

平成 30 年 9 月 11 日現在

機関番号：28003

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2017

課題番号：26502011

研究課題名(和文)「看取り難民ゼロ」を目指した住民参画型エンドオブライフケアに関する研究

研究課題名(英文) research on end-of-life care with residents' participation aimed at eliminating solitary death

研究代表者

大城 凌子 (OSHIRO, RYOKO)

名桜大学・健康科学部・教授

研究者番号：80461672

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,200,000円

研究成果の概要(和文)：本研究の目的は、誰もが安心して最期を迎えられる共同体の構築を目指して「看取り難民ゼロのまちづくり」を住民と協働で取り組む介入プログラムを構築することである。「看取り難民ゼロのまちづくり」を推進するためには、(1)研究者らが継続している住民参画型朝市健康支援プログラムを推進し、地域に顔の見えるケアネットワークを構築すること、(2)看取りについて、地域で語り合う文化を醸成すること、(3)最期まで自分で動くことを目標に、相互に楽な動きと介助について学びあう場づくりの重要性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study is considering the intervention program that collaborates on "creating a community with zero end-of-life care refugees" with local residents aiming to build a community where everyone can pass away comfortably. In order to promote "creating a community with zero end-of-life care refugees", it was suggested that the following three things is necessary:
(1) Building face to face networking in community by promoting residents' participation morning market health support program that the researchers have been continuing.(2) Crating a culture of talking about end-of-life care with in the community each other.(3) Building a program to learn each other easy body movements and assistance with the goal of running themselves until the end.

研究分野：基礎看護学

キーワード：エンドオブライフケア 看取り 住民参画 ヘルスプロモーション キネステティック 沖縄

1. 研究開始当初の背景

2005年、日本の人口動態統計上、出生数と死亡数が逆転し多死の時代を迎えた。高齢者人口の増加に伴い、2030年には、看取りの場所が「医療機関」「介護施設」「自宅」のいずれにも定まらない、いわゆる「看取り難民」が47万人に上ると推定されている。さらに、2035年には、1人暮らしの割合が37.2%に達すると報告されている（国立社会保障・人口問題研究所推計）。また、高齢者の孤独死も社会問題となっている。沖縄の共同体社会の結束を象徴する「ゆいまーる」だが、一方で、「揺らぐ結（絆）社会」の現実が報道されている（沖縄タイムス 2010）。多死の時代を迎え誰かを看取り、誰かに看取られる体験を支える体制を整えることは喫緊の課題であると言える。

研究代表者の大城は、2006年より地域の在宅老所での看取りの実践に関わり、“ゆんたく”を通してつながる顔の見えるネットワークの構築が地域で安心して最期を迎えるために重要であることを示した。そして、看取りケアを推進する上で、健康づくり、看取りへの意思、ゆんたくできるネットワーク（ゆんたくネット）が重要な要素となっていることを明らかにした（大城，2006）。“ゆんたく”とは、「おしゃべり」を意味する沖縄地方の方言で、最近では「語り合い」の意味合いを強く持ち、お互いの信頼関係を深め、支えあう社会を築くためのコミュニケーション方法のひとつとなっている。

研究者らは、ゆんたくをキーワードに、2006年から、地域の住民が開催する「朝市」に健康測定コーナーを設け、毎月、住民の健康相談活動（ゆんたくプロジェクト）を展開し、住民参画型健康支援モデルの開発とその成果について報告した（大城，2013）。さらに、健康問題を抱える成人期男性を対象に、沖縄のケアリング文化（模合＝頼母子講）を活用したヘルスプロモーションに関するアクションリサーチの有効性を報告した（大城 2013 課題研究番号 23660018）。

沖縄には、長命を寿ぎ、生から死へそして死後の魂を含めてケアする民間的ケアが伝承され、様々な専門分野で沖縄の高齢者の長寿要因と生活文化やソーシャルキャピタルとの関連性が指摘されている（川内 2009）。長寿とは単に長く生きる事ではなく、長命を寿ぐ地域の文化に支えられていると考える。“ゆんたく”を中心とした住民相互の交流を基盤とする沖縄独自のケアリングの有り様を調査し、ヘルスプロモーションを推進しながら、最期をどのように迎えるかを住民相互にゆんたくできる場を創生していくことは、看取り難民ゼロのまちづくりに貢献できるものと考え、本研究につながっている。

2. 研究の目的

本研究の目的は、誰もが安心して最期を迎えられる共同体の構築を目指して「看取り難民ゼロのまちづくり」を住民と協働で取り組む介入プログラムを構築することである。具体的には、研究者らが2007年から取り組んでいる沖縄県北部地域における健康づくりに関するアクションリサーチの成果を基盤に、誰かを看取り、誰かに看取られるためのゆんたく（語り合う）会を開催し、住民による住民のためのエンディングノートの開発を試みた。

3. 研究の方法

(1)対象地区で毎月1回開催されている「朝市」の会場で、研究者らと看護学生が、住民との“ゆんたく”を活かした健康チェック（血圧・体重・体脂肪率・腹囲・血管年齢等）や健康相談活動を行なう「住民参画型朝市健康支援プログラム」（以下、本プログラムとする）を構築し、介入地区の拡大について概観した。また、本プログラムに参加することで、住民の意識や健康行動にどのような変化がみられたのかを記述し、介入成果について検討した。データ収集は、参加観察、インタビューの他、研究の同意が得られた本プログラム参加者の測定データや相談内容等の記録物からも行った。

(2)本プログラムに参加している住民を対象に、最期をどのように迎えたいのかを語り合うゆんたく会を開催し、誰かを看取り、誰かに看取られるためのケアリングの要素を抽出し検討した。

(3)地域に伝承された看取りの文化を踏まえ、住民との協働で「エンディングノート」を作成し、内容について検討した。

4. 研究成果

(1)本プログラムによる介入地区の拡大と発展の可能性について

本プログラムは、2007年から、毎月1回、年9～11回、朝市を開催しているA地区を対象に介入を開始し、現在では、周辺地域の要請を受け、5地区で同様のプログラムを展開している。個人情報の管理を含め、本プログラムへの参加登録に同意した住民には、学生手作りの『ゆんたく健康手帳』を配布している。手帳には、毎月の測定値をその場でグラフに記載する頁と、個々の健康目標（願い）や、目標達成に向けた具体的行動を記載する頁を設けている。研究者らは「ゆんたく健康手帳」に記載された目標や測定値の経過を住民と相互に確認しあいながら、健康相談に応じている。

2017年度の実施概要は、表1の通りである。5地区の年間延べ人数は126人から457人、合計延べ人数は1151人であった。プログラムに参加登録しているボランティアの学生は約120人で、年間参加学生の延べ人数は、778人であった。

表1 2017年度プログラム実施概要

地区	開始年.月	実施場所	実施回数	月平均参加者数
A	2007.4	公民館	12	38 (457)
B	2013.4	公民館	8	23 (184)
C	2015.6	公民館	11	18 (197)
D	2011.3	市場	12	16 (187)
E	2016.6	診療所	11	11 (126)

();延べ人数

本プログラムを基盤に、本学では、2013年に、JOYBEAT(3DCGコンテンツ)を用いた運動プログラムが導入され、地域の自治体と大学が協定し、協働で健康づくりに参画する新たな健康支援モデルが構築され、今後の発展が期待されている。

さらに、ボランティア学生による地域貢献への評価から、本プログラムの一部は、2017年度から、プロジェクト学習としてカリキュラムに位置づけられ、学生の学びの場の拡大と教育効果が期待されている。

(2)本プログラムでの介入成果について調査

本プログラムに参加する住民で、研究に同意の得られた8名に、グループフォーカスイントビューを行ない、プログラムへ参加する意味や、自身の健康行動の変化に関するデータを質的に分析した。

結果、74コードが抽出され、23サブカテゴリから、7カテゴリへ集約された。対象者らは、本プログラムへの参加を、「ゆんたくを楽しみながらの健康づくり」と位置づけていた。また、「朝市の開催と健康づくりの継続」を相乗効果と捉え「地域で交流できる場づくり」に参画していた。その中で、健康に対する「セルフケアへの意欲」を高める一方、「家族の理解と協力の必要性」と、「家族の健康が自分の健康につながる」ことを体験し、「誰かのために頑張ることが健康づくり」と認識していた。

野菜の売買を目的とした既存の繋がりは、ゆんたくを介して健康を志向する新たなネットワークを形成し定着していた。また、月に1回参加することが閉じこもりの予防になるだけでなく、高齢者の交流を基盤とした健康増進やコミュニティのエンパワメントを支援する介入モデルとして、社会関係資本の観点からも有効なモデルであることが示唆された。

調査

研究者らは、2008年から2017年の10年間、

継続して本プログラムに参加した住民22人(73.9±10.19歳)を対象に、初年度と10年後の測定データ6項目(体重、体脂肪率、BMI、腹囲、血圧)の平均の差を比較し、対応のあるt検定を行った。結果、体重(p<.05)、BMI(p<.01)、拡張期血圧(p<.01)に有意差が認められた。BMIおよび収縮期血圧では、それぞれ初年度非肥満群と肥満群、初年度非高血圧群と高血圧群に分けて分析を行った。初年度非肥満群はBMI値を維持し、初年度肥満群はBMI値が減少していた。収縮期血圧に関しても、初年度非高血圧群は血圧を維持し、初年度高血圧群は血圧が下降していた。本プログラムに継続して参加している対象者は、現在80歳以上の3名を除きBMIと血圧値は、維持または改善していた。対象者は、加齢に伴う身体的変化の影響も考えられるが、本プログラムへ継続参加している対象は、10年間、体重と血圧を適切にコントロールしていた。

(3)ゆんたく会の開催および内容分析から

本プログラムに参加している住民を対象に、最期をどのように迎えたいのかを語り合うゆんたく会をA地区およびC地区で開催した。A地区参加者は女性6名、B地区は女性5名、男性1名であった。A地区の参加者には同意を得て、ゆんたくの内容を録音し、逐語録を作成後、質的内容分析を行なった。

結果、45コードが抽出され、14サブカテゴリから、6カテゴリへ集約された。ゆんたく会の内容から抽出されたテーマは、「家族・友人・地域への愛着(つながり)」と、「生きることへの信念」であった。誰かを看取り、誰かに看取られるために、対象者は、地域で、「ゆんたくできる場づくりに参加」し、お互いの健康づくりを共有する体験を通して、「互いに気遣う見えない関係性と、支え合う人々(家族・仲間)とのつながり」を大事にしていた。また、親から受け継いだ、「近隣との関係性を大事にするゆいまーる精神」などの生活文化に価値を置く一方で、世代間の「生活文化の違いに戸惑い」も感じていた。「家族への信頼と、人のために尽くすことを信条」としているが、家族(子供)には、迷惑をかけたくない、負担にはなりたくないという思いが強く、「最期まで自立した日常生活動作を維持」することを希望していた。

このような、住民の思いを踏まえ、住み慣れた地域で最期まで自分らしく暮らすことができるよう支援することを目的に、2015年に「ゆんたくケア研究会(以下、研究会)」を設立した。研究会では、心身ともに心地よいコミュニケーションを前提としたケア(技)を学びあうことを目的としている。動きを支援することは、生きることを支えることにつながる。高齢になっても、自分にあった楽な動

きを獲得できれば、自立生活の範囲を拡大することができる。しかし、何らかの障がいによって自由に動けなくなった時、介助する側もされる側にも負担が少ないケア（技）を習得していれば、介護の負担は軽減される。そのような地域づくりを目指して、キネステティック・クラシックの教育プログラムを地域に普及していくことを試みた。キネステティックは、(筋肉・関節、腱の)運動感覚を意味する。キネステティック・クラシックの教育プログラムは、楽な動きを体感する体験を通して、身体の動きの支援や動きの分析ツールとして活用する方法を体験的に学ぶ。その導入プロセスにおいて研究者らが実施した体験会の現状と課題について検討した。

導入段階として、看護、介護職 30 名を対象に、楽に動くための学習プログラムを構築し体験会を実施した。その体験会参加前後で、14 の学習内容を自己評価する質問紙調査を行った。結果、前後のデータが揃っている 23 名 (77%) を分析対象とした。女 17 名、男 6 名で、40~50 代が 83% であった。看護職 13 名、介護職 10 名で、参加者の 15 名 (65%) は、動きを介助する際に負担を感じていた。自己評価の平均は、体験会前後で 3.4 から 3.7 ポイントへ上昇し、5 項目において参加後は有意に上昇した (Wilcoxon の符号付き順位検定)。また、前後を通して動きを介助することへの関心の高さが示された。自由記述の結果を含め、実際に楽な動きを体験することは、動きの学習への動機付けになると推察された。

ケアの専門職を対象に、感覚にアプローチする動きの学習会を継続していく必要性と、介助する側とされる側の相互に負担が少ない動きについて、市民に広く普及していくための学習プログラム構築の課題が示唆された。

(4) 住民との協働参画によるエンディングノートの検討

研究者らは、住民の声を反映したエンディングノートの内容を検討することを目的に、本プログラムに参加している住民で研究協力への同意が得られた女性 7 名を対象に、グループフォーカスインタビューを実施した。研究協力者の平均年齢は 74.4 歳 (±5.2) であった。結果、エンディングノートに対する対象者の思いには、【家族に迷惑をかけたくないので事前に将来について話すことは大切】、【最期は自宅で終えたいという希望は昔の人も今も同じ】、【自然に逆らわず、寿命を全うできる事が願い】、【仏事の内容は家族に一任したいが、きちんと継承してほしい】、【死後も祖先崇拝の文化の中で家族として生き続けたい】、【延命に対し、それぞれの希望が反映できるよう、予後の説明は正確に行ってほしい】、【死期が近づいてからはエンディングノートの記

載は難しい】、【終末期の話など、まだ自分の事として考えられない】の 8 つのカテゴリが抽出された。

エンディングノートの内容として、「家族への思い」が最も強く、看取りへの意思表示には、自身の希望よりも、家族への配慮を優先していることが推察された。また、県内で市販されている沖縄版エンディングノート (山内 靖 沖縄タイムス社 2014) との比較では、医療に対する意思決定、葬儀や墓、相続や遺言についての項目で類似する一方、対象地区では「祖先崇拝への思いの伝承」が特徴的であった。これは、自身の祖先に対する思いと重なって、いつまでも家族と繋がり、家族の事を見守りたいという願いが、「祖先崇拝への思いの伝承」に繋がっていた。

作成したエンディングノートを本プログラムに参加した住民へ提示し、意見を聴取した。内容について、必要な項目が精選されていること、比較的、簡便に記載できる内容であることなど、肯定的意見が多く聞かれた。しかし、実際に記載すると答えた人は少なかった。エンディングノートへの記載は、その地域の看取りの文化を反映する。エンディングノートの内容について、地域で語りあう場と看取りへの意思を伝承していく文化を醸成していくことが課題になると考える。

「看取り難民ゼロのまちづくり」を推進するためには、1) 研究者らが継続している本プログラムを推進し、地域に顔の見えるケアネットワークを構築すること、2) 看取りについて、地域で語り合う文化を醸成すること、3) 最期まで自分で動くことを目標に、楽な動きと介助について学びあう場を構築していくことの重要性が示唆された。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計 9 件)

大村祐、大城凌子：朝市健康づくりへ 10 年間参加している住民の健康づくりの効果に関する検討 日本看護研究学会第 44 回学術集会 2018 年 8 月 (熊本)

伊波弘幸、大城凌子、平上久美子、具志堅時乃：最先端介護技術キネステティック “相手を抱えない、持ち上げない” お互い楽になる介助を目指した取り組み 日本看護学教育学会 第 27 回学術集会、2017 年 8 月 (沖縄)

比嘉晃子、大城凌子、真栄田楓：住民の声を活かしたエンディングノートの内容に関する検討 日本看護研究学会 第 43 回学術集会、2017 年 8 月 (愛知)

Ryoko Oshiro, Miwako Nagata : Health Promotion Activities for Community Building to Support "living Like One self through the End of Life. World Academy of Nursing Science the 5th International Nursing Research Conference .2017(Bangkok)

大城凌子、伊波弘幸、新城慈 : 「最期まで自分らしく生きる」を支える動きの学習プログラムの検討 第36回日本看護科学学会学術集会2016年12月 (東京)

大城凌子、伊波弘幸、新城慈 : 日本版キネステイクを導入して、日本看護学教育学会第26回学術集会 2016年8月 (東京)

松村美穂、大城凌子 : 朝市健康増進活動における健康相談に対する住民の思い - コミュニティ・エンパワメントに焦点を当てて - 日本看護研究学会 第41回学術集会 2015年8月. (広島)

Ryoko Oshiro, Miwako Nagata, Kumiko hirakami, Keiko Suzuki : Development of a "citizen participation type healthy support model", and research of validity, ENDA & WANS Congress 2015. (Hanover) .

大城凌子、永田美和子、鈴木啓子、平上久美子 : 住民参画型健康支援モデルの開発と有効性の検討、日本看護研究学会第40回学術集会 2014年8月. (秋田)

〔図書〕(計1件)

大城凌子 : 名桜叢書 第1集 ものごとを多面的にみる 第1章 「看取り難民 ゼロ」を目指して - ゆんたくプロジェクトで支えあう町づくりを - p90-101, Mugen , 2015.

〔その他〕(計2件)

伊波弘幸 (2018) : 学生の感性を引き出し伸ばす教育的関わり - 患者と学生が驚いたキネステイクを使った一場面 - 看護教育 59 2 134-136.

大城凌子 (2018) : 地域での生活者のためのキネステイク・クラシック・ネオの可能性-地域住民のADL能力を高めることができるキネステイク・クラシック・ネオ - 看護教育 59 5 412-414.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

大城凌子 (OSHIRO RYOKO)
名桜大学・人間健康学部・教授
研究者番号 : 80461672

(2) 研究分担者

永田 美和子 (NAGATA MIWAKO)
名桜大学・人間健康学部・教授
研究者番号 : 50369344

(3) 研究分担者

伊波 弘幸 (IHA HIROYUKI)
名桜大学・人間健康学部・准教授
研究者番号 : 40712550

(4) 研究分担者

平上 久美子 (HIRAKAMI KUMIKO)
名桜大学・人間健康学部・上級准教授
研究者番号 : 00550352

(5) 研究分担者

鈴木 啓子 (SUZUKI KEIKO)
名桜大学・人間健康学部・教授
研究者番号 : 60224573

(6) 研究分担者

稲垣 絹代 (INAGAKI KINUYO)
聖泉大学・大学院・看護学研究科・教授
研究者番号 : 40309646