

201101046A

厚生労働科学研究費補助金  
政策科学総合(政策科学推進研究)研究事業

男性退職予定者を中心とした自律的社会支援実現に向けた  
「ケアウィル」モデルの実践と検証

平成23年度 総括・分担研究報告書

主任研究者 藤森 純子

平成24年(2012年)4月



厚生労働科学研究費補助金  
政策科学総合(政策科学推進研究)研究事業

男性退職予定者を中心とした自律的社会支援実現に向けた  
「ケアウィル」モデルの実践と検証

平成23年度 総括・分担研究報告書

主任研究者 藤森 純子

平成24年(2012年)4月

## 目 次

### I. 総括研究報告

男性退職予定者を中心とした

自律的社会支援実現に向けた「ケアウィル」モデルの実践と検証…………… 1

藤森 純子

### II. 分担研究報告

1. 地域におけるケアウィル活動の意義と可能性…………… 7

鏡森 定信

2. 調査報告---生涯学習意欲のある高齢者におけるQOL関連項目の抽出… 17

①健康高齢者におけるQOLアウトカムと心理社会的な生活因子との関連

②高齢期における健康関連指標—家庭裁量との関連を通して

立瀬 剛志

3. 高齢者における老成自覚および老後の不安に関する検討…………… 25

新鞍 真理子

4. ケアウィル講座のプログラム達成度と

高齢者の生きがいくりに関する知識創造プロセスの検証…………… 29

中森 義輝

5. 同窓会活動の場の設定と運営設計について…………… 40

小林 俊哉

III. 研究成果の刊行に関する一覧表…………… 44

IV. 研究成果の刊行物・別刷…………… 44

## 男性退職予定者を中心とした 自律的社会支援実現に向けたケアウィルモデルの実践と検証

研究代表者 藤森 純子 富山大学地域連携推進機構  
地域医療・保健支援部門 コーディネーター

### 研究要旨

高齢人口の増加を背景に、高齢者の活躍による地域全体の健全化への期待が寄せられている。よって高齢者には、伸びた寿命を周囲の迷惑にならないことを目的に生きるのではなく、社会的な面からも健康でポジティブな姿勢で過ごすことが求められる。また健康長寿に向けた各種活動の参加推進においては、家族を含む社会的役割という背景要因は否定できず、退職後に中心となる「地域の中での暮らし」に向けたコミュニケーショントレーニングが重要な課題となる。そこで、本研究では、退職時の在宅生活から要支援・要介護までの各段階において退職者が望むサポートへの意思決定を「ケアウィル」と独自に定義し、退職者自身によるその表明と実現に向けたモデル「ケアウィルモデル」を検証し、高齢者の自律的生活の基盤を検討する。

初年度の23年度は、モデルの有効性の評価・検証を行うため、調査研究及び専門家による研究会を実施した。研究会では、①ケアウィルの持つイメージや意義、②ケアウィル研究の進め方とコンセプトモデル、③ケアウィル講座の実施方法とカリキュラム及びプログラム、④ケアウィル講座の実施体制の4つの基本となる指針をまとめ、更に5つの個別テーマを各研究分担者と推進した。

研究事業としての位置づけに同意を得た23名を対象に実践した講座では、退職および老年期を迎えるにあたっての生活意識と受講者の特性、プランニングを中心に据えた講座のプログラム評価に関するアンケート調査を行った。また講座終了時に行った講座受講生との意見交換の場において今後の研究および事業推進への協働を呼びかけ、第1期生と研究者による会の設立に合意を得た。

### 分担研究者

鏡 森 定 信 富山大学 名誉教授  
立 瀬 剛 志 富山大学 医学部 医学科 保健医学講座 助教  
中 森 義 輝 北陸先端科学技術大学院大学  
知識科学研究科 知識科学専攻・システム知識領域 教授  
小 林 俊 哉 富山大学 地域医療・保健支援部門 特命教授  
新 鞍 真 理 子 富山大学 医学部 看護学科 老年看護学講座 准教授  
中 林 美 奈 子 富山大学 医学部 看護学科 地域看護学講座 准教授



## A. 研究目的

### A-1. 本研究の目的と意義

世界に先駆けて超高齢社会を迎えた日本では、高齢化にまつわる様々な社会問題が取りざたされている。そのひとつには男性高齢者を取り巻く社会的支援の欠如や支援拒否による孤立化があり、対策が急務である。一方、高齢人口の増加を背景に、高齢者の活躍による地域全体の健全化への期待が寄せられている。高齢者には、伸びた寿命を周囲の迷惑にならないことを目的に生きるのではなく、身体的、精神的、社会的な面からも健康でポジティブな姿勢で過ごすことが求められている。

介護保険法制定以降、地域包括支援センターなど介護予防や介護に関する相談窓口が各市町村に設置されたが、その多くが要介護となった後の家族からの相談対応に留まっており、行政や専門家を中心に整備された制度や機能が十分に活用されているとは言いがたい。現行の制度を活かしきるためには、既存支援機能が退職者自身が示すケアウィルを現場の声として受け取り、協働して社会支援機能の充実を図ることが不可欠である。一方、介護予防には高齢者に対する社会的支援の必要性が謳われているものの、ひとり暮らしの男性高齢者を取り巻く社会的支援の欠如や支援拒否等の問題がある。要因には、性別役割分担された時代の中でコミュニケーションに費やす時間の多くを職場で過ごした結果による家族や地域での役割の衰退が考えられる。

そこで、本研究では、現在から介護状況に至る各段階における暮らしの意思決定を「ケアウィル」と新たに定義し、アクションリサーチを中心とした退職者の自律的生活基盤の検討を目的とする。

### A-2. 本研究の独創的な点

本研究では、ケアウィルという語を新たに定義した。健康状態の変化の中で、趣味

活動への理解、作業の軽減や補助、歩行の手助け、食事の介助など、周囲に求めるサポートにも変化がある。ケアウィルは健康状態に伴い変化する、周囲に求める「サポート」と、周囲の環境との兼ね合いを踏まえて求められる「意思決定」と、その段階ごとの「プロセス」で構成されている。暮らしとしての生きる過程でのWill（意志）がケアウィル（Care Will）であり、延命医療の意思表示であるLiving Willとは一線を画する。

自分らしくどう年を重ねていくかを考え、行動することは、高齢者に限らずどの年代においても重要なことだが、そこに最も深刻に直面するのは、ライフコースからみると退職世代だろう。私たち日本人は、義務教育就学に向けては幼稚園・保育園で、専門課程就学に向けては義務教育で、就職に向けては専門課程で準備をしている。しかし、職場は退職後に向けた準備機関ではなく、退職後の生活に向けての準備は個人に委ねられる（資料1）。そして、退職の日を境に、長年多くの時間を過ごしてきた場所や役割が変化する。職場はもともと長く所属する機関であり、ライフスタイルの変化は、退職の日まで熱心に仕事に打ち込んできた人にとっては特に深刻になる。精神分析家のE. H. Eriksonが、退職した夫を持つ妻へのインタビューにおいて「夫は自分がいきなり無能になったわけではないのだと繰り返し思い出す必要があるらしい。家事に加えて夫の自信を支えてやる新しい役目まで負わされることになった」という内容を得ていることから退職後の場所や役割への緩やかな移行の必要性がうかがえる。

こうした背景から、新たに定義した「ケアウィル」を中心とした自律的な社会支援形成に向けた実践的研究を行う。

## B. 研究方法

### B-1. 研究体制

初年度の23年度は、モデルの有効性の評価・検証を行うため、本研究における研究代表者と分担専門家による研究会を設定し、調査研究ならびに検討を重ね、その成果をケアウィル講座にて実践した。

## B-2. 研究内容

研究会では(①ケアウィルの持つイメージや意義、②ケアウィル研究の進め方とコンセプトモデル、③ケアウィル講座の実施方法とカリキュラム及びプログラム、④ケアウィル講座の実施体制)を検討し、5つのテーマ(①ケアウィルモデルの検討(藤森)、②老年期の現場ニーズの調査とネットワーク作りの検討(中林・新鞍)、③地域におけるケアウィル活動の意義と可能性の検討(鏡森)、④民学官連携の場の設定と運営設計(小林)、⑤実践講座の参加者の特性とプログラム達成度の検証(立瀬・中森))をそれぞれ分担し、研究を開始した。

初めに、地域保健に関わる各専門の視点からのディスカッションを行い、ケアウィルの持つイメージや意義について検討した。

次に、Higgsらの初老期QOLの4要素を中心に、ケアウィル研究のコンセプトモデルの検討を行った(資料2)。さらに、コンセプトモデルに従った研究全体の進め方を検討し、研究分担を行った。

一方、高齢者を対象とした既存の市民講座の協力を得て、健康をテーマとした講座に参加する高齢者を対象とした「老年期の生活状況と意識に関するアンケート」を実施し、分析を行った。このデータの分析結果を元に、実践研究の場としてのケアウィル講座カリキュラム、コミュニケーショントレーニングプロセス(資料3)を含むケアウィルプログラムの検討を開始した。

カリキュラムは、教育学者のR. J. Havighurstや精神分析家のE. H. Eriksonの研究をベースに、調査で浮上した老年期にある人々に必要と思われる要素

を新たに取り入れ構成した(資料4)。プログラムは、心理学者のA. Banduraが挙げる効力感向上の4要素を踏まえ構築した。

講座の実践に伴う講座受講者の募集では、富山大学の地域連携組織及び地域の産業保健セクターの協力を得て行うと共に、研究代表者所属部署主催のシンポジウム内で特別講演会を行い、ケアウィルの意義や重要性を地域に向けて発信した。

これらの活動を踏まえ、応募者の内、研究事業としての位置づけに同意を得た23名の参加をもって4日(2月11日から3月5日まで週1回)に渡る講座を開催した。講座では、退職および老年期を迎えるにあたっての受講者の生活意識と特性、そしてプランニングを中心に据えた講座のプログラムの評価調査を各研究分担者と共同で行った。

講座終了時に行った講座受講生との意見交換の場において今後の研究および事業推進への協働を呼びかけ、上記講座参加者である第1期生と研究者による会の設立に合意を得た。

## C. 倫理面への配慮

本研究では、研究参加者および既存団体において質問紙調査や面接調査を実施する。したがって、個人情報に伴う調査研究であるため、データの管理、公表時の扱いについては、細心の注意を払う。具体的には次の方策をとる。

- ・ 研究で得たデータはできる限り持ち出さない。
- ・ やむを得ず持ち出す際には、個人名等が特定できないように工夫する。
- ・ 資料整理等で申請者と研究分担者以外がデータに触れる場合には、個人情報を漏えいしない旨を確認する。
- ・ 研究成果公表時のインタビュー記録等には、仮名を使うことを基本とする。

#### D. 研究発表

##### 1. 論文発表

なし

##### 2. 学会発表

藤森純子, 鏡森定信, 立瀬剛志 : 老齡期における健康関連指標と家庭裁量度. 日本民族衛生学会 76 回定期学術集会, 2011, 11, 福岡.

#### E. 知的財産権の出願・登録状況

##### 1. 特許出願

なし

##### 3. 実用新案登録

なし

##### 4. その他

なし

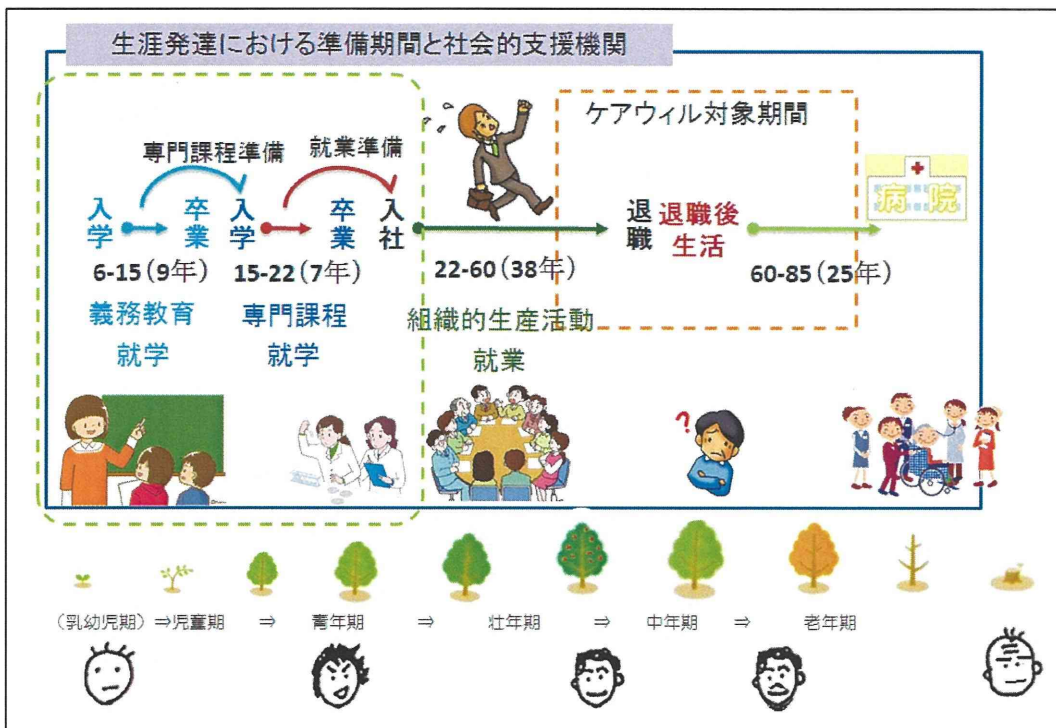
#### 参考文献

- アルベローニ, F. (大久保昭男訳) : 他人をほめる人、けなす人. 草思社, 東京, 1998.
- バンデューラ, A. (本明寛, 春木豊, 野口京子, 山本多喜司訳) : 激動社会の中の自己効力. 金子書房, 東京, 2010.
- Bobak M, Pikhart H, Hertzman C, Rose R, Marmot M. Socioeconomic factors, perceived control and self-reported health in Russia Across-sectional survey. *Social Science & Medicine*. 47: 269-279, 1998.
- Chandola T, Ferrie J, Sacker A, Marmot M. Social inequalities in self reported health in early old age: follow up of prospective cohort study. *BMJ*. 334: 990-993, 2007.
- エリクソン, E.H. (朝長正徳, 朝長梨枝子訳) : 老年期. みすず書房, 東京, 1997年
- エリクソン, E.H. (村瀬孝雄・近藤邦夫訳) : ライフサイクルーその完結. みすず書房, 東京, 2001.
- フロム, E.S. (佐野哲郎訳) : 生きるということ. 紀伊國屋書店, 東京, 1977.
- Higgs P, Hyde M, Wiggins R, Blane D. Researching quality of life in early old age: the importance of the sociological dimension. *Social Policy & Administration*. 37: 239-252, 2003
- 高齢者白書. 厚生労働省, 2011  
<http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2011/zenbun/23index.html>
- 高齢者が一人でも安心して暮らせるコミュニティづくり推進会議報告書. 厚生労働省, 2007.
- マーモット, M. (鏡森定信・橋本英樹監訳) : ステータス症候群. 日本評論社, 東京, 2007.
- マズロー, A.H. (上田吉一訳) : 完全なる人間一魂のめざすもの. 誠信書房, 東京, 1998.

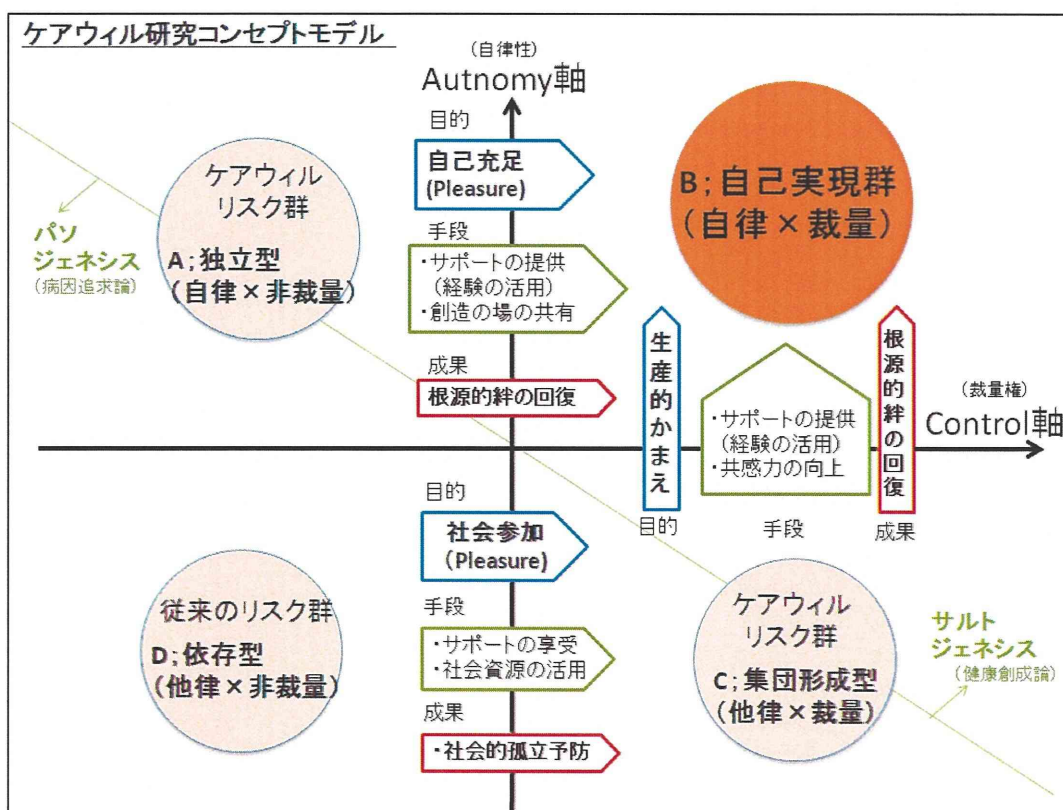


【関連資料】

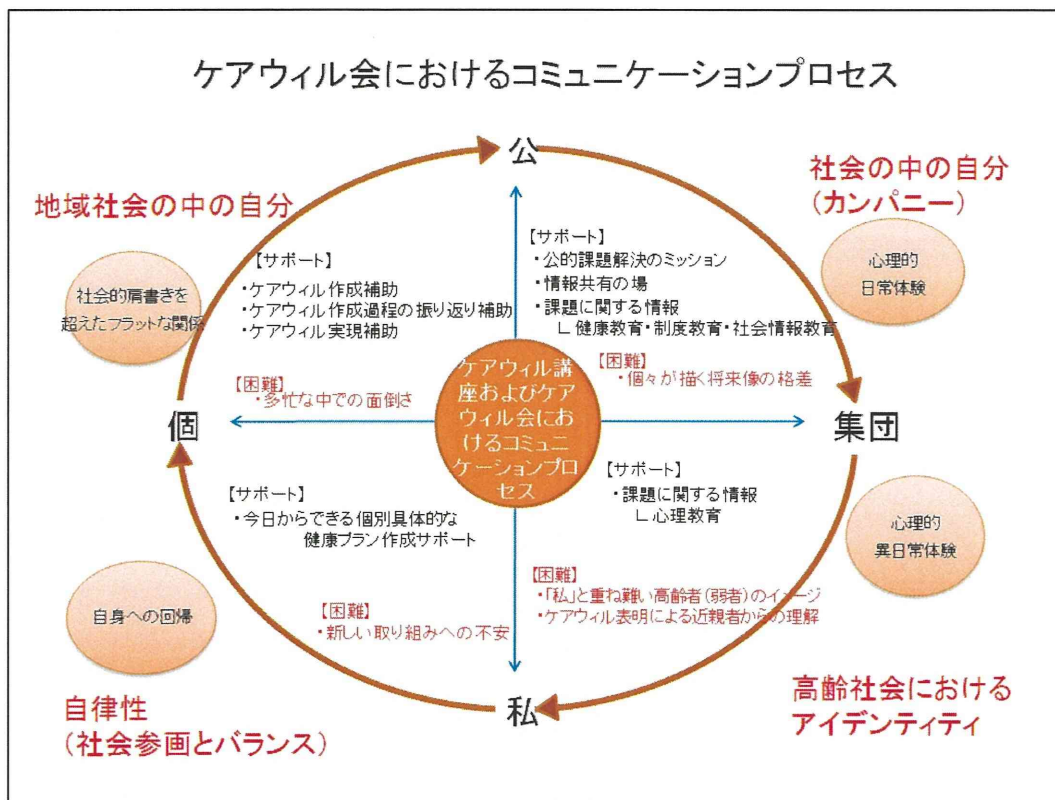
資料1. 生涯発達における準備期間と社会的支援機関



資料2. ケアウィル研究コンセプトモデル



資料3. ケアウィルコミュニケーションプロセス



資料4. H23 ケアウィル講座カリキュラム

### ケアウィル講座カリキュラム

回	タイトル	講師
1日目	地域社会と健康	鏡森定信 ・富山県産業保健推進センター 所長 ・富山大学名誉教授 ・富山大学地域連携推進機構 地域医療・保健支援部門フェロー
	家庭経営;男と女の競争-協奏曲	神川康子 ・富山大学人間発達科学部人間環境システム学科 教授
	心とからだの見つめ方	永田勝太郎 ・(財)国際全人器量研究所 理事長
2日目	高齢者を支援する社会の窓口	新鞆真理子 ・富山大学医学部看護学会老年看護学講座 准教授
	ライフコースと社会的つながり	立瀬剛志 ・富山大学地域連携推進機構 地域医療・保健支援部門 副部門長 ・富山大学医学部医学科保健医学講座 助教
	ポジティブ行動モニタリング	宮地正典 ・健康保養地医学研究機構 理事 ・富山大学地域連携推進機構 地域医療・保健支援部門フェロー
3日目	ポジティブエイジングに向けて	藤森純子 ・富山大学地域連携推進機構 地域医療・保健支援部門コーディネーター
	実践! ケアウィルプランニング	藤森ほか 本講座の講師陣
4日目	仲間と作る生きがい	立瀬剛志 ・富山大学地域連携推進機構 地域医療・保健支援部門 副部門長
	実践! ケアウィル表明	藤森純子 ・富山大学地域連携推進機構 地域医療・保健支援部門コーディネーター

## 地域におけるケアウィル活動の意義と可能性

研究分担者 鏡森 定信 富山大学 名誉教授

### はじめに

ケアウィル活動は、エリクソンが人生の各ステージにあてはめてその課題を提示したことになるならば、高齢期に入る前、いわゆる働き盛りが本活動の当該ステージということになる。

一方、本研究におけるケアウィル活動では、退職後のQOLの保持・増進を志向した男性をコアメンバーとしたアクションリサーチとして提示したことから、公募した研究の対象者も退職前後の年齢層に集中し、エリクソンのいう「ケアの年代」の成人期の幅広い年齢層でなく、成人期の高年齢層と退職後間もない高齢期の男性となった。したがって、地域におけるケアウィル活動の意義と可能性についてもこの年齢層の現状を踏まえる必要がある。

このような視点をふまえ、地域におけるケアウィル活動の意義と可能性を展望しつつ、本研究初年度のケアウィル講座の冒頭の講義の教材を作成した。

### A. 調査研究の目的

退職後は、職務から解放されて自分自身のためはもちろん地域社会におけるさまざまなケアの課題に対して活動できる時間的余裕が生じるライフステージである。そこで、退職後のQOLの保持・増進につながる自らのケアはもちろん地域レベルでのケアの支援となる活動や課題から本研究に合致するものを選んで教材を作成することを目的とした。

### B. 調査研究の方法

当該分担研究者は、成人期および高齢期の健康・福祉増進に関する研究に専念するとともに、自らの研究成果はもちろん他の

調査研究の成果も踏まえて、年間数十回の講義や講演活動を行ってきた。まずそれらの教材から今回の「ケアウィル講座」にふさわしいものを厳選した。加えて、地域活動、高齢期、QOLをキーワードにして本研究の目的に沿う最近の活動事例をGoogle上で検索し、各活動のホームページから情報を収集し、教材として編集した。

### C. 調査研究結果

当該分担研究者はケアウィル講座において最初の講義を担当することが決まっていたので、本講座の内容を俯瞰するような講義のタイトルとして、「地域で取り組む健康・福祉増進」を採用し教材を作成した。



講義で取り上げた事項を言及した順に示す。使用したスライドの一部は、関連資料として掲載する。

#### 1) 石川県白山市山中温泉地区における地元の食材を利用した住民が自ら運営するそば食堂（山ぼうし）の取り組み

地元の農協そして地区の商工会の支援のもと、地産の四季の山野草・野菜とそばを食材に地元住民が交代で自らお店に出る直営食堂を運営している。食材の採取・栽培が現金収入を伴う自営農業の活動、さらに食堂における人との触れ合いを広め、深めている。

#### 2) 富山県小矢部市興法寺地区のランチハウス活動

多くの市町村では、敬老の日に年1回の福祉弁当を配る程度であった20年ほど前から当該地区の公民館元職員が、退職後呼び掛けて公民館で始まった日中一人で昼食をとっている高齢者の昼食会。当初は、介護保険制度がまだ始まっていなかったこともあって、在宅介護支援の有償ボランティア活動から始まったが、対象家庭が継続して出現しなかったため現活動に変更した。昼食のご飯のみ持参して、おかずは自分たちで作っている。開催日は固定して毎月10日としている。近医が毎回30分の健康講話を行っている。

#### 3) 町の銭湯での入浴と昼食を楽しむ会

実際の実施は在宅介護を支援する施設のスタッフの協力を得て、行政がまちの銭湯で入浴と昼食を楽しむ機会をモデル事業として提供している。昼食は専門業者が配食し、食後は健康・介護相談やお楽しみ会が行われる。市内の複数個所で複数回、毎年場所を変えて実施されている。

#### 4) 子どもから高齢者まで障害の種類や程

#### 度に関係なく通所介護を提供する施設

約20年前に富山市内で元看護師ら3人が、民家を改修して年齢や障害の内容にかかわらずに通所し食事や入浴、交流を楽しめる施設「この指とまれ」をボランティアで開設し今日に至っている。年齢や障害の内容ごとに施設の運営が規制されていた状況を打破したこのやり方は、行政においても富山型福祉として認知された。

#### 5) こころを育む全国フォーラムの大賞を受賞した地域の子どもと高齢者の見守り活動（オバパト隊）

平均年齢73歳129名の女性の熊本NPOは、毎日昼夜の校区の見守りパトロールと子ども・高齢者への声かけを行うとともに、防犯協会と連携しパトカーでの巡回も組み入れている。この他に、着物リメイク服の製作・販売、食育研修会の開催、いのちに関する講座（「小さな小さな光の玉」）や男性も参加する「オバパト大学」の開催などを行っている。また、犬の散歩をしながら見守りパトロールをする「ワンワンパトロール」の実施も検討されている。なお、当該団体がこれらの活動を通じて学んだ3つの工夫を紹介した。それは、①進める工夫（参加への意志の確認の審査による目的意識の共有、毎月の勉強会による活動の充実と向上）、②広げる工夫（小中学校、教育委員会、警察、行政、社会福祉協議会、防犯協会などとの活動の連携、全国に出向いての講演活動、食育の講演やわんわんパトロール隊などを通じて若い世代とのネットワークの構築）、③続ける工夫（無理をしない、自由な活動を継続して行うための自己資金確保を目的とした着物リメイク服の製作・販売などの活動、「ふれあい公園づくり」など常に新たな目標を掲げてのモチベーションの維持）である。

#### 6) 高齢期における配偶者と死別後の生存

### 率の有配偶者群との比較

分担研究者が過去に富山県で追跡調査として実施した成績である。県内の市町村の協力を得て、65歳以上の配偶者との死別発生事例を1年間登録し、その際、合わせて、原則として同じ町内から同じ性・年齢の有配偶者の登録も行い、これら対象者の生死について5年間追跡した。結果は男女とも死別群の死亡率が有配偶者群に比較して統計的に優位に高かった。そしてその差は、男性の方が女性より3倍程度大きかった。すなわち、配偶者との死別の生存リスクへの影響は女性に比べて男性でより大きいことを示した。

### 7) 後期高齢者の男性の生命予後に感情面でのサポートの有無が影響する成績

スウェーデンのマルモー地区において実施された追跡調査のうち、73～78歳の男性の寿命に関する追跡調査で、親しい友達の有無で判定した「感情面でのサポート」の有無別にみた成績を紹介した。その結果は、感情面でのサポートを有する群の調査5年後の累積死亡率は感情面でのサポートを有しない群に比較して統計的に優位に小さいことを示していた。心理社会的要因が生命予後に有意に作用することを示した、今から20年以上も前の発表である。

### 8) 社会における信頼関係と死亡率との関連を示す成績

ハーバード大学公衆衛生部門のKawachi教授らが発表した成績である。アメリカ合衆国39州の住民を対象に無作為の電話インタビューで、「ほとんどの人はチャンスがあれば、あなたを利用するか？」という質問を行った。これに「ハイ」と答えた人の各州の割合と年齢調整死亡率との関連をみたところ統計的に優位な正の相関がみられた。この結果から、Kawachiらは、地域の信頼関係とその地域の死亡率であらわされ

る不健康と関連することを示唆した。

### 9) 生活習慣が寿命に影響することを膨大な追跡調査で明らかにした世界最初の成績

約2万人の生活習慣を調査した対象者の生命予後について追跡調査を実施したアメリカのカルフォニアの成績である。対象者のその後の死因の大部分は、がん、心筋梗塞、脳卒中によるものであった。これらの死亡の危険を高めた生活要因として、初期の研究では、朝食なし、不規則な間食、少ない運動、睡眠（6時間未満または9時間以上）、喫煙、過剰飲酒、肥満の7つであったが、その後の研究で間食と朝食は除外された。なおうつ病の発生に関してもこれらの7つの生活習慣との関連が報告されている。うつ病に関しては、睡眠が特に大きな影響を有することが明らかになっている。

### 10) 健康づくりで地域づくりを進める富山県全体の取り組み

分担研究者がこれまで取り組んできた、健康福祉増進を指向した富山県全体を俯瞰した取り組みの中から、かつて厚労科研の支援で実施した「保養地講座」を紹介した。富山県内の温泉をコアとした保養にふさわしいポイントで2泊3日を原則に滞在型で身体機能の測定や学習を含むコースを設定し公募して実施したものである。

身体機能の測定は、県が開設した健康パークの施設を利用した。参加者自身の健康福祉の保持増進を目的としつつ、県内の健康福祉の増進につながる自然社会資源の認知を進める試みであった。

### D. 考察

本研究では、ケアウィル活動は、QOLの維持増進を目的としてケアに自律的にかかわることと定義した。また、対象が退職前後の男性であることから、QOLの中核

事項である健康・福祉の増進のためのセルフケアならびに地域におけるケア活動へのかかわり（ウィル）の唱導を目的として教材を作成した。

この時期の男性にとっての健康福祉増進のセルフケアの課題としては、加齢に伴う体力・気力の低下や疾病の発生・悪化・障害など健康に関するもの、老親や親族・近隣者、場合によっては自らの介護など福祉に関するものがある。またこれらの課題に関しても、疾病・障害や介護予防といった予防の段階からその治療や介護サービス利用といった段階までさまざまな段階がある。

今回の教材づくりでは、実際に「ケアウィル講座」に参加したのは、予防の段階に属している人たちであった。したがって、QOLの中核をなす健康・福祉の増進のためのセルフケアならびに地域におけるケア活動へのかかわり（ウィル）を、疾病・障害や介護予防といった予防の段階で展開した。

教材で取り上げた活動や調査研究は、いずれもセルフケアから地域におけるケアを包括しており、退職前後のライフステージにある男性のQOLの維持増進に寄与するものである。したがって、ここで示されたような内容を踏まえた活動へのかかわり

（ウィル）が、形成されれば、参加者自身のQOLはもちろん地域のQOLの維持増進にも寄与できることになる。すなわちケアウィル活動を通じて、高齢社会における新たな社会貢献に参加できる可能性につながる事となる。

しかしながら、高齢社会の進展は、このような予防レベルでの社会貢献の可能性でとどまることを許されない状況にある。

我が国の介護保険制度の導入に際してモデルとしたドイツでは、保健による介護サービスの提供の破たんともみなされる状況が進んでいる。

ドイツの公的介護保険は、被保険者と雇

用側が折半している介護保険料の増大の抑止から、元々、介護のかかる費用の一部しか負担できないように設計されている。したがって足りない分は、自己負担や年金、さらには日本の生活保護に相当する公的支援の社会扶助（介護扶助）に頼らないと必要な介護費用を賄えない仕組みである。例えば、施設介護の費用は、①介護費、②宿泊費、③食費、④投資費用からなるが、②から④は、入所者の自己負担なうえに、介護保険法は介護保険からの給付が費用全体の75%を超えてはならないと定められている。このような介護保険に対する財政的制約から、2007年では、在宅介護保険受給者の約7%が介護扶助受給者であり、その割合は施設入居者ではもっと大きく、介護を国民の互助で支える保険制度としての存在意義がないとの指摘は、識者からも出ている<sup>1)</sup>。

日本では制度発足以、介護保険料の負担増の増加は止まらず、2012年から65歳以上の介護保険料はさらに増加し月5000円台に突入した。また、低賃金から介護に携わる人材不足が一層のサービス供給を制限せざるを得ない深刻な状況にある。ドイツに限らず高齢社会の進展は、介護にかかる費用の急激な増加をもたらし、いずれの国家もその重圧にあえいでいる。このような状況下で「ケアウィル活動」の果たしうる社会貢献の可能性についても論考を深めてゆく必要がある。

その論考を深めるに際して、参考になる歴史も介護保険制度の先進国であるドイツの社会保障にみることができる。敗戦を経て、西ドイツでは憲法である「基本法」に、社会国家としての位置づけが記載されている。すなわち、国家が法律や行政などを通じて「社会的公正」を実現する義務を負うと明記し、そのために社会的な格差を是正し、すべての国民に適正な生活水準を保証することとしている。具体的な手段として、



①助けが必要な人への援助、②社会保障制度の創設、③機会平等の保障、④社会的な格差をなくすための法令、をあげている。

しかしながら、国家が個人を丸抱えすることなく、自立や助け合いを軸として国家は足りない部分を補っていく「補充性の原則」が取られている<sup>1)</sup>。

病院での濃厚医療による延命治療を謝絶するリビングウィルを表明してもそれを支える終末期のQOLを支える在宅医療が不備であればせつかくのリビングウィルも不完に終わる。ケアウィルに関しても同様なことがいえる。

分担研究者が住む市で、長年にわたって中学校への福祉出前講義を継続していた老人福祉施設がある。その授業を受けたことのある往時の生徒が、学業を終えて社会人となってその施設への就職を希望して来所したというのを当該施設の職員から聞いたことがある。

地域社会における「ケアウィル活動」の意義と可能性を未来に向かって探るにあた

り、示唆に富む話である。

## E. 研究発表

### 1. 論文発表

なし

### 2. 学会発表

藤森純子, 鏡森定信, 立瀬剛志: 老齡期における健康関連指標と家庭裁量度. 日本民族衛生学会 76 回定期学術集会, 2011, 11, 23-25.

## F. 知的財産権の出願・登録状況

### 1. 特許出願

なし

### 2. 実用新案登録

なし

### 3. その他

なし

## G. 参考文献

- 1) 斉藤義彦; ドイツと日本、「介護」の力と危機. ミネルヴァ書房、2012.

## H. 関連資料

- 1) (独) 労働者健康福祉機構 富山産業保健推進センター発行メルマガ; 所長のコラム

### 退職後のケアウィル

私がロンドン大学で研鑽していた時のチュータであった、M. マイケル卿（ロンドン大学公衆衛生・疫学部門教授）らが、50、60 歳代から退職後に至る国家的な追跡調査を英国で行っている。それによれば、配偶者が就労していれば本人の退職後の就労の機会が多くなること、その就労は、心筋梗塞やがんの発生を減らすことなど、退職後の就労の継続に関する要因やその就労の健康効果を明らかにしている。また、喫煙、運動不足、肥満、さらには近隣と隔絶した生活などは、うつ病を含めて高齡期の心身の健康悪化につながることも報告している。延命治療を望まない意思表示（リビングウィル）は、徐々に浸透しているが、富大の地域連携推進機構の地域・保健支援部門の藤森コーディネーターは、「ケアウィル」を提唱している。勤勉な働き者の県民であるが、退職後も自分らしい生活をするための準備も怠らずして欲しいと訴えている。介護保険でのケアなどを予測しておくのも必要だが、この 2 月 11 日から週末 3 回、富大五福キャンパスで開講される退職後の自分自身の生活を考えるためのケアウィル講座（無料；事前申し込み）への参加も勧めたい。

# 朝をひらく

退職を機に新しいことを始めた多くの男性がいる。昼食会や料理教室を立ち上げた人、それに出かけるようになった人、運動施設に通うようになった人、NPOや町内の行事へ参加するようになった人……

自分らしくどう年を重ねていくかを考え、行動することほどの年代でも大切である。特に退職期の男性に、富山大学の地域医療・保健支援部門は「ケアウエル」を提唱している。

「リビングウエル」は、延命医療への意思表示である。ケアウエルは、高齢期の介護を含めて自分のケアについての意思表示と行動である。

## 高齢期の自分ケア

鏡森 定信  
富山大名誉教授



今日2日、「高齢化社会における健康とは―生きがい・心・暮らしと地域」のテーマで講演とシンポジウムがあった。参加者約100人の過半数が団塊の世代、ぐらゐの男性であった。

11日から始まった毎週土曜日のケアウエル講座には、定員を超えて二十数人の退職5年前後の男性が参加している。

精神分析家のE・H・エリックソンは、人生の各ステージの発達課題をあげている。壮年期では、家庭や職場などの世話(ケア)を終え、退職を機に自らの内面のケアが課題になると言っている。

高齢期では、人生の失敗、苦渋や死につながる「絶望」を超えて、自らを肯定的にとらえる「統合性」が、「知恵・英知」に到達することが課題だとされている。

すなわち「この世に生まれ、人生で成してきたものがある」、あるいは「足りなかったものを補いながら生きていけば大丈夫だ」。そう思い行動することで、内面的に満たされた人生を終えて欲しいとの願いが込められている。

働き者で有名な富山県人。「自分から仕事をとったら、自分でいられるだろうか？」と問いかけてみてほしい。「ケアウエル」が富山で産声を上げた意義は大きい。

農山村部で一人暮らしの高齢者らが、昼食を自分たちで調理し会食する活動が県内のあちこちで行われている。高齢者の定期的な往来が、日ごろ閑散とした昼間の集落ににぎわいをもたらした。

この活動の継続は、若い世代も含めてコミュニケーション意識の醸成につながっている。参加者から毎回の食費を集め世話している退職後の男性は、現役時に味わえなかった手ごたえとやりがいを感じるという。

支援的な交流の欠如、配偶者との死別、近隣と隔絶した生活などは、特に男性の心身の健康や寿命に影響すると調査が示している。高齢者人口に占める介護施設のベッド数が全国トップクラスの富山県で、ケアウエルの普及を心から願っている。

# 内面を満たす人生を

# 地域で取り組む健康・福祉増進

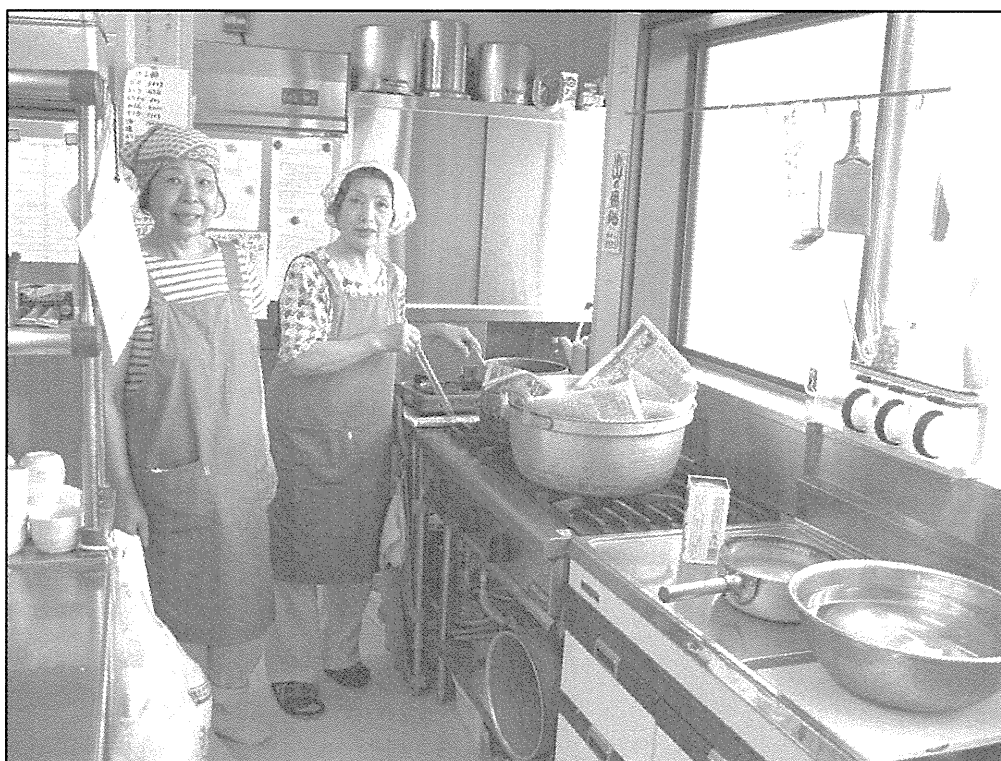
(戸破地区自治振興会:21012. 2. 11)

鏡森定信



## 1. 石川県山中温泉A地区の取組







2. ランチハウス活動

「憩いの館」に集合

昼食後のミニ健康講話



The complex block contains three main elements: a title '2. ランチハウス活動' (Lunch House Activity), a subtitle '「憩いの館」に集合' (Gathering at 'The Resting Place'), and a description '昼食後のミニ健康講話' (Mini health talk after lunch). It includes two photographs: one showing several people walking outside a building, some using wheelchairs, and another showing a man in a white shirt and tie standing at a chalkboard, presenting to a group of seated people.



医学生との合同講義を終えて安堵する「憩いの館」の皆さん



### 3. 町の銭湯での昼食会



障害者や高齢者の閉じこもり予防を目的に、温泉・銭湯での貸切介護浴や交流事業が普及してきている。また、これを支援する公的な施策も展開されている。



## 生涯学習意欲のある高齢者におけるQOL関連項目の抽出

研究分担者 立瀬 剛志 富山大学医学部医学科保健医学講座 助教

### 研究要旨

社会の高齢化に伴い、退職者世代における退職の意味が変容しつつあり、豊かに老いるということがヘルスプロモーションの観点からも重要になる。こうした社会背景において、高齢期のQOLという観点から、1)健康感、孤独感、幸福感の関連性とそれぞれの寄与要因、2)家庭における裁量が高齢者の健康と関連しうるかについて検討を行なった。健康感、孤独感、幸福感はそれぞれ独立したQOL構成要素であると考えられ、健康感は年齢とともに低下するのに対し、孤独感は減少し、幸福感は高くなる結果となった。また年齢とともに良好性を示す孤独感、幸福感に関しては生活全般における自律性(ライフコントロール)の高さが関連を示した。ライフコントロールを構成する下位尺度である家庭での裁量においては高齢者の健康感を反映する指標であるとともに、健康との関連においてボランティア活動や老後生活における職業経験の活用と密接に関わっている可能性が示唆された。

### 1) 健康高齢者におけるQOLアウトカムと心理社会的な生活因子との関連

#### A. 研究目的

急速な高齢化の問題の背景には、老後における身体的健康の維持に加え、社会的孤立やwell-beingなどの重要性が健康寿命の延伸に伴い注目されている。世界一の長寿を誇る我が国では、定年退職後、生産年齢人口でなくなった人々が伸びた寿命を他人や家族に迷惑をかけずに生きることを目標とするのではなく、身体的、精神的、社会的に健全且つ積極的に過ごすことが大きな課題となる。初期高齢者における社会学的研究では、初老期のQOLを構成する4つの概念「自律性」「裁量」「社会参画」「自己

実現」が抽出されており<sup>1)</sup>、高齢化における健康な社会の持続可能性の指標として注目される。オタワ憲章が掲げる健康を超えたWell-beingとそれらの増進による健康寿命の延伸が大きな目的となる中、個々人や集団の生活に対する望みや老後の社会的役割を明確にし、それを実現するために、ニーズを満たし、環境を整える過程が必要となる<sup>2)</sup>。

今回の研究では、老後(退職後)を活動的に生きる指標として「生涯学習」教室に参加している高齢者を対象に、定年退職後のQOL・健康・孤立に関連する概念を用い、それらに寄与している要素を抽出することを目的とした。