶えさせないことが重要である。

次に、介護保険サービスの訪問系サービスにおいても、社会活動を意識した声かけや援助を提供することで、要支援前期高齢女性の身体機能や主観的健康感、生活満足度が向上することが示唆される。加えて、要支援前期高齢女性が自宅内での過ごし方を自身で決め、創造的な活動をしていくことは、自己実現ならびに社会活動につながる一助となるといえる。

最後に、要支援前期高齢女性の社会活動は一般高齢者のものとは異なることが予測されることから、要支援前期高齢女性の社会活動に着目した具体的な介護予防ケアを検討していくことが重要である。

## 5) 研究の限界と今後の課題

対象が一地域に限られていたため、独居の要支援前期高齢女性の社会活動の形態すべてを表出していない可能性がある。しかし、新規認定時期を考慮して対象を選択したことから、ある地域の一定時期における独居の要支援前期高齢女性の社会活動の形態として説明することは可能であると考えられる。今後は、人口規模や気候等が異なる地域に対象地域を広げること、また認定時期や期間に幅を設けて調査を行い、本研究結果を比較検討していく必要がある。さらには、性別や年齢の幅を広げ、要支援高齢者全般の社会活動の形態についても調査していく必要がある。

## 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕（計 0 件）

〔学会発表〕（計 1 件）

平野美千代・佐伯和子・河原加代子：単身で暮らす要支援前期高齢女性の社会活動の形態に関する特徴. 第 14 回日本在宅ケア学会学術集会, 2010.1, 聖路加看護大学

〔図書〕（計 0 件）

〔産業財産権〕

○出願状況（計 0 件）

名称：  
発明者：  
権利者：  
種類：  
番号：  
出願年月日：  
国内外の別：

○取得状況（計 0 件）

名称：  
発明者：  
権利者：  
種類：  
番号：  
取得年月日：  
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

## 6. 研究組織

### (1)研究代表者

平野 美千代 (HIRANO MICHIO)  
北海道大学大学院保健科学研究所・助教  
研究者番号：50466447