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

令和　４ 年　６ 月　７ 日現在

機関番号：３２６８３
研究種目：若手研究
研究期間：2018～2021
課題番号：１８Ｋ１３３５７

研究課題名（和文）認知症高齢者の家族介護者の役割間葛藤及び生活の質の改善要因の解明

研究課題名（英文）Factors for improving work-family conflict and quality of life among working family caregivers of people with dementia

研究代表者
森本　浩志（Morimoto, Hiroshi）

明治学院大学・心理学部・准教授

研究者番号：２０６４４６５２

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、働きながら認知症の人を介護している家族が、仕事と介護の両立生活の中で経験するネガティブな体験（役割間葛藤）とポジティブな体験（エンリッチメント）の改善・向上に寄与する要因について、嫌悪的な事象をあるがままに受け入れる「アクセプタンス」と個人の人生における重要な事柄（価値）に沿った行動である「コミットメント」に着目して検討することであった。縦断調査で得られたデータを分析した結果、アクセプタンスは役割間葛藤の低減に、コミットメントは役割間葛藤の低減およびエンリッチメントの向上に寄与することが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義
近年、認知症の人の増加に伴い、働きながら親族の認知症の人を介護する家族が増加している。一方で、これまでの認知症の人の家族介護者を対象とした研究は、主に介護における問題の解決に焦点が当てられてきた。本研究の学術的意義として、アクセプタンスとコミットメントが、介護と仕事の両立における心理的問題の改善に寄与することを示したことが挙げられる。また、この2つの要素はアクセプタンス＆コミットメント・セラピーにより向上することが示されている。本研究の社会的意義として、介護と仕事の互恵的な両立を可能とするプログラムの提供につながる具体的知見が得られたことが挙げられる。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to examine the effect of acceptance (i.e., accepting aversive internal events as they are) and commitment (i.e., committing actions that are in line with one's values) on the work-family conflict and work-family enrichment, negative and positive aspect of the work-caregiving interface, respectively, among working family caregivers of people with dementia. Analyses of the data obtained from a longitudinal survey suggested that acceptance contributes to alleviating work-family conflict, and commitment contributes to alleviating work-family conflict and increasing work-family enrichment.

研究分野：臨床心理学

キーワード：認知症　家族介護者　役割間葛藤　エンリッチメント　アクセプタンス　コミットメント　自己効力感　ソーシャル・サポート

※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、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

現在、認知症の人は増加傾向にあり、2025 年には 65 歳以上の高齢者の約 5 人に 1 人が認知症に罹患していると推計されている（厚生労働省, 2016）。このような認知症の人の増加に伴い、近年では働きながら認知症の人を介護する家族（就労家族介護者）が増加している。また、従来は女性が介護を担うことが多かったが、近年では核家族化や女性の社会参加の増加に伴い、特に 50 代から 60 代の男性介護者が増加している（齋藤, 2011）。認知症の人は症状の進行に伴い、生活の様々な側面で介護が必要となるため、就労家族介護者の中には時間的制約などから介護と仕事の両立に困難を抱えて、仕事を減らしたり、退職する者も少なくない（Hepburn & Barling, 1996）。このような複数の役割の両立において経験する困難感は役割間葛藤（Greenhaus & Beutell, 1985）と呼ばれ、介護に伴う 2 次的ストレッサー（Pearlin et al., 1990）として、就労家族介護者の精神的健康を悪化させることが指摘されている（Gordon et al., 2012）。一方で、介護と仕事の両立がもたらすポジティブな体験として、達成感や人間関係の拡大などを経験する者もいることが指摘されている（Scharlach, 1994）。このようなポジティブな体験はエンリッチメント（Greenhaus & Powell, 2006）などと呼ばれるが、認知症の人の就労家族介護者においては研究が少ない。このように介護と仕事の両立にはポジティブ・ネガティブな側面があることを踏まえると、新オレンジプラン（厚生労働省, 2015）における 7 つの柱の 1 つである認知症の人の介護者支援に加えて、在宅中心の介護と介護者支援（厚生労働省, 2015）および平成 28 年に政府が閣議決定した「ニッポン一億総活躍プラン」に含まれる介護離職ゼロの実現を達成するためには、認知症の人の就労家族介護者への支援が必要不可欠であると考えられる。

ところで、これまで認知症の人の家族介護者を対象とした研究では、主に介護における困難の解決に寄与する要因の検討が行われてきた。そして、心理支援としては、主に介護に対する自己効力感などの向上に焦点を当てた認知行動療法に基づいた支援が、家族介護者の抑うつや不安などの低減に有効であることが示されてきた（Schoenmakers et al., 2010）。しかしながら、申請者がこれまでに行ってきた認知症の人の就労家族介護者を対象とした研究では、介護に対する自己効力感（Morimoto et al., 2018）やソーシャル・サポート（Morimoto et al., 2016）は、特に介護の負担に起因する役割間葛藤の緩和と精神的健康の改善にはつながらないことが明らかになった。一方で、認知行動療法を基盤とした心理支援で重要となる注意制御機能（Wells et al., 1994）が、役割間葛藤の緩和と精神的健康の向上に有用である可能性が示唆された（森本他、2017）。しかしながら、これまでの研究では認知症の人の就労家族介護者におけるエンリッチメントの向上に寄与する知見は明らかになっていない。

申請者がこれまでに検討した注意制御機能は、柔軟な注意の転換を可能とすることで　良好な自己制御につながることが想定されている（Evans et al., 2007）。一方で、注意制御機能は「能力」であるため、その活用方法が重要となる。近年の認知行動療法ではこのような能力の活用方法として、嫌悪事象をあるがままに受け入れる「アクセプタンス」と個人の人生における重要な事柄（価値）に沿った行動である「コミットメント」が、生活の質の改善において重要であることが指摘されている（Hayes et al., 2012）。すなわち、目前の問題に注意制御機能をどのように活用するかが、就労家族介護者の生活の質の改善において重要であると考えられる。しかしながら、認知症の人の就労家族介護者のアクセプタンスとコミットメント、役割間葛藤及びエンリッチメント、精神的健康（抑うつ、不安、生活の質）との関連については明らかになっていない。

２．研究の目的

本研究では、(1)認知症の人の就労家族介護者の精神的健康に関連する要因（介護及び仕事の負担とソーシャル・サポート、介護に対する自己効力感など）のうち、エンリッチメントと関連の強い要因を明らかにすること、(2)アクセプタンスとコミットメントが、役割間葛藤及びエンリッチメントの改善につながるかを明らかにすること、の 2 点を目的とした。

３．研究の方法

認知症の人の就労家族介護者を対象として、6 か月の間隔をあけた 3 回の調査から構成されるオンラインの縦断調査を行った。本研究の選定条件は、同居する認知症を患った家族を日常的（週 5 日以上）に在宅介護していること、働いていること、調査参加時点で精神障害に罹患していないことであった。

調査では、介護の負担（介護者負担感尺度 [新名他, 1992]）、仕事の負担（職業性ストレス簡易調査票 [川上他, 2012]）、介護に対する私的・公的サポートの利用頻度および満足度（兵頭他, 2003）、仕事のサポート（職務の裁量権、上司・同僚のサポート：職業性ストレス簡易調査票 [川上他, 2012]、介護休暇などの職場の支援制度の利用可能性[組織のサポート]に関する項目）、アクセプタンス（日本語版 AAQ-II [木下他, 2008]）、コミットメント（Values Questionnaire 日本語版 [土井他, 2017]）、介護に対する自己効力感（J-RSCSE [丸尾, 2012]）、役割間葛藤（介護―仕事葛藤尺度 [森本他, 2017]）、エンリッチメント（日本語版 WFES [原, 2018]の項目を介護に沿うように変更）、抑うつ・不安（HADS 日本語版 [八田他, 1998]）、生活の質（WHOQOL26 [田

崎他, 1998]）を測定した。また、オンライン調査で得られたデータには信頼性の問題があることから、この点を考慮するために Seriousness Check（Aust et al., 2013）も含めた。

その結果、1 回目の調査では 764 名、2 回目の調査では 393 名、3 回目の調査では 250 名の回答が得られた。このうち、回答の信頼性に問題がないと判断された者のデータ（1 回目調査：747 名、2 回目調査：391 名、3 回目調査：246 名）を分析に使用した。

４．研究成果

(1)認知症の人の就労家族介護者の精神的健康に関連する要因のうち、エンリッチメントと関連の強い要因

1 回目の調査データ（n = 747）を用いた横断的検討においては、仕事の裁量権・上司のサポート・組織のサポートが高いと、「仕事から家庭へのエンリッチメント」が高いことが示されたが、縦断データ（n = 246）を用いた検討においては上司のサポートのみが、「仕事から家庭へのエンリッチメント」を高めることが示された。一方で、介護に対する私的・公的なサポートの利用頻度および満足度は、「家庭から仕事へのエンリッチメント」と関連が見られなかった。また、これまでの研究において、認知症の人の家族介護者の精神的健康に寄与する要因とされてきた介護に対する自己効力感は、「家庭から仕事へのエンリッチメント」と関連しないことが示された。また、横断データにおいては「仕事から家庭へのエンリッチメント」が高いと、就労家族介護者の精神的健康が良好であることが示されたが、縦断データにおいては「仕事から家庭へのエンリッチメント」および「家庭から仕事へのエンリッチメント」ともに、就労家族介護者の精神的健康とは関連しないことが示された。

(2)アクセプタンスとコミットメントが、役割間葛藤及びエンリッチメントの改善につながるか

縦断データ（n = 246）を用いた検討の結果、役割間葛藤については、アクセプタンスが高い就労家族介護者は低い者と比べて「家庭から仕事への葛藤」が少なく、介護および仕事の負担が増えても役割間葛藤は増加しないことが示された。また、コミットメントが高い就労家族介護者は低い者と比べて役割間葛藤が少なく、介護および仕事の負担が増えても役割間葛藤が増加しないことが示された。

エンリッチメントについては、アクセプタンスは有意な関連が見られなかった。一方で、コミットメントが高い就労家族介護者は低い者と比べて、「仕事から家庭へのエンリッチメント」及び「家庭から仕事へのエンリッチメント」の双方が高いことが示された。また、コミットメントが低い就労家族介護者は、介護に対する私的なサポートの満足感が高まるほど、「家庭から仕事へのエンリッチメント」が低下することが示された。

本研究で取り上げたアクセプタンスとコミットメントは、アクセプタンス＆コミットメント・セラピー（Hayes et al., 2012）により向上することが示されている（Collins & Kishita, 2019; Kishita et al., 2018; Márquez-González et al., 2020）。本研究の成果から、認知症の人の就労家族介護者の役割間葛藤の緩和及びエンリッチメントの向上には、アクセプタンス＆コミットメント・セラピーに基づいた心理支援が有効であることが示唆された。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計4件（うち査読付論文　2件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　1件）

１．著者名 Morimoto Hiroshi	４．巻 －
２．論文標題 Acceptance and commitment improve the work-caregiving interface among dementia family caregivers	５．発行年 2022年
３．雑誌名 Psychology and Aging	６．最初と最後の頁 －
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1037/pag0000698	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 －

１．著者名 Morimoto Hiroshi, Takebayashi Yoshitake	４．巻 76
２．論文標題 Antecedents and outcomes of enrichment among working family caregivers of people with dementia: A longitudinal analysis	５．発行年 2021年
３．雑誌名 The Journals of Gerontology: Series B	６．最初と最後の頁 1060-1070
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1093/geronb/gbaa183	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 西郷達雄・田上明日香・田山淳・森本浩志	４．巻 17
２．論文標題 産業・労働分野における公認心理師の役割	５．発行年 2021年
３．雑誌名 ストレスマネジメント研究	６．最初と最後の頁 19-23
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 無
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 －

１．著者名 森本浩志・野村信威	４．巻 27
２．論文標題 認知症の人の家族の心理的支援	５．発行年 2020年
３．雑誌名 臨床老年看護	６．最初と最後の頁 23-29
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 無
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 森本浩志・竹林由武
2．発表標題 認知症の人の就労家族介護者のエンリッチメントのプロセス
3．学会等名 日本認知・行動療法学会第46回大会
4．発表年 2020年

1．発表者名 森本浩志
2．発表標題 認知症の人の就労家族介護者の役割間葛藤の緩和要因－心理的柔軟性と価値に沿った行動の緩衝効果－
3．学会等名 日本老年行動科学会第22回大阪大会
4．発表年 2019年

〔図書〕　計1件

1．著者名 岡島義、金井嘉宏、五十嵐友里、石川信一、岡島純子、田村典久、野村和孝、濱家由美子、森本浩志	4．発行年 2020年
2．出版社 弘文堂	5．総ページ数 320
3．書名 使う使える臨床心理学	

〔産業財産権〕

〔その他〕

研究代表者のホームページ http://www.meijigakuin.ac.jp/~hmori/

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