「山古志の地域特性をふまえた在宅介護支援の方向性を探る」
―アンケートと聞き取り調査から家族会の立ち上げへ―

プロジェクト２　高齢者生活自立支援研究グループ　研究員
東洋大学ライフデザイン学部
教　授　渡辺　裕美
研究協力者
東洋大学ライフデザイン学部
学　生　川上　侑香

第１章　研究の背景と目的

震災前、社会連帯が強い山古志地域では、家族介護が当たり前で、介護の社会化は遠かった。被災時に、一般には、ごく普通にデイサービスやショートステイが利用されていることを知り、また同時に、自分の目で介護サービスを見ることによって、介護サービス利用への壁は低くなったという。

山古志地区の人は家族の絆や、地域の助け合いを大切にして暮らしてきた。山古志に入居型施設はなく、デイサービスセンター１ヶ所が介護サービスの拠点となっている。ホームヘルパーは長岡市の事業所から訪問している（中には、山古志居住のヘルパーもいると聞く。）　人口が限られサービス利用者の密度が点在する地域だということに加え、豪雪地帯のため、民間介護事業者の進出は難しいようで、唯一、非営利の社会福祉協議会がサービス事業所となり、地域づくりを含めて担ってきた。

このような地域特性の中でどのように在宅介護支援をすすめることができるのか、何から考えたらよいのか、探っていきたいと考え、研究にとりくむこととした。

研究目的

本研究の目的は、高齢者や介護を必要とする人々の現状を把握し、今、どのような課題があるのかを絞り込み、山古志の地域特性をふまえた在宅介護支援の方向性を探ることにある。

住民が求めていることを具現化することに役立ち、さらには、山古志で根をはって、役割と責任を持って活動している現場専門職の後方支援につながる研究をめざすものである。

第２章　研究方法

平成19年度は研究を開始した初年度であり、まずは研究フィールドとのパイプづくりや基盤固めとして、保健医療福祉関係の専門職を対象とした聞き取り調査を実施した。それをふまえて、平成20年度は、①山古志の住民を対象としたアンケート調査で要介護高齢者や家族介護者の介護負担を調査した。さらに、アンケート調査で聞き取り調査への協力の可否を伺い、②協力を得られた住民に対して、聞き取り調査を実施した。③住民の声をきっかけとして、小さな「家族介護者の集い」がはじまった。

平成19年度の研究活動日程と詳細

6月9日（月）
長岡市社会福祉協議会山古志支所訪問
6月18日（日）
長岡市　特別養護老人ホームこぶし苑見学・サテライト型小規模多機能居宅介護　サポートセンター三沢見学・テレビ電話による２４時間訪問介護と夜間対応型訪問介護事業所見学・３事例　ホームヘルパーと共に同行訪問

7月11日（水）
長岡市役所山古志支所
保健福祉課訪問ヒアリング・長岡市社会福祉協議会山古志支所訪問ヒアリング
8月5日（日）
仮設住宅訪問・派出所・集会所等訪問
8月6日（月）・7日（火）
地域サテライトケア全国サミットPartⅣ（長岡）参加
8月7日（火）
サテライト型小規模多機能施設サポートセンター信濃・サポートセンター三沢　見学
8月24日（金）
長岡市社会福祉協議会　ヘルパー室担当者、サービス担当責任者、山古志担当ヘルパーへのヒアリング調査

平成20年度の研究活動日程と詳細

Ａ「東洋大学アンケート」
調査主体：東洋大学福祉社会開発研究センター
調査対象：中越震災前に旧山古志村に居住していた全世帯
調査方法：各地区長を通じ各世帯へ配布し、区長または山古志支所を通じ回収
転出者は山古志支所より郵送し、同封の封筒を用い山古志支所へ返送
実施期間：2008年3月17日～4月3日
回 収 率：255／677（37.7%）
調査用紙に高齢者生活支援班が盛り込んだ項目
①要介護認定を受けた高齢者が家族にいるかどうか
②要介護状態区分
③要介護者の方は施設入所ですか在宅介護ですか
④家族介護者の介護負担
⑤あなたが必要と考える生活支援サービス・介護サービス
⑥集会所やサロンの必要
⑦訪問聞き取り調査研究への研究協力の有無

Ｂ聞き取り調査
実施期間：平成20年6月～平成20年8月（一人当たりの訪問時間は１回2時間程度）
対 象 者：山古志地区住民　5人（5家族）
対象者の選定方法：東洋大学アンケートでのヒアリング調査で聞き取り調査に協力可と答えた７人に対して改めて書面での協力依頼を行った。結果、聞き取り調査に研究協力を得られた人人は5人（5家族）であった。私の家にも訪問に来てほしいという住民が1人増え、延べ6人に対して聞き取り調査を行った。
6月6日（金）
・種苧原住民Ａ氏
・虫亀住民Ｂ氏
長岡社協山古志支所訪問
6月21日（土）
・虫亀住民Ｃ氏
・種苧原住民Ａ氏、Ｄ氏
7月5日（土）
・東竹沢住民Ｅ氏
・虫亀住民Ｂ氏
・虫亀住民Ｆ氏

Ｃ家族介護者の集い
8月22日（金）
第1回家族の集い
種苧原地区　民家集会所
10月24日（金）
第2回家族の集い
種苧原地区　公民館
長岡社協山古志支所訪問
12月10日（水）
第3回家族の集い
山古志全域　なごみ苑
長岡社協山古志支所訪問
平成21年2月20日予定
第4回家族の集い
あまやち会館

第３章　高齢化と介護を必要とする人々の現状

山古志地区の登録人口は1410人。65歳以上の高齢者は602人（42.7％）、75歳以上後期高齢者353人（25.0％）である。高齢者独居と高齢者のみの世帯の合計は180世帯であり、全世帯461世帯に対して41％を占めている。要介護認定を受けている人は66人（65歳以上高齢者602人の10.1％）。種苧原地区と虫亀地区に要介護高齢者が多い。（表１・３・４）

長岡市と比較すると、要介護認定を受けている人の比率が山古志ではかなり低い。サービスを利用することへのためらいや壁があるのかもしれない。（表２）

表１　山古志の人口高齢化

地区	登録人口	登録世帯	65歳以上人口（%）	75歳以上人口（%）	独居高齢者	高齢者だけの世帯
山古志全域	1,410	501	602 (42.7)	353 (25.0)	76	110
種　苧　原	404	151	185 (45.8)	128 (31.7)	20	41
虫　　亀	341	115	134 (39.3)	66 (19.4)	15	23
竹　　沢	219	67	69 (31.5)	37 (16.9)	9	12
間　内　平	55	20	27 (49.1)	14 (25.5)	4	3
菖　　蒲	15	6	9 (60.0)	6 (40.0)	1	2
山　　中	46	10	14 (30.4)	10 (21.7)	0	1
油　　夫	28	10	14 (50.0)	4 (14.3)	2	2
桂　　谷	65	27	33 (50.8)	22 (33.8)	4	7
梶　　金	59	22	17 (28.8)	14 (23.7)	5	1
木　　篭	39	17	27 (69.2)	16 (41.0)	4	6
小　松　倉	35	15	19 (54.3)	8 (22.9)	2	3
大　久　保	16	10	13 (81.3)	7 (43.8)	3	5
池　　谷	36	17	21 (58.3)	10 (27.8)	4	3
楢　　木	52	14	20 (38.5)	11 (21.2)	3	1

（出典：2008年長岡市社会福祉協議会による調査より）

表２　人口・高齢化・要介護認定者

	人口	65歳以上人口	高齢化率	要介護認定者	要介護認定率
長岡市全域	280450	68678	24.50%	11688	17.00%
山古志	1343	602	42.70%	66	10.10%

注）長岡市データ：人口と65歳人口のデータは2009年1月１日、要介護認定者データは2008年11月末現在。山古志データは表１から再掲。要介護認定者率は65歳以上人口比

表３要介護状態にある人―介護度別―

	計	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
山古志全域	66	6	10	20	13	8	4	5

（出典：2008年長岡市社会福祉協議会による調査より）

表４要介護認定を受けている人数　―　地区別―

	種苧原	虫亀	竹沢	間内平	菖蒲	山中	油夫	桂谷	梶金	木篭	小松倉	大久保	池谷	楢木
	21	11	8	4	3	1	2	4	3	1	0	2	2	4

（出典：2008年長岡市社会福祉協議会による調査より）

第４章 高齢者生活自立支援班「東洋大学アンケート」結果

アンケート全回答255人（世帯）中、高齢者生活自立支援班の設問に答えてくれた人は34人（世帯）であった。

○在宅か入院施設か・入院・施設か在宅か

要介護状態区分と入院施設か在宅で暮らしているかを尋ねたところ、回答数34人（世帯）中、28人（世帯）が要介護認定を受け、21人が在宅だった。（表５）

表５　在宅か入院施設か

	計	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
計	28	5	7	6	4	6
病院施設	7	2	0	1	1	3
在宅	21	3	7	5	3	3

○介護負担

家族介護者の介護負担を介護負担なし（１）～かなり負担（５）のの5段階で調査した結果、負担はないという人もいる。しかし、かなり負担だという人もいる。

回答者数が限られている上にこのデータだけでは介護負担を分析することはできない。家族が介護するのが当然だから負担について記入しないということか、あたり前のことをやっているのか。しかし、介護負担を感じている家族介護者もいる。（表６）

表６介護者負担度

	計
計	23
負担度１（負担感なし）	5
負担度２	2
負担度３	2
負担度４	1
負担度５（かなり負担）	3
無記入	10

○山古志に必要なサービス

今後必要なサービスについて複数回答で調査した結果、除雪、病院や買い物などへの送迎サービス、一人暮らし高齢者への見守り声かけ、緊急通報システム、集会所やサロン、等を求める声が上がった。（表７）

○集会所やサロン

気軽にお茶を飲んでおしゃべりする場として集会所やサロンがほしいという声が６７人から寄せられ、最も多い。集会所やサロンには、いつでも誰かがいて、情報交換や、介護や生活相談、体を動かしたりリハビリを求めている。

○自由記述

『現在はなんとか一人で用事できるが、これから先お願いすることが多くなると思う。』『週2回、半日ゲートボールに行って満足している。』『巡回バスが来て欲しい。』『農業をやっているので農協を近くに。』『何といっても、冬は雪。毎朝の道付けや雪堀が心配。』特筆すべ

表７　山古志地区に必要なサービス・集会所・サロン

必要なサービス	数	集会所やサロン	数
計	587	計	283
集会所やサロン	66	気軽にお茶を飲んでおしゃべりする	67
一人暮らし高齢者への見守り声かけ	83	一緒に食事ができる	17
薬が自宅に届くサービス	36	野菜や生産物を販売や物々交換できる	32
病院や買い物などへの送迎サービス	88	趣味や習い事	18
食事サービス	37	体を動かしたりリハビリをする	33
家事援助サービス	20	いつでも誰かがいる	31
銀行、郵便局の支払いや手続き支援	48	簡単な手仕事をする	20
介護サービス	47	介護や生活の相談	24
緊急通報システム	68	情報交換	40
除雪	89	その他	1
その他	5		

注）2008年7月1日からＮＰＯ巡回バス「クローバーバス」が始まった。

きは、『一人暮らしの人が同居し、助け合って生活できる場がほしい』という意見があった。

第４章　聞き取り調査

７事例に対して聞き取りを行い、そこでの語りから、住民ニーズを整理した。

１：緊急連絡網の整備

⇒万が一の場合に備えた、緊急通報システムがあると安心できる。地域に診療所はあるが、週2回（月･木）のため診療日以外は救急車に頼ることになる。しかし、冬期積雪の場合、救急車が入る前に除雪車が入らない。通行困難では緊急時のすばやい対応が難しい。だからこそすぐに対応してくれる緊急通報システムが欲しい。

２；山古志地区の活かせるところを活かしながら、高齢者も暮らしやすい社会を構築してはどうか。高齢者が増えることで、高齢者を取り囲んだ仕事（訪問介護や高齢者施設等）やそれに伴った雇用も増えるはずである。互いに『もちつもたれつ』で考えながら、行政と民間の考え方をすり合わせていくことができるはずである。

３；介護家族者のつながり介護サービスを利用することや、介護を仕事とする人同士が繋がるだけでなく、家族介護者同士の会合の場を作ってもらいたい。介護者同士でコミュニケーションを図り、スクラムを組み、介護をしていく環境を作っていくことで、お互いに簡単な依頼をすることができ、意思の疎通もスムーズになる。みんなの声や悩みや不安を話し合って解消する場が必要である。

４：要介護高齢者といっしょに出かけられる場所がない。いっしょに出かけたい。

公民館が木曜日のみ9時～１６時まで空いているが、他に行く人がいないためつまらない。閉鎖されたままの保育園の建物の活用を。散歩しても立ち寄れる場所がない。

５；誰かの家ではなくて、気軽にお茶を飲める公共の場があったらうれしい。

昼間、どこにも出かけず双眼鏡で山や田をながめてすごしている。人の家にはお茶飲みに行きづらい。若い人は忙しいから、長い時間、その家にいると迷惑だろうと気遣ってしまう。

６：遠くの介護施設に行きたくない。山古志で暮らし続けたい。

独居になって、介護者がいなくても、山古志で暮らし続けるための小さな家と介護サービスがほしい。

第５章　介護家族の集い

介護家族の集いがあったらいいのにという住民の声を受け、支援しはじめた。幸い、長岡市社会福祉協議会山古志支所長、生活相談員、長岡市所保健師、民生委員の尽力によって、介護家族の集いの発足に至ることができた。

第１回目は山古志地区のひとつの集落で５人の家族介護者が集まった。

Ａ氏は呼びかけ人として「在宅での介護を行っている人同士が集まれる場所として、皆が寄り合い、話し合い、その輪をどんどん広げていくことで、介護する者としての気持ちが和み、心を大きくもった介護を続けていくために、家族の集いが必要だと考えている。

難しいことをするのではなく、集まって話すなかで互いに学ぶこと、教え教えられることができる気楽な交流の場になればと考えています」と語りかけた。

集まった人々からは、日々の介護や生活状況について情報交換し、笑いを交えたひとときとなった。

・デイサービス利用はとても助かっている。山古志外施設のショートステイも定期利用している。支えられている。
・失禁への対応に困っている。夜間のトイレ介助で何度も起きる。
・物忘れが激しく何度も同じことを聞き返す、服を着られない。草取りしても鎌を忘れてくる。隣の家へ行き「おまんまくわしてくれ」と言う。
・たまに、ため息が出ることがあるが仕事だと思って介護をしている。
・私でないとダメ。私が頼りにされている。
・いつも感謝のことばをかけてくれる。笑顔がうれしい。

などが語られた。

第６章　考察

住民ニーズの一端が浮き彫りになった。住民の声にもあるように、空いている建物を活用して、「集会所やサロン」の設置を実現化へ向けて検討することを提案する。「歩いていけるところにお茶のみ場、集会所の設置」が求められている。「建物はあるが常日頃は鍵がかかっていて無人」なのではなく、「鍵が開いてる」「誰かがそこにいる」と、行ってみようと思う。外出は閉じこもり予防になる。介護予防にもつながる。人と出会い、人としゃべること、社会生活の場が必要である。いっしょに食事をとったり、時には、ちょっと見守りをしてもらえる場だったり、学校帰りのこどもも宿題をそこでやるというように、世代を越え、特に目的がなくても、自然と人が集まれる場、地域のつながりや助け合いを維持する拠点が求められている。ぜひ、行政には真剣に考えていただきたい。

次に「家族介護者を支えるネットワーク」である。今年度はじまった「在宅介護者の集い」は介護者を支え、それは、介護を必要とする人を支えることになり、家族全体を機能させることにもなる。

介護家族が介護実践力を獲得していくプロセスについて、宮上（2004）[1] は４つのカテゴリー、「混乱の段階」「介護する体制を築く段階」「介護が質的に向上する段階」「介護実践力の向上を自覚する段階」に分けてモデル化している。介護の開始直後の混乱した時期を過ぎると、家族は生活の中に介護を組み込みはじめるが、同時に家族のストレスや孤立感が高まる。この時期、＜体験を共有する場の存在＞として、「家族会」の存在が大きくなる。家族会は「閉塞状態からの脱出のきっかけであり、わかりあう仲間を確保し、心理的サポートの場」となると指摘している。

介護者の介護負担は、要介護高齢者本人の介護度が重くなるについて負担も重くなるというわけではない。認知症を介護している人がどのような構造で介護ストレスを感じているか、安部（2001）[2] の研究によれば、認知症高齢者の「認知障害」と「ＡＤＬ」がストレッサーであるが、介護者が「社会的拘束感」（自分のやりたいことができない）や、「身体的消耗感」（今日もまた介護かと思うと疲れを感じる）をどう認識しているか、によって介護負担感が左右されるという。

森（2008）[3] は、家族介護者へのサポートには《道具的なサポート》と《社会情緒的なサポート》がある。悩みを聞いて慰めたり、いっしょに食事をしたり、ほめたり認めたりする社会情緒的サポートは、介護負担

を軽減する。主介護者が他者と交流をすることは、心の支えやカタルシス効果が期待できる。専門職からの情緒的サポートは、介護者の対処能力を高め安心感をもたらすと言及している。

今年度はじまった在宅介護者の集いは、山古志の介護支援につながるであろう。今後も住民の声を聞き、山古志の専門職と共に地域に根ざした介護支援について考え、後方支援をしていく。

【引用文献】

1) 宮上多加子「家族の痴呆介護実践力の構成要素と変化のプロセスー家族介護者１６事例のインタビューを通してー」『老年社会科学』Vol.26,No. ３,pp330-339.2004.
2) 安部幸志「主観的介護ストレス評価尺度の作成とストレッサーおよびうつ気分との関連について」『老年社会科学』Vol.23,No.1,pp40-49.2001.
3) 森　千佐子「在宅高齢者の主介護者が求めるサポートの充足状況と精神的健康の関連」『介護福祉学』Vol.15,No.1,pp31-40.2008