

科学研究費助成事業 研究成果報告書

令和 5 年 6 月 25 日現在

機関番号：34511

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2022

課題番号：16K12285

研究課題名(和文) 介護者のためのエンハンスメント・プログラム活用による在宅療養支援

研究課題名(英文) Supporting Home Care by Utilizing Enhancement Programs for Caregivers

研究代表者

藤田 冬子 (FUJITA, Fuyuko)

神戸女子大学・看護学部・教授

研究者番号：60612538

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：既存のプログラムに加え「認知症と上手く付き合う介護」のプログラムを開発した。また、老々介護の経験を持つ14名の介護者が「暮らしのリズムを整える」「最期の意思を支える」の介護領域のプログラムを受講し、介護疲れのアンケート調査(介護負担感・自己効力感の調査)を実施した。プログラム実施前後から8週間後まで回答を得た。2つのプログラムの参加後のアンケート結果を比較した。「暮らしのリズムを整える」では、日常介護に焦点化された内容のため介護負担が低減したが、「最期の意思を支える」は日常介護より長期的な意思決定にかかわる内容であるため8週間後の介護負担への効果は得られなかった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

「介護者のためのエンハンスメント・プログラム」は、高齢者の介護家族に対して現在および未来の準備への介護教育にもなる。5つの介護領域のうち、「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」は、基本的な日々の介護に対応し学ぶことができ、また、「最期の意思を支える」は、介護が必要になった時点で家族が意思確認を行い高齢者と納得できる最期に向かえる。「認知症と上手く付き合う介護」は、家族介護者の認知症介護の困難さを軽減する。これらの5つの介護領域を学んだ家族介護者は、介護負担への対応技術の獲得とともに自己効力を維持できるため、在宅療養支援として果たす意義が大きい。

研究成果の概要(英文)：In addition to existing programs, we have developed a "Caregiving with Dementia" program. Then, 14 caregivers with experience of caregiving for the aged took the programs in the caregiving areas of "Establishing the rhythm of life" and "Supporting the Lasting Decisions" and completed a questionnaire survey on caregiving fatigue (survey on caregiving burden and self-efficacy). Study participants responded before and after the program until eight weeks later. Therefore, we compared the results of the post-participation questionnaires of the two programs. The program "Establishing the Rhythm of Daily Life" reduced the burden of caregiving due to its focus on daily caregiving. However, the program "Supporting the Lasting Decisions" did not have any effect on the burden of caregiving after 8 weeks because the content of the program involved longer-term decision making than daily caregiving.

研究分野：高齢者看護

キーワード：高齢者 介護 家族 エンハンスメント プログラム 在宅療養支援

1. 研究開始当初の背景

団塊の世代が後期高齢者となる 2025 年に向け、在宅療養支援はますます重要となってきた。高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援を目的とした地域包括ケアシステムの推進により(厚生労働省:2013) これまでの病院完結型医療から地域完結型医療へのシフトが加速することとなった。在宅療養支援は、高齢者と家族介護者に対して社会システムが十分に機能することが重要だが、なかでも家族が介護負担への対処をできるような支援は特に重要となる。しかし、介護保険制度下においても介護者の介護困難な状況は持続しており、このような介護者の特徴として、高齢者の身体機能低下を介護の評価として自己価値を下げたり(池西:2014) 高齢者以外の家族の理解の違いや関係悪化で介護負担を高めたりすることが報告されてきた(宮元:2015)。

一方、家族介護者の中には介護生活において自分らしい生き方を見出せる者もあり、自分流のやりやすい介護方法の獲得や、介護により成長できた自覚についても報告されてきた(横山:2014)。このような家族による高齢者への捉えは、介護行動や介護負担感に大きく影響し、地域包括ケアシステムの5つの構成要素の基盤となる「高齢者本人・家族の選択と心構え」を揺るがすものにもなる。そこで介護負担軽減のため、家族介護者のみを対象にした介入プログラムをみると、心理・教育的介入(望月:2005、塩山:2004) 家族介護間交流プログラム(菅沼:2014) ソーシャル・スキルズ・トレーニングを取り入れたプログラム(菅沼:2014) 疾患の知識・理解とアサーティブネストレーニング訓練(鈴木:2012)がある。しかし、いずれも心理的な介護負担の軽減に効果が限られ、介護技術を含む能力向上をはかれるものはなく、高齢者の在宅療養支援に重要となる「高齢者本人・家族の選択と心構え」を高めるまでには至っていない。また、その他の家族介護者プログラムの特徴として、認知症高齢者の家族介護者を対象にしたものが多く(梶原:2015、菅沼:2014、丸尾:2014、高木:2012、結城:2011、高見:2011、上城:2009、塩山:2004) 認知機能低下への対応および介護負担を増強することへの対応が求められている。

本研究者は、博士論文で高齢者の家族介護者が介護の知識と技術を高めることに着目し、Bandura(1977)の社会学習理論を基盤とした「介護者のためのエンハンスメント・プログラム」を開発した(藤田:2010、2011、2012)。このプログラムは介護者の自己効力感を高めることをベースとし、介護能力とともに介護行動への自信を高め、直面する介護の課題に対処できる能力を育成するものである。具体的な能力として、介護技術とともに介護者自身が介護をアレンジする能力、介護負担の軽減に向けて社会と適切な関係をつくれるといった能力も育成している。プログラムでは4つのスキルとして、介護者としての自己を認め高めていくスキル、介護力を高め健康を維持促進するスキル、家族・社会と関係を形成していくスキル、介護方法を状況に合わせて適用していくスキルを育成し、介護困難な状況のもととなる高齢者の健康や家族・社会との関係、介護者が自分らしい生き方の獲得を促進する。これらのスキルの育成は、社会学習理論(Bandura, 1977)で可能予期の誘導をもとに、参加モデリング、遂行行動の表示、象徴モデリング、提案、自己教示、説明的な介入、リラクゼーションという7つの教育方法により行った。これまで「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」の介護領域において、約60名の介護者に対し1回平均参加者5名程度とし、合計12回実施している。またプログラムの普及に向けて、各介護領域は病院・老人保健施設や在宅で実施しやすいように、介護領域の運営方法を学ぶファシリテーター養成プログラムを開発した。さらに、「高齢者ケアの意思決定プロセスに関するガイドライン 人工的水分・栄養補給の導入を中心として」(日本老年医学会:2012)をうけ、新たな介護領域である「最期の意思を支える」を開発した。

そこで本研究をさらに発展させ、在宅療養支援の一環として「介護者のためのエンハンスメント・プログラム」を入院・入所中あるいは在宅療養している高齢者の家族介護者に実施することにより、可能な限り住み慣れた地域での在宅療養支援に大きく貢献するものと考えられた。

2. 研究の目的

本研究は在宅療養を予定あるいは実際に在宅療養している高齢者の家族介護者を対象に、「介護者のためのエンハンスメント・プログラム」を実施し、介護者による介護状況の評価から、本プログラムの在宅療養支援への効果を明らかにする。

3. 研究の方法

(1) 研究参加者

「介護者のためのエンハンスメント・プログラム」のファシリテーターを希望する看護職で、実際に家族介護者をケアしており、対象となる高齢者の家族介護者にプログラムの参加交渉が可能である者とした。

高齢者の家族介護者とした。介護経験期間、性別、続柄、同居だけでなく通いで介護を行う者も研究参加可能とした。

(2) 既存の介護領域の洗練化と新たな介護領域の開発

既存の介護領域である「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」「最期の意

思を支える」の洗練化、新たな介護領域「認知症と上手く付き合う」を開発した。新たな介護領域である「認知症と上手く付き合う」については、老人看護専門看護師へのエキスパートパネルにより洗練化を行った。

- (3)5 つの介護領域である「心配事の解消」「食事の介護」「暮らしのリズムを整える」「最期の意思を支える」「認知症と上手く付き合う」について、研究参加者を募集しプログラムを実装し評価した。
- (4)開発したファシリテーター養成プログラムにより、ファシリテーター養成を行った。

4. 研究成果

(1) 新たな介護領域の開発と既存の介護領域の洗練化

「認知症と上手く付き合う介護」について、老人看護専門看護師から得たケアの情報収集結果から、認知症高齢者への納得を得るケアについて分析した。納得につながるサインを探すことや、状況理解を深めることなどが明らかとなった。それらの内容を分析し、「納得を得る」ための関わりでは、「認知症高齢者の行動を予測し関わる」「状況理解が進むように関わる」「納得につながるサインを探しつつ関わる」「ケアを受け入れやすい体制をつくり関わる」「脅かさない存在となり関わる」というカテゴリーが明らかになった。「納得を得る」ための関わりは、認知症高齢者の行動を予測することで、ケア提供者が認知症高齢者への陰性感情を生じさせないようにしていた。また、認知症高齢者が脅かされないようなケア状況をつくり続け、状況理解や納得につながるサインを見いだそうとすることで認知症高齢者への理解を深め、「納得を得る」ための関わりをすすめてやすくとした。「認知症と上手く付き合う」の領域では、介護力を高め健康を維持促進するスキルとして、高齢者の健康については「認知機能の低下が高齢者の暮らしに及ぼす影響」「高齢者の気持ちが落ち着く暮らしを支えていくために必要なこと」を教育内容とした。介護者が認知症高齢者のこれまでの暮らしを振り返るとともに、今の暮らしとの違いとの振り返りをサポートし、認知症となった高齢者の行動の意味を紐解き、現在の認知機能に応じた暮らしを考えられるよう導くこととした。介護者の健康については「家族が認知症を理解し上手く付き合えることの重要性」を教育内容とした。家族が認知症という病気や症状と向き合っていくプロセスや心構えを作れるように導くこととした。家族・社会と関係する能力を高めるスキルとして、高齢者と介護者の関係形成では「高齢者の安心を導く家族の対応を支援する方法」、インフォーマル・フォーマルな社会関係を形成するスキルでは「高齢者の介護継続を支援する社会との関係構築のイメージ」を教育内容として設定した。また、既存のプログラムについては、70 分間で進行していたものを、60 分間で進行できるように内容を変更し洗練化した。

(2) 「暮らしのリズムを整える」と「最期の意思を支える」のプログラム評価

「暮らしのリズムを整える」「最期の意思を支える」の介護領域を各 2 回、合計 4 回分の実施データを分析した。対象者より、各介護領域プログラム受講前、受講直後、受講 2 週間後、受講 4 週間後、受講 8 週間後に Zarit 介護負担尺度日本語版の短縮版(以後、J-ZBI_8 とする)への回答を依頼し、受講前と受講直後以外は、郵送で依頼した。参加者は各介護領域プログラムに 5 名ずつ合計 10 名のデータを比較検討した。全ての質問紙について全員から回答を得た。「暮らしのリズムを整える」では、「高齢者のそばにいと腹が立つことがある」「介護があるので自分の社会参加の機会が減った」「介護の中で高齢者に対してどうしてよいかかわからないと思う」「介護を誰かに任せてしまいたいと思うことがある」という質問項目で介入前より介入 8 週間後まで介護負担感の低下がみられた。一方、「最期の意思を支える」では、「高齢者に対してどうしていいのかわからないと思う」という質問項目が介入直後と介入 2 週間で 0~1 点と低減するが、4 週間後・8 週間後には介入前の 1~3 点となっていた。また、「介護があるので社会参加の機会が減ったと思う」という質問項目では、介入前と介入 8 週間後で変化が見られなかった。

「暮らしのリズムを整える」では、日常介護に焦点化された内容のため介護負担が低減したと推測されたが、「最期の意思を支える」は日常介護より長期的な意思決定にかかわる内容であるため 8 週間後の介護負担への効果は得られなかったものと推察された。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 藤田 冬子、鶴屋 邦江、花房 由美子	4. 巻 9
2. 論文標題 侵襲的治療を受ける認知症高齢者の気持ちを安定に導くために老人看護専門看護師が用いる能力	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 日本CNS看護学会誌	6. 最初と最後の頁 17～24
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.32164/jpncns.9.0_17	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 藤田冬子、鶴屋邦江、花房由美子
2. 発表標題 侵襲的治療を受ける認知症高齢者に対する「納得を得る」ための関わり
3. 学会等名 第19回日本認知症ケア学会大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 藤田冬子
2. 発表標題 介護者のエンハンスメント・プログラム「暮らしのリズムを整える」「最期 の意思を支える」の評価
3. 学会等名 第42回日本看護科学学会学術集会学術集会
4. 発表年 2022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
研究分担者	坂口 めぐみ (SAKAGUCHI MEGUMI) (60721868)	神戸女子大学・看護学部・助教 (34511)	

6. 研究組織（つづき）

	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
研究協力者	鶴屋 邦江 (TSURUYA Kunie)		
研究協力者	花房 由美子 (HANAFUSA Yumiko)		

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