

令和 4 年 10 月 1 日現在

機関番号：33942

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2019～2021

課題番号：19K11156

研究課題名(和文) シングル介護を担う就労者の援助要請とQOLとの関連

研究課題名(英文) Association between help request and quality of life of the working person taking a single care

研究代表者

田中 結花子 (TANAKA, YUKAKO)

修文大学・看護学部・准教授

研究者番号：50410915

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,000,000円

研究成果の概要(和文)：就労しながら親の介護をするシングル介護者の健康関連QOLを退院後1か月時と3か月時と比較した。健康関連QOLの変化は、シングル介護者は身体面より精神面の健康関連QOLが低下している状態であった。【両立に良い影響を与える要因】は、介護に関する情報を提供することは必須である。また、介護に関する全ての者が情報共有・意見交換が出来る連携システムの構築は喫緊の課題である。【両立に悪い影響を与える要因】を改善する為には、医療者は、退院前から介護者が相談出来る関係性を構築する必要がある。

研究成果の学術的意義や社会的意義

介護継続には、【両立に良い影響を与える要因】の「悩みを相談できる人の存在」、「地域の見守り及びレスパイト体制」、「介護経験者の介護情報提供体制」が挙げられる。また、「介護者の身近で相談出来る人の存在」が大きな支えとなって仕事と介護の両立継続に良い影響をもたらしていた。【両立に悪い影響を与える要因】は、シングル介護者は「介護を替わってくれる人がいない環境」があった。介護に関する全ての者が情報共有・意見交換が出来る連携システムの構築は喫緊の課題である。まずは、介護者が在宅介護開始時に介護情報を収集できる場の構築と共に情報提供者の人材育成は早急に着手しなければならない課題である。

研究成果の概要(英文)：Association between help request and quality of life of the working person taking a single care We compared the health-related quality of life of the single caregiver who cared for the parent while setting to work after a discharge in time and three months' time for one month, and, as for the change of the health-related quality of life, as for the single caregiver, health-related quality of life of the psychiatric aspect was in condition to decrease than a body aspect. This was found to be the problem that was common to the caregiver who received home health care as well as a single caregiver. It is required to offer the information about the care to promote [factor to have influence that it is good for coexistence] more. Also, a construction of the cooperation system that all persons involved in a care are available for information sharing, exchange of opinions is an urgent problem.

研究分野：慢性期看護学

キーワード：シングル介護者 健康関連QOL 在宅介護 負担感 就労 両立 連携

## 1. 研究開始当初の背景

高齢者が増加する一方、未婚者や離婚者の増加、兄弟数の減少、同居率の低下により、単身で介護をする者（以下、シングル介護者）が増えている。単身者の介護では、身近に共に介護を担う家族がいないことだけでなく、自由なライフスタイルや経済的な保障の脆弱さ、心身面からの生活力の困難があり、老老介護や家族がいる介護者とは違った問題や課題があると考えられる。未婚または単身で生活基盤を維持しながら親の介護をすることの問題点や要因を明らかにすることは、高齢者介護のこれからを考える上で重要であり、シングル介護者の QOL に対して適切な対応がなされなければ、深刻な社会問題になると考える。

これまでの介護者研究の多くは、在宅介護の状況および介護ストレスに関する介護の負担感やストレスに焦点が当てられてきた<sup>1)</sup>。また介護状況や QOL との影響<sup>2)</sup>についての検討がされてきた。健康関連 QOL を使用した研究において、認知症高齢者の入院時と退院時の家族の負担感の調査では、身体面より精神面の健康関連 QOL が損なわれていることが報告されている<sup>3)</sup>。男性家族介護者の心身の健康に対して主観的な健康感が低く、睡眠やストレス知覚についても問題を抱えながら介護のある生活を送っていた<sup>1)</sup>。さらに重要なことは、介護離職は一見すると仕事と介護の両立から解放され、介護の負担は軽減されるものと考えられるが、実際には介護離職者の半数以上で、精神面、肉体面、経済面の負担がかえって増す結果になったなど必ずしも状況を好転させるわけではない<sup>4)</sup>。仕事を退職して介護に専念しても、介護開始 6 か月未満は介護開始初期であり、介護者の介護方法に慣れていないこと、緊急時の対応に不安を感じていることが報告されており<sup>5)</sup>、介護者の QOL は低下する。離職をしても問題の解決にはならない。特に経済面では、介護による就労調整が総世帯収入の減少をもたらすことが知られており<sup>6)</sup>その結果、生活が立ち行かなくなるケースも想定される。外で仕事に就くことは、在宅介護から離れることで気分転換の促進や社会的なネットワーク資源をもたらす機能があり<sup>7)</sup>精神的健康の維持にも関連していた<sup>8)</sup>。

今回、シングル介護を担う就労者の援助要請と QOL の関連を明らかにし、QOL が高い人の援助要請の特徴と QOL が低い人の援助要請の特徴を明らかにしたいと考えた。

在宅で療養生活を送る親・就労継続しているシングル介護者の QOL が低下しやすい状況に加えて十分な援助要請がされにくい現状に対して、介護者の援助要請力を上げることで、支援が十分にいきわたり、シングル介護者の QOL が上昇するのではないかと考えた。

## 2. 研究の目的

**研究目的** . シングル介護を担う就労者の援助要請と QOL の関連を明らかにする。

**研究目的** . QOL が高い人の援助要請の特徴と QOL が低い人の援助要請の特徴を明らかにする。

## 3. 研究の方法

研究 :

### 1) 質問紙作成

質問紙に倫理的な根拠づけをするためのシングル介護者の援助要請内容に関する文献検討

この研究において、仮説検証型の研究スタイルをとり文献研究をおこなった。研究仮説は、「シングル介護を担う就労者は、援助要請をするほど QOL は向上する。」援助要請に関する研究現状と課題として 1 件の援助要請論文しかなかった。そのため、援助要請の質問紙を作成することにした。

国内外のデータベースから、「Help Seeking Behavior」、「援助要請」をキーワードとして検索を行い、シングル介護を担う就労者の援助要請と QOL を促進する要因およびプログラムから看護職の実践内容を抽出した。

### 2) 文献検討で根拠が明確で実現可能性の高い質問紙の作成

質問紙作成

### 3)文献検討でのシングル介護者の在宅介護開始直後

- (1)文献検討および既存の資料から援助要請内容を抽出した。
- (2)(1)で抽出した内容を整理し、質問紙を構成する項目を作成した。
- (3)内容妥当性の検討と合意形成を行うために親を介護しながら就業していた人からヒアリング

### 4)シングル介護を担う就労者の援助要請の質問紙を構成する項目の内容の検討

#### (1)質問紙調査の目的

在宅介護の家族介護者の看護管理に精通する専門家を対象に、作成した質問紙の構成する項目について、「シングル介護を担う就労者の援助要請と QOL の関連」を明らかにする。QOL が高い人の援助要請の特徴と QOL が低い人の援助要請の特徴を明らかにする内容を示しているか、意味内容の重複がないか、不明瞭な表現がないかについて検討した。

### 5)「就労しながら親の介護をするシングル介護者の退院直後の健康関連 QOL の縦断研究」

目的：就労しながら親の介護をするシングル介護者の健康関連 QOL を退院後 1 か月時と 3 か月時で比較し健康関連 QOL の変化を考察する。

方法：退院後 1 か月時と 3 か月時の 2 時点において質問紙調査を行った。対象者の基本属性と労働時間と介護時間など、被介護者の介護度及び認知度などを調査した。健康関連 QOL の測定には SF-8™)を使用し退院後 1 か月時および 3 か月時の比較をした。

研究 . QOL が高い人の援助要請の特徴と QOL が低い人の援助要請の特徴を明らかにする。

「シングル介護者が在宅介護 3 か月時の就労と介護の両立における現状」

本研究は、シングル介護者（以下介護者）が在宅介護 3 か月時の就労と介護の両立における現状を明らかにすることを目的とする。インタビュー調査を実施した。

## 4 . 研究成果

### 1)研究結果

研究 : アンケートが受理された施設 750 施設を抽出し、郵送した。そのうち、400 部を対象者に配布して頂いた。

#### (1)対象者の概要

対象者地域の内訳は、東北 1 か所、関東 5 か所、中部 10 か所、近畿 2 か所、中国・四国 1 か所、九州 1 か所である。質問紙の回収数は、第 1 回目アンケート 50 部（回収率 13%）、第 2 回目アンケート 40 部（回収率 10%）、第 1 回、第 2 回調査の両方に回答し欠損値のない 36 名を分析対象とした。

1 日の介護時間の 1 か月時の平均値（以下 Mean）は 270.8 分/日、標準偏差（以下 SD）は 249.0 分/日、3 か月時の Mean は 317.5 分/日、SD は 295.4 分/日と介護時間が有意に増えていた ( $p < 0.01$ )。健康関連 QOL における精神的サマリースコアの 1 か月時の Mean は 41.9 点、SD は 8.9 点、3 か月時の Mean は 42.9 点、SD は 8.1 点で有意差な差はなかった。身体的サマリースコアの 1 か月時の Mean は 47.5 点、SD は 9.6 点、3 か月時の Mean は 45.9 点、SD は 9.4 点で有意な差はなかった。

研究 : 病院を退院した親を 3 か月間在宅で介護しながら就労を継続しているシングル介護者 9 名に半構造化面接を実施し、帰納的分析を行った。

【両立に良い影響を与える要因】と【両立に悪い影響を与える要因】の 2 コアカテゴリが抽出された。【両立に良い影響を与える要因】は、悩みを相談できる人の存在、地域の見守り及びレスパイト体制、介護経験者の介護情報提供体制 の 3 カテゴリが抽出された。【両立に悪い影響を与える要因】は、[介護のきっかけ]、[介護を替わってくれる人がいない環境]、[介護による精神的ストレス] の 3 カテゴリが抽出された。

## 2) 考察

### 研究

#### (1) 1 か月時のシングル介護者の健康関連 QOL PCS, MCS について

本調査における 1 か月時の PCS および MCS は低下していた。これは宮下ら<sup>5)</sup>の研究による 6 か月未満の介護開始初期における負担感と関連していた結果と同様だった。その原因には、介護に不慣れなこと、緊急時の対応の不安を抱いていることが考えられ、介護負担感と PCS, MCS と関連があるという内容と一致した。

#### (2) 介護と仕事の両立について

在宅介護開始 1 か月時のシングル介護者は、親の急性期病院への入院からリハビリテーション病院への転院を経て病院退院後の親の在宅介護と就労の両立など、今までに経験したことがない事柄の連続である。その為、精神的にも身体的にも負担感が増大していたと考えられる。今回の調査では、下位項目の心の健康や日常役割機能（精神）が低く、これらが MCS に影響した可能性は考えられる。しかし、本研究では多変量解析を実施していない為、影響要因までは断定することは出来ない。

多くの介護者は、退院指導を受け在宅介護生活を開始している。しかし、著者の介護経験や先行研究<sup>9)10)</sup>からは、介護環境を整えるための担当ケアマネジャーとの連絡調整、さらには仕事を持つ介護者の場合は、出勤時間の調整など退院指導以外の問題発生が多いということが明らかになっている。

本調査から 1 日の平均勤務時間が 1 か月から 3 か月で減少しており、一方で 1 日の介護時間は増大していた。また、3 か月後の PCS は、低下していることからシングル介護者は身体的にも疲労が蓄積していると考えられる。

#### (3) 介護離職の予防とストレス対処について

シングル介護者のストレス対処と介護離職予防には、早期から退院支援を行うことで、患者・家族の退院後の不安が軽減される<sup>10)</sup>。しかし、シングル介護者の親は、子どもであるシングル介護者と同居していても介護者は就業しており、昼間は親が単独となる時間が多い。また、看護師も退院指導において個別性を踏まえたきめ細かな退院調整の必要性を感じている。障害があっても住み慣れた自宅で生活できるように、患者である親へのアプローチは当然ながら、介護者であるシングル介護者へのアプローチは重要な課題である。以上のことから、シングル介護者の心理的反応を理解し共感する姿勢が必要である。また、シングル介護者が親の在宅介護開始前に介護についての教育的なサポートや家事などの技術指導を行う機会を設けること、ケアマネジャーや相談出来る医療スタッフとの意見交換が出来る人間関係の構築、退院後の訪問指導や介護者同士のピアサポート体制や職場環境の調整も必要である。また、サービスを有効に利用し、親の介護から離れる時間を確保し、自分自身の為に自由な時間を確保出来るような援助をすることが必要である。

3) 結論：シングル介護者は身体面より精神面の健康関連 QOL が低下している状態であった。このことはシングル介護者のみではなく在宅介護を行う介護者に共通の問題であることがわかった。【両立に良い影響を与える要因】をより促進する為には、介護に関する情報を提供することは必須である。また、介護に関与する全ての者が情報共有・意見交換が出来る連携システムの構築は喫緊の課題である。【両立に悪い影響を与える要因】を改善する為には、医療者は、退院前から介護者が相談出来る関係性を構築する必要がある。

## 4) 研究の限界と課題

対象者数が少なく一般化には限界がある。わが国全体のシングル介護者や在宅介護継続ニーズを反映しているとは言い切れないものの、シングル介護者と介護している親の特徴を反映しているものであると考える。本研究における対象者は、健康関連 QOL が高齢女性の在宅介護をしている者より低い集団であったが、退院前の状況を調査出来ていない為、在宅介護開始による影響とは断定することはできない。

今後は、親の入院時におけるシングル介護者の QOL を測定する必要がある。また研究の質を担保する為にサンプル数の確保を検討する必要がある。

対象地域および例数を増やすとともに、多変量解析を実施し要因を明らかにしていきたい。さらにシングル介護者の就労と介護の両立の一助としたケアニーズの研究を行う事を検討している。高齢化社会が急加速している今後の日本において重要な研究であると考えられる。

#### 引用文献

- 1) 彦聖美, 鈴木祐恵, 大木秀一. 男性介護者における Stressful Life Events と Sense of Coherence の関連. 石川看護雑誌 2014; 11: 19-27
- 2) 佐藤順子, 仲秋秀太郎. 認知症患者と家族の社会的孤立 ソーシャルサポートと QOL に関する問題点. 老年精神医学雑誌 2011; 22(6): 699-708
- 3) 杉山智子, 渡邊啓子, 佐藤典子ら. 入院中の認知症高齢者の介護家族における健康関連 QOL 入院時と退院決定時の負担感に焦点をあてて. 順天堂大学医療看護学部医療看護研究 2011; 7(1): 35-40
- 4) 三菱 UFJ リサーチ & コンサルティング株式会社. 2012. 平成 24 年度 仕事と介護の両立に関する実態把握のための調査研究事業報告書(平成 24 年度厚生労働省委託調査)結果概要. [https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/dl/h24\\_itakuchousa00.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/dl/h24_itakuchousa00.pdf) 2021.6.29
- 5) 宮下光子, 酒井真理子, 飯塚弘美ら. 在宅家族介護者の介護負担感とそれに関連する QOL 要因. 日本農村医学会雑誌 2006; 54(5): 767-773
- 6) 岸田研作. 介護による就労調査は世帯入院を減少させるか. 家計経済研究 2013; 98: 54-59
- 7) 越智若菜, 田高悦子, 臺有桂ら. 中年期就労介護者の介護と仕事の両立の課題に関する記述的研究. 日本地域看護学会学会誌 2011; 13(2): 140-145
- 8) 内田佳見, 松岡広子. 仕事をしている女性が主介護者として在宅介護を担う体験 両立の困難さと生活安定のための工夫. 愛知県立大学看護学部紀要 2016;22: 27-35
- 9) 伊藤由美子編. まるっと 1 冊リハビリ病棟の退院支援個別性のある患者・家族支援ができる! リハビリナース 2013 年秋季増刊(通巻 40 号), メディカ出版, 2013:180-183
- 10) 星野純子, 堀容子, 清水律子. 生理学的測定指標を用いた高齢な女性介護者のストレス反応. 日本在宅ケア学会誌 2014;18(1):51-59

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 田中結花子;佐藤真由美;青石恵子	4. 巻 70巻4号
2. 論文標題 シングル介護者が在宅介護3ヵ月時の就労と介護の両立における現状	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 日本農村医学会雑誌	6. 最初と最後の頁 372-381
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.2185/jjrm,70.372	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 田中結花子;佐藤真由美;青石恵子	4. 巻 27巻1号
2. 論文標題 就労しながら親の介護をするシングル介護者の退院直後の健康関連QOLの縦断研究	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 国際医療福祉大学学会誌	6. 最初と最後の頁 64-72
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 田中結花子;小笠原智子	4. 巻 13号
2. 論文標題 回復期リハビリテーション病院勤務看護師の多職種連携における退院支援の文献検討	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 修文大学紀要	6. 最初と最後の頁 59-66
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計3件（うち招待講演 0件/うち国際学会 1件）

1. 発表者名 田中結花子 青石恵子
2. 発表標題 在宅移行した親を就労しながら介護するシングル介護者の健康関連QOLの変化
3. 学会等名 日本公衆衛生学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 田中結花子 青石恵子
2. 発表標題 シングル男性介護者の在宅介護と就労の両立における困難と課題
3. 学会等名 日本家族看護学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 田中結花子 佐藤真由美 青石恵子
2. 発表標題 Changes in Health-Related Quality of Life due to Care Burden as Single Caregivers
3. 学会等名 EAFONS2021 (国際学会)
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関