

家族介護者に対する支援のあり方に関する調査研究

研究分担者 森山葉子 国立保健医療科学院 主任研究官

研究代表者 田宮菜奈子 筑波大学医療系ヘルスサービスリサーチ分野 教授

研究要旨

介護者の実態把握のためのわが国初の全国調査（NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン2011）より家族介護者が求める支援をまとめると、1. 緊急時対応、2. 経済的支援策、3. 介護者への理解、4. 休養・リフレッシュ、5. 仕事との両立の5大支援であった。本研究では、わが国の介護者支援のより一層の充実を目指して、国内外における介護者支援の先駆的事例を収集し、この5大支援の枠組みに沿って具体的な介護者支援策の提言に向けた議論を行った。

海外における事例として、日本同様介護保険制度を有するドイツや韓国では、その制度の中で家族介護者に対する二次的な現金給付や、介護者の休暇に対する支援が整備されており、介護者が経済的支援や、休養・リフレッシュを望んでいることを鑑みればわが国でも検討の余地が示唆された。イギリスには、全国で定期的に介護者調査がなされ、介護者のニーズや生活の質等が評価され、その結果が政策に反映される仕組みがあり、わが国でも調査から具体的な支援策の立案まで一体化した仕組みが必要であると思われた。アメリカでは、アメリカ高齢者法や同法に規定された家族介護者支援プログラムにより、高齢者や家族介護者に対する支援が明記されており、その元で研究者らが家族介護者支援プログラムを開発し、介護者への教育や相談・助言の支援を行い、評価結果から改善されたプログラムが展開されていた。これらプログラムにより介護者の負担感やうつ症状、不安感等の軽減が報告されており、わが国でも根拠に基づいた介護者支援プログラムの開発が望まれる。

国内の事例としては、つくば市でサービス提供者、アカデミア、行政が一体となり実施に至った緊急ショートステイ空床お知らせカレンダーの実証実験を、介護者が最も必要としている緊急時対応の好事例として紹介した。また、介護者支援のNPO法人によるケアラーカフェでの必要な支援につなぐ取り組みや、認とも・ケアともとして支援者が高齢者および介護者のもとに出向いて行うアウトリーチ支援、さらに、日ごろからの信頼関係と種々の工夫により100%緊急ショートステイを受け入れる等の在宅介護支援を行っている老健施設を紹介した。アベノミクスでも介護離職ゼロが示されたように介護に伴う離職が問題化しており、介護と仕事の両立に関わるわが国の取り組み状況を調査した。また少子高齢化、晩産化などにより介護と育児を同時期に行うダブルケアも増え始め、この現状も調査した。わが国の取り組みは、各団体、事業者、市町村が独自に行っているものが多く、これらに対する経済的支援やさらなる政策としての支援が必要であることが伺われた。

家族介護者支援の目的として、介護者の負担軽減と同時に、介護をしてよかったといった介護肯定感を育む支援も必要ではないだろうか。インドネシアでは初めて実施された介護者の鬱の状況に関わる調査と、わが国における介護肯定感に関わる研究のレビューを行った。

これら収集した事例を5大支援の枠組みに整理し、これらをふまえた上で、当研究班で以下の介護者支援策を提言に向けて議論した。

1. 緊急時対応として、緊急ショートステイが確保されることが必要であり、その方法として、紹介した空床周知事業の他に、自治体事業として空床を確保しておく等もあるが、紹介した老健施設のように100%緊急ショートステイを受け入れられる事業所が増えれば、利用者や家族介護者にとっても馴染みの施設に入れる可能性も増え、緊急という不安な中でも安心を一つ確保できるのではないだろうか。
2. 経済的支援として、ドイツや韓国のように家族介護者に二次的にでも現金給付がなされたり、介護休暇に対する金銭支援、ドイツのような社会保険料補助、無利子の貸付け等が考えうる。介護者が経済的支援を必要としていること、また介護者に経済的支援を行うことは介護を労働として評価していることにもつながること等も考慮すれば、日本の介護保険においても、家族介護に対する経済的支援策を検討する必要性が示唆された。
3. 介護者への理解として、種々の相談・助言の場を多く設置することも重要であるが、物理的にも心情的にも自ら相談に向くことの難しい介護者も多々おり、紹介した認とも・ケアとものようなアウトリーチ型の支援も望まれる。また、介護していることを周囲に伝えにくい状況の原因として、国民の介護に対する意識が希薄なのではないか、介護者自身ももっと自身を評価してよいのではないかと思われ、国民全体の介護に対する意識を変えていく、あるいはそうした啓発活動が必要なのではないかと思われた。
4. 休養・リフレッシュとして、在宅介護を継続するためにも、介護者が時折休暇を取るとは有用であり、この間の代替介護者に対する支援が必要だと思われる。また介護者が休暇をとってもよいという意識を広めることも必要だと思われた。
5. 仕事との両立として、わが国のように介護を始める準備期間としての介護休業のみならず、ドイツのようにさらに長期の休業期間や、労働時間の短縮、さらに看取り休暇等、自身が介護をするための休暇の設置も含め柔軟な働き方が認められる制度が求められる。一方で、離職をしても自ら介護をしたい人が、離職後経済的に不利益を被らない支援も必要ではないだろうか。また、介護休業期間中に何をすべきか、復職後、介護が終わったあとどういことができるかといったモデルがあると両立がしやすいことも考えられる将来を展望しやすいであろう。わが国では、個々の企業が両立支援に取り組み始めているが、こうした好事例を周知するしくみを作るとともに、対応が難しい中小企業への支援策も必要である。

これらの枠組みを超えて、介護者の多様なニーズにこたえ得る多様な支援が求められており、それを提供する介護者支援マネジメントシステムが構築されることが必要だと考えられた。また、高齢者にケアマネジャーがいるように、介護者にも介護者に関わることをマネジメントするサポーターが必要になってきていると考えられた。海外では、制度的に自己決定権が認められており、わが国でも、支援する側もされる側も、自ら選択するという意識をもつことができれば、自ずとおのずと必要な多様な支援が見えてくるものと考えられる。

A. 研究目的

介護者の実態把握のためのわが国初の全国調査（NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 2011）¹より家

族介護者が求める支援をまとめると、1. 緊急時対応、2. 経済的支援策、3. 介護者への理解、4. 休養・リフレッシュ、5. 仕事との両立の5大支援であった。今後

さらに在宅医療・介護が推進される中、介護保険制度により要介護者支援は整いつつあるものの、介護者の観点では、法的整備や具体的支援等の面で、欧米諸国に比して遅れており、上記に叶う具体的支援策を策定および実行していくことは喫緊の課題である。そこで、①上記5大支援に対する国内外における先駆的事例を収集し、②①の事例の日本に即した形での具体的な活用方法、家族介護者に対する支援のあり方、および政策への反映方法を提言することを目的とした。

B. 研究方法

わが国の介護者支援のより一層の充実を目指して、国内外における家族介護支援の先駆的事例収集を行った。本研究班は学際的研究者の集合であり、我々の持つ国内外のネットワークを活用して、担当者ごとにヒアリングや資料から情報収集を行い、あるいは事例に関わる文献レビューを行った。

海外事例については、介護保険制度を有する①ドイツ、②韓国、福祉先進国である③イギリス、多彩な民間力でカバーする④アメリカの事例を収集した。国内事例については、①つくば市で官産学一体で行われた緊急ショートステイ空床お知らせ事業、②愛知県春日井市・NPO法人てとりんによる日本初の常設ケアラー・認知症カフェ、③新宿区・NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンが実施する認とも・ケアとも同人訪問事業、④介護老人保健施設しょうわによる在宅介護支援の事例を収集し、⑤企業による仕事と介護両立に向けた支援策のレビューを行った。

また、介護者の負担とともに介護をしてよかったといった介護肯定感を育む支援も必要だと考え、インドネシアでは初めてとなる介護者の鬱の状況に関わる調査と、わが国における介護肯定感に関わる研究のレビ

ューを行った。

さらに、上記収集した事例を、日本の介護者が望むとされる5大支援：1. 緊急時対応、2. 経済的支援策、3. 介護者への理解、4. 休養・リフレッシュ、5. 仕事との両立にあてはめ、収集した事例をもとに、わが国での具体的な介護者支援策について議論した。

(倫理面への配慮)

個人を特定できる情報は収集しておらず、報告書にも掲載しないため倫理面の問題なし。

C. 研究結果および D. 考察

海外における事例として、日本同様介護保険制度を有する**ドイツや韓国**では、その制度の中で家族介護者に対する二次的な現金給付や、介護者の休暇に対する経済的支援が整備されていた。家族が介護をして家事援助支援として利用することもできる。さらにドイツでは社会保険料補助、無利子の貸付け等が整備されていた。介護者が経済的支援や、休養・リフレッシュを望んでいることを鑑みればわが国でも検討の余地が示唆された。

イギリスには、全国で定期的に介護者調査がなされ、各自治体に配置された統計家により、要介護者のみならず介護者のニーズや生活の質等が評価され、その結果が政策に反映される仕組みがある。わが国でも国民生活基礎調査をはじめとした国による介護者調査はなされてはいるものの、一部の研究者による分析が行われる他は、必ずしも政策に反映されているとは言えないことから、調査から具体的な支援策の立案まで一体化した仕組みが必要ではないだろうか。

アメリカでは、アメリカ高齢者法や同法に規定された家族介護者支援プログラムに

より、高齢者や家族介護者に対する支援が明記されている。その元で研究者らが家族介護者支援プログラムを開発し、介護者への教育や相談・助言の支援を行い、種々の尺度でその効果を科学的に評価し、その結果から改善されたプログラムを展開している。これらプログラムにより介護者の負担感やうつ症状、不安感等の軽減が報告されており、わが国でも根拠に基づいた介護者支援プログラムの開発が望まれる。

国内の事例として、つくば市で実施された緊急ショートステイ空床お知らせカレンダーの実証実験を紹介した。3年に一度実施される介護福祉計画策定のための実態調査において、毎回緊急ショートステイのニーズが非常に高いにも関わらず、利用が促進されていなかったことから、緊急ショートステイサービス利用促進部会を立ち上げた。その中で、空床不足というよりはどこに空床があるかわからないことが原因と仮定し、空床お知らせカレンダーの実証実験を行い、閲覧するケアマネジャーにも、入力する事業者にも概ね好評であった。介護者が最も必要としている緊急時対応に対し、部会の中でサービス提供者、アカデミア、行政が一体となり実施にいたった好事例である。

介護者支援のNPO法人てとりんは、わが国初の常設によるケアラー・認知症カフェを開設し、カフェでの何気ない話の中から介護者の問題点を抽出、整理し、必要としている支援につなぐ取り組みを行っていた。これは、2015年の介護保険制度改正において配置が決まった生活支援コーディネーターの役割を担っているとも言え、こうしたうまく機能している事例が引き継がれるようモデルとして示すことも有用と思われる。

NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンにおける、**認とも・ケア同時訪問事業**は、要介護者だけでなく介護者に対する集中的な個別ケアができ、介

護者が社会と関わりを持つ機会が持てること、また物理的にも心情的にも自ら相談に出向くことの難しい介護者も多く、支援者が高齢者および介護者のもとに出向いて行うアウトリーチ型の支援であることも有意義な支援策となっている。

介護老人保健施設「しょうわ」では在宅介護支援に注力しており、日ごろからの信頼関係と種々の工夫により100%緊急ショートステイ受け入れを可能にしており、また早朝デイケア（朝食付き）や延長デイケア（夕食付き）等のサービスを提供することで、介護者が離職せずに在宅介護を継続できる支援を行っていた。

アベノミクスでも介護離職ゼロが示されたように介護に伴う離職が問題化しており、**介護と仕事の両立**に関わるわが国の取り組み状況を調査した。個々の企業が介護休業の延長や、介護離職者への再雇用制度を整備する、あるいは介護サービスの利用負担を企業がするといった支援がなされており、こうした好事例を発信するしくみが必要である一方、対応が困難な中小企業への支援が必要だと思われた。また少子高齢化、晩産化などにより介護と育児を同時期に行うダブルケアも増え始め支援され始めているが、主にダブルケアに関する講座やピアグループの運営等であり、さらに踏み込んだ具体的な支援が必要だと思われた。

わが国の取り組みは、各団体、事業者、市町村が独自に行っているものが多く、これらに対する経済的支援やさらなる政策としての支援が必要であることが伺われた。

家族介護者支援は非常に必要とされているものであり、介護者の負担を軽減することが一番の大きな目的であるが、同時に、介護をしてよかったといった**介護肯定感**を育む支援も必要ではないだろうか。昨今、アジアにおける高齢化が著しく、日本をしのごスピードで進んでいるともいわれる。

インドネシアでは初めてとなる介護者の鬱の状況に関わる調査と、わが国における介護肯定感に関わる研究のレビューを行った。

これら収集した事例を5大支援の枠組みに整理したものが表1である。これらをふまえて、当研究班で議論した結果、以下の介護者支援策を提言したい。

1. **緊急時対応**として、最も有用と考えられる緊急ショートステイが確保されることが必要である。その方法として、紹介した空床周知事業の他に、自治体事業として空床を確保しておく、事業者が空床を発信する等もあるが、紹介した老健施設のように100%緊急ショートステイを受け入れられる事業所が増えれば、利用者や家族介護者にとっても馴染みの施設に入れる可能性も増え、緊急という不安な中でも安心を一つ確保できるのではないだろうか。

2. **経済的支援**として、ドイツや韓国のように家族介護者に二次的にでも現金給付がなされたり、介護休暇に対する経済的支援、ドイツのような社会保険料補助、無利子の貸付け等が考えうる。多くの介護者が経済的支援を望んでいること、また介護者に経済的支援を行うことは介護を労働として評価していることにもつながること等も考慮すれば、わが国においても経済的支援の検討の余地はあると思われる。

3. **介護者への理解**として、種々の相談・助言の場を多く設置することも重要であるが、物理的にも心情的にも自ら相談に出向くことの難しい介護者も多々おり、紹介した認とも・ケアとものようなアウトリーチ型の支援も望まれる。一方で、介護していることを職場や周囲になかなか言えないといった状況や、介護者支援が進まない原因として、国民の介護に対する意識が希薄であったり、介護者自身も自身が重要な役割を担っていることを評価できていないといった状況があるのではないかと思われた。

こうした介護に対する意識を、今は介護をしていない国民も、また介護者も変えていく必要があるのではないだろうか。海外では法律に介護者への支援が明記されたり、自治体に介護者の権利擁護が義務付けされていたりしており、わが国でもこうした法整備が進めば、介護者が堂々と介護できる環境が整うことが考えられた。

4. **休養・リフレッシュ**として、在宅介護を継続するためにも、介護者が時折休暇を取ることは必須のことであり、この間の代替介護者に対する支援が必要だと思われる。また、介護者が休養を取ることに對する後ろめたいという心情・意識が少なからずあり、これらを払拭していく啓発活動も必要と思われた。

5. **仕事との両立**として、わが国のように93日の介護休業（介護を始める準備をする期間としてとらえられている）だけでなく、ドイツのように家族介護期間（6か月の休業ないし、最長24か月の労働時間の短縮）や看取り休暇（3か月間の就業免除）等、自身が介護をするための休暇の設置も含め柔軟な働き方が認められる制度が求められる。一方で、離職をしてでも自ら介護をしたい人が、離職後経済的に不利益を被らない支援も必要ではないだろうか。また、介護休業期間中に何をすべきか、復職後、介護が終わったあとどういうことができるかといったモデルがあると両立がしやすいことも考えられる。わが国では、個々の企業が両立支援に取り組み始めているが、こうした好事例を周知するしくみを作るとともに、対応が難しい中小企業への支援策も必要である。

さらに、こうした枠組みを超えて求められているのは、多様なニーズに対応し得る多様な支援である。さらには、こうした多様な介護の方法があることを示唆するモデルを示すことも合わせて必要であろう。そのためには、要介護者のためのケアマネジ

メントシステムがあるように、介護者のための介護者支援マネジメントシステムを構築することが望まれる。また、高齢者にケアマネジャーがいるように、介護者にも介護者に関わることをマネジメントするサポーターが必要になってきている。

E. 結論

各国で、法律や制度、介護保険制度の有無、文化、その他種々の背景に応じた介護者支援策がなされていた。これら収集した事例について、日本の家族介護の実情や介護保険の運営状況に即して、介護者の介護負担軽減や介護者支援につながるものについては、導入を検討していくことが求められる。また、国民全体で介護に対する意識を変革し、介護をしていることが適切に評価され、その前提として、介護者に関わる法整備がなされ介護者が明記されること、その中で多様な介護ニーズに対応し得る多様な介護者支援を展開し、これらを提供する介護者支援マネジメントシステムの構築が求められていると考える。

【参考文献】

1. 平成 22 年度 厚生労働省老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業

家族（世帯）を中心とした多様な介護者の実態と必要な支援に関する調査研究事業 主催：NPO 法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン 協力：ケアラー（家族など無償の介護者）連盟 平成 23（2011）年 3 月

http://carersjapan.com/images/activities/research2010_pamph.pdf

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

（発表誌名巻号・頁・発行年等も記入）

G. 知的財産権の出願・登録状況（予定を含む）

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし

表1 5大支援ごとの収集した事例

	ドイツ	韓国	イギリス	アメリカ	国内
1. 緊急時対応	代替介護者確保費用の保障 緊急ショートステイ空床確保				筑波:緊急ショートステイ空床お知らせカレンダー 老健:緊急ショートステイ100%受け入れ
2. 経済的支援	代替介護者確保費用の保障 年金・災害・失業保険の保険料支払い・保険適用 介護手当(要介護者用)	家族療養費 家族療養保護士			
3. 介護者への理解	家族介護を社会的労働として評価 保険者による相談・助言の法的義務付け 多世代の家など地域交流拠点 介護講習	家族相談支援プログラム	介護者法における各種施策(介護者調査(介護関連QOL含む)による介護者の意見反映)	介護者教育支援プログラム	アラジン:ケアラーカフェ、ケアとも・認とも てとりん:ケアラーカフェ、相談、アセスメントシート 老健:日ごろからの対話 地域支援事業による家族介護者支援
4. 休養・リフレッシュ	代替介護者確保費用の保障	認知症家族休み支援サービス			てとりん:リフレッシュ用企画
5. 仕事との両立	介護休業制度(介護期間 家族介護期間(看取り休暇含む)) 企業による事例紹介				介護休業制度・介護休暇制度 各企業による取り組み 老健:早朝/延長デイケア、朝食・夕食つき

＜各分担報告の要旨＞

~~~~~ ドイツにおける家族介護の法的位置づけ と家族介護者支援

日本における介護保険および他の諸制度における家族介護者支援の可能性を検討するために、介護保険先輩国であるドイツ連邦共和国における家族介護の法的位置づけと家族介護者支援のあり方を明らかにする。そのために、研究分担者が従来から積み重ねてきたドイツ介護保険の法制度に関する研究をベースに、ドイツの社会保険関係の研究者および家族介護に関わる関係機関や団体に対する聞き取り調査を行って、ドイツ介護保険と家族介護者支援に関する最新情報や資料を収集する。この現地調査を通して、ドイツにおける介護保険と家族介護者支援に関わる諸制度の背景や相互の関連性や連携などについて、また介護保険制度下における家族介護の社会的評価のあり方および家族介護者支援のあり方について、より正確かつ具体的な情報を得ることとした。現地調査の前後には、本研究グループの研究会だけでなく、ケアラー連盟のシンポジウムや高齢者法研究会において、ドイツの介護保険と家族介護者支援について報告を行い、参加者と意見交換を行った。そこでの意見ならびにドイツにおける家族介護の法的位置づけと家族介護者支援のあり方を参考に、日本においても実現可能と思われる家族介護者支援の諸施策について具体的検討を行った。

その結果、日本においても、介護保険制度における家族介護者支援の可能性として、①ドイツの介護保険のように、保険給付の対象者の範囲を子どもにまで広げ、障害のある子どもから高齢者まで共通して提供できる基本給付と成長期にある子どもや認知症高齢者など、その特性に配慮した介護給付を用意する

など、総合的な介護保険制度とすること、②要介護の障害児・者および要介護高齢者を世話ないし介護する家族のために、専門職による総合的な相談・助言および要介護者の特性に応じた自宅での介護講習の機会提供などを保険者に義務付けること、③家族の病気や休暇のための在宅での代替介護者の確保費用を通常給付とは別個に提供すること、④介護を社会的労働として評価し、一定以上の時間数の介護を行う家族の年金保険料を介護金庫が負担すること、⑤家族介護者と要介護者との間の事故をカバーする公的災害保険を用意すること、⑥家族介護の終了後における介護者の就労支援を雇用保険に位置づけることが考えられる。また、介護休暇制度の柔軟性の確保として、⑦介護休暇の取得可能期間を延長するとともに、短時間勤務や在宅勤務などを取り入れること、⑧通常の介護休業とは別に看取り休業制度を新設すること、⑨多様な在宅介護のあり方のモデルを企業および労働者の双方に提示すること、⑩休業制度や保険給付の内容について、企業および地方自治体が相談窓口を設けることが考えられる。さらに、家族介護者を地域社会で支えるために、⑪子どもからお年寄りまで集まれる「多世代の家」の日本版を各地方自治体で展開するとともに、そのためのモデル事業を国の補助金等で支援すること、⑫地域における家族介護者やボランティアの地域貢献を社会的労働として評価するための仕組みを設けること、⑬地域力強化のために、企業やNPOや地域住民が一緒になって各種行事やイベントを企画運営する「家族のための地域同盟」の日本版を展開するためのマネジメント支援を行うこと、⑭地域で認知症高齢者を見守り家族介護者を支援するために「認知症患者のための地域同盟」

の日本版を展開することなどが考えられる。

~~~~~  
**家族介護者に対する支援のあり方に関する調査研究（韓国の事例）**

研究目的：本研究では韓国における家族介護者に対する支援のあり方、および政策の事例を収集することを目的とした。特に、本報告では経済的支援、介護者への理解、休養・リフレッシュ支援事業について報告する。

研究方法：韓国の保健福祉部、国民健康保険公団健康保険政策研究院等の資料を参照して家族介護政策に対するレビューを実施した。

研究結果・結論：韓国では、家族介護者支援のために、経済支援（家族療養給付、家族療養保護士）、介護者への理解（「家族相談支援」のためのプログラム）、休養・リフレッシュ支援（認知症家族休養支援サービス）を実施している。家族の療養費（特別現金給付）の受給者は、給付が低く、対象地域の制限がある一方で、家族の療養保護士は給付が高く、対象地域に制限がない。したがって、高齢者の家族が療養保護士資格を取得し、家族の療養保護士として活動する者の事例が多い。「家族相談支援」のためのプログラム（サービスの内容）の開発はまだモデル事業の段階にある。また、「認知症家族休養支援サービス」は、支援が開始された段階にあるので、サービス利用者数に対する統計資料や満足度などに関する資料が公開されていない。

~~~~~  
イギリスにおける社会ケア関連 QOL 尺度（ASCOT）の介護者版の開発と活用

（目的）本研究では、イギリスにおける、1）自治体による介護のアウトカムのモニタリングの枠組み：ASCOFの概要及び評価項目の整理、2）自治体による介護者調査の項目、3）上記により得られるデータの自治体ケアシステム運営への活用状況について情報収集し、日本への示唆を整理した。

（方法）WEB上で公開されている報告書や参考資料の収集整理、イギリスの自治体担当者に対するヒアリングデータの整理による。

（結果）ASCOF では領域ごとに、目標に応じた包括指標とその他の指標が整理されていた。「ケアや支援のニーズをもつ者の QOL の促進」は最重要領域とされ、その指標には介護者の QOL も含まれていた。社会ケア関連 QOL の尺度として ASCOT が採用されている。ASCOT に関して、学術的な妥当性に関する検証が蓄積されてきていた。自治体による介護者調査の項目の多くは、当該尺度を構成する項目が採用されており、介護者の多様な側面を捉えるものとなっていた。こうした評価の枠組みや評価尺度により収集されたデータを元に、自治体が日域のケアシステムをどのように評価するかについて、先進的な自治体の取り組みはあるものの、全国的整備が進んでいるとはいえず、課題も残されていた。

（考察）イギリスにおける地域のケアのアウトカムのモニタリング・評価の枠組みの設定や、その中に介護者の経験に関わる項目を位置付けていることは、日本の地域包括ケアの評価にとっても示唆的である。他方で、データによる評価の手法、評価の実施体制、データ分析結果を具体的な施策立案に還元するための組織体制について、日本におけるエビデンスベースのシステム運営においても、注意深い検討が必要であることが示唆された。

（結論）介護者の状況を客観的・統計的デー

タとして把握・分析すること、それを定期的継続的に実施し、企画立案に活用していくサイクルの確立が、日本の介護者支援策においても重要である。本研究を通じ、日本において、介護者にとってのアウトカムを含めたエビデンスベースのケアシステム運営、すなわち、地域包括ケアシステムの中に介護者支援を位置付けていく上の、有用な参考資料を提供することができた。

~~~~~  
**アメリカにおける家族介護者支援プログラム：SCORE, REACH**

アメリカでは、高齢者へのサービス提供や、家族介護者支援に関わるサービスについて、法律で明記されており、これらの元、研究者らにより家族介護者支援プログラムが開発・実施されている。これらプログラムの特徴は、プログラムに導入された介護者への教育やソーシャルワーカーの支援を受けると同時に、根拠に基づいた評価尺度により、介護者の負担感やうつ症状、困難への対処等が評価され、プログラムが見直されていくことである。本報告では、アメリカで行われた2つの介護者支援プログラム（Supporting Caregivers of Rural Veterans Electronically: SCORE、Resources for Enhancing Alzheimer's Caregivers Health: REACH）について紹介する。これらプログラムの実施により、介護者の負担感やうつ症状、不安感等が軽減されていた。

~~~~~  
つくば市におけるサービス提供者・アカデミア・行政一体で実施した緊急ショートステイ空床お知らせ実証実験

自治体において3年に一度実施される高齢者のニーズ調査において、緊急ショートステイサービスの非常に高いニーズを受けて、つくば市で緊急ショートステイサービスの利用を促進すべく実施した「緊急ショートステイ空床お知らせカレンダー」の実証実験について、サービス提供者、アカデミア、行政が一体となって実施した先駆的事例として報告する。

~~~~~  
**「家族介護者支援センターてとりんハウス」における本当に必要な支援のアセスメントと必要な機関へつなぐ支援**

日本初の常設ケアラー&認知症カフェを運営する「家族介護者支援センターてとりんハウス」で行われている、スタッフやボランティアが傾聴の姿勢で一人ひとりに寄り添うことにより、何気ない会話の中からも問題点を抽出し、アセスメントすることで、その人の本当に求める支援は何かを見極め、必要な機関へつなぐ支援を、先駆的取り組みとして取り上げた。

~~~~~  
NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンにおける「ケアとも」

本研究の目的は、介護者支援に先駆的に取り組んでいる、NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン（以下、「アラジン」）での「ケアとも」事業について、現状およびその課題を示し、本邦における介護者支援のあり方について検討することである。

方法：「アラジン」を訪問して「ケアとも」事業の担当者にインタビューを実施し、事業

の現状および今後の展望について聞き取りを行った。「ケアとも」の利用者本人にはインタビューを実施していないため、配慮すべき倫理面の問題はない。

結果：「ケアとも」の実施状況は、杉並区では1名にサービス提供の実績があり、港区では1名の候補者に今後訪問を予定している、とのことであった。利用者ボランティアのマッチングは、既に面識があつて人間関係が構築されていることや、プロフィールに共通項が多いことなどを基準として行われていた。訪問の頻度は月に1回程度、1回あたりの訪問時間は1～2時間であった。また、「認とも」「ケアとも」として訪問するボランティアは、「アラジン」が開催するボランティア講習を受けており、急変時の対応についてもマニュアルが作成されていた。ケアラーアセスメントシートについては現在開発中で、様々な介護者支援団体が加盟する「介護者支援団体連絡会」において検討中とのことであった。

考察：「ケアとも」のメリットとしては、介護者が社会と関わりをもつ機会が生まれること、介護者に対する集中的な個別ケアができ、家庭の状況を理解しやすいこと、現状の介護保険サービスとの差別化になりうるものが考えられた。一方、現状では介護者が「ケアとも」の利用を躊躇うことが多く、介護者への支援に対し、介護者自身が抵抗を持っていることが伺えた。この課題を解決するには、「ケアとも」のような介護者の自宅に訪問するサービスを制度として確立させることが必要であると考えられた。そのためには、法律や制度において介護者を支援の対象として定義することが求められる。

結論：本研究では、「アラジン」における「ケアとも」事業の現状およびその課題を示した。今後「ケアとも」等の介護者支援を普及させるためには、介護者を支援の対象として定義し、介護者支援を制度として確立させることが求められる。

~~~~~  
**介護老人保健施設「しょうわ」における  
デイケアやショートステイサービス  
を通じた在宅介護支援のとりくみ**

介護老人保健施設が入所施設としての役割のみならず、発想の転換、サービス内容や提供方法の工夫をすることで、在宅介護支援を行っている取り組みを紹介する。デイケアの利用者を中心に、ショートステイや入所をそのバックアップ体制としてとらえ、在宅介護者が離職することなく在宅での介護を継続できることを目標に、100%緊急ショートステイを受け入れる工夫をしたり、早朝デイケア（朝食付き）や延長デイケア（夕食付き）等のサービスを提供している。こうした施設の先駆的事例を紹介することで、施設における家族介護者支援の新たな考え方を示す。

~~~~~  
**介護離職およびダブルケアに対する支援
の現状—新聞のレビューから—**

本研究では、「介護離職」と「ダブルケア」に関する新聞記事のレビューを行い、その実態および支援の実際を探索した。その結果、介護離職においては、育児に関する休職・離職と同様に各企業から支援策が講じられているが、その普及や徹底は未だ途上にあると言え、これからより社会全体で支援していく理解や姿勢が国民一人一人に求められると考えられた。ダブルケアについては、女性の婚姻・出産・育児が年齢に対して遅くなることで、親の介護と育児とが重なるダブルバーデンを生じている実態が推察された。相対的に数の

多い現象ではないが、社会構造変化に伴った社会問題であり、注視していく必要があると考えられた。

インドネシアにおける家族介護者の鬱と支援策

目的：高齢者を介護する家族介護者は鬱病や負担を抱える傾向にある。介護にともなう鬱や負担により家族介護者は、介護の継続が難しい状況に陥ることもある。家族介護者の精神的な健康のバランスを保つことは、介護の質を確保するために必要である。本稿の目的は、インドネシアの中高年を在宅で介護する家族介護者の鬱に関連する要因を明らかにすることにより、家族介護者支援策を考察することにある。

手法：本稿では、2007年に米国のシンクタンクRAND (Research and Development)により実施されたインドネシアの家族生活調査 (Indonesia Family Life Survey, IFLS) を使用して、40歳以上の中高年を介護する家族介護者1,569名を分析した。IFLSは、鬱のスケールとしてThe Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) の短縮版を用いている。本研究では先行研究を参照にして10点以上を鬱群、9点以下を非鬱群とした。家族介護者の鬱を従属変数、家族介護者の鬱と関連する要因を独立変数として、単変量解析を行った。そのうち統計的に有意な ($p < 0.2$) な変数を選出し、多重共線性がないことを確認した後、家族介護者の鬱を従属変数とし、多重ロジスティック回帰分析を実施した。

結果：家族介護者の53.32%が女性家族介護者であった。8.0%がうつ群であった。多変量解析の結果、うつ群と有意な正の関連を示したのは、都市部に在住、一人当たりの家

計支出が高い世帯、主観的健康感が低く、疾病や痛む箇所が多い家族介護者である。一方、負の関連があった要因は、家族介護者の年齢が低いこと、仕事を有していない家族介護者であった。

結論：インドネシアの高齢者を支援するための現行の政策は、低所得層を対象とするものである。しかし、われわれの研究の成果は、都市部に住む家族の介護者、かつ月々の支出が多い家族介護者が鬱であることが明らかとなった。貧困層を支援するプログラムに加えて、中・上所得の人々のために、支援プログラムやサービスを提供することがインドネシアの家族介護者のうつ病を改善するのに役立つことが示唆される。

介護肯定感を高める要因および介護者支援

目的：家族介護支援として、負担感等のネガティブな要因を軽減するためだけでなく、介護をしてよかったという介護肯定感を高める支援が必要だと考えられる。本研究では、介護肯定感と関連する要因を示し、介護肯定感を高める支援を考察する。方法：本研究班の研究代表者が著した介護肯定感に関わる論文および、わが国における介護肯定感に関する原著論文を参照し、①介護肯定感に関連する要因を示し、②介護肯定感を高める介護者支援について考察した。

結果：家族介護者の介護肯定感を高める要因として、介護に積極的に携われる要因が揃っていること、SOCが高いこと、介護者の健康状態（特に精神的）がよいことが挙げられた。また、訪問看護師による介護者の介護肯定感に関わる援助として、介護

者と要介護者の気持ちの橋渡しをする、家族の介護を評価する、家族と介護を共同するといったことが挙げられた。

結論：家族介護者の介護肯定感を高める要因として挙げられた、適切な介護の仕方や、ストレス対処方法は、欧米における家族介護者支援プログラムの教育内容に含まれており、わが国でもこうした根拠に基づく支援プログラムの導入の必要性が示唆された。また、介護者が最も密接に関わる介護専門職の言動が、介護者の肯定感に大きく関わることを考えられ、介護専門職は要介護者の介護のみならず、介護者に対して共感をする、介護者の介護を評価するといった支援が、介護肯定感を高めるのに有用であることが伺われた。

~~~~~

### 多様なニーズに対応した多様な家族介護者支援策構築に向けた提言

在宅介護がますます推進される中、欧米に比して介護者支援が遅れているわが国において、具体的な介護者支援策を講じることは喫緊の課題である。介護者の実態把握のためのわが国初の全国調査1の結果から、家族介護者が求める支援を、1. 緊急時対応、2. 経済的支援、3. 介護者への理解、4. 休養・リフレッシュ、5. 仕事との両立と分類した。この5大支援の分類に則り、当研究班で収集した国内外の家族介護支援の先駆的事例から考えうる、わが国での家族介護支援策構築に向けた提言をまとめた。

1. 緊急時対応として、緊急ショートステイが確保されることが必要であり、その方法として、紹介した空床周知事業の他に、自治

体事業として空床を確保しておく等もあるが、紹介した老健施設のように100%緊急ショートステイを受け入れられる事業所が増えれば、利用者や家族介護者にとっても馴染みの施設に入れる可能性も増え、緊急という不安な中でも安心を一つ確保できるのではないだろうか。

2. 経済的支援として、ドイツや韓国のように家族介護者に二次的にでも現金給付がなされたり、介護休暇に対する金銭支援、ドイツのような社会保険料補助、無利子の貸付け等が考えうる。介護者が経済的支援を必要としていること、また介護者に経済的支援を行うことは介護を労働として評価していることにもつながること等も考慮すれば、日本の介護保険においても、家族介護に対する経済的支援策を検討する必要性が示唆された。

3. 介護者への理解として、種々の相談・助言の場を多く設置することも重要であるが、物理的にも心情的にも自ら相談に出向くことの難しい介護者も多々おり、紹介した認とも・ケアとものようなアウトリーチ型の支援も望まれる。また、介護していることを周囲に伝えるに困難な状況の原因として、国民の介護に対する意識が希薄なのではないか、介護者自身ももっと自身を評価してよいのではないかと思われ、国民全体の介護に対する意識を変えていく、あるいはそうした啓発活動が必要なのではないかと思われた。

4. 休養・リフレッシュとして、在宅介護を継続するためにも、介護者が時折休暇を取ることが有用であり、この間の代替介護者に対する支援が必要だと思われる。また介護者が休暇をとってもよいという意識を広めることも必要だと思われた。

5. 仕事との両立として、わが国のように

介護を始める準備期間としての介護休業のみならず、ドイツのようにさらに長期の休業期間や、労働時間の短縮、さらに看取り休暇等、自身が介護をするための休暇の設置も含め柔軟な働き方が認められる制度が求められる。

一方で、離職をしても自ら介護をしたい人が、離職後経済的に不利益を被らない支援も必要ではないだろうか。また、介護休業期間中に何をすべきか、復職後、介護が終わったあとどうことができるかといったモデルがあると両立がしやすいことも考えられる将来を展望しやすいであろう。わが国では、個々の企業が両立支援に取り組み始めているが、こうした好事例を周知するしくみを作るとともに、対応が難しい中小企業への支援策も必要である。

これらの枠組みを超えて、介護者の多様なニーズにこたえ得る多様な支援が求められており、それを提供する介護者支援マネジメントシステムが構築されることが必要だと考えられた。また、高齢者にケアマネジャーがいるように、介護者にも介護者に関わることをマネジメントするサポーターが必要になってきていると考えられた。海外では、制度的に自己決定権が認められており、わが国でも、支援する側もされる側も、自ら選択するという意識をもつことができれば、自ずとおのずと必要な多様な支援が見えてくるものと考えられる。