

令和元年6月13日現在

機関番号：37407

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2018

課題番号：16K02063

研究課題名(和文) 高齢者を介護する中高年単身者のワーク・ライフ・バランス支援ニーズの研究

研究課題名(英文) Research concerning support for a work-life balance of middle-aged and elderly single persons who provide care to an elderly person

研究代表者

生野 繁子 (Shono, Shigeko)

九州看護福祉大学・看護福祉学部・教授

研究者番号：40249694

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)： 介護者(予備軍含む)のワーク・ライフ・バランス支援ニーズ把握の一方法として、多職種協働のワンストップ型介護者支援「介護カフェ」を4回実施した。司法書士・管理栄養士・介護支援専門員による状況説明と個別相談、参加者相互の自由談話。開催場所は毎回異なり公民館・大学・施設の地域交流室。情宣も毎回異なる方法で実施。

参加者は男性1/3、単身者は約3割であった。個別相談や参加者が介護や将来不安について心情吐露可能な「介護カフェ」の内容に対する評価は高かった。今後は定期的継続的な開催方策の検討、潜在的支援ニーズを有する介護者及び介護予備軍への情報提供の在り方の検討、開催情報の情宣方法に課題が残された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

超高齢多死社会では、介護すること・介護されることに関係しない人はいない。加えて、生涯未婚率や離婚率の増加により中高年単身者も親の介護を担うことが余儀され、介護負担は中高年であるが故に自分自身の健康に、介護と職業の両立した生活継続は将来の生活基盤に直接影響する。

多職種協働によるワンストップ型介護者支援「介護カフェ」での活動は、高齢者を介護する中高年単身者が、自分自身のワーク・ライフ・バランスを良好に保ち、状況に応じた介護情報を的確に得ることができれば、介護者のエンパワメントにつながることを示唆された。

研究成果の概要(英文)： As one of the methods of grasping the needs of carers (including its candidates), Care Cafe: one-stop supporting for them, was carried out four times through multi-occupational collaboration. It was explaining situations and individual consulting by a judicial scrivener, a management dietitian, and a nursing care support specialist and free discussions between each participant. The venue is different each time, such as a community center, a university, and a local gathering room in a facility. The way of the publicity also differed each time.

The participants accounted for 1/3 of the men, and about 30% of them were single. The Care Cafe was highly evaluated by participants that could express their feeling about care and anxiety and consult individually. Considering how to hold it regularly and continuously, how to provide information for carers and its candidates, having potential supports' needs, and the way of the publicity about opening information appeared as the future issues.

研究分野：ジェンダー・老年看護学

キーワード：介護者支援 中高年単身者 ジェンダー ワーク・ライフ・バランス ワンストップ型 多職種協働
介護カフェ 老親介護

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

採択当時の最新データでは、日本の高齢化率は、平成 26 年には 26.0%に達し、国民の 4 人に 1 人が 65 歳以上を占め、生涯未婚率は男性 20.14%、女性 10.61%と大幅に上昇し、日本男性の 5 分の 1 は生涯未婚であることが明らかになった。65 歳以上の高齢者の世帯構成割合の三世帯世帯(13.2%)は減少し、高齢夫婦二人暮らし(31.1%)、高齢者単身世帯(25.6%)が主流を占める中、未婚の子と暮らす高齢者(19.8%)と過去最高を示した。

高齢者の 2 割が未婚の中高年になった子と暮らしていることが分かる。要介護者等からみた主な介護者は、40～60 歳未満が約 5 割、続柄も配偶者(26.2%)、子(21.8%)、子の配偶者(11.2%)と、子が性別に関わらず介護している例が、嫁(子の配偶者)の立場で介護する例を上回っていた。

我々はこの高齢者と中高年単身者である未婚の子との組み合わせでの介護生活において、特に介護する側のワーク・ライフ・バランスに着目し、男女別の困難性を把握し有効な支援をすることが、介護を受ける高齢者の QOL を保ち、単身で介護する中高年者の現在を支え、かつ、将来の自分自身の生活設計に寄与すると考えた。

我々の平成 23～25 年度の基盤研究 C「高齢者を介護する中高年単身者への支援プログラムの開発」では、単身から派生する困難は男女ともであり、性別役割分業観やジェンダー観の影響で男性介護者は、生活家事能力の低さからくる困難や、孤立し支援を求めにくく他者と交流しにくいことが明らかになった。地域包括支援センターの支援事例は要支援高齢者を自宅(持家)で介護する事例が多く、性別に関わらず約半数の中高年単身介護者は離職し、自分自身の将来展望が描けない実態があった。訪問看護ステーションの支援事例は要介護度が高く、介護者は娘の場合が多く、親子間の煮詰まり感等の困難な状況があった。支援する看護職は経験知から、象の個別性配慮として男女別に対応していることが明らかになった。

中高年単身介護者支援の一環として実施した「ひとりで悩まない介護セミナー」実施後の分析では、現に介護する人のみならず、介護予備軍が具体的なアドバイスを求め、その内容は財産分与・成年後見制度・介護保険サービス・実際の福祉機器と料金・簡単な調理法・自分自身の健康維持・具体的な介護技術と多岐に渡り、心情吐露が可能な雰囲気と場を求めている。困難内容の性差はあるものの、支援に関しては性別に関わらず自分以外の副介護者を得られない中で、ワーク・ライフ・バランスの困難さは同様であると考えられた。特に働き盛りである中高年者が介護生活と職業継続を可能とする支援は、中高年単身者の将来設計にも寄与する。

2. 研究の目的

高齢者を介護する中高年単身者が仕事との両立ができ、介護や家事がスムーズにいくような負担軽減が必要であることから、高齢者を介護する中高年単身者のワーク・ライフ・バランスに関する支援が課題であると言える。

高齢者を介護している中高年単身者が、介護と仕事との両立ができ、介護や家事がスムーズにいくような負担軽減策が必要であることから、その者のワーク・ライフ・バランスに関する支援を検討しなければならない。そこで、介護中もしくは将来の介護について不安を抱えている中高年単身者が、少人数で気兼ねなく対話し相談できる場での情報提供と精神的負担の軽減となる“介護カフェ”を開催し、心身の安寧が少しでも図れる機会をつくり、ワーク・ライフ・バランスに関する支援方法を検討する材料とする。今回の介護カフェの特徴は多職種協働によるワンストップ型の相談機能を含めていることである。

また、研究期間終了間際ではあるが、介護者支援法が施行されているイギリスの介護者支援の現状を視察する機会を得て、5 か所の高齢者ケア施設や地域の介護支援に関する拠点等を視察した。特に初期段階のワンストップ型サービス、認知症アドミラルナースの活動、民間の高齢者ケア施設、公的な高齢者支援施設等で、実際に社会福祉関係の専門職や看護師、サービス利用者である高齢者本人との触れ合いから得た示唆をまとめる予定である。

3. 研究の方法(介護者支援のための多職種協働によるワンストップ型「介護カフェ」の効果について)

- 1)【“介護カフェ”の概要】開催場所は、コミュニティセンターや大学の教室、公民館研修室、地域密着型介護老人福祉施設の地域交流室等を使用した。広報は、市や地区にも協力を依頼した。内容は、司法書士による法律相談、介護支援専門員による介護相談、管理栄養士による栄養・調理相談の個別相談コーナーと、研究者と自由に話しながら介護について語るカフェコーナーを設置した。個別相談希望者は受付時に番号札を渡し、プライバシーを確保するために離れた場所で相談者がわからないように配慮した。実施日時は、平日を避けて土曜日午後の2~3時間程度とした。
- 2)対象:居宅で介護実践している介護者、将来の介護に不安があるか興味関心がある地域住民。
- 3)調査日:“介護カフェ”を開催した2016年12月18日、2017年3月4日、2018年2月3日、2018年10月24日の4回。
- 4)調査方法:研究者が作成した自記入式質問紙調査を用いた横断調査。さらに、カフェコーナーでの語りの内容を研究者間で分析。
- 5)調査内容:属性、介護状況、介護カフェの内容の評価、介護の困りごと、支援ニーズ等23項目について。
- 6)分析方法:項目ごとに単純集計し、全体の傾向及び個別の状況について分析。語りについては介護の不安や困難に関する発言を抽出して分析。
- 7)倫理的配慮:所属大学倫理審査委員会にて承認を得た。対象者には倫理的配慮について文書及び口頭にて説明し、同意を得た場合のみアンケートを提出することとした。すべて匿名とし個人が特定されることなく、データは鍵のかかる研究室に保管し、研究終了後は紙媒体及び電子媒体は破壊すること、研究及び発表等以外には使用しないことを説明している。

4. 研究成果

1)結果

“介護カフェ”の参加者は、毎回20~30名程度であり、個別相談を利用しないでカフェコーナーでお互いの介護状況を語り合い、研究者が対応することもあった。その中で調査用紙に協力が得られた者は35名だった。

(1)属性:調査に協力が得られた35名中、男性9名、女性26名、20歳代1名、40歳代14名、50歳代5名、60歳代6名、70歳代8名、80歳代1名、平均年齢56歳で現在単身者は12名。現在介護中は11名(要介護者:母7名、義母4名)。(2)開催を知ったきっかけ:ポスター2名、チラシ(講座案内含む)11名、新聞4名、知人の紹介13名。(3)内容の評価:「勉強になった」「役に立った」「楽しかった」が多く、専門職による個別相談については「役に立った」が多かった。(4)介護者支援ニーズ:「介護の困りごとに早期に気づいてもらえる機会」「介護者の緊急時に、すぐに要介護者に対応できるサービス」「専門職や行政職員が介護者への理解を深める」「地域や職場等、社会が介護者への理解を深める」「介護を踏まえた勤務体制づくり(時

間短縮、在宅勤務等)」の項目で、強く望んでいた。(5)記述：体験型の講座で楽しく学ぶこと、参加者が中心であること、個別相談や気軽に話せるコーナーで気持ちを出出できたことなどの有益性を示す評価があり、次回の開催を期待する意見も見られた。一方で、介護者同士で語る時間をさらに長く求め、個別のみならず研究者等にも時間をかけて話をしたいという意見もあった。(6)語りから：介護を実践している中での相談窓口やサービスの質に関することが多かった。中には、様々な講座に通い、自分の中の疑問を追及している男性介護者もいた。また、将来介護者になることへの不安と自らが要介護状態になった時の不安を抱えている者もいた。

2)考察

在宅で高齢者を介護する中高年単身者の支援に関する研究の一環として、“介護カフェ”を開催し、地域住民の対象者を特定しないで、気軽な語りができる環境を活用して介護の困難や不安を出出でき、相談によって少しでも解消できる機会をつくった。その中で参加者が活用しやすかったのか考察し、さらにカフェ開催の意義と中高年単身者のカフェ活用について検討する。

(1) “介護カフェ”の有効性

今回開催した“介護カフェ”の参加者は、1/3が男性介護者であり、内閣府の調査¹⁾や我々の先行研究の調査とほぼ同様の割合を示していた。このイベントは大人数を集客するためのものではなく、少人数で時間をかけて相談や語りの場を設けることで、潜在的な介護問題を把握し、ニーズを知るためのものである。よって、参加者の制限はしていないが、希望者には入れ替わりながらの個別相談ができる時間や他の参加者と談話する時間は確保できる程度の参加人数となった。しかしながら、相談時間の延長や参加している介護者同士の語りの時間の延長を求める意見もあることから、日常生活場面において専門職に相談する機会の少なさ、他の介護者との情報共有の場の少なさが伺えた。介護保険サービスを利用している場合、対応する専門職では介護支援専門員が中心となる。毎月、利用状況の確認や変更の意向などを尋ねる機会を設けているはずであり、利用者や介護者の要望を確認し安心して生活できるサービス計画書を作成しなければならない。要介護者が利用する介護サービスは様々であるため、調整をする介護支援専門員と当事者である要介護者及び介護者のコミュニケーション、そして信頼関係が要となると言える。さらに、それぞれのサービス事業者の職員との連携のもとに目標を統一してケアにあたらなければならない。多職種連携を円滑に進めるには、専門職者は自身の役割をしっかりと認識すること、自身が行っていることや現象を言語化する能力が必要である。介護者に対して的確に説明し、相談を受けることができる体制をとる必要がある。介護者同士の情報共有などの機会としては、家族の会が開催されることもある。しかし、事業者が主催することもあり、また大人数の集まりであれば、十分に意見を言え、気持ちを出出できる機会とはなりにくいかもしれない。さらには、介護サービスを利用していなければ地域包括支援センターを利用することができるが、気軽に身近に話ができる場が求められているのではないだろうか。そこで、今回のような地域密着型のイベントを行うことで、介護者は参加しやすくなり、気軽に相談できていくと言える。

(2)中高年単身者のカフェ活用

今回の“介護カフェ”では、対象者を限定せずに自由参加とし、単身者は約3割であった。年齢はさまざまであったが、現在介護をしている者もあり、個別相談のみならずカフェコーナーでは研究者と長時間話し込む様子も見受けられた。介護のために転職をした事例もあり、単身者ゆえに介護と仕事の両立を考えた末であろう。複数者で介護を担う場合に比べ、身近な相談相手や自らの代わりを依頼する相手も少ないことは推測できる。単身介護者が健康であれば介護の継続は可能だろうが、心身に不調が起きた場合には在宅介護は困難になる可能性がある。

これは、介護を踏まえた勤務体制づくりや介護者の緊急時の対応サービスを求めることから切実な課題であるといえる。だからこそ、気軽に参加できるようなイベントがあることで、多くの情報を得ることができ、他者と介護の共感をすることもできるのではないだろうか。よって、単身介護者が気軽に参加しやすいような開催日時や場所を検討していく必要がある。

3) 結論

今回、多職種協働によるワンストップ型の相談機能を含めた介護カフェを開催し、参加者の介護に関する不安や苦悩に寄り添い、介護者自身への公的な支援ニーズや多いことや、気軽に心情吐露ができる場として有効性が確認された。超高齢多死社会を迎えたわが国では介護すること、介護されることに関わらない人はいないといっても過言ではない。

今後は、定期的継続的な開催方策の検討、潜在的に支援ニーズを持つ介護者や将来の介護者予備群への情宣方法の検討等が課題である。

4) 今後の分析課題: イギリスの高齢者及び介護者支援の現状と我が国への示唆

平成31年2月末に実施した研修内容を令和1年7月21日の日本看護福祉学会学術大会の交流集会にて発表しディスカッションする。「高齢者を介護する中高年単身者へのワーク・ライフ・バランス支援ニーズの研究(科研)」を実施する中で、多職種専門職によるワンストップ型「介護カフェ」により、介護生活スタート時の不安解消、介護保険サービス利用への示唆、介護継続時の介護者の精神的ケアについて効果を確認してきた。しかし、継続的開催や開催の周知方法に課題が多かった。介護者支援法が施行されているイギリスの介護者支援の現状を視察する機会を得て、5か所の高齢者ケア施設や地域の介護支援に関する拠点等を見学研修した。特に初期段階のワンストップ型サービス、認知症アドミラルナースの活動、民間の高齢者ケア施設、公的な高齢者支援施設等で、実際に社会福祉関係の専門職や看護師、サービス利用者である高齢者と触れ合から得た示唆をまとめる必要がある。

5 . 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計2件)

1. (共著) 吉岡久美・生野繁子・「高齢者を介護する中高年単身者のワーク・ライフ・バランス支援ニーズの研究 多職種連携「介護カフェ」による支援の検討」・地域ケアリング(ISSN 1345-0123)平成30年11月号・北隆館 Vol.20 No.12・p47-51・平成30年10月.
2. (共著:編集部依頼による再掲) 吉岡久美・生野繁子・「高齢者を介護する中高年単身者のワーク・ライフ・バランス支援ニーズの研究 多職種連携「介護カフェ」による支援の検討」・地域ケアリング(ISSN 1345-0123)平成31年3月号・北隆館 Vol.21 No.3・p90-94・平成31年2月.

〔学会発表〕(計2件)

1. (共同) 生野繁子・吉岡久美・戸田岳志・正野逸子・中嶋恵美子・鷹居樹八子・「多職種協働型『介護カフェ』参加者アンケートにみる支援ニーズと情報提供のあり方」・第37回日本看護科学学会学術集会(宮城県仙台国際センター)・WEB抄録集示説 PF-71-2・平成29年12月17日.
2. (共同) 生野繁子・吉岡久美・正野逸子・中嶋恵美子・鷹居樹八子・「多職種協働によるワンストップ型介護者支援の成果 「介護カフェ」参加者アンケートから」・第15回日本高齢者虐待防止学会-泉州大会-(桃山学院大学)・同抄録集 p67・平成30年9月1日.

6 . 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名：正野 逸子

ローマ字氏名：Shono Ithuko

所属研究機関名：産業医科大学

部局名：産業保健学部

職名：教授

研究者番号(8桁)：80280254

研究分担者氏名：中嶋 恵美子

ローマ字氏名：Nakashima Emiko

所属研究機関名：福岡大学

部局名：医学部

職名：教授

研究者番号(8桁)：30461536

研究分担者氏名：鷹居 樹八子

ローマ字氏名：Takai Kiyako

所属研究機関名：西九州大学

部局名：看護学部

職名：教授

研究者番号(8桁)：40325676

研究分担者氏名：吉岡 久美

ローマ字氏名：Yoshioka Kumi

所属研究機関名：九州看護福祉大学

部局名：看護福祉学部

職名：准教授

研究者番号(8桁)：30412787

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。