

家族介護者に対する教育支援プログラム実践 とその効果について

ナイトウ, サユリ / 内藤, さゆり / NAITO, Sayuri

(出版者 / Publisher)

法政大学現代福祉学部現代福祉研究編集委員会

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

The bulletin of the Faculty of Social Policy and Administration :
reviewing research and practice for human and social well-being / 現代福
祉研究

(巻 / Volume)

2

(開始ページ / Start Page)

103

(終了ページ / End Page)

113

(発行年 / Year)

2002-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00015407>

家族介護者に対する教育支援プログラム実践とその効果について

The educational support program and the effect for family caregivers

内 藤 さゆり

問題の所在

在宅の要介護高齢者のニーズに対する政策的動向は、1980年代から在宅福祉に力をいれるようになり、ゴールドプラン、新ゴールドプランによる在宅福祉サービス量の目標の設置がなされた。1998年の老人保健福祉マップによれば、1996年から1997年にかけて、訪問介護、日帰り介護、短期入所生活介護において利用率は伸びをしめしている。この間、介護の質の向上を目指して、在宅福祉サービスの政策的な整備が行われてきたが、要介護高齢者もしくは介護者がサービス利用に対して消極的な姿勢が課題となってきた。

平成7年度人口動態社会経済面調査によれば、家族介護者が日常生活上困ったり悩んだりしたことは、「ストレスや精神的負担が大きかった」が最も高く、「十分睡眠がとれなかった」「家を留守にできなかった」「自分の時間が持てなかった」が続く。介護が家族介護者に精神的ストレスを与え、家族介護者自身の生活を犠牲にしていることがわかる。にもかかわらず、特に家族による介護の囲い込みやサービス利用を拒否する風潮がある。その要因として、家族の自助原則、介護を女性の役割とするジェンダー規範が根強く残っているために、家族介護者や要介護高齢者自身が在宅福祉サービスを積極的に利用しないという現状がある¹⁾。

一方で家族介護者が周囲とのネットワークから孤立した状況も考えられる。東京都総合老人研究所の主介護者に対するソーシャルサポートネットワークの調査研究²⁾では、同居家族、別居親族、友人・近隣からの情緒的サポート、手段的サポート、総合サポートに分けて、ソーシャルサポートネットワークの状況を調査している。ソーシャルサポートを得にくいハイリスクグループは「配偶者高齢者夫婦のみ」「娘無配偶子同居」「息子無配偶子同居」であり、これらのグループは脆弱な体勢で介護せざるを得ない。さらに、主介護者の健康状態が悪い方にサポートが少ないことが判明している。この調査研究は、ソーシャルサポートネットワークが必要のあるところに必ずしも届くわ

1) 藤崎宏子「家族はなぜ介護を囲い込むのかーネットワーク形成を阻むもの」副田義也、樽川典子編『現代家族と家族政策』2000年 ミネルヴァ書房

2) 中野いく子「第7章 家族介護の実態」東京都老人総合研究所社会福祉部門編『高齢者の介護と介護サービスニーズ』1996年 光生館

けではないことを明らかにしている。家族介護者の調査ではないが、高齢者の社会的ネットワークの調査において、パーソナル・ネットワークやサポート・ネットワーク、情報に関するネットワークをよく形作れるものは雪だるま式にふくらみ、そうでないものはより閉鎖的になっていることがあきらかになっている³⁾。

このように地域からの孤立、ストレスを抱えている家族介護者に対して、ソーシャルサポートネットワークを形成し、情報提供体制を整え、積極的なサービス利用支援、精神的な援助を行っていく必要がある。それらは、介護保険制度下において、家族介護者への権利意識浸透とサービス利用促進⁴⁾において必須のものとなってくる。そのためには、ソーシャルサポートネットワーク形成と家族介護者の問題に対処する能力を高めるエンパワメント⁵⁾をはからなければならない。そこで、本研究においては、家族介護者に対するソーシャルサポートネットワーク形成とエンパワメントの方法について、千葉県A市が実践した「家族介護者に対する教育支援プログラム」の効果から、探究していくこととする。

千葉県A市における教育支援プログラム内容

本研究においてプログラム効果分析を行うのは、千葉県A市の教育支援プログラムの一環として実践した「家族介護者等交流支援事業」である。事業内容は、家族介護者を一泊旅行もしくは日帰

	一泊旅行	日帰り旅行
実施日時	2000年10月25日(水)～26日(木)	2000年11月10日
参加者人数	41名	17名
参加者選定方法	在宅で要介護度1～5の認定者を介護している主介護者に参加希望を募る	在宅で要介護度1～5の認定者を介護している主介護者に参加希望を募る
旅行中の要介護者への対応	要介護者をショートステイ又は他の介護者が介護することが可能であることが参加条件	要介護者をショートステイ及びデイサービスの利用すること、又は他の介護者が介護することが可能であることが参加条件
同行職員	高齢者福祉課長、保健婦、介護福祉士、在宅介護支援センター職員1名、介護専門相談員	高齢者福祉課長補佐、保健婦、介護福祉士、在宅介護支援センター職員1名、
旅行プログラム	車中及び目的地での交流 ①高齢者福祉課長による介護保険に関する話 ②車中での交流及び情報交換 ③目的地でのグループ交流会	車中及び目的地での交流 ①高齢者福祉課長補佐による介護保険に関する話 ②車中での交流及び情報交換 ③目的地でのグループ交流会

³⁾ 藤村正之「1章 社会参加、社会的ネットワークと情報アクセス」平岡公一編『高齢期と社会的不平等』2001年 東京大学出版

⁴⁾ 和気純子「高齢者とその家族へのソーシャルワーク実践をめぐる今日的課題」ソーシャルワーク研究所『ソーシャルワーク研究』Vol.26 No.3 2000年

⁵⁾ 田中尚「第5章利用者主体と福祉援助の方法」野島豊子・北島英治・田中尚・福島廣子著『ソーシャルワーク・入門』2000年有斐閣アルマ

り旅行に招待し、家族介護者同士の交流を図ってもらうものである。一時的なセルフヘルプグループではあるが、その後の家族介護者同士の交流、既存のグループへの参加等につながっていくこと可能性を期待した交流支援事業である。詳細については、「家族介護者等交流支援事業の実施内容」に示す。旅行プログラムでは、家族介護者が互いの悩みを語るために、事例紹介、グループによる交流会を実施した。本研究では、プログラム効果が特に高かった一泊旅行について取り上げる事とする。

研究の方法

ソーシャルサポートネットワーク形成については、ケアマネージャーによるフォーマルとインフォーマルの統合⁶⁾やソーシャルサポートネットワークの介入研究⁷⁾などがある。ソーシャルサポートネットワークの介入研究については高度な援助技術が必要とされるので、現段階において現実的な方法でないであろう。在宅介護支援センターによるソーシャルサポートネットワークの形成の研究⁸⁾において、要介護者への情緒的サポートは家族や親族、隣人などのインフォーマル資源によって提供されているが、同居家族の介護者に対しては、コーディネーターなどのフォーマル資源から提供されている。しかし、コーディネーターなどフォーマル資源からの提供には限界がある。また家族介護者のエンパワメントまでつながるかは疑問である。

和気は、エンパワメントのプロセスは他者との相互作用を通して成立するが、この他者とは必ずしも専門職に限られるわけではなく、セルフヘルプグループをはじめとするインフォーマルな援助活動の背後にエンパワメントのプロセスが介在しているとしている。そしてエンパワメントの介入援助には「集団化への援助」にも含まれている⁹⁾。

そこで、介護者支援のためのエンパワーメント・プログラム¹⁰⁾から示唆を得て、エンパワメントとソーシャルサポートネットワークの創出をセルフヘルプグループによる支援に注目してみる。セルフヘルプグループにおいては、家族介護者同士が相互の悩みを共有化し、共通の課題を社会化すること、互いの情報を交換することによる資源や支援の動員することなどのエンパワメント¹¹⁾が期待できる。本研究では、ソーシャルサポートネットワーク形成とエンパワメントのために、千葉県A市が実施した家族介護者等交流支援事業のプログラムから、その効果について検討する。プロ

6) M.ROLF OLSEN著 谷口明広・林浩康訳「フォーマル・ケアとインフォーマル・ケアの統合～ソーシャル・サポート・ネットワークの活用～」『同志社大学大学院社会福祉学論集』

7) 田中宏二・田中共子・浜藤好美「ソーシャル・サポート・ネットワークの介入研究の視点と方法論」

8) 副田あけみ「在宅介護支援センターにおけるソーシャルサポート・ネットワークの形成(2)」東京都立大学人文学報『人文学報』1996；272, pp1-55

9) 和気純子『高齢者を介護する家族～エンパワーメント・アプローチの展開にむけて～』1998 川島書店

10) 同上書

11) 同上書

グラム効果をはかる方法としては、①プログラムにおいてソーシャルサポートネットワーク形成とエンパワメントができてきているのか、②旅行前後で家族介護者の対処能力が変化しているかどうかの2点について、みていくこととする。

家族介護者等交流支援事業におけるプログラム効果の分析方法

〈ソーシャルサポートネットワーク形成とエンパワメントについて〉

家族介護者等支援交流事業は、一時的にセルフヘルプグループを形成することにより、参加している家族介護者に対してエンパワメントをはかることを目的の一つとしている。家族介護者に対してエンパワメントができたかどうかを分析軸とする。また、本プログラムにおいては、今後のソーシャルサポートネットワークを広げることを誘導する目的ももっている。いわば、旅行時の家族介護者交流において、家族介護者同士でエンパワメントをはかってもらい、そこからセルフヘルプグループ形成をとおしてソーシャルサポートネットワークの創出を期待している。従って、プログラム効果の分析方法としては、①家族介護者がもつ介護問題を相互に共有化し、共通する介護課題を社会化することができたか(相互支援)、②同行した市の職員や介護経験者、家族介護者の仲間から、必要な情報やスキル得ることができたか(教育的支援)、③交流会以降にもセルフヘルプグループを形成する必要性を参加者が認識できたか、の3点を用いることとする¹²⁾。

なお、プログラム効果をはかるアンケート調査は旅行の帰りのバスの中で行ったものである。

〈コーピング効果の分析方法〉

コーピングの質問項目¹³⁾は、現実レベルでのコーピング状態をみていく項目を設けた。「家族やまわりの人に協力を頼むこと」「自分の健康管理に気をつけること」「保健・医療・福祉の専門職に相談すること」「時には気分転換すること」の4項目を、「よくできている」「少しできている」「ほとんどできていない」「必要ない」の4件法で質問した。本調査研究において、同時に抑鬱についても質問項目を設けたが、ほとんど結果がみられなかったことから、報告は省略する。

コーピングの質問は、旅行前については旅行の行きバスの中で行い、旅行後は再度2000年12月23日に旅行後の旅行参加者合同交流会の中で行った。このときの参加者は28人であった。

12) 前掲書において和気が出す介護者支援のためのエンパワーメント・プログラムより、今回の事業において有効な「教育的支援」「相互支援」を用いた。なお、教育的支援は、本研究においては専門職と参加している家族介護者からの支援とする。

13) コーピングの調査項目は、岡林が用いた項目を抜粋したものである。

岡林秀樹 他「在宅障害高齢者の主介護者における対処方略の構造と燃えつきへの効果」『心理学研究』1999；6：487-493

岡林秀樹 他「在宅介護ストレスに対するコーピング構造—確証的因子分析を用いて—」『日本老年社会科学会第39回大会報告要旨集』1997；138

家族介護者交流支援事業一泊旅行参加者アンケート調査結果

(1) 一泊旅行参加者の特性

今回の一泊旅行参加者は、痴呆高齢者を介護する家族介護支援施策研究における教育的支援プログラムにつなげていくこともあり、痴呆高齢者を介護する家族介護者を中心に参加希望を募った。その結果、参加者の属性は表1のようになった。

年齢層は48歳から84歳まで幅広いが、親、配偶者を介護する年齢である50代、60代が最も多く集まった。性別は男性は2割、女性は8割であった。

表1 参加者の基本属性

		N	%
性別	男	9	22.0%
	女	32	78.0%
年齢階層 (調査時 現在)	40-49歳	2	4.9%
	50-59歳	9	21.9%
	60-69歳	22	53.7%
	70歳以上	8	19.5%
介護者 の続柄	本人の配偶者	16	39.0%
	子	11	26.8%
	子の配偶者	13	31.7%
	兄弟・姉妹	0	0.0%
	その他の家族	1	2.4%

表2 要介護高齢者の要介護度

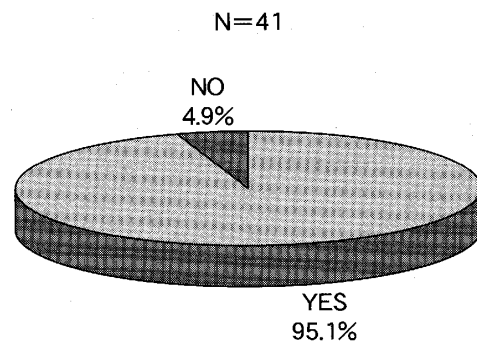
		N	%
要介護 認定	自立・要支援	0	0.0%
	要介護Ⅰ・Ⅱ	20	48.8%
日常生 活自立 度	要介護Ⅲ～Ⅴ	21	51.2%
	J	7	17.0%
	A	16	39.1%
	B	10	24.4%
痴呆日 常生活 自立度	C	8	19.5%
	痴呆無	9	22.0%
	Ⅰ・Ⅱ	20	48.9%
	Ⅲ	7	17.0%
	Ⅳ・Ⅴ	5	12.2%

(2)エンパワメント・プログラムとしての機能と評価について

〈相互支援について〉

お互いに悩みを話すことによって、自らの介護の課題を共有化し、社会の問題として捉えることを、相互支援の目的としている。この一泊旅行では、参加者達は、同行者である介護専門相談員による家族介護に苦しむ介護者がヘルパー利用にいたるまでの話を聞いた後で、同程度の要援護者を抱える介護者のグループに分かれ互いに話し合っている。その後、同様に同程度の要援護者を抱える介護者ごとに部屋割りされており、参加者達は部屋でも語りあう

図1. 他の参加者と悩みごとをはなすことができ、気持ちが晴れた



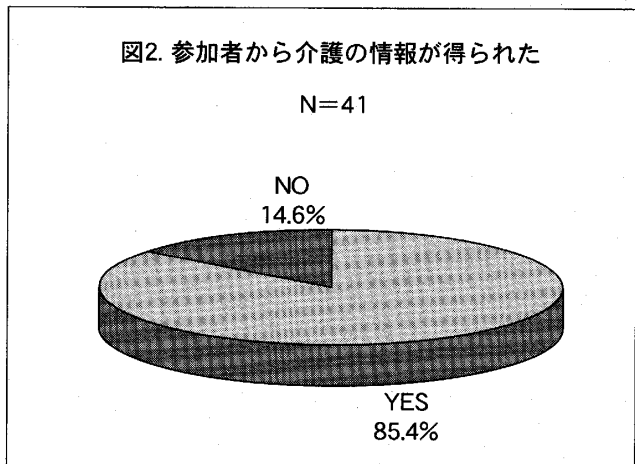
ことができている。他の参加者と悩みごとを話すことができ、気持ちが晴れた参加者は2人を除いてほぼ全員である。(図1) 悩みを話し合うことによって、他の人も大変な介護を担っているのだと実感し、自らの介護を見なおすことができたという意見が出ている。参加者が介護の課題を共有化し、自分だけが苦勞しているわけではないという意識をもつことによって、自分自身の介護をよりよくしていこうという気持ちが生まれたようである。

相互支援に関する意見

いろいろ違いはあるが、それぞれ皆、介護について真剣に考え納得のいく介護を心がけようとしている姿が見受けられ感動した。私も早、いつの間にか16年という年月を迎えようとしている。介護している私が来年69歳自分の体も大事にして気をつけようと思う。
隣席の人とおしゃべり、室の人たちとの話し合いで自分自身これから先のことを見直す事ができた。
各部屋のミーティングで話し合いが充実できた、皆さん話し出すとなかなか止まらなかった
班に分かれて話したが、その結果を夕食時に発表してほしかった。男の人の介護の大変さを聞いてみたかった。
他の人の介護について自分より重さを知った。
皆さん介護をしている方は多少なりとも大変なのだと又思い切って参加させてもらって良かった。
私より大変な人がいるんだぞと思うと、明日からもっと優しくしてやろう
他人が僕より大変だと思った
介護をしている皆さんの話は自分も大変だと思っている以上なので現時点でしている苦勞をいとわずにこれからもやっいていこう。

〈教育的支援〉

教育支援は、同行した職員やその他の参加者から情報やスキルを得ることによって、家族介護者が自ら必要な資源や支援を動員できる効果をねらっている。互いの参加者から介護の情報が得られた参加者は8割以上で、この一泊旅行において情報交換ができている。(図2) 介護情報が得られ、これからの介護に役立つのではないかという意見が出されている。実際にサービスにつながった例もあっ



た。また、今後、介護が困難な時に相談をしていこうという意見もあり、介護者自らが資源や支援を利用しようという積極的な姿勢もみられた。

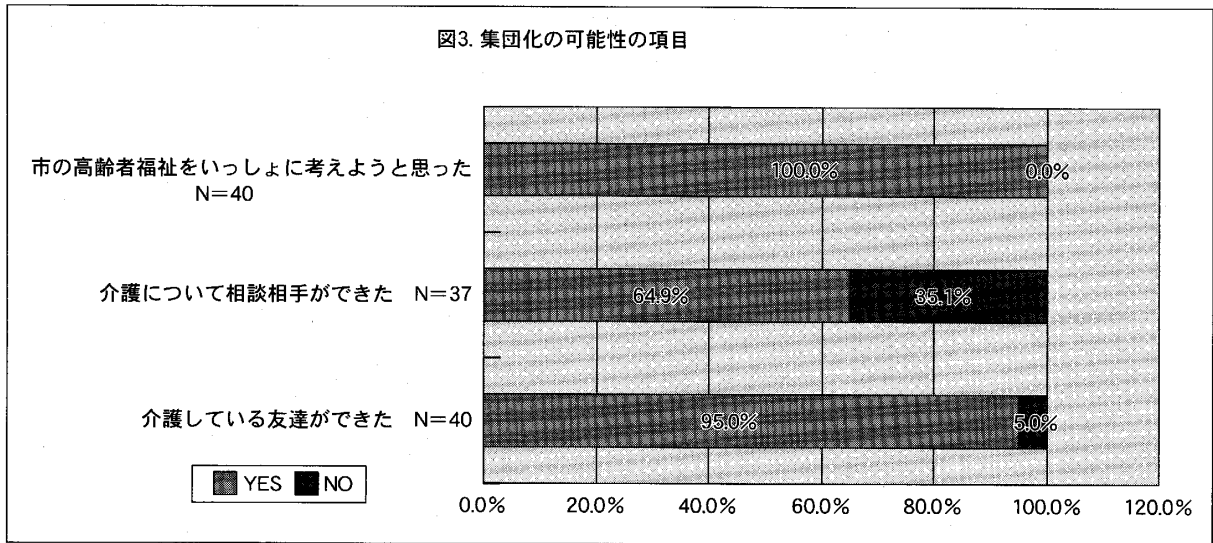
教育的支援に関する意見

同行ヘルパーさんの話も非常に有益であった。
部屋割りなど介護度の同じような方と一緒にして頂きこれからの介護に役立つと思う。
この機会にデイサービスを利用するきっかけになった。母にもデイサービスに連れてもらい今後お世話になりたいと思っている。私以上に大変な介護をなさっている方々とのお話も伺い為になった。これから先、わからない事、相談をして生活してゆきたいと思っている。
ホテルで同室の方で介護の仕事をしている方の話を聞きいろいろ教えていただいた。また、市の方で月1回集まりがあることも知りこの先まだまだ大変な事も待っている私共にとって頼りになる会ではないかと思う。
多くの人達の介護方法やご苦労を聞かせていただきとても参考になった。老人の気持ちを良く理解し、上手に接していくよう心がけていきたい。特に松本さんの話はとてもお話がお上手で身にしみて介護の実感を味わった。
やはり家は心配だが、色々の方のお話はとても参考になりさっそく試してみたいと思う。
自分のためにも勉強になった。
介護教室の様な講座を設けて欲しい。今回介護の情報が得られ大変参考になった。
経験者のお話を聞き今後の母の介護をする上でプラスになった。
生活状況がそれぞれに異なるので難しいとは思いますが介護される人の状況が似ている人達と同じグループでもう少し情報交換が出来たらよかったと思う。

〈セルフヘルプグループ形成の必要性の認識について〉

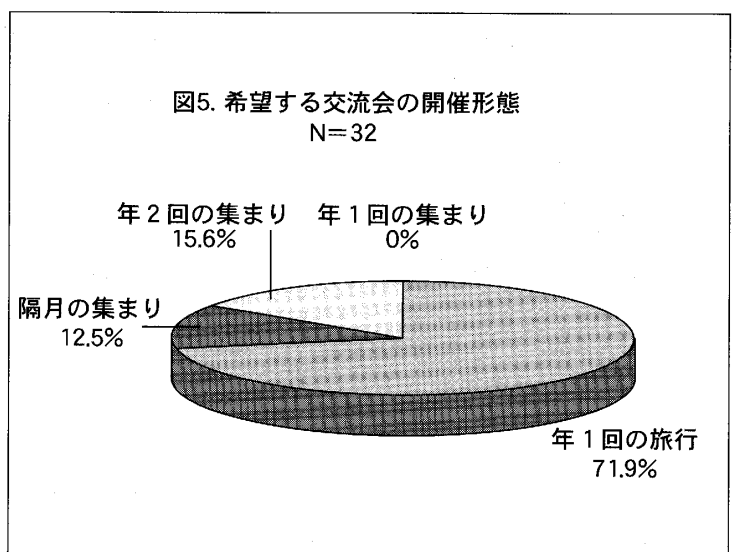
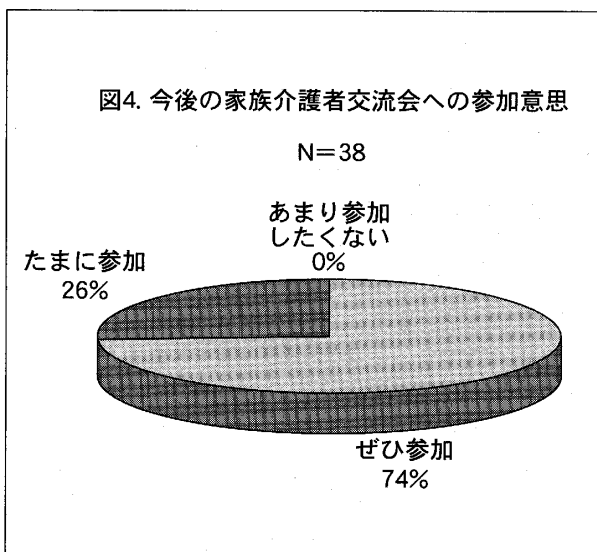
今回の一泊旅行は、最終的に家族介護者が旅行以降にも集まりの機会をつくってもらふこと、交流してもらふこと等を期待している。家族介護者たちが集団化を図ることによって、相互支援、教育的支援が継続的に行われること、そして、地域におけるソーシャルサポートネットワークが広がる効果を狙っている。一度の一泊旅行でどこまで集団化できるかどうかはわからないが、その可能性を旅行終了時においての参加者達の意識からみていくこととする。

「介護している友達ができた」と答えているのは9割でほとんどの参加者が仲間づくりをすることができている。相談相手となると6割になってしまうが、お互いに援助関係を形成できた参加者の方が多かったといえるであろう。市の高齢者福祉をいっしょに考えていこうと思った人はほぼ全員であった。(図3) 家族介護者交流会への参加意思は、「参加したい」と答えた参加者が9割以上で、参加者のほぼ7割が「ぜひ参加したい」と強い参加意欲をみせている。(図4) 今後、家族介



介護者の集まる機会をつくったときの会の開催頻度について聞いてみたところ、半数以上が今回のような旅行を兼ねた年1回の集まりがよいと答えている。(図5) 数少なかったが、今回のような交流会にまた参加し、介護の課題について考えていきたいという意見もあった。

この一泊旅行をきっかけに同じ介護者同士の仲間づくりはできたようである。しかし、今後の集団化につながっていくかどうかということについては、集まりがあれば参加するが、自主的に行っていくというような意欲はみられなかった。仲間づくりができたということから、家族介護者同士のネットワークの広がりについては評価したいと思う。自主的な集団化については、今回の一泊旅行のみでその効果は期待できないが、参加者の多くが、機会があれば集まりに参加したいという意欲はあるため、今後、家族介護者が集まる機会を増やしていくことによって、自主的な家族介護者の集団ができる可能性は期待できるであろう。



セルフヘルプグループ形成の認識に関する意見

一人の参加でどうなるか、気になったが、同部屋の方、バスで一緒の方と友達がたくさんできた。
これからの介護はみんなで考えなければいけない事がまだまだある。介護する方がいかに介護疲れせずに介護者の為にできるか？この次このような場があったら、又、でてみたい。
これから先、わからない事、相談をして生活してゆきたいと思っている。
市の方で月1回集まりがあることも知りこの先まだまだ大変な事も待っている私共にとりまして頼りになる会ではないかと思う。

(3)コーピング効果について

コーピングの効果は「家族とまわりの人に協力を頼むこと」「自分の健康管理に気をつけること」「専門職に相談する」「時には気分転換をする」の4項目を「よくできている」「少しできている」「ほとんどできていない」「必要ない」の4件法で尋ねている。旅行前のアンケート調査は一泊旅行の行きバスの中で行ったため41名が回答できているが、旅行後は約1ヵ月後の旅行参加者合同交流会の際の参加者は28名であったため、前後で回答者は13名減っていることになる。また、一泊旅行のみのプログラムであったため、どこまで効果が期待できるのかが疑問であった。

このようなことを踏まえた上で、一泊旅行前後のコーピング変化についてみていく。「家族とまわりの人に協力を頼むこと」「自分の健康管理に気をつけること」については、「できている」割合が増えている。「時には気分転換をする」は「でき

図6. 家族とまわりの人に協力を頼むこと
旅行前N=39, 旅行後N=28

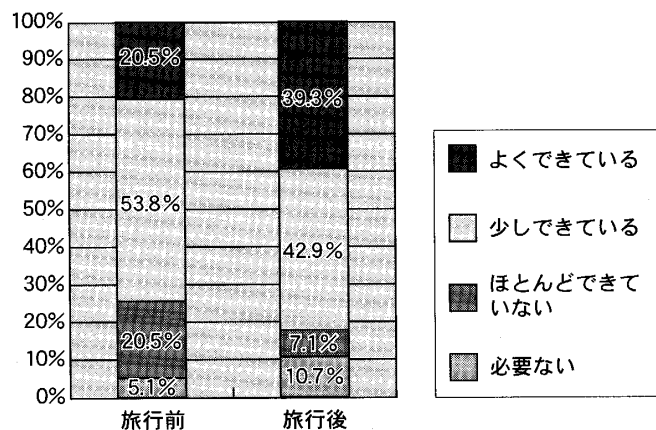
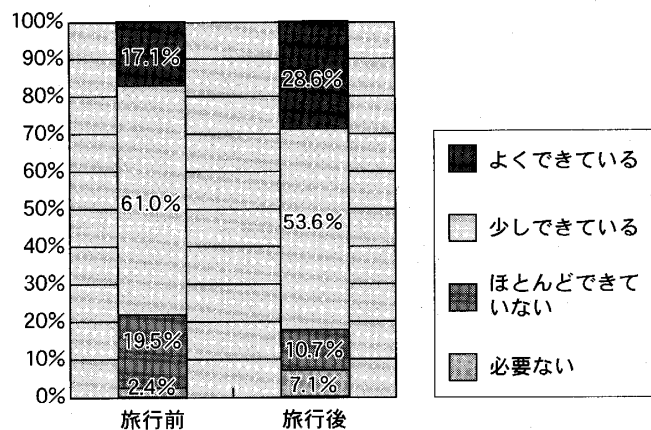


図7. 自分の健康管理に気をつける
旅行前N=41, 旅行後N=28



ている」割合が減少しているが、「よくできている」割合が増えている。「専門職に相談する」は「できている」割合が減少している。

この一泊旅行におけるプログラムでは、同行者である介護専門相談員による講演と参加者同士の交流が行われている。特に介護専門相談員の講演では、「家族とまわりの人に協力を頼むこと」「自分の健康管理に気をつけること」「時には気分転換をする」が「できている」人が増加したことから、介護者が介護と同時に自らの生活を見直すことができていると評価できる。「専門職に相談する」が「できている」人は減少していることについては、プログラム内容において制度やサービス、専門職への期待などの話し合いが十分でなく、介護課題の共有化に留まった結果ではないだろうか。いずれにしても、一泊旅行のみのプログラムの限界であろう。

考 察

教育支援プログラムの第1段階として家族介護者等交流支援事業を行ったわけであるが、エンパワメント・プログラムとして最も効果としてあらわれたのは、参加した家族介護者たちが自らが抱える介護の課題を共有化するという相互支援である。次に、互いに情報交換を行う教育支援ができている。このことは、家族介護者たちが介護課題を、共に解決する方法を見出す第一段階とも言える。

このような介護課題の共有化や情報交換が影響したのか、コーピングの変化からみたプログラム効果において、「協力を求める」「健康管理」「気分転換」など、介護者自身が自らの生活を見直すことができているという点では効果があったと言ってよいであろう。しかし、「専門職に相談すること」や抑鬱度に関してはほとんど変化がみられず、より積極的な問題解決や負担感軽減については、

図8. 時には気分転換をする
旅行前N=41, 旅行後N=28

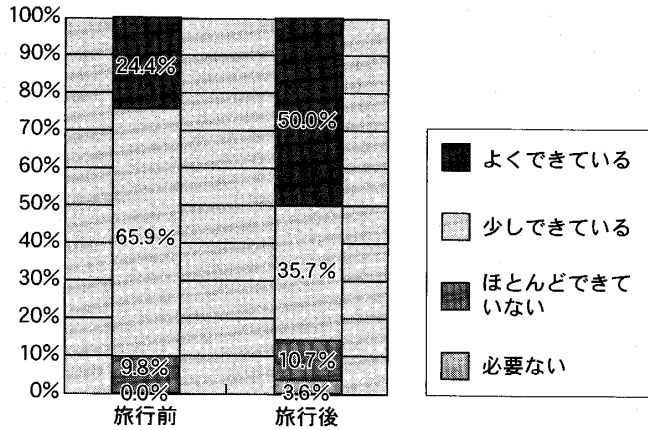
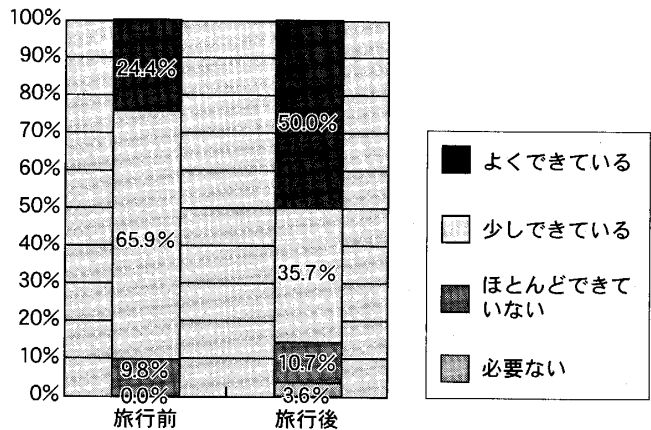


図8. 時には気分転換をする
旅行前N=41, 旅行後N=28



一時的なプログラムの限界がある。

また、今回の旅行においては、今後の介護課題を共に解決する自主的な活動にはまだつながらないようである。ただし、今後の家族介護者交流会への参加意思からみても、見知らぬ介護者同士が一泊旅行をとおして、自らの介護課題を共有化したことによって、セルフヘルプグループ形成の種をまくことができたのではないだろうか。

家族介護者支援に関する今後の自治体の役割

自治体の役割としては、今後も家族介護者同士の交流の機会をつくっていくことも考えられるが、現在行われている交流の機会や介護者教室などの情報提供に努めることも必要であろう。その際に要介護者への対応を準備し、多くの家族介護者が参加できる条件を揃えていくことも忘れてはならない。

セルフヘルプグループは自発的であることが重視されるが、呆け老人をかかえる家族の会の創設過程においても、専門職側からの働きかけがきっかけになっている¹⁴⁾。今回、A市が試みた家族介護者等交流支援事業は、自治体からのセルフヘルプグループ形成への働きかけとして、新しい試みである。また、専門職、家族ではサポートすることが困難である当事者間の情緒的なソーシャルサポートネットワーク創出として、大きな意味を成しているであろう。

※ なお、本研究は、2001年度法政大学特別助成を受けた。

※ 本調査にあたっては、法政大学 早坂聡久氏、淑徳短期大学 三田寺裕次氏による協力を得た。

14) 呆け老人をかかえる家族の会『ぼけても安心して暮らせる社会を』2000年