

介護肯定感を高める要因および介護者支援

研究分担者 森山葉子 国立保健医療科学院 主任研究官
研究分担者 柏木志保 筑波大学医学医療系ヘルスサービスリサーチ分野 研究員
研究代表者 田宮菜奈子 筑波大学医学医療系ヘルスサービスリサーチ分野 教授

研究要旨

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ような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ということが考えられ、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。

A. 研究目的

これまで介護者の評価として、負担感やうつ、ストレス等のネガティブな感情、状況については種々の尺度が開発され評価されてきたが、介護をしてよかった、やりがい、満足感といったような介護肯定感も、負担感とは独立して存在することが報告されている¹⁻⁴。さらに、介護肯定感は介護負担感を軽減するとも指摘されている⁴。家族介護者支援をする際も、負担感等のネガティブな要素を軽減するためだけでなく、介護肯定感を高めるような支援が必要と考

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。

B. 研究方法

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の中でも改善し得るもの（介護者支援策を検討することを念頭に、性別や、介護者と要介護者との属性の関係等介入不可能な要因を除く）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。

(倫理面への配慮)

本研究では、公開された論文を参照してまとめたものであり、参考文献として掲げている。個人情報等は一切扱っておらず、倫理面への配慮は必要なし。

C. 研究結果

1. 介護肯定感と関連する要因

小林、田宮ら(本研究本の研究代表者)⁵らの研究では、介護をしてよかったと思うこととして、1. 病状・症状の改善、2. 人間としての絆の深まり、3. 感謝される喜び、4. 恩返しができている、5. その他、のいずれかに○をつけたものを介護肯定感あり、6. 良かったと思ったことがないに○をつけたものを介護肯定感なしとして、介護肯定感の有無に関連する要因を分析したところ、「介護者の意向が介護方針に反映されている」こと、「介護者の主観的健康感が高い」ことがポジティブに関連していた。この他には、Sense of Coherence (SOC) : ストレス対処能力・健康保持力と介護肯定感との関連を検討している報告が多く見られた。宮坂ら⁶が、櫻井⁴の介護肯定感14項目(「介護状況への満足感」、「自己成長感」、「介護継続意思」の3つの下位尺度からなる)を用いて介護肯定感を評価し、SOC、主観的健康感、ソーシャルサポート(「適切な介護の仕方が分かる」、「介護に関する悩みを相談する人がいる」、「十分睡眠がとれている」、「家を留守にできる」、「症状の変化に対応できる」の5項目からなる)との関連を検討したところ、適切な介護の仕方が分かる、主観的健康感の中でも精神的な主観的健康感が高い、SOCが高いことが関連していた。陶山ら⁷も櫻井⁴の介護肯定感(当該研究の中で因子分析をした結果、抽出された3因子に「介護に対する充実感」、「自己成長

感」、「高齢者との一体感」と名付けている)を用い、ストレス対処行動との関連を検討しており、介護肯定感のうち、「自己成長感」や「高齢者との一体感」には、介護者や要介護者の特性より、ストレス対処行動と関連していることを報告している。「介護状況に対する充実感」には介護者自身の健康状態がよいことも関連していた。また、片山ら⁸が、高齢者介護ではないが、医療的ケアに携わる家族介護者において、同様に櫻井⁴の介護肯定感14項目を用いて、介護者の在宅介護の動機の強さや、対処行動との関連を検討したところ、介護肯定感の3因子すべてに、在宅介護への動機が強いこと、「情緒的な近接型」の対処行動(療養者の気持ちを常に尊重して行動する、自分の役割であると再確認するといった因子からなる)が関連し、「介護を通しての自己成長感」には、「自己コントロール型」の対処行動(無理しない要介護する、自分で自分を励ますといった因子からなる)が関連していた。末益ら⁹は、筋委縮性側索硬化症(ALS)患者の主介護者において、同様に櫻井⁴の介護肯定感を用いた介護肯定感と、ストレス対処行動(「介護におけるペース配分」、「介護役割の積極的受容」、「気分転換」、「私的支援追及」、「公的支援追及」の5因子からなる)との関連を検討した。その結果、介護肯定感の3つの因子すべてにおいて、「介護役割の積極的受容」、「公的支援追及」が関連し、さらに介護肯定感の「自己成長感」には「介護におけるペース配分が」、「介護継続意思」には、「現在の関係がよい」が関連していた。

2. 専門職による家族介護者の介護肯定感を高める支援

深堀ら¹⁰が、訪問看護師の家族介護者の介護肯定感に関する援助経験の現状を調査したところ、具体的な援助経験として、「看護師と家族介護者がケアを共同する」、「家族介護者の気持ちを受容する」、「家

族介護者と要介護者の関わりをつなぐ」、「家族を評価する」、「家族介護者に感謝の気持ちを伝える」といった事例が挙げられた。さらに、家族介護者の介護肯定感への援助として20項目を示し、5件法で回答を得たものを因子分析したところ、3つの因子が抽出された（「介護の意味づけを高める援助」、「共感的な援助」、「資源の活用」）。また、須永¹¹が、介護者の生きがいへつなげる訪問看護師の支援について、老老介護をする夫婦を担当する訪問看護師にインタビュー調査したところ、夫婦相互の気持ちの橋渡しをする、夫婦の役割を尊重する関わりをする、夫婦に寄り添う存在となるといった支援が挙げられた。

D. 考察

家族介護者の介護肯定感を高める要因として、大きくまとめると以下の3つが挙げられた。①介護者の意向が介護方針に反映されていること、適切な介護の仕方が分かること、介護に積極的に携われる要因が揃っていること、②SOCが高いこと、SOCの項目としては、介護を自分の役割として受け入れる、療養者の気持ちを常に尊重して行動するといった対処行動や、無理をしないよう介護をする、介護におけるペース配分をするといった自己コントロール型の対処行動ができること、③介護者の健康状態がよい、特に精神的・主観的健康感が高いことが関連していたが、場合によっては、こうした介護者の状況以上にSOCが関連していた。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。

介護肯定感と関連していた、適切な介護の仕方や、ストレス対処能力といったものは、欧米では家族介護者支援プログラムの中で教育として行われており、プログラム

により、介護者の負担感や不安感が軽減されたことが報告されている^{12, 13}が、同時にこうした教育をすることで介護肯定感を高める可能性も示唆された。わが国でも根拠に基づいた教育プログラムの開発、導入が求められる。

また、訪問看護師は、要介護者の看護のみならず、家族介護者の心を支える役割があるとの自覚をもって、介護者に対する支援を行っていることが伺われた。介護者が要介護者の介護を通して密接に関わるのは、在宅介護に関わる、訪問看護師、訪問介護士、ケアマネジャーといった専門職であり、これらの言動が介護者の肯定感に大きく影響することが考えられる。専門職が、介護者の労を労う、介護者の行動を評価するといったことをすることで、介護肯定感の低位尺度である介護状況への満足感、自己成長感を高めることにつながり、介護者の相談に乗り、介護者に共感するといったことは、在宅介護を継続する動機につながることが考えられる。

E. 結論

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。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が考えられ、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。

【参考文献】

1. Lawton MP, Kleban MH, Moss M, et. al. Measuring caregiving appraisal. J Gerontol 1989; 44(3):61-71.
2. Kinney JM, Stephens MA. Hassles and uplifts of giving care to a family member with dementia. Psychol Aging 1989; 4(4): 402-408.
3. Kramer BJ. Cain in the caregiving experience: where are we? What next? Gerontologist 1997; 37(2): 218-232.
4. 櫻井成美. 介護肯定感がもつ負担軽減効果. 心理学研究 1999; 70(3):203-210.
5. Kobayashi M, Tamiya N, Kashiwagi M, Ito T, Yamaoka Y, Matsuzawa A. Factors related to positive feelings of caregivers who provide home-based long-term care for their family members in Japan. Research on Humanities and Social Sciences 2013; 3(16) :27-36.
6. 宮坂啓子, 藤田君支, 田淵康子. 認知症高齢者を介護する家族の介護肯定感に関する研究. 老年看護学 2014; 18(2): 58-66.
7. 陶山啓子, 河野理恵, 河野保子. 家族介護者の介護肯定感の形成に関する要因分析. 老年社会科学 2004; 25(4): 461-470.
8. 片山陽子, 陶山啓子. 在宅で医療的ケアに携わる家族介護者の介護肯定感に関連する要因の分析. 日本看護研究学会雑誌 2005; 28(4): 43-52.
9. 末益友佳子, 門間晶子. 在宅筋委縮性側索硬化症患者の主介護者の介護肯定感とその関連要因. 日本看護研究学会雑誌 2015; 38(2): 43-55.
10. 深堀浩樹, 久保直子, 河田みどり. 訪問看護師による家族介護者の介護肯定感への援助と職務ストレスとの関連. 家族看護学研究 2008; 14(1): 68-76.
11. 須永恭子, 田村須賀子, 関根道和. 老老介護における介護者の生きがいへとつながる訪問看護師の支援について. Hospital and Home Care 2014; 22(3): 318-324.
12. Hicken BL, Daniel C, Luptak M, Grant M, Kilian S, Rupper RW. Supporting caregivers of rural veterans electronically (SCORE). Journal of Rural Health 2016. DOI: 10.1111/jrh.12195.
13. Nichols LO, Adams JM, Burns R, Graney MJ, Zuber J. Translation of a dementia caregiver support program in a health care system - REACH VA. Archives of Internal Medicine 2011; 171: 353-359.

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

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