様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２９ 年　 ６ 月　 ７ 日現在

機関番号：２４４０３
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2014～2016
課題番号：２６８６１９６１

研究課題名（和文）日中独居高齢者を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメント

研究課題名（英文）Self-management by Caregiving Men to Achieve Work-Care Balance while Supporting Elderly People at Home during the Day

研究代表者
深山　華織（FUKAYAMA, KAORI）

大阪府立大学・看護学研究科・助教

研究者番号：４０６１３７８２

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　900,000円

研究成果の概要（和文）：研究目的は，就労しながら要介護高齢者を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントについて明らかにすることである．研究方法は，就労しながら介護をしている男性9名を対象に面接調査を行い質的記述的に分析した．
男性介護者が仕事と介護を両立し生活を維持するためのセルフマネジメントとして【仕事を続けることに意義を持つ】【今のまま介護が続けられるよう自分で上手くやりくりする】【専門職に来てもらい、変化に対応してもらう】【状態が悪くなったときの対応策を考えている】等の9カテゴリーが抽出された．男性介護者は自分で情緒的なコントロールをし専門性のある支援を受けることで現在の生活を維持していた．

研究成果の概要（英文）：　This study was conducted to clarify self-management by employed male caregivers to balance work and care while supporting elderly people who stay home alone during the day. We conducted an interview survey of nine employed men who were providing care. Then we analyzed the responses in a qualitative and descriptive manner.
Regarding self-management by which male caregivers maintained a life balancing work and care with a view to the future, we extracted nine categories: [Caregiving is a natural role for me], [Assign importance on continuing to work] [Make arrangements independently for which care provision the way it is now] [Ask professionals to come to respond to changes], and [Concretely consider future prospects].
To strike a balance between work and care, male caregivers managed themselves to be able to maintain their present lifestyle to the greatest degree possible and to cope with possible future changes.

研究分野：在宅看護学

キーワード：仕事と介護の両立　男性介護者　要介護高齢者　セルフマネジメント　家族介護者支援

１．研究開始当初の背景

近年，わが国では少子高齢化やライフスタイルの多様化などから世帯構造の変化が起こり，要介護高齢者の家族の介護力は脆弱している．介護をしている者は男女ともに 60～64 歳が最も多く（平成 24 年就業構造基本調査），介護・看護のため離職した者は年間約 10 万人おり，男性 2 割，女性 8 割である（平成 24 年就業構造基本調査）．男性介護者の割合は年々増加しており（平成 25 年国民生活基礎調査），介護が男性の就労継続に影響を及ぼすことが予測される．

在宅で要介護高齢者を支える家族にとって，就労しながら介護を行うことは心身の負担が強い一方で，社会的役割や生きがいとなり，要介護高齢者との生活を継続していくうえで重要なことである（深山，2015）．また，介護者は予測される問題ができるだけ起こらないように準備したり，問題が起こったときに職場へ相談しやすい環境を整えたりと仕事と介護の両立をするためのセルフマネジメントを行うことで心の安定を図っている．このことから，介護者が仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントがうまく行われることで，要介護高齢者との生活が維持できると考える．しかし，男性介護者は心身の健康に対する主観的健康感が低く，回避型コーピングをとらない傾向にある（永井ら，2011）．

そこで，本研究では，就労しながら日中独居高齢者を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントについて明らかにし，日中独居高齢者と男性介護者の望む生活の実現に向けた支援の在り方を検討するための基礎資料とする．

２．研究の目的

就労しながら日中独居で過ごす要介護高齢者（以下，日中独居高齢者）を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントについて明らかにする．

３．研究の方法

(1) 研究デザイン

本研究は，質的記述的デザインとした．

(2) 研究対象者

近畿圏内の訪問看護ステーション 7 施設において訪問看護を利用している要介護高齢者の家族で，就労をしながら介護をしている男性の主介護者 9 人とした．

(3) データ収集方法

半構成的面接法とした．対象者のプライバシーの確保できる場所で同意を得て、会話内容を IC レコーダーに録音した。

質問内容は，①就労中の対象者と日中独居高齢者の生活状況，②就労と介護を両立により困難に感じること・良いと感じることと，それらの理由，③困難なことを解決するために対象者が行っている工夫・取り組み，④困難なことを解決するために看護師やサービス提供者へ望む支援と，その理由，⑤困難なことを解決するために日中独居高齢者へ望むことと，その理由である．

(4) 分析方法

面接終了後，録音記録を基に逐語録を作成した．逐語録から，日中独居高齢者を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントについて表現している内容を抽出し，意味内容が損なわれないよう簡潔な一文で表現し，コード化した．類似するものを集めて名称をつけ，サブカテゴリー，カテゴリー化した．分析過程においては，信頼性・妥当性を高めるため，在宅看護学領域の専門家からスーパーバイズを受けた．

(5) 倫理的配慮

研究協力依頼において，訪問看護ステーション管理者に対し，研究の趣旨と倫理的配慮について口頭と文書で説明し，署名をもって

研究協力への同意を得た．さらに研究対象者（男性介護者）および日中独居高齢者に対して，面接調査実施前に研究の趣旨と倫理的配慮について口頭と文書で説明し，署名をもって研究協力への同意を得た．なお本研究は，大阪府立大学看護研究倫理委員会の承認を得て実施した．

４．研究成果

（1）対象者の概要

対象者の平均年齢は 61.2±11.5 歳であった．日中独居高齢者との続柄は，息子 8 人，夫 1 人であった．就労の形態は，常勤雇用 5 人，自営業 3 人，休職中 1 人であった．留守にする平均時間は，4.9 日／週，11.3 時間／日であった．

日中独居高齢者は, 男性 1 人, 女性 8 人で, 平均年齢は 82.8±7.1 歳であった．日中独居高齢者の主疾患として，認知症 2 人，消化器系 2 人，循環器疾患 1 人，腎疾患 1 人，呼吸器疾患 1 人，運動器疾患 1 人，難病 1 人であった．日中独居高齢者の要介護度は，要介護 5 が 1 人, 要介護 4 が 1 人, 要介護 3 が 3 人, 要介護 2 が 4 人であった．

（2）日中独居高齢者を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメント

男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントとして，9 カテゴリー，36 サブカテゴリー，226 コードが抽出された（表 1）．

以下，カテゴリーは【　】，サブカテゴリーは＜　＞で示す．

男性介護者が仕事と介護を両立し、生活を維持するためのセルフマネジメントとして、【介護をすることは自分の当然の役割である】【仕事を続けることに意義を持つ】【今のまま介護が続けられるよう自分で上手くやりくりする】【自分がいないときにも元気で安全に過ごせるように調整する】【専門職に来てもらい、変化に対応してもらう】【状態が悪くなったときの対応策を考えている】【自分の心身の健康も大事にする】【自分がいないときに、うまく行かない場合は仕方がない】【状態が悪くなることを考えたくない】の 9 カテゴリーが抽出された。

【介護をすることは自分の当然の役割である】は，＜自分が介護をするのは当たり前

表 1　日中独居高齢者を支える男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメント

カテゴリー	サブカテゴリー
介護をすることは自分の当然の役割である	自分が介護をするのは当たり前だから、大変だとは思わない
	介護は大変だけど、他の人も大変だと思う
仕事を続けることに意義を持つ	男にとって仕事をすることは当たり前
	今の生活を続けていくためには仕事をして収入を得ることが必要
	仕事に行くことで介護から離れられ、世間とつながれると思う
	自分の将来を考えて、仕事は続けていきたい
自分がいないときに元気で安全に過ごせるよう調整する	日中独居高齢者がひとりのときに、自分のことを自分でできるように工夫をしておく
	要介護高齢者がひとりのときに転倒しないように動けない、動かない状態でいて欲しい
	日中独居高齢者がひとりのときの食事は配食サービスを利用する
	ヘルパーに自分ができない世話をしてもらう
	日中独居高齢者をひとりにさせるより、デイサービスで入浴し、人と関わりが持てるようにする
	日中独居高齢者がひとりのときに薬を飲めるよう工夫し、サービスを入れる
	自分で対応できないときは、インフォーマルな人に協力を得る
	日中独居高齢者に何かあれば、自分に連絡が入るようになっている
今のまま介護が続くように自分で上手くやりくりする	日中独居高齢者との良い関係を作ろうと努める
	日中独居高齢者の認知症状にイライラせず、自分が合わせていく
	仕事に行く前に、日中独居高齢者の世話を済ますために、生活スタイルをつくる
	普段から日中独居高齢者の状態変化に気づけるようによく観察しておく
	日中独居高齢者が医療や介護を受けられるように仕事を調整する
	サービス担当者とできるだけコミュニケーションをとるようにしている
	インフォーマルな人は立ち入ると面倒だから入らせず、自分でする
専門職に来てもらい、変化に対応してもらう	体調の変化を看て、判断してくれる訪問看護師に来てもらう
	今の状態を長く維持したいから専門職にきてもらう
	サービス関係者で情報を共有してくれる
	何か困ったことがあったときには専門職に相談し、情報提供やアドバイスをもらう
状態が悪くなったときの対応策を考えている	日中独居高齢者の状態が悪くなったら、お金がかかっても訪問介護の回数を増やす
	日中独居高齢者を施設には入れずに在宅で看たいと思う
	日中独居高齢者の状態が悪くなったら、施設に入所させる
自分の心身の健康も大事にする	自分に無理がかからないように、うまく選択していく
	仕事と介護を調整して、自分の趣味やストレス発散の時間をつくる
	今の生活を維持していくために自分の健康維持に努める
自分がいないときに、うまくいなかい場合は仕方ない	自分がいないときに何か起こっても仕方ないと思う
	日中独居高齢者がひとりのときにご飯が食べられなくても、仕方ないと思う
状態が悪くなることを考えたくない	日中独居高齢者の状態が悪くなったときにどう対応したら良いかと思い悩む
	日中独居高齢者の状態が悪くなったときのことを考えると、気が沈むので考えない
	日中独居高齢者の状態はこれから悪くなると思うけど、なるようにしかならないと思っている

だから，大変だとは思わない＞など 2 サブカテゴリーで構成された．

【仕事を続けることに意義を持つ】は，＜男にとって仕事をすることは当たり前＞＜今の生活を続けていくためには仕事をして収入を得ることが必要＞など 4 サブカテゴリーで構成された．

【自分がいないときに元気で安全に過ごせるように調整する】は，＜日中独居高齢者がひとりのときに、自分のことは自分でできるように工夫をしておく＞＜日中独居高齢者をひとりにさせるより，デイサービスで入浴し，人と関わりを持てるようにする＞など 8 サブカテゴリーで構成された．

【今のまま介護が続くように自分で上手くやりくりする】は，＜仕事に行く前に日中独居高齢者の世話を済ませるために，生活スタイルをつくる＞＜普段から日中独居高齢者の状態変化に気づけるようによく観察しておく＞など 7 サブカテゴリーで構成された．

【専門職に来てもらい、変化に対応してもらう】は，＜体調の変化を看て、判断してくれる訪問看護師に来てもらう＞＜何か困ったことがあったときには専門職に相談し、情報提供やアドバイスをもらう＞など 4 サブカテゴリーで構成された．

【状態が悪くなったときの対応策を考えている】は，＜日中独居高齢者の状態が悪くなったら、お金がかかっても訪問介護の回数を増やす＞＜日中独居高齢者を施設には入れずに在宅で看たいと思う＞など 3 サブカテゴリーで構成された．

【自分の心身の健康も大事にする】は，＜自分に無理がかからないように、うまく選択していく＞＜仕事と介護を調整して、自分の趣味やストレス発散の時間をつくる＞など 3 サブカテゴリーで構成された．

【自分がいないときに、うまく行かない場合は仕方がない】は，＜自分がいないときに何か起こっても仕方ないと思う＞など 2 サブカテゴリーで構成された．

【状態が悪くなることを考えたくない】は，＜日中独居高齢者の状態が悪くなったときのことを考えると、気が沈むので考えない＞＜日中独居高齢者の状態はこれから悪くなると思うけど、なるようにしかならないと思っている＞など 3 サブカテゴリーで構成された．

（3）男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントの特徴と看護の示唆

①男性介護者の仕事と介護の両立のためのセルフマネジメントの特徴

男性介護者は，就労しながら介護をすることに対して，【介護をすることは自分の当然の役割であ】り，【仕事を続けることに意義を持つ】と考えていた．近年，女性の社会的進出が増え，「男性は仕事，女性は家庭」という価値観は多様化してきているものの，男性にとって仕事は，性役割として自己のアイデンティティを認知していると考える．桃木ら（2016）によると，性的役割の認知はメンタルヘルスに正の影響があるとしており，男性介護者が仕事を自分の役割として認識することがメンタルヘルスの維持につながっていると考えられる．また，本研究での対象者の多くが要介護高齢者と独身の息子と母親という関係であり，男性介護者が仕事をし，収入を得る役割を担っていた．しかし，男性にとって仕事をすることは経済的な意義だけではなく，社会とのつながりや要介護高齢者の死後を含めた将来の生活設計を考慮しているものであった．そのため，男性介護者にとって，仕事と介護をすることの両方を自己の役割と認識していることが，自分の健康維持にもつながり，仕事と介護の両立した生活の継続のためには必要であると考える．

男性介護者は，【自分がいないときにも元気で安全に楽しく過ごせるように調整】し，要介護高齢者が，ひとりのときに転倒などの

事故を起こさずに安全で，楽しい時間を過ごして欲しいと考えていた．認知症や身体機能の障害がある高齢者の残存機能を活かせるように準備をしたり，サービスを調整して日常生活を援助したりしていた．さらに，男性介護者自身も【今のまま介護が続くように自分で上手くやりくりする】【状態が悪くなったときの対応策を考えている】【自分の心身の健康も大事にする】ことで，今の生活が維持できるようにしていた．要介護高齢者に自分がうまく合わせ，心身の健康を維持しながら仕事を調整し，要介護高齢者との普段の関わりの中で生活スタイルと構築し，変化に気づけるよう関わりをもつようにしていた．在宅生活の継続困難の要因には，身体機能の低下や認知機能の低下に伴う医療処置の増加、日常生活援助の負担増加などが先行研究では示されており，男性介護者のこのようなマネジメントの背景には，現在の生活を継続していくために行われているものであると考える．いずれ近い将来に要介護高齢者の健康状態が悪化したり，機能低下したりすることが起こり得るが，人に助けてもらいながら普段の生活の中で現状を維持できるようマネジメントを行うことで，仕事と介護の両立した生活を継続していると考える．

一方で，いずれ起こり得る要介護高齢者に健康や身体機能の変化に対して，【専門職に来てもらい、変化に対応してもらう】ようにしていた．男性介護者は，介護負担が高まると，インフォーマルな支援よりもフォーマルな支援を求める傾向にあり（藤原ら，2014），本研究でも，ひとりで過ごす時間のある要介護高齢者の変化に対応できる専門職に来てもらうことが男性介護者の安心につながっていると考える．そして，このように専門職に対応してもらうようマネジメントをしたうえで，【自分がいないときに、うまく行かない場合は仕方がない】と考えていた．これは，要介護高齢者や男性介護者自身が努力をし，専門職の支援を受けたうえで，何か事故や急変などがあった場合には仕方ないと折り合いをつけていると考えられ，男性は合理的なマネジメントを行う傾向があると考える．

しかし，今後就労をしながら介護を続ける生活については，【状態が悪くなることを考えたくない】と考えており，不確かな要介護高齢者との生活については，深刻に考えすぎないようにすることで，心の安定を図っていると考える．男性介護者は，この先の見通しが見えないことから不安を抱いていると考えられ，その不安を緩和できるような支援が仕事と介護の両立を継続していくために必要であると考える．

②就労しながら介護をする男性介護者への支援の示唆

本研究の成果から，男性介護者にとって，仕事と介護は自分の役割として認識しており，その役割を継続できるよう支援していくことは重要であることがわかった．男性介護者は，要介護高齢者の状況や自分の置かれている状況を判断し，合理的にマネジメントを行うことで，仕事と介護を両立させていた．現在の生活が維持できるために，第三者からの専門性のある支援を受けることを求める傾向にあり，看護師は要介護高齢者の心身の健康状態の変化に対応していくことが必要である．また，男性介護者は，将来の生活に見通しが見えないことから不安を抱いていると考えられ，その不安を緩和できるよう，将来の変化を予測して支援していくことが必要であると考える．

＜引用文献＞

①総務省（2012）：平成 24 年就業構造基本調査．
②厚生労働省（2013）：平成 25 年国民生活基礎調査．
③深山華織，中村裕美子（2015）：同居家族の就労により日中独居ですごす要介護高齢者の不安とその対処 ，老年看護学，第 19 巻 2 号，75-84．
④永井邦芳，堀容子，星野純子ら（2011）：

男性家族介護者の心身の主観的健康特性，日本公衆衛生雑誌，第 58 巻 8 号，606-616.
⑤桃木芳枝，中谷素之（2016）：共感－システム化を媒介とした性的役割意識のメンタルヘルスへの影響，パーソナリティ研究，第 25 巻 2 号，101-111.
⑥藤原和彦，上城憲司，小池伸一，山口隆司，原口健三（2014）：在宅認知症高齢者の家族介護者における介護負担とコーピングの性差の検討，日本作業療法研究学会雑誌，第 17 巻 1 号，31-40.

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２件）
①江口京子，志田京子，香川由美子，松下由美子，深山華織，岡本双美子：地域におけるエンド・オブ・ライフケアを拡充するための基盤構築に向けての海外研修－ホスピスハワイならびにハワイ大学でのシュミレーション教育，大阪府立大学看護学雑誌，査読有，23 巻 1 号，2017，75-82.
②深山華織，中村裕美子：同居家族の就労により日中独居ですごす要介護高齢者の不安とその対処 ，老年看護学，査読有，19 巻 2 号，2015，75-84.

〔学会発表〕（計１１件）
①Kaori FUKAYAMA，Fumiko OKAMOTO，Yumiko MATSUSHITA，Yumiko NAKAMURA：Effects of Student Learning Activities Using a Rubric Self-assessment Grid during Home Care Nursing Practicum，The20th EAFONS，2017 年 3 月 9 日～3 月 10 日，Regal Riverside Hotel（香港）.
②深山華織，岡本双美子，松下由美子，中村裕美子：在宅看護学実習においてルーブリック自己評価表を学生が使用することの有用性，第 36 回日本看護科学学会，2016 年 12 月 10 日～12 月 11 日，東京国際フォーラム（東京都）.
③中村裕美子，深山華織，松下由美子：在宅高齢者のための認知機能低下予防教室への継続参加状況からみた認知機能への効果，第 36 回日本看護科学学会，2016 年 12 月 10 日～12 月 11 日，東京国際フォーラム（東京都）.
④Yumiko NAKAMURA，Yukie MAJIMA ，Kaori FUKAYAMA: The usefulness of the electric textbooks at Nursing Practicams by analyzing the usage logs of the terminal tablet，13th International Congress in Nursing Informatics，2016 年 7 月 25 日～7 月 29 日，スイス.
⑤深山華織：就労しながら介護する生活に対する女性介護者の心情，第 5 回在宅看護学会学術集会，2015 年 11 月 22 日，聖路加国際大学（東京都）.
⑥中村裕美子，深山華織：在宅高齢者の認知機能低下予防教室の内容と参加状況，第 35 回日本看護科学学会，2015 年 12 月 5 日～12 月 6 日，広島国際会議場（広島県）.
⑦Yumiko NAKAMURA，Yukie MAJIMA，Kaori FUKAYAMA：Effectiveness and Utility of Terminal Tablet as Electric Textbooks for Nursing Practicum ，11th International Conference on Mobile Learning ，2015 年 3 月 14 日～16 日，ポルトガル.
⑧中村裕美子，深山華織：在宅高齢者のための認知機能低下予防教室「脳いきいき教室」への継続参加の評価，第 34 回日本看護科学学会，2014 年 11 月 29 日～11 月 30 日，名古屋国際会議場（愛知県）.
⑨田端支普，岡本双美子，大橋奈美，春岡登志子，玉森道子，笹山志帆子，深山華織，中村裕美子：病棟看護師の退院支援に関する認識の変化ー患者の退院後にHappy life 通信を受けてー，第4回在宅看護学会学術集会，2014年11月15日，東邦大学看護学部（東京都）.
⑩春岡登志子，深山華織，他 6 名：訪問看護師からの状況報告による病棟看護師の退院支援への効果ー患者の退院後に Happy Life 通信を受けてー，第 45 回 日本看護学会ー在宅看護ー，2014 年 10 月 2 日～3 日，山形テルサ（山形県）.
⑪Fumiko OKAMOTO，Nami OHASHI，Toshiko HARUOKA，Kaori FUKAYAMA，他 4 名：Changes in unit nurses' discharge support before and after intervention using feedback reports about the patient's life-style at home after discharge，第 35 回国際ヒューマンケアリング学会，2014 年 5 月 24 日～5 月 28 日，国立国際会館（京都府）.

〔図書〕（計１件）
①中村裕美子，岡本双美子，深山華織：在宅看護の実習ガイド 「ルーブリック自己評価表」を使用して“ 在宅看護 ”実習の目的・目標が明確に，日本看護協会出版会，2015 年，158-163.

〔産業財産権〕
○出願状況（計０件）
○取得状況（計０件）

〔その他〕
大阪府立大学　看護学類・看護学研究科ホームページ
http://www.nursing.osakafu-u.ac.jp/

６．研究組織
(1)研究代表者
深山　華織（FUKAYAMA， Kaori）
大阪府立大学看護学研究科・助教
研究者番号：４０６１３７８２