様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成２５年６月７日現在

機関番号：35414
研究種目：若手研究（B）
研究期間：2009～2012
課題番号：２１７９２３５０

研究課題名（和文）　遺族の心の整理を促すための訪問看護師による効果的な遺族訪問方法の検討

研究課題名（英文）　Effective methods of home visit by visiting nurses to encourage bereaved families to sort out their feelings following bereavement

研究代表者
平賀　睦（HIRAGA CHIKA）
日本赤十字広島看護大学・看護学部・助教
研究者番号：40446068

研究成果の概要（和文）：訪問看護師による遺族訪問の具体的方法を検討するために、遺族訪問を受けた時の遺族の状況と思いを明らかにした。15 名の遺族に半構成的面接を行い、得られたデータを質的帰納的に分析した。結果、遺族が遺族訪問を受けた死別後 1 か月以内の早い時期の状況として【忙しさ】【健康状態の悪化】があり、四十九日ころでは【ひと段落】【変化の兆し】があった。また、1 か月以内の遺族訪問では【訪問看護師への信頼と感謝】【気がかりが解消された安堵感】を、四十九日ころでは【癒し】を感じていた。死別後の時期により遺族の状況は異なり、状況の違いに応じて遺族訪問に対する思いも異なることから、個々の遺族の心の整理を促せる時期を個別に選択することが効果的であると考えられた。

研究成果の概要（英文）: This study clarified the conditions and perceptions of bereaved families when they received home visits by visiting nurses to examine the specific visiting methods for bereaved families. Semi-structured interviews were conducted with 15 members of bereaved families, and obtained data were analyzed qualitatively and inductively. The conditions of bereaved families were characterized by "busyness" and "worsening of health" when they received visits during the early period (i.e., less than one month after bereavement), and "settling down" and "a sign of change" around the 49th day. As for the perceptions, bereaved families felt "trust and appreciation toward visiting nurses" and "a sense of relief as worries disappeared" when they received visits less than one month after bereavement, and "healing" around the 49th day. The conditions of bereaved families change as time passes after bereavement, and their perceptions toward nursing visits differ depending on the differences in their conditions; therefore, it is important to choose an appropriate time for each bereaved family in order to maximize the effectiveness of nursing visit in encouraging members of bereaved families to sort out their feelings following bereavement.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
２１年度	600,000	180,000	780,000
２２年度	500,000	150,000	650,000
２３年度	0	0	0
２４年度	100,000	30,000	130,000
総　計	1200,000	360,000	1560,000

研究分野：医歯薬学
科研費の分科・細目：看護学・地域・老年看護学
キーワード：訪問看護、死別ケア

１．研究開始当初の背景

馴染みの環境で家族とともに最期まで自分らしく過ごすことは、多くの療養者の理想であり、ターミナル期を在宅で過ごす選択も可能なように制度や環境の整備が進められている。こうした在宅ターミナルケアを担う専門職として、訪問看護は重要な役割を果たしている。訪問看護においては、利用者と家族を一つの単位として看護を提供することから、利用者が亡くなった際、一般的に悲哀という一連の心理過程を辿る遺族へのケアも業務のひとつとして位置づけられている（日本看護協会編，2007)。

訪問看護師による遺族へのケアとして我が国で最も実施率が高い「遺族訪問」に焦点を当てて実践とその意味を明らかにした研究では、遺族訪問における訪問看護師の役割として、遺族の死の受容と介護生活の肯定的な意味づけを促進し、死別後の生活をうまく送ることが出来るようにすることと、その過程で訪問看護師自身の精神的健康を保ち、今後継続していく在宅ターミナルケア対象者の生き方を尊重し支援する技術を磨く、という２つの役割が見出されている（平賀, 2008)。遺族にとっても信頼関係が構築された訪問看護師による遺族訪問は、【介護生活への区切り】をつけるとともに【訪問看護師との人としてのつながりを再確認】し，【心の安定化】を得て【これからの生活に前向きに臨む気持ちを獲得】する機会となっており、訪問看護師を対象とした研究と同様に、遺族の心の整理を促し、これからの生活への橋渡しをすることが、訪問看護師の役割としてあるといわれている（平賀，2012)。

我が国の訪問看護における遺族へのケア実施率は少しずつ高まってきてはいるが、必ず実施している者が 37.4%、事例によっては実施している者が 46.2%であり（島内, 薬袋, 中谷他，2006)、すべての遺族がケアを受けるとは限らない。積極的な実施に結びつくために、遺族へのケアにおける役割を効果的に果たせるような具体的方法を明確にする必要があると考えた。

２．研究の目的

以上のことから、本研究の目的を、次の２点とした。

(1)訪問看護師から受けた遺族訪問時の状況と、それに対する遺族の思いを明らかにする。

(2)(1)より、遺族の心の整理を効果的に促せるような、訪問看護師の遺族訪問における具体的方法を検討する。

３．研究の方法

(1)研究対象者

A 県内の 4 か所の訪問看護事業所を利用しながら在宅で直接的に家族の介護を行い，看取った者のうち，訪問看護師から遺族訪問を受けたことがあり，その時の経験を語ることが可能な遺族を対象とした．また，基本的には死別後 2 年から 5 年経過した遺族を対象とした．これは悲嘆から回復し精神的に落ち着きを取り戻す時期で，かつ記憶の保持を配慮したためであるが，2 年以内でも担当訪問看護師により死別を受け入れ経験を語ることが可能と判断され，本人からも了承が得られた遺族は対象とした．

(2)データ収集方法

平成 22 年 1 月から 8 月にかけて、対象者の希望する場所にて，1 時間から 2 時間程度の半構成的面接を 1 回ずつ行った．インタビューガイドに基づき，自由な語りを促した．了承が得られた場合は内容の録音を行い，録音内容を逐語録に起こしたものをデータとした．

(3)分析方法

得られたデータを意味のある単位に区切り、その部分を端的に表現する名前をつけてコード化した。訪問看護師による遺族訪問時の状況やその時の思い、またこれらに関連する事象に着目してコードを類似するものでまとめてカテゴリー化し、抽象度をあげた。

分析をデータ収集と並行することで、新たなコードをすでにあるカテゴリーと類似性と相違性の視点で継続比較させ、カテゴリーの追加や充実を図った。

最終的にコード化された概念間をつなぐ接続語などにも着目し、カテゴリーの関係性を検討した。

(4)倫理的配慮

研究対象者には研究内容、プライバシーの保護、参加は自由意思によるもので途中での辞退も可能であることを口頭と文書で説明し、同意する場合には同意書を交わした。また、死別という繊細な内容に触れるため、対象者の選定においては、訪問看護事業所の管理者と心理面について検討した。また、研究中も適宜関わり方を相談した。

研究実施にあたっては、A 看護大学の研究倫理委員会にて審査を受け、承認を得た。

４．研究成果

(1)対象者の概要

対象者は、死別後 9 か月から 4 年 2 か月（平均 2 年 3 か月）が経過した 15 名の遺族であった。性別は男性 2 名、女性 13 名で、療養者を介護し看取った時の年齢は、40 歳代から 80 歳代だった。15 名の対象者から語られた事例は 13 名で、亡くなった療養者との続柄は、妻 8 名、嫁 3 名、娘 2 名、夫 1 名、息子 1 名であった。訪問看護利用期間は 1 か月から 7 年で、看取りの場所は在宅が 6 例、病院が 9 例だった。訪問看護師から遺族訪問を受けた時

期は死別後４日から４か月後であり、多くは１か月以内と四十九日前後に受けていた。

以下に死別後１か月以内と四十九日ころの遺族訪問における遺族の状況と思いを中心に述べる。

(2)死別後１か月以内の遺族訪問

①　遺族の状況

死別後１か月以内の比較的早い時期の遺族の状況として、【忙しさ】と【健康状態の悪化】があった。

【忙しさ】は、すべての対象者から語られ、＜弔問客へのゆとりある応対が難しい忙しさ＞＜悲しむ間もない忙しさ＞＜記憶が曖昧になるほどの忙しさ＞と表現されていた。具体的には、＜追善法要に伴う忙しさ＞＜弔問客の応対に伴う忙しさ＞＜自分や身内の体調不良に伴う忙しさ＞＜相続に関する諸手続きに伴う忙しさ＞があった。この【忙しさ】の程度は、亡くなった療養者の社会的なつながりの程度や自分や身内の体調の良し悪しによって差がみられた。例えば社会的なつながりについては、会社の重役などを務めており多岐にわたっていた場合には、葬儀とは別にお別れの会を開催したり、葬儀に来ることができなかった多くの弔問客の応対にその後追われていた。一方で、社会的なつながりが親族や地域の範囲内であった場合には、関係者の多くが葬儀や追善法要へ参列されることから、葬儀後の弔問客は少ないなど、忙しさの程度には個人差がみられた。

【健康状態の悪化】は、看取り後に急に体に痛みや倦怠感が生じて動けなくなるなど＜死別後に生じた体調不良＞と介護中から治療を継続していた疾患が急に悪化する＜治療中の疾患の増悪＞から生成された。これらは全員が体験したものではなかったが、＜死別後に生じた体調不良＞は、後期高齢者であることや、ほぼ一人で介護を担っていた場合に、また＜治療中の疾患の増悪＞は、もともと疾患を患っており介護中から治療を行なっていた場合に、それぞれ生じていた。

②　遺族訪問への思い

死別後１か月以内の比較的早い時期に遺族訪問を受けた遺族の遺族訪問に対する思いとして、【気がかりが解消された安堵感】と【訪問看護師への信頼と感謝】があった。

【気がかりが解消された安堵感】は、しなければならないこととして気にかかっていたことが達成され、ほっとした気持ちを表した状態である。これには、＜不要物品の返却・寄贈による安堵感＞と＜お世話になった気持ちの伝達による安堵感＞から生成された。＜不要物品の返却・寄贈による安堵感＞は、遺族は大変な忙しさの中で、看取り後に必要のなくなった多量の医療品や介護用品の処理に頭を悩ませていたが、こうした物品を遺族訪問で訪問看護師に返却・寄贈して引き取ってもらうことで安心していた。また、＜お世話になった気持ちの伝達による安堵感＞は、介護中によくしてくれた訪問看護師に対して面と向かって感謝の気持ちを伝えたいという気がかりをもっていたが、遺族訪問でそれを伝えられたことで安心していた。

【訪問看護師への信頼と感謝】は、亡くなった療養者の死を知り、一刻も早くお参りに駆けつけてくれるなど、訪問看護師の看護師としてだけでなく人としてのあるべき態度にも信頼感を感じる＜礼儀を重んじた態度への信頼感の高まり＞と、家族である自分に対してもわざわざ訪問してねぎらいの言葉をかけていたわってくれた訪問看護師の気遣いを感じ、そのことに対して感謝や喜びを感じる＜配慮ある訪問への感謝と喜び＞から構成された。

(3)四十九日ころの遺族訪問

①　遺族の状況

四十九日ころの遺族の状況として、【ひと段落】と【変化の兆し】があった。

【ひと段落】は、追善法要がほぼ終わり、納骨あるいはその準備を済ませたことや、弔問客も減り、死別後に行うべき各種手続きもほぼ終えるなどの＜状況のひと段落＞と、すべきことに日々追われていた緊張感が解けたり、故人を無事にあの世に送ることができたという安堵を感じるなどの＜気持ちのゆるみ＞から構成された。

また、この気持ちのゆるみから＜体調不良の出現＞や悲しみやさみしさなど＜負の感情の出現＞がみられた。一方で、死別後早期に健康状態が悪化した遺族は、このころになると＜悪化した健康状態の回復＞を経験していた。

さらに、介護が中心となっていたこれまでの生活が変わる＜生活習慣の変化＞が生じるとともに、新たに＜家族内役割の変化＞が起こるなど、死別から少し時間が経過した四十九日ころの遺族には、プラスにもマイナスにも環境や気持ちに【変化の兆し】が表れ始めていた。ただし、この変化の程度にも個人差がみられた。

②　遺族訪問への思い

四十九日ころに遺族訪問を受けた遺族の思いとして、【癒し】があった。これは、訪問看護師との＜落ち着いて行える会話による癒し＞と、＜感情の表出による癒し＞＜人と接することによる癒し＞から構成された。＜落ち着いて行える会話による癒し＞では状況が一段落したことで時間的なゆとりができることで、よく知る訪問看護師に療養者にまつわる思い出や変化しつつある状況を語ることで気持ちの和みを感じていた。また、＜感情の表出による癒し＞は、過去を振り返り、悲しみや喜びなどの感情を表出し、訪問看護師と共有することで精神的安定を得ていた。

(4)四十九日以降の遺族訪問

1 名の遺族において 4 か月後に遺族訪問を受けていた。この場合、遺族には【落ち着かない状況】があり、具体的には＜健康状態の悪化による継続的治療＞があった。介護中から病気を患いながら治療を行っており、死別直前に病状が悪化し、その後に入退院を繰り返していた。

この場合、訪問看護師に現状を理解してもらいたいが過度の心配をかけたくないという＜現状を理解してもらうことへの揺れる思い＞が根底にあり、訪問看護師との再会を望みつつも病状が安定してからの接触を望んでいた。

５．考察

遺族は、死別後1か月以内の忙しい時期に、必要のなくなった多量の物品の取り扱いに頭を悩ませたり、お世話になった訪問看護師に感謝の気持ちを伝えたいといった気がかりを持っていた。この時期に訪問看護師から遺族訪問を受けることで、そうした気がかりを解消し安堵感を得る機会となっていた。介護中に使用していた物品の取り扱いに悩んだり、訪問看護師に感謝の気持ちを伝えたいという思いは、介護の延長線上にあるものであり、こうした気がかりが解消することは、介護生活に一区切りをつけることにもつながる（平賀，2012）。このことから、介護中に使用していた物品が多量に残っているような場合や、療養者の最期を病院で看取り、挨拶が取り交わせていない場合などは、早めに訪問することで、忙しい時期に遺族の精神的負担を軽減したり、介護生活に一区切りをつけて気持ちを切り替えるきっかけになると考えられた。

また、この時期に遺族訪問を受けることで遺族は【訪問看護師への信頼と感謝】を感じていた。配偶者と死別した人の 2 割は死別後に健康満足度が下がり、特に死別直後から 2 年の間は悪化する傾向があることが示されている。特に死別の前後で健康満足度に大きな変化がみられるのは、男性、高齢で配偶者と死別した人に多いことがわかっている（東京都老人総合研究所，東京大学，ミシガン大学，2008）。今回の調査でも、死別後早い時期や四十九日ころなど、状況に変化が生じる時に体調の変化が生じていることが明らかとなった。さらに、独居高齢者を対象として行われた調査において、今後利用してみたいサービスとして「緊急時にかけつけてくれるサービス」や「話し合い手、困ったときの相談相手」が上位に挙がっており（みずほ情報総研株式会社，2012）、一人暮らしとなった高齢者には健康上の不安があり、困りごとが起きた際に頼れる場所を求めている状況がうかがわれる。こうしたことから、1 か月以内の早い時期に遺族訪問を受けて、訪問看護師を信頼できる存在として意識できることは、死別後に独居となられた高齢者、特に配偶者を亡くした男性高齢者や、自身の健康状態に不安を持つ遺族にとって身近な医療者に何かあれば相談できるという精神的安定の基盤を得ることになると考えられる。加えて、実際に健康状態に変化が生じた際にすみやかに相談できる場所があることで、早期に健康面への対処も取りやすいと考えられた。

しかしながら、死別後 1 か月までは遺族にとって忙しい時期であることから、長居をするよりは、物品の引き取り、故人へのお参り、挨拶を交わす程度の短時間の訪問とすることが、これらの効果を高めることになると考えられる。

四十九日ころは、遺族にとって状況が【ひと段落】する時期であり、遺族訪問に訪れた訪問看護師と面と向き合ってゆっくり会話を行うことができていた。訪問看護師は遺族の精神的・身体的状態や日常生活状況について表情や話す内容、生活環境などから情報を得てアセスメントすることもできるため、継続的な関わりの必要性を検討することができると考えられる。

そして、状況が落ち着き様々な変化が現れるこの時期に訪問看護師と落ち着いて会話をしたり感情の表出をすることで、遺族は【癒し】を感じていた。死別者は、死別からの立ち直りを試み、悲しみながらも、内省を伴う自己消化作業を繰り返し、生きる意義を問い返す悲嘆の作業（グリーフワーク）を行うが、ほとんどの人にとっては生涯に 1～2 度しか経験しない大きなライフイベントであり、心身の強い消耗を強いられることになり、他者の援助などが助けとなることがあると言われる（宮林，関本，2008）。訪問看護師が四十九日前後の状況が落ち着いた頃に遺族訪問を行うことは、遺族が亡くなった療養者のことや変化しつつある状況を語ったり感情を表出することを通して、自身で気持ちの整理をつけることを支援できると考える。

この時期に遺族訪問を行う場合、遺族の思いや感情を十分に引き出すことができるように時間のゆとりを持って行くことと、生活状況に大きく変化が現れやすい方に訪問することが、効果的であると考えられた。

死別後に健康状態が不安定で、集中的な治療を要している場合など、状況が落ち着かない場合には、精神的にも遺族訪問を受け入れる余裕がない場合があることも今回の結果から明らかとなった。高齢者が高齢者を介護するいわゆる「老老介護」のケースも多いことから（内閣府編，2012）、介護者も健康状態に不安や問題を抱えながら介護している状況が少なくないと考えられる。加えて療養者の介護を緊張状態の中で行い、看取るという精神的ショックや状況の変化から体調の悪化が容

易に考えられる。したがって、こうしたリスクの高い遺族の場合には、状況を見守りながら、身体的・精神的負担を考慮し、病状が落ち着いた時期に訪問を行う、あるいは時には訪問という形ではなく、電話連絡や手紙など訪問以外の手段を用いるなど臨機応変な対応も必要であると考えられた。

死別後の遺族には忙しい状況があったり、その忙しい時期が過ぎてひと段落することで、体調や生活において変化が起こりやすいという一定のパターンが見出された。こうした状況の違いに伴い遺族訪問を受けた際に感じる思いも異なることが明らかとなった。どの時期における遺族訪問でも遺族の肯定的な思いが引き出され、心の整理を促すきっかけとなることが示唆されたが、気持ちに区切りをつけて新たな生活に向かわせるきっかけとなる思いは個々によって異なると考えられる。一人一人の状況や性格などに応じて訪問時期を選択して遺族訪問を行うことが、心の整理を促す役割を効果的に果たすことに繋がると考えられた。

【文献】

平賀睦（2008）．在宅ターミナルケアに関わる訪問看護師にとっての遺族訪問の実践とその意味．日本地域看護学会誌，10(2)，26-32.

平賀睦（2012）．訪問看護師から遺族訪問を受けた遺族の経験．日本地域看護学会誌，14(2)，113-121.

宮林幸江，関本昭治（2008）．愛する人を亡くした方へのケア　医療・福祉現場におけるグリーフケアの実践．日総研出版，pp. 20-21.

みずほ情報総研株式会社（2012）．平成 23 年度老人保健事業推進費等補助金老人保健健康増進など事業．一人暮らし高齢者・高齢者世帯の生活課題とその支援方策に関する調査研究事業報告書．http://www.mizuho-ir.co.jp/publication/report/2012/pdf/mhlw_08.pdf#search='%E7%8B%AC%E5%B1%85%E9%AB%98%E9%BD%A2%E8%80%85+%E4%BB%8A%E5%BE%8C%E5%88%A9%E7%94%A8%E3%81%97%E3%81%A6%E3%81%BF%E3%81%9F%E3%81%84%E3%82%B5%E3%83%BC%E3%83%93%E3%82%B9'

内閣府編（2012）：平成 24 年版　高齢社会白書．35，佐伯印刷．

日本看護協会編（2007）．日本看護協会看護業務基準集 2007 年改訂版．日本看護協会出版会，東京．

島内節，薬袋淳子，中谷久恵他（2006）．在宅終末期ケア標準化のためのプログラム開発と実用化．国際医療福祉大学平成 18 年度在宅地域ケア研究センター研究費による研究報告書，pp. 5-6.

東京都老人総合研究所，東京大学，ミシガン大学（2008）．高齢者の健康と生活 No.3「長寿社会における暮らし方の調査」2006 年調査の結果報告 2008 年 3 月 http://www2.tmig.or.jp/jahead/pdf/pamphlet03.pdf

６．主な発表論文等

〔学会発表〕（計 1 件）

① 平賀　睦、遺族の心の整理を促すための訪問看護師による効果的な遺族訪問方法の検討―遺族訪問の時期に焦点を当てて―、第 17 回日本在宅ケア学会学術集会、2013 年 3 月 9 日～2013 年 3 月 10 日、茨城県立県民文化センター（水戸市）

７．研究組織

(1)研究代表者

平賀　睦（HIRAGA CHIKA）
日本赤十字広島看護大学・看護学科・助教
研究者番号：４０４４６０６８