

介護者が求める介護者支援 —「介護者の会」による支援に着目して—

高齢ユニット リサーチアシスタント
東洋大学大学院福祉社会デザイン研究科博士後期課程
尹 一喜

キーワード：介護者の会、介護者支援

はじめに

介護保険制度の導入により、ショートステイやデイサービスなどの要介護高齢者への居宅サービスは普及したものの、家族介護者の負担感や抑うつ感は解消されたとは言えない。また、要介護高齢者を介護する場が、施設から在宅へ移行するなかで、介護を担う家族介護者の役割は大きくなっている。この傾向は、「地域包括ケア」と呼ばれる新しい高齢者ケアの考え方が導入されることで、一層強くなっている（伊藤、2013）。

また、日本では、介護者は要介護者への支援に付随する間接的な利益を受けるに過ぎず、介護者の社会的排除に関する配慮は見られないという指摘（尾之内ら、2010）もあるように、従来の専門的な支援だけでは、介護者のニーズに対応しきるのは難しいのではないだろうか。

このような状況において、家族介護者を支援するインフォーマルな社会資源として注目を集めているのが、介護者による集い（以下、「介護者の会」と記す）である。「介護者の会」は、疾患名（若年性認知症、知的障害、精神障害、レビー小体型認知症等）・参加者の属性（男性、娘等）等によって、いくつかに分類することができるが、本稿では、疾病名・参加者の属性を限定せず、要介護高齢者を介護する介護者の集いを、「介護者の会」とする。

「介護者の会」に関する先行研究には、「介護者の会」

の機能や活動の効果を検討したもの、家族介護者の「介護者の会」参加による介護への適応モデルを提示した研究、「介護者の会」活動を地域に発展させていく方法に関する研究などがある。また、「介護者の会」をセルフ・ヘルプ・グループとして取り上げた研究もみられる。

これらの先行研究は、「介護者の会」の機能や参加効果を多様な側面から抽出しその有効性を論じているが、家族介護者が「介護者の会」に果たす役割と家族介護者への影響の関連は明らかではない。また、日本における要介護高齢者を介護している家族介護者の「介護者の会」に関する研究は数自体が少ない。なお、「介護者の会」参加者のインタビューに基づく質的研究がほとんどであり、「介護者の会」への参加が介護者にもたらす影響を一般化して示すためには量的調査が求められる。

本稿では、「介護者の会」参加者を対象として行ったアンケート調査の結果をもとに、「介護者の会」による支援の特性を明らかにすることを目的とする。また、「介護者の会」の参加者が求める介護者への支援についても検討する。

I. 研究方法

1. 対象

調査の対象は、介護者を支援するNPO法人介護者サ

ポートネットワークセンター・アラジンが主催する「介護者の会」ネットワークに登録している39の「介護者の会」の中、許可が得られた27の会の参加者である。

「介護者の会」ネットワークとは、首都圏中心の「介護者の会」をつなぐためのものであり、月に1回各会のリーダーが集まり交流、意見交換、悩みを話す会議（以下、ネットワーク会議と記す）を開いている。

2. 調査の手続きおよび分析方法

調査は、2013年8月1日から9月30日までの期間に行った。

調査を行うにあたり、事前にネットワーク会議にて研究調査の協力について相談をした。その後、①依頼書とアンケート用紙を持参し、各「介護者の会」の定例会に参加する、または②「介護者の会」の代表に依頼書とアンケート用紙を送付する、という2つの方法で配布を行った。また、回収は郵送で行った。

その結果、248部が回収され、そのうち有効回答であった231部を分析対象とした（有効回収率52.8%）。

分析には、SPSS statistics 20を使用した。

3. 倫理的配慮

調査は無記名式で行うこと、拒否した場合に不利益をこうむることは無いこと、得られたデータはすべて数字で統計処理し本研究以外の目的では調査結果を使用しないことを書面にて確認し同意を得た上で実施した。なお、本調査の内容は、東洋大学研究倫理委員会にて承認を得て行った。

II. 結果

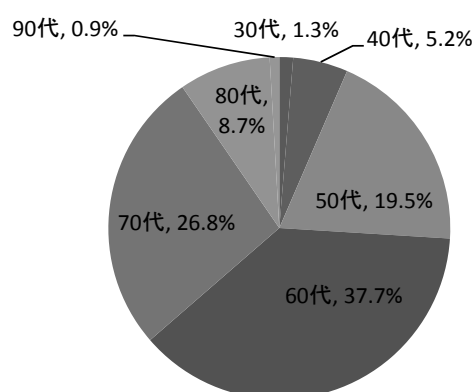
1. 介護者の概要

介護者の年代は、図1のとおり「60代」が37.7%で最

も多く、「70代」が26.8%、「50代」が19.5%、「80代」が8.7%、「40代」が5.2%の順であった。平均年齢は、65.7歳で「60代」以上の人が7割強であることから、介護者も高齢化していて、「老老介護」をしている可能性があることがうかがえた。

性別は、「女性」が78.4%、「男性」が21.6%であり、5人に1人が男性介護者であることが明らかになった。

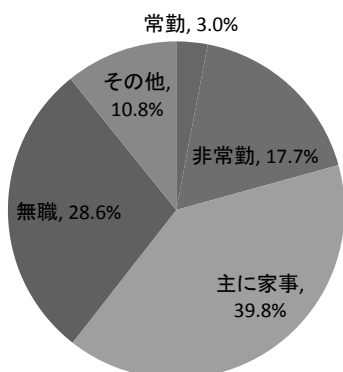
＜図1. 介護者の年代＞



介護者の就労状況（図2）は、「主に家事」が39.8%で一番多く、次いで「無職」が28.6%、「非常勤」が17.7%、「その他」が10.8%、「常勤」が3.0%の順であった。「主に家事」と「無職」をあわせると7割弱であり、厳しい就労状況であると思われるかもしれないが、「60代」以上が7割強であることを考えると、必ずしも介護が就労に影響を及ぼしているとは言い切れない。だが、逆に約3割である「60代」未満の中に「常勤」が3.0%しかないということは考えてみる余地がある。

また、介護従事者として働いた経験の有無を聞いたところ、「有」が13.9%、「無」が85.1%であった。

<図2. 介護者の就労状況>

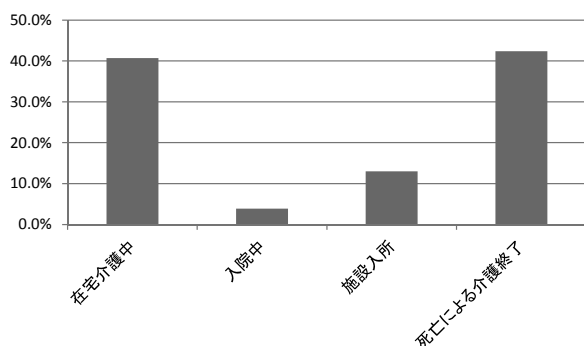


現在の介護状況（図3）は、「死亡による介護終了」が42.4%、「在宅介護中」が40.7%、「施設入所」が13.0%、「入院中」が3.9%の順であった。この結果から見ると、現在介護をしている人より、していない人の方が若干多かった。これは、要介護者が死亡して現在は介護をしていなくても継続して、あるいは介護を終了した後からも会に参加していることがうかがえた。

要介護者との関わりは、「主たる介護者として」が87.4%で最も多かった。

また、介護をしている（してきた）人の数では、「1名」が79.2%で最も多く、次いで「2名」が13.9%、「3名以上」が6.9%であり、少ない比率ではあるが1人の介護者が複数の要介護者を介護しているケースも存在していることが明らかになった。

<図3. 現在の介護状況>

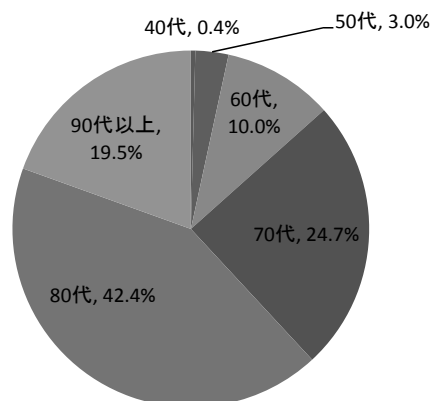


2. 要介護者の概要

要介護者の年齢は、図4のように「80代」が42.4%で最も多く、次いで「70代」が24.7%、「90代以上」が19.5%、「60代」が10.0%、「50代」が3.0%、「40代」が0.4%の順であった。

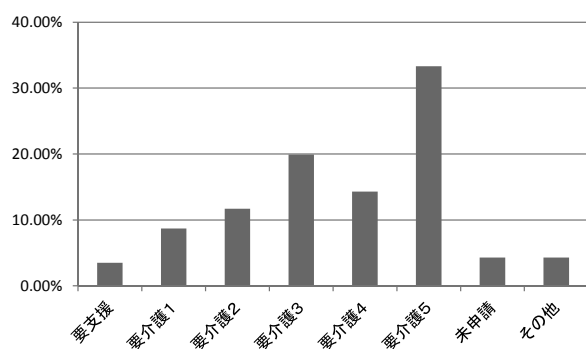
性別は、「女性」が59.3%、「男性」が40.7%であった。

<図4. 要介護者の年代>



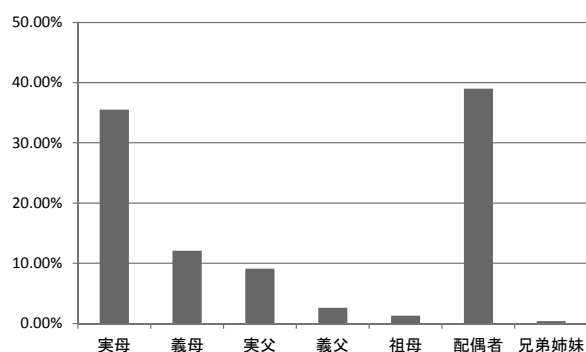
要介護度（図5）は、「要介護5」が33.3%で一番多く、次いで「要介護3」が19.9%、「要介護4」が14.3%、「要介護2」が11.7%、「要介護1」が8.7%、「要支援」が3.5%であり、「未申請」と「その他」が各々4.3%であった。全国の要介護認定者数では、「要支援」が27%、「要介護1」が19%、「要介護2」が18%、「要介護3」が13%、「要介護4」が12%、「要介護5」が11%であることと比較すると、本調査では「要介護5」が多いのが特徴である。また、重度と言われる「要介護3」以上が7割弱であり、認知症自立度に関しても「Ⅳ」が46.8%で最も多い割合を占めていた。このことから、重度の介護度で認知症自立度の低い状態の人を介護している介護者が会に参加していることが明らかになった。

<図5. 要介護度>



介護者からみた要介護者との関係（図6）は、「配偶者」が39.0%で一番多く、次いで「実母」が35.5%、「義母」が12.1%、「実父」が9.1%、「義父」が2.6%、「祖母」が1.3%、「兄弟姉妹」が0.4%であった。「配偶者」を介護している人が一番多いということは、前述した、介護者が高齢化していることにもつながり、「老老介護」をしている可能性があることの裏付けとなる。

<図6. 介護者からみた要介護者との関係>



サービスの利用状況（複数回答）は、表1のとおり「通所サービス」が65.4%、「短期サービス」が32.9%、「訪問サービス」が22.1%、「その他」が14.3%であった。「その他」の主な内容としては、グループホーム・特別養護老人ホーム等の施設入所であった。

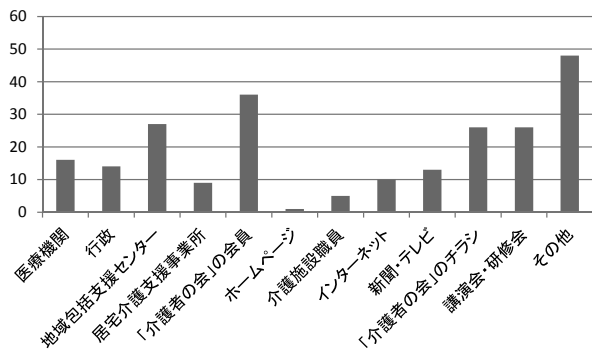
<表1. サービスの利用状況>

	N	%
通所サービス	151	65.4
短期サービス	76	32.9
訪問サービス	51	22.1
その他	33	14.3
総計	311	134.7

3. 「介護者の会」への参加について

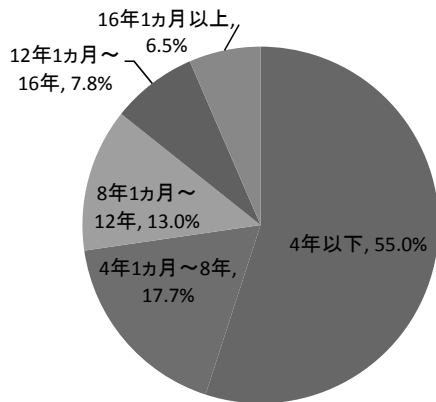
「介護者の会」に参加することになったきっかけは、図7のとおりで「介護者の会の会員からの紹介」が15.6%で一番多く、次いで「地域包括支援センターからの紹介」が11.7%、「介護者の会のチラシ」と「講演会・研修会に参加」が各々11.3%、「医療機関からの紹介」が6.9%、「行政からの紹介」が6.1%、「新聞・テレビ」が5.6%、「インターネット」が4.3%、「居宅介護支援事業所からの紹介」が3.9%、「介護施設職員からの紹介」が2.2%、「ホームページ」が0.4%の順であった。そのうち、「ホームページ・インターネット・新聞・講演会・研修会に参加」をあわせると21.6%であり、介護者が自分に役立つ情報を得るために自ら動き、情報を収集していることがうかがえた。また、「医療機関・行政」でも介護者の会の存在を認知しており、ある程度連携がとられていることが明らかになった。一方、「介護施設職員からの紹介」が低い割合を占めているのは、介護施設職員が要介護者の施設入所＝介護の終了だとならえ、介護者への支援は考慮していないことから現れた結果だと推測できる。

＜図 7. 参加動機＞



「介護者の会」に参加した年数（図 8）は、「4 年以下」が55.0%で最も多く、次いで「4 年 1 ヶ月～8 年」が17.7%、「8 年 1 ヶ月～12 年」が13.0%、「12 年 1 ヶ月～16 年」が7.8%、「16 年 1 ヶ月以上」が6.5%であった。平均値は6年、最小値1 ヶ月、最大値は30年でばらつきがあった。

＜図 8. 参加年数＞



「介護者の会」に参加する前と後に感じたことについて、全くあてはまらない（1）…とてもあてはまる（5）と設定し、5件法での設問に対して、表 2 のような結果が出た。参加する前と後の平均値をみると、すべての項目において参加後の平均値が高かった。参加する前に期待度が一番低かったのは「社会参加ができる」2.71であり、参加後の項目でも低い数値を示した。また、参加する前に期待度が最も高かったのは「制度の活用方法を知ることができる」3.21であるが、参加後では「気

分転換ができる」が4.26で一番高い数値であった。また、参加前後の平均値の差をだしてみると、「気分転換ができる」と「介護者同士での連帯感を得ることができる」が1.24で一番差が大きく、「疾患に伴う症状・対処方法を知ることができる」が0.93でその差が一番小さかった。このように、参加する前は情報を得るためというねらいがあったが、参加することによって、それよりは心理的に変化があった部分に評価をしていることがうかがえた。

＜表 2. 参加する前と後＞

項目	平均値		②－①
	参加前①	参加後②	
(1) 気分転換ができる	3.02	4.26	1.24
(2) ストレス発散ができる	2.94	4.04	1.1
(3) 制度の活用方法を知ることができる	3.21	4.23	1.02
(4) 介護用品の使い方を知ることができる	2.87	3.84	0.97
(5) 疾患に伴う症状・対処方法を知ることができる	3.1	4.03	0.93
(6) 介護者同士での連帯感を得ることができる	2.99	4.23	1.24
(7) 将来発生する症状への心構えができる	3.02	4.11	1.09
(8) 友だちができる	2.92	4.05	1.13
(9) 社会参加ができる	2.71	3.75	1.04
(10) 他の介護者にアドバイスができる	2.74	3.76	1.02
(11) 介護に対する認識が肯定的に変わる	2.87	3.93	1.06
(13) 自分の人生を捉えなおすことができる	2.78	3.79	1.01

4. 介護者への支援について

ケアマネジャーから受けている支援と「介護者の会」の仲間からの支援について、全くあてはまらない（1）…とてもあてはまる（5）と設定した5件法での設問に対して、表 3 のような結果が出た。平均値をみると10項目の中、8項目は「介護者の会」の仲間からの支援、2項目はケアマネジャーから受けている支援の数値が高かった。

ケアマネジャーから受けている支援の項目の中、一番数値が高かったのは「サービスや制度についての説明」が3.61であった。「介護者の会」の仲間からの支援の項目の中からは、「介護者の悩みごとを聞く」が4.31で一番高い数値を示していた。このように、ケアマネ

ジャーからは、サービスや制度に関する部分を、「介護者の会」の仲間からは、悩みごとの相談という回答であり、それぞれ受けている支援の内容が異なっていた。また、平均値の差を出してみると、「介護者の悩みごとを聞く」が1.00で一番差が大きく、裏を返せば、ケアマネジャーには悩みごとなどの相談をあまりしていないことがうかがえた。

＜表3. 受けている支援の比較＞

項目	平均値		②－①
	ケアマネジャー①	「介護者の会」の仲間②	
(1) 介護のことについての相談	3.47	4.23	0.76
(2) サービスや制度についての説明	3.61	3.99	0.38
(3) サービスを選ぶ際、迷った時の助言	3.55	3.95	0.4
(4) 特に連絡をしなくても行われる訪問や電話	3.00	3.01	0.01
(5) 要介護者に合うサービスの提案	3.41	3.47	0.06
(6) 家族の立場になって一緒に考える	3.46	4.13	0.67
(7) 介護者の悩みごとを聞く	3.31	4.31	1
(8) サービス内容について不平・不満をきく	3.19	4.03	0.84
(9) サービス内容の変更の相談にのる	3.53	3.47	-0.06
(10) 自身の判断や決定を強引に押しつける	1.86	1.83	-0.03

介護者が望む支援については、図9のとおりである。各項目の別に、とてもあてはまるという回答の割合をみると、「(21) 介護者の緊急時にすぐ要介護者へ対応できるサービス」が66.2%、「(23) 地域や職場等、社会が介護者への理解を深めるようにする」が58.0%、

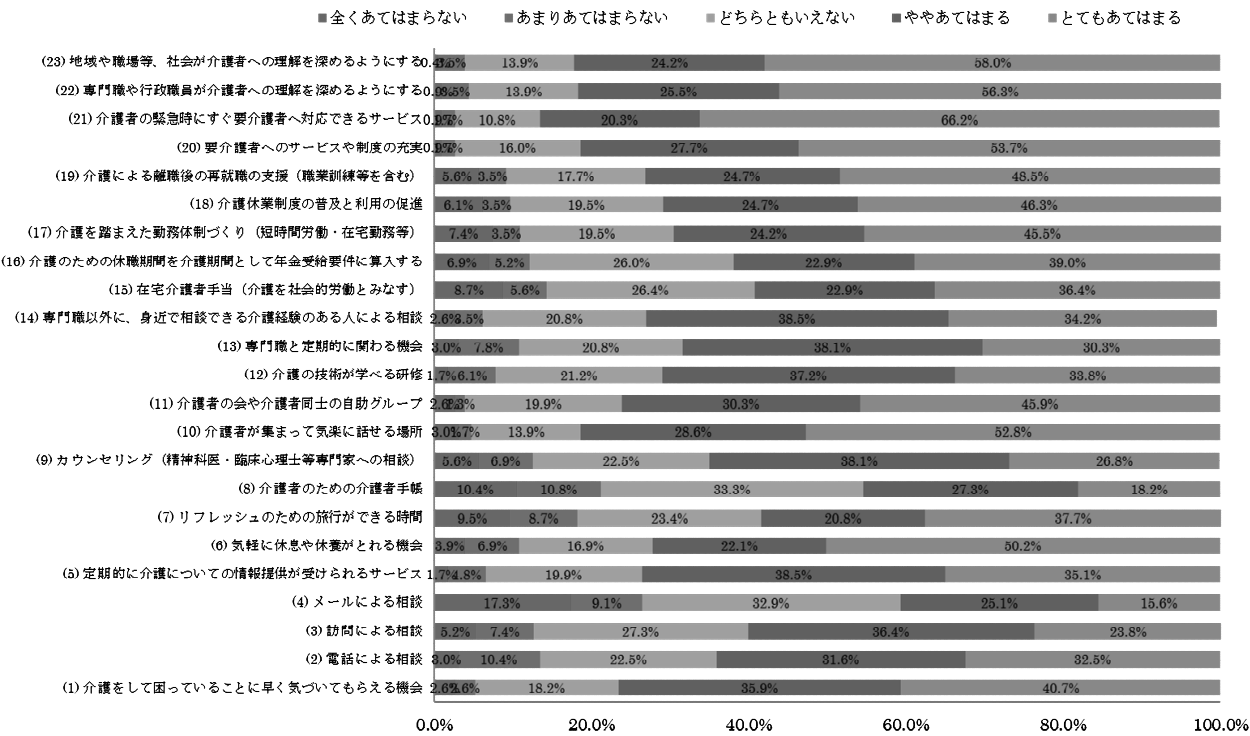
「(22) 専門職や行政職員が介護者への理解を深めるようにする」が56.3%、「(20) 要介護者へのサービスや制度の充実」が53.7%、「(10) 介護者が集まって気楽に話せる場所」が52.8%、「(6) 気軽に休息や休養がとれる機会」が50.2%の順であり、一番低い割合を占めているのは「(4) メールによる相談」15.6%であった。

また、各項目別に、全くあてはまらないと答えた回答の割合をみると、「(4) メールによる相談」が17.3%、「(8) 介護者のための介護者手帳」が10.4%、「(7) リフレッシュのための旅行ができる時間」が9.5%、「(15) 在宅介護者手当（介護を社会的労働とみなす）」が8.7%、

「(17) 介護を踏まえた勤務体制づくり（短時間労働・在宅勤務等）」が7.4%、「(16) 介護のための休職期間を介護期間として年金受給要件に算入する」が6.9%の順であり、一番低い割合を占めているのは「(23) 地域や職場等、社会が介護者への理解を深めるようにする」0.4%であった。

このように、介護者は地域や職場だけではなく専門職からの理解も求めており、次に要介護者に関する支援、その次が介護者自分のための息抜きを考えていることが明らかとなった。なお、介護者に対する具体的な支援方法や制度を整えることよりも、介護者への理解を深めることが求められていることが明らかになった。

<図9. 望む支援>



Ⅲ. 考察

1. 「介護者の会」参加者の概要

「介護者の会」に関するこれまでの研究をみると、すべて述べたように参加者のインタビューに基づく質的研究がほとんどであり、「介護者の会」参加者の全体像を把握した研究論文は見当たらない。そのため、ここでは本研究で得られた結果をもとにして考察を行う。

まず、介護者の基本属性からみると、「男性」が21.6%であり、『認知症の介護家族が求める家族支援のあり方研究事業報告書』（25.8%）より若干低い割合ではあるが、参加者5人に1人が男性介護者であることが明らかとなった。男性介護者は、家事・近所付き合いが苦手であると言われており、悩みごとを一人で抱え込む傾向があり、それが虐待につながる場合も多くあると報告されている。少子化が進んでいる中、未婚の

男性が増えていることから考えると、介護を担う男性が増加することが予測される。このような状況の中で、男性介護者同士が気軽に話せる機会・場作りなど男性介護者のための支援も充実していくことが求められる。

次に、現在の介護状況を見ると「死亡による介護終了」が42.4%、「在宅介護中」が40.7%でほぼ同じ比率であった。今まで「介護者の会」は現在介護をしている介護者を支援する仕組みの一つであり、参加者も現在介護中の人が多いだろうと認識されてきた。しかし、今回の調査で明らかになったように、要介護者が死亡して現在は介護をしていなくても継続して、あるいは介護を終了した後からも「介護者の会」に参加している人が多く存在していた。今後、「介護者の会」での介護を終了した人の役割と「介護者の会」のあり方を明らかにしていく必要がある。

2. 「介護者の会」による支援の特性

「Ⅱ. 結果」で述べたように、「介護者の会」に参加する前と後に感じたことでは、参加する前に期待度が最も高かったのは「制度の活用方法を知ることができる」であるが、参加後では「気分転換ができる」が一番高い数値であった。また、参加前後の平均値の差をだしてみると、「気分転換ができる」と「介護者同士での連帯感を得ることができる」の差が一番大きく、「疾患に伴う症状・対処方法を知ることができる」が一番小さかった。このように、参加する前は情報を得るためというねらいがあったが、参加することによって、それよりは心理的に変化があった部分を評価していることがうかがえた。

また、ケアマネジャーから受けている支援と「介護者の会」の仲間からの支援について、同じ項目を用いた5件法での回答では、ケアマネジャーから受けている支援の中、一番数値が高かったのは「サービスや制度についての説明」であり、「介護者の会」の仲間からの支援の中からは、「介護者の悩みごとを聞く」が一番高い数値を示していた。このように、ケアマネジャーからは、サービスや制度に関する部分を、「介護者の会」の仲間からは、共感・分かち合えることで心理的な部分が支えになっており、それぞれ受けている支援の内容が異なっていた。

なお、平均値の差を出してみると、「介護者の悩みごとを聞く」の差が一番大きく、これは、ケアマネジャーからは悩みごとなどの相談は受け止めてもらえない可能性があることがうかがえた。これは、相談相手が1人に対して複数存在するという「介護者の会」と一対一の関係であるケアマネジャーとの関わり方の違いであり、一対一であるからこそ相談しづらい部分もあるだろう。また、相談相手が家族介護をした経験があるかないかによっても相談する内容は変わってくると考える。伊藤は、家族を介護することは、介護経験のない人には理解されにくい特有の経験であり、これは専門職であっても受け止めることは難しいと述べている。本調査の介護者が望む支援の結果においても、「専門職と定期的に関わる機会」よりは「専門職以外に、身近

で相談できる介護経験のある人による相談」の方が高い比率であった。したがって、今後介護経験のある人の支援者としての可能性について明らかにすると共に、その知見を介護者支援に活用していくこと、また彼らが介護者を支援する一つの社会的な資源としても重要な存在になってくると考える。

おわりに

介護者が望む支援については、「(23) 地域や職場等、社会が介護者への理解を深めるようにする」、「(22) 専門職や行政職員が介護者への理解を深めるようにする」など、専門職のみならず介護者に対する理解が十分ではないことがうかがえた。このことは、介護者は自分が介護者であることをまわりの人から認めてもらいたいという意味にも捉えることができる。

また、「(8) 介護者のための介護者手帳」、「(7) リフレッシュのための旅行ができる時間」、「(15) 在宅介護者手当（介護を社会的労働とみなす）」、「(17) 介護を踏まえた勤務体制づくり（短時間労働・在宅勤務等）」、「(16) 介護のための休職期間を介護期間として年金受給要件に算入する」が比較的低い割合を占めていた。このことから、介護者自身も自分への支援をあまり重要視していないことがうかがえた。

このように、介護者は、介護者に対する具体的な支援方法や制度・政策を整えることよりも、介護者への理解を深めることを求めていることが明らかになった。

多くの先行研究は、介護者支援を制度化することが重要であると述べており、それには筆者も同意する。しかし、本調査の結果をみると、介護者支援を制度化することも大事ではあるが、まず介護者の役割を認めてもらえる機会を確保するなど介護者への理解を深めることが求められていることが明らかになった。学界では、1979年にFenglerらによって家族介護者が「隠れた患者（the hidden patients）」であるとされて以来、保健・医療・福祉の各分野において多くの研究がなされてきた。また、市民団体として＜日本ケアラー連盟＞の発

足などで介護者に関する考え方が広がったように見えるが、未だに介護者への一般市民の理解が十分ではないことであろう。

このように、制度化を進めていく前に、介護者が介護者への支援についてどのように考えているのか、何を求めているのかを明確にするとともに、一般市民への啓発も必要であると考ええる。また、彼らが介護を原因に社会から孤立しないようにすることが求められていると考える。

謝辞

調査を行うにあたり、ご協力いただいたNPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンの関係者と各「介護者の会」の代表および参加者の方々に心より感謝を申し上げます。

なお、本研究は、東洋大学井上円了記念研究助成金をいただき実施したものである。

【引用・参考文献】

- 伊藤智樹（2013）『ピア・サポートの社会学』晃洋書房。
- 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）『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』平成22年度老人保健事業推進費等補助金老人保健健康増進等事業。
- 尾之内直美、湯原悦子ら（2010）「介護者支援の法的基盤整備に向けた家族会の試み(1)」『認知症ケア学会発表報告要旨集』389。
- 加藤久恵、兵藤 好美（2006）「「介護者の会」参加によってもたらされる介護への影響—現役介護者の変化と介護終了者との相互作用—」『岡山大学医学部保健学科紀要』16(2), 67-78。
- 公益法人認知症の人と家族の会（2012）『認知症の介護家族が求める家族支援のあり方研究事業報告書』平成23年度老

人保健事業推進費等助成金。

- 斎藤真緒（2011）「男性介護者の介護実態と支援の課題：男性介護ネット第1回会員調査から」『立命館産業社会論集』47(3), 111-127。
- 佐分厚子、黒木 保博（2008）「家族介護者の家族会参加における3つの主要概念の関連性：共感,適応,家族会継続意図を用いた構造方程式モデリング」『社会福祉学』49(3), 60-69。
- 畑亮輔（2010）「要援護高齢者の家族介護者への支援に関する文献的研究」『生活科学研究誌』9, 51-62。
- 堀越栄子（2012）「介護者が望む支援に関する一考察」『日本女子大学大学院紀要』18, 219-230。
- 湯原悦子、伊藤美智子ら（2012）「家族介護者からみたケアマネジャーの支援」『日本福祉大学社会福祉論集』127, 63-79。
- Fengler A. P. and Goodrich N（1979）Wives of elderly disabled men : the hidden patients, The Gerontologist, 19, 175-183。
- WAMNET（2013）「要介護認定者数」(<http://www.wam.go.jp/wamappl/00youkaigo.nsf/vAllArea/201308?Open&2014.1.2>)。