

## 死別を体験した高齢介護者の 介護実施中と介護終了後の生活状況とその変化

桂 晶子<sup>1)</sup>、佐々木明子<sup>2)</sup>

キーワード：介護者、高齢者、死別、生活状況、在宅介護

### 要 旨

介護実施中および介護終了後の生活状況とその変化を明らかにすること、また、死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連を検討することを目的に、在宅要介護高齢者と死別した高齢介護者を対象に質問紙調査を実施し、以下の結果を得た。1. 介護実施中に「趣味や楽しみ」をもっていた介護者は49.0%、「生きがい」をもっていた者は62.7%であった。一方、介護終了後に「趣味や楽しみ」をもっている者は78.4%、「生きがい」をもっている者は78.4%であった。2. 介護実施中の「外出頻度」は「週3、4回以上」が35.3%、「町内自治会活動に参加」していた者は27.4%であった。一方、介護終了後の「外出頻度」は「週3、4回以上」が66.6%、「町内自治会活動に参加」する者は51.0%であった。3. 介護実施中と終了後の生活状況を比較したところ、介護終了後の方が「趣味や楽しみ」をもつ者 ( $p < .01$ )、「家庭での介護以外の役割」をもつ者 ( $p < .05$ )、「町内自治会活動へ参加」する者 ( $p < .01$ )、「外出頻度」が「週3、4回以上」の者 ( $p < .01$ )が増加した。4. 死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連については、「地域・町内での役割」を担っている者は、担っていない者よりも死別後の経過期間が長い傾向にあった ( $p < .1$ )。

## Changes in living situations for bereaved elderly caregivers

Shoko Katsura<sup>1)</sup>, Akiko Sasaki<sup>2)</sup>

**Key words** : caregiver, elderly, bereavement, living situations, home care

**Abstract** : The objectives of the present study were to ascertain the living situations of elderly caregivers while they provided care and after the end of caring and to assess the correlation between living situations and duration of bereavement. A questionnaire survey was conducted on elderly caregivers who had lost their elderly family member after caring for them at home. The following results were obtained :

1. While providing care, 49.0% of the caregivers had "hobbies and interests". After the end of caring, 78.4% of the caregivers had "hobbies and interests".
2. While providing care, 35.3% of the caregivers went out "a few times a week". After the end of caring, 66.6% of the caregivers went out "a few times a week".
3. When comparing the caring period with the post-caring period, significant differences were observed in "hobbies and interests" ( $p < .01$ ), "roles at home other than care" ( $p < .05$ ), "community activities" ( $p < .01$ ), and "frequency of going out" ( $p < .01$ ).
4. The duration of bereavement for caregivers who had roles in their communities tended to be longer when compared to those who did not have such roles ( $p < .1$ ).

1) 宮城大学看護学部

Miyagi University School of Nursing

2) 東京医科歯科大学大学院保健衛生学研究科

Graduate School of Health Sciences, Tokyo Medical and Dental University

## I. 緒言

寝たきりや認知症高齢者の増加、介護期間の長期化など、介護ニーズはますます増加している。その一方で、核家族化の一層の進展など家族をめぐる状況も大きく変わり、家族にとって、介護は身体的・精神的にも大きな問題と認識されるようになった<sup>1)</sup>。同時に、様々な分野の研究者や実践家が、家族介護者の疲労や介護負担感、ストレス、抑うつなど、介護が介護者の心身に及ぼす影響を客観、主観別に、また、ストレス理論などの理論枠組みに基づいて検討を行ってきた<sup>2-6)</sup>。その結果、介護者の健康状態やその要因に関する多くのことがこれまでに解明されてきた。

しかし、先行研究を概観すると、介護者の健康状態や負担感などの介護の否定的側面に関する研究が多く、介護の肯定的側面や介護経験のプロセスに関する研究<sup>7,8)</sup>は少ない。さらに、社会参加や活動状況など介護と離れた観点から介護者の生活状況を捉えた研究は十分には行われていない。また、研究の実施時期をみると、介護を行っている間の介護者を対象とした研究が大半を占めており、介護を終了した後の介護者の健康状態や生活状況を明らかにした研究は極めて少ない。

家族介護者にとって介護の終了は、要介護者の施設入所や要介護者の死亡によってもたらされるのが一般的であり、要介護者の死亡により介護を終えた介護者は家族との死別を体験することになる。家族や親族、親しい友人のとの死別は、残された者にとって精神的苦痛を伴う体験となり、それが心身の健康へ負の影響を与えることがこれまでの研究で報告されている<sup>9,10)</sup>。さらに、死別体験者に対する支援の必要性が高まっている<sup>11,12)</sup>。このことから、要介護高齢者と死別した介護者においても精神的苦痛を体験している人や支援を必要としている人がいることは容易に推測される。

岡村は<sup>13)</sup>、配偶者と死別した高齢女性を対象に調査を行い、そのなかで喪失による悲しみの克服過程を短期的適応、新しい生活への適応過程を長期的適応と捉えている。また、縦断調査を行った結果として、死別後の年数が経過するとともに、ショックから立ち直り、生活の充実感も高まると述べている<sup>14)</sup>。高齢化と核家族化の進展、介護者

の高齢化、介護期間の長期化などの状況を鑑みると、要介護高齢者と死別した介護者の支援においては、死別による悲嘆への支援にとどまらず、介護者一人ひとりの生活状況を踏まえたうえで、死別後の新たな生活への適応に向けて支援することが重要と考える。

そこで本研究は、在宅要介護高齢者との死別を体験した高齢介護者を対象とし、介護実施中および介護終了後の生活状況と その変化を明らかにすること、また、死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連を検討することを目的とした。

## II. 研究方法

### 1. 調査対象と調査方法

A県内の訪問看護ステーションを利用していた在宅要介護高齢者を看取り終えた家族のなかの主介護者で、死別後2ヶ月以上経過し、且つ、死別後1年半以内である遺族介護者（以下、介護者）を調査対象とした。平成17年3月下旬～5月上旬に調査対象へ電話で調査依頼を行い同意の得られた101人に調査票を郵送した。記入した調査票は筆者宛の郵送にて回収を行い、93人（回収率92.1%）から回答が得られた。

調査は要介護高齢者死別後の介護者支援の研究の一環として行われ、本研究では高齢介護者の介護終了前後の生活状況を明らかとするため、回答者のなかの65歳以上の介護者51人について分析を行った。

### 2. 倫理的配慮

個人情報保護のため、研究協力機関の訪問看護ステーションの職員が、訪問したケースの中から調査対象の条件に該当する介護者に対して電話での研究説明と調査依頼、調査票発送を行い、筆者らは対象者本人の同意なしに個人情報を一切得ないよう留意した。ただし、訪問看護ステーション職員の電話による研究説明と調査依頼の際は、筆者らが作成した文章に沿って行ってもらった。

なお、プライバシー保護の確約、調査協力は自由意志によること等の倫理的配慮に関する説明は、電話での調査依頼の際と調査票送付時に文書にて行い、同意書への署名をもって調査協力の同

意を確認した。

### 3. 調査内容

#### 1) 介護者の背景

介護者の年齢、性別、続柄、介護期間、および要介護者死別後の経過期間を把握した。

#### 2) 介護者の生活状況

介護実施中と介護終了後（現在）の2時点における生活状況を把握した。項目選定にあたっては、介護者の介護実施中・終了後の状況を考慮したうえで生活を多角的に把握できるよう、社会参加・活動、役割、生きがい等の生活上の活力を中心に項目を設定した。具体的には、橋本ら<sup>15)</sup>の社会活動性指標（社会活動を仕事、社会的活動、学習的活動、個人的活動の4側面21項目からなる指標）の中から、仕事、社会的活動、個人的活動の項目を参考とし、対象者の記入の負担を考慮して5項目を設定した。また、死別後の家族が経験する生活上の変化として家庭内の役割変化が指摘されている<sup>16)</sup>ことより家庭内役割に関する1項目、太田ら<sup>17)</sup>のQOL問診表の精神的活力の項目を参考に2項目、さらに外出頻度1項目を加え、次の計9項目を設定した。1. 趣味や楽しみ、2. 生きがい、3. 行き来する友人、4. 家庭での介護以外の役割、5. 地域・町内での役割や係り、6. 仕事（社会的役割）、7. ボランティア活動、8. 外出頻度、9. 町内自治会活動への参加である。これらの項目について、外出頻度は「毎日1回以上」から「1ヵ月に2、3回かそれ以下」の4件法で、町内自治会活動への参加は「よく参加する」から「ほとんど参加しない」の4件法で、それ以外の項目は「あり」、「なし」の2件法で把握した。

### 4. 分析

データの集計および解析にはSPSS 14.0J for windowsを使用し、数量データの単純集計を行った。また、介護実施中と介護終了後の生活状況の違いについてMcNemarの検定を、要介護高齢者死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連についてはt検定を行った。なお、検定を行う際、「町内自治会活動への参加」は「参加」と「不参

加」に、「外出頻度」は「週3、4回以上」と「週1回以下」に集約し、生活状況9項目の回答を全て2群に分類した。

## Ⅲ. 結果

### 1. 介護者の背景

表1 介護者の背景

		人	(%)	mean±SD
平均年齢				74.4±6.7歳
性別	男性	8	(15.7)	
	女性	43	(84.3)	
続柄	夫	4	(7.8)	
	妻	32	(62.7)	
	息子	3	(5.9)	
	娘	4	(7.8)	
	嫁	6	(11.8)	
	その他	2	(3.9)	
職業	なし	39	(76.5)	
	自営業	3	(5.9)	
	農業・林業・漁業	7	(13.7)	
	その他	2	(3.9)	
平均介護期間				82.4±101.2ヶ月
死別からの平均経過期間				10.3±5.0ヶ月
n=51				

介護者の背景は表1に示すとおりである。介護者の平均年齢は74.4±6.7歳であり、性別は男性8人(15.7%)、女性43人(84.3%)であった。要介護高齢者からみた介護者の続柄は、妻が32人(62.7%)と最も多く、次いで、嫁6人(11.8%)、夫4人(7.8%)、娘4人(7.8%)、息子3人(5.9%)、その他2人(3.9%)であった。職業については、無職が39人(76.5%)で、自営業、農業・林業・漁業など何らかの職業をもっている人は12人(23.5%)あった。

介護者の平均介護期間は、82.4±101.2ヶ月であり、被介護者死別からの平均経過期間は10.3±5.0ヶ月であった。

### 2. 介護実施中と介護終了後の生活状況とその変化

#### 1) 介護実施中の生活状況

介護実施中の生活状況は図1に示すとおりである。介護実施中に「趣味や楽しみ」をもっていた介護者は25人(49.0%)、「生きがい」をもっていた介護者は32人(62.7%)、「行き来する友人」がいた介護者は41人(80.4%)、「家庭での介護以外の役割」をもっていた介護者は35人

死別を体験した高齢介護者の介護実施中と介護終了後の生活状況と変化

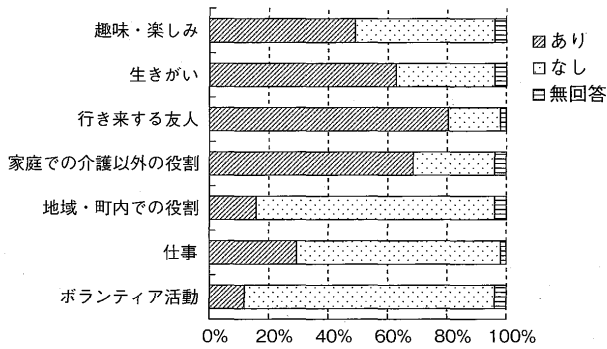


図1 介護実施中の介護者の生活状況 (1)

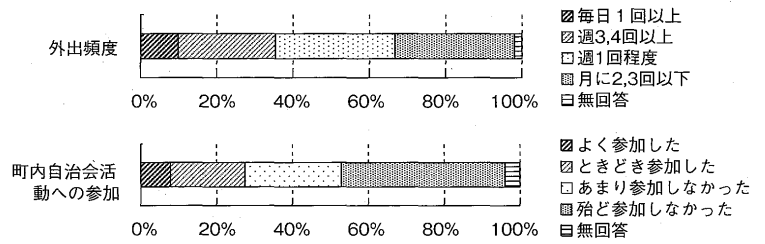


図2 介護実施中の介護者の生活状況 (2)

(68.6%)、「地域・町内での役割」を担っていた介護者は8人(15.7%)、「仕事」についていた介護者は15人(29.4%)、「ボランティア活動」を行っていた介護者は6人(11.8%)であった。

「外出頻度」は、「毎日1回以上」が5人(9.8%)、「週に3、4回程度」が13人(25.5%)、「週に1回程度」および「1ヵ月に2、3回かそれ以下」が最も多く各16人(31.4%)、無回答1人(2.0%)であった。「町内自治会活動への参加」は、「よく参加した」が4人(7.8%)、「ときどき参加した」が10人(19.6%)、「あまり参加しなかった」が13人(25.5%)、「ほとんど参加しなかった」が最も多く22人(43.1%)、無回答2人(3.9%)であった。

2) 介護終了後(現在)の生活状況

介護終了後(現在)の生活状況は図2に示すとおりである。介護終了後「趣味や楽しみ」をもっている介護者は40人(78.4%)、「生きがい」をもっている介護者は40人(78.4%)、「行き来する友人」がいる介護者は43人(84.3%)、「家

庭での介護以外の役割」をもっている介護者は45人(88.2%)、「地域・町内での役割」を担っている介護者は9人(17.6%)、「仕事」についている介護者は12人(23.5%)、「ボランティア活動」を行っていた介護者は6人(11.8%)であった。

「外出頻度」は、「毎日1回以上」が7人(13.7%)、「週に3、4回程度」が最も多く27人(52.9%)、「週に1回程度」が10人(19.6%)、「1ヵ月に2、3回かそれ以下」が7人(13.7%)であった。「町内自治会活動への参加」は、「よく参加する」が5人(9.8%)、「ときどき参加する」が最も多く21人(41.2%)、「あまり参加しない」が4人(7.8%)、「ほとんど参加しない」が18人(35.3%)、無回答3人(5.9%)であった。

3) 介護実施中と介護終了後の生活状況の変化

介護実施中と介護終了後の生活状況の変化を表2に示した。9項目の生活状況のうち有意差が認められたのは「趣味や楽しみ」(p<0.01)、

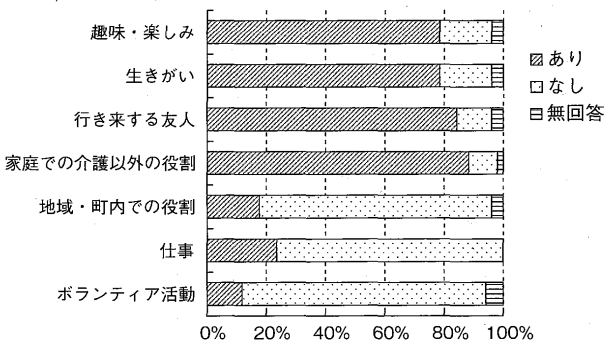


図3 介護終了後(現在)の介護者の生活状況 (1)

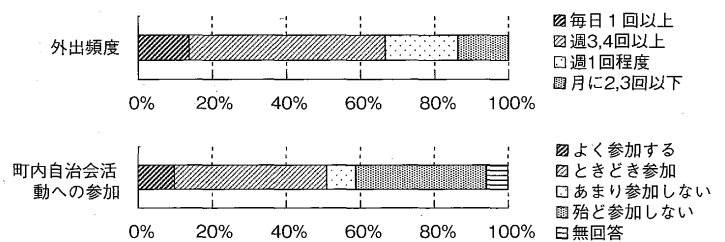


図4 介護終了後(現在)の介護者の生活状況 (2)

表2 介護実施中と介護終了後の生活状況の変化

		介護実施中	介護終了後	
		人 (%)	人 (%)	
趣味・楽しみ	あり	25 (52.1)	39 (81.3)	**
	なし	23 (47.9)	9 (18.8)	
生きがい	あり	31 (64.6)	49 (81.3)	†
	なし	17 (35.4)	39 (18.8)	
行き来する友人	あり	41 (83.7)	43 (87.8)	
	なし	8 (16.3)	6 (12.2)	
家庭での介護以外の役割	あり	35 (71.4)	44 (89.8)	*
	なし	14 (28.6)	5 (10.2)	
地域・町内での役割	あり	8 (16.7)	8 (16.7)	
	なし	40 (83.3)	40 (83.3)	
仕事 (社会的役割)	あり	15 (30.0)	12 (24.0)	
	なし	35 (70.0)	38 (76.0)	
ボランティア活動	あり	6 (12.5)	6 (12.5)	
	なし	42 (87.5)	42 (87.5)	
町内自治会活動への参加	参加	14 (39.2)	26 (54.2)	**
	不参加	34 (70.8)	22 (45.8)	
外出頻度	週3,4回以上	18 (36.0)	33 (66.0)	**
	週1回以下	32 (64.0)	17 (34.0)	

McNemarの検定 †p<0.06 \*p<0.05 \*\*p<0.01

「家庭での介護以外の役割」(p<0.05)、「町内自治会活動への参加」(p<0.01)、「外出頻度」(p<0.01)の4項目で、「生きがい」(p<0.06)には有意傾向がみられた。これらの項目は全て、「あり」の割合(もしくは「参加」、「週3、4回以上」の割合)が介護実施中よりも介護終了後の方が高くなっていた。なかでも、「趣味や楽しみ」をもつ介護者は介護実施中の55.1%から介護終了後は81.3%に、「外出頻度」が「週3、4回以上」の介護者は介護実施中の36.0%から終了後は66.0%へと大きな変化が認められた。

一方、「行き来する友人」、家庭での役割を除く「地域・町内での役割」や「仕事(社会的役割)」、「ボランティア活動」において変化はみられなかった。

### 3. 死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連

死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連をみるため、生活状況の回答選択肢別の死別後平均経過期間を表3に示した。「家庭での介護以外の役割」がある介護者の死別後平均期間は10.2±5.9ヶ月、ない介護者の平均期間は12.3±5.9ヶ月であり、役割のない介護者は役割のある者よりも平均経過期間が長かった。そ

表3 介護終了後の生活状況と死別後の経過期間との関連

		死別後の平均経過期間(ヶ月)
		mean±SD
趣味・楽しみ	あり	10.1±4.9
	なし	10.0±5.4
生きがい	あり	10.6±5.1
	なし	10.6±4.7
行き来する友人	あり	10.8±4.9
	なし	8.6±5.9
家庭での介護以外の役割	あり	10.2±5.0
	なし	12.3±5.9
地域・町内での役割	あり	13.0±5.5
	なし	9.7±4.6
仕事 (社会的役割)	あり	11.7±5.0
	なし	9.9±5.0
ボランティア活動	あり	12.0±2.5
	なし	10.2±5.1
町内自治会活動への参加	参加	11.0±4.6
	不参加	9.7±5.2
外出頻度	週3,4回以上	10.3±5.0
	週1回以下	10.3±5.3

t検定 †p<0.07

れ以外の8項目については、「あり」(もしくは「参加」、「週3、4回以上」)と回答した介護者の方が、「なし」(もしくは「不参加」、「週1回以下」)と回答した介護者よりも死別後の平均経過期間が長い、あるいは同じであった。

有意差については生活状況9項目のいずれにおいても認められなかったが、「地域・町内での役割」では、役割がある介護者の死別後平均期間は13.0±5.5ヶ月、役割のない介護者の平均期間は9.7±4.6ヶ月であり、「あり」と回答した介護者の方が、「なし」と回答した介護者よりも死別後の平均経過期間が長い傾向にあった(p<0.07)。

## IV. 考 察

### 1. 高齢介護者の介護実施中の生活状況と支援

介護実施中に「趣味や楽しみ」をもっていた介護者は49.0%、「生きがい」をもっていた者は62.7%、「行き来する友人」がいた者は80.4%であった。緒言で述べたように、これまでの研究は介護が介護者に及ぼす負の影響に関するものが多く、町田ら<sup>20)</sup>の調査では、「生活犠牲感」、「介護負担感」、「健康悪化感」など介護に対する否定的感情をもちながら介護を行っている介護者は半数以上だったと報告している。しかしながら、本研

究において約半数あるいはそれ以上の高齢介護者が、要介護高齢者の介護をしながらも趣味や楽しみ、生きがいなど精神的活力につながる対象や感情をもちながら生活していることが示された。このことから、介護者の多くは、介護への否定的な感情ばかりでなく、自分自身の楽しみや生きがいなどの肯定的感情の両方をもちながら生活していることが推察された。介護経験を質的研究で明らかにした山本<sup>18,19)</sup>は、介護者は自分の生きがいを保持することにより介護しながら自分を生かそうとしていると述べ、介護を継続する上で生きがいを保持することの重要性を指摘している。高齢介護者が生きがいをもつことは、介護の継続ばかりでなく、介護者が自分の生活を豊かに過ごす上でも重要である。また、在宅介護において要介護高齢者と介護者とは相互作用を受けながら生活していることから、介護者が楽しみや生きがいなど肯定的な感情をもって生活することは、要介護高齢者においても好影響をもたらす可能性が考えられる。これらのことから、介護実施中の介護者を支援する上では、否定的感情の受容・共感、軽減など介護によってもたらされる負の影響に対する支援と、精神的活力の保持、増進の両方の視点をもつことが大切なのではないかと考える。

家庭内外の役割については、「家庭で介護以外の役割」も行っていた介護者が68.6%と多かった。これに比べて、精神的・身体的および時間的余裕がないと実施が容易でない「地域・町内での役割」、「ボランティア活動」については「あり」が1~2割と少なかった。

「外出頻度」を調査した先行研究として、新潟県A町の65歳以上の住民を対象とした調査<sup>21)</sup>がある。その対象の平均年齢は74.8±6.9歳であり、本研究の74.4±6.7歳とほぼ同様であったが、「外出頻度」が「週1回以下」は10.6%、「週2、3日以上」が89.4%であった。また、大阪府B市のADLが自立している一人暮らし前期高齢者を分析対象とした調査<sup>22)</sup>においても、「週1回以下」は11.2%、「週2、3回以上」が88.8%であり、新潟県A町の結果と極めて近い値であった。それに対して、本研究では、「週1回以下」は62.8%、「週3、4回以上」は35.3%という結果で、前述の2つの先行

研究とは回答選択肢の設定頻度が若干異なるものの、介護実施中の高齢介護者の外出頻度は極めて低いことが明らかとなった。

「町内自治会活動への参加」については、最も多かったのが「ほとんど参加しなかった」の43.1%、次いで「あまり参加しなかった」の25.5%であった。前掲した町田<sup>20)</sup>は、介護により「生活を犠牲にしている」と感じている介護者は64.0%だったと報告している。本研究においても「外出頻度」と「町内自治会活動への参加」の状況より、介護者の生活行動・活動は介護により大きく制約されていることが伺える。また、介護実施中は地域社会とのつながりが希薄化する可能性が考えられる。核家族化が進展するなか、特に、高齢者が高齢者を介護する状況においては、介護者が孤独にならないような支援が極めて重要であり、在宅介護を支援する専門職者は、訪問や電話などの支援回数を増やしたり、介護者の自助グループや自治体での介護者の会を紹介したり、参加が困難な場合は会誌を送付してもらうようにするなど、介護者を孤独にしない支援が必要である。また、介護サービス計画（ケアプラン）を作成する際は、介護者、要介護高齢者の希望尊重の前提のもと、介護者に対する時間的余裕の確保にも配慮し導入サービスを検討することが大切なのではないかと考える。

## 2. 高齢介護者の介護終了後の生活状況の変化と支援

介護実施中と介護終了後の生活状況を比較した結果、「趣味や楽しみ」、「家庭での介護以外の役割」、「外出頻度」、「町内自治会活動へ参加」に有意差が、「生きがい」には有意傾向がみられ、介護終了後の方が趣味や家庭で介護以外の役割をもつ者が増え、また、外出頻度や町内活動などへの参加が高まっていた。死別後の家族が経験する生活上の変化としては、経済的変化や家族関係、家族役割の変化が指摘されているが<sup>13,16)</sup>、本研究により、死別によって介護を終えた高齢介護者に、趣味や楽しみの獲得などの精神的活力の変化、および外出頻度や町内活動など個人的活動・社会的活動の変化がみられることが示された。

高齢者の生活状況の変化に触れた先行研究をみると、文献によって表現や尺度の枠組みに違いはみられるが次のような結果が得られている。中高年者の社会参加状況を横断調査した金<sup>23)</sup>は、年齢階級別の分析結果として、「仕事」は男女とも55歳移行は直線的に減少、「個人的活動」(近所付き合い、旅行など)は一定の水準を保っていたのが男性では70歳以降、女性は75歳移行に低くなる、「社会・奉仕活動」(町内会自治会活動、奉仕活動など)は55~64歳よりも65~70歳の高齢期に高くなりその後低くなると報告している。高齢者の社会活動状況を調査した橋本<sup>15)</sup>は、年齢階級別の分析結果として、「仕事」と「個人的活動」は年齢とともに単調に減少、「社会的活動」は65~69歳から70~74歳でほぼ同じまたは上昇し、70歳以上で年齢とともに減少したと前掲の金<sup>23)</sup>と類似する結果を述べている。高齢者のQOLを縦断調査した前田<sup>24)</sup>は、3年後の高齢者の精神的活力(将来の希望、趣味、生きがい)について、年齢・男女別に分類した10群のうち3群が有意な低下を示したと述べている。高齢者の外出については、年齢階級別の分析結果として、年齢が高くなるほど「毎日外出する」の割合は低く、「週に1日以下」の割合が高くなると内閣府の調査<sup>25)</sup>において報告されている。

以上の先行研究をふまえた上で改めて本研究結果をみると、「町内会自治会活動への参加」を除く、「趣味や楽しみ」、「生きがい」、「家庭での介護以外の役割」、「外出頻度」における高齢介護者の介護終了後の変化は、高齢者においては特異的な変化であるといえる。このような生活上の様々な変化は、高齢介護者の心身に少なからぬ負担となっていた介護を終えたことで自由時間が増え、余暇を自分のために使える精神的・身体的ゆとりができたためと考えられる。また、大切な家族を亡くした悲しみや、介護という大きな役割を終えた喪失感などを癒し、軽減するために意識あるいは無意識的にとっている対処行動であるとも考えられる。

高齢者の喪失体験について竹中は<sup>26)</sup>、新たな生活に適應するのに時間はかかるが、喪失体験に向き合うことを通して新しい自分を築いていく。こ

こにも老いの両義性をみることができると述べている。本研究において、家族との死別を1年半以内に体験した高齢介護者に精神的活力の変化や個人的活動・社会的活動の変化がみられたことは、高齢者の生活適應力の強さを再認識させるものである。しかしながら、家族の死と介護役割の喪失という2つの喪失を体験し、同時に新たな生活への適應という課題を有することは、高齢者にとっては非常に大きなストレスと成り得ることであり、高齢介護者が喪失体験に向き合い、新たな生活へ適應するための支援は不可欠であると考えられる。近年、緩和ケア病棟における遺族ケアや遺族に対するサポートグループ活動が充実してきているが<sup>27,28)</sup>、在宅要介護高齢者と死別した高齢介護者に対する支援は整えられておらず、介護者を介護実施中から介護終了後までも含めた支援システムを確立することは極めて重要な課題であると考えられる。

## V. 研究の限界

本研究を実施した地域が一つの県に限定されていること、対象の同意に基づく質問紙調査であるため全対象のデータではない。また、介護実施中の生活状況については過去に遡った記憶に依拠するため情報の誤りも考えられる。これらのことから本研究結果を直ちに一般化することはできない。しかし、これらの限界を踏まえたうえでもなお、本研究によって、要介護高齢者との死別により介護を終了した高齢介護者の精神的活力の変化や、個人的活動・社会的活動の変化を明らかにしたことは、今後の遺族支援および介護者支援における貴重な知見であると考えられる。今後は、調査地域および対象数の拡大をはかるなど信頼性のより高い結果を得る必要がある。

## VI. 結論

介護実施中および介護終了後の生活状況とその変化を明らかにすること、また、死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連を検討することを目的に、在宅要介護高齢者と死別した高齢介護者を対象に質問紙調査を実施し、以下の結果を

得た。

- ・介護実施中に「趣味や楽しみ」をもっていた介護者は49.0%、「生きがい」をもっていた介護者は62.7%、「行き来する友人」がいた介護者は80.4%であった。一方、介護終了後に「趣味や楽しみ」をもっている介護者は78.4%、「生きがい」をもっている介護者は78.4%、「行き来する友人」がいる介護者は84.3%であった。
- ・介護実施中の「外出頻度」は、「週に1回程度」および「1ヵ月に2、3回かそれ以下」が最も多く各31.4%であった。一方、介護終了後は「週に3、4回程度」が最も多く52.9%、次いで「週に1回程度」の19.6%であった。
- ・介護実施中の「町内自治会活動への参加」は、「ほとんど参加しなかった」が最も多く43.1%、次いで「あまり参加しなかった」の25.5%であった。一方、介護終了後は「ときどき参加する」が最も多く41.2%、次いで「ほとんど参加しない」の35.3%であった。
- ・生活状況9項目について介護実施中と介護終了後を比較したところ4項目において有意差が認められた。つまり、介護終了後の方が介護実施中よりも「趣味や楽しみ」をもつ介護者 ( $p<0.01$ )、「家庭での介護以外の役割」をもつ介護者 ( $p<0.05$ )、「町内自治会活動」へ参加する介護者 ( $p<0.01$ )、「外出頻度」が「週3、4回以上」の介護者 ( $p<0.01$ )が増加した。
- ・死別後の経過期間と介護終了後の生活状況との関連については、「地域・町内での役割」を担っている介護者は、担っていない介護者よりも死別後の経過期間が長い傾向にあった ( $p<0.1$ )。

## 謝 辞

本研究の実施に際し多大なご協力とご指導を賜りました訪問看護ステーションの皆様にご心より御礼申し上げます。また、調査へのご協力と貴重な示唆をお与えくださいました介護者の皆様へ深謝申し上げますとともに、お亡くなりになられた要介護高齢者の方々のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

本研究は、平成16～18年度科学研究費補助金(若手研究B)を受けた研究の一環として行われたものであり、結果の一部を第9回日本地域看護学会学術集会で発表した。

## 文 献

- 1) 厚生労働省編：厚生労働白書 平成18年版。pp140-144, 株式会社ぎょうせい, 東京, 2005
- 2) 町田いづみ, 保坂隆：高齢化社会における介護者の現況と問題点 うつ病および自殺リスクに関して. 最新精神医学, 11(3), 261-270, 2006
- 3) 宮下光子, 酒井真理, 飯塚弘美他：在宅家族介護者の介護負担感とそれに関連するQOL要因. 日本農村医学会雑誌, 54(5), 767-773, 2006
- 4) 荒井由美：Zarit介護負担スケール日本語版の応用. 医学のあゆみ, 186, 5270-5272, 1998
- 5) 杉浦圭子, 伊藤美樹子, 三上洋：在宅介護の状況および介護ストレスに関する介護者の性差の検討. 日本公衆衛生雑誌, 51(4), 240-251, 2004
- 6) 中谷陽明 (1992) 在宅障害老人を介護する家族の"燃えつき"- "Maslach Burnout Inventory" 適用の試み-. 社会老年学, 36, 15-26.
- 7) Lioness Ayres：Narratives of family caregiving. The process of making meaning. Research in Nursing & Health, 23, 424-434. 2000
- 8) 齊藤恵美子, 國崎ちはる, 金川克子：家族介護者の介護に対する肯定的側面と継続意向に関する検討. 日本公衆衛生雑誌, 48(3), 180-189. 2001
- 9) Backer BA, Hannon N, Russell N：岡堂哲雄, 大西和子監訳：死とその周辺 死への総合的アプローチ. 第10章 死別と悲嘆. pp256-280, 廣川書店, 東京, 1997
- 10) 寺崎明美, 小原泉, 山子輝子, 間瀬由記, 林洋一：高齢女性の配偶者死別における悲嘆と影響要因. 老年精神医学雑誌, 10(2) 167-180, 1999
- 11) 中野貞彦：遺族のつどい 心が開かれるがん患者の遺族の会のつどい. ホスピスケアと在宅ケア, 13(3), 199-204, 2005



- 12) 中村寿子：グリーンケアについて：臨床と薬物治療, 18 (3), 264-267, 1999
- 13) 岡村清子, 河合千恵子：高齢女性における配偶者喪失後の役割移行と適応. 老年社会科学, 9, 53-70, 1987
- 14) 岡村清子：配偶者との死別に関する縦断研究 - 死別後の孤独感の変化 -. 社会老年科学, (15) 2, 157-165, 1994
- 15) 橋本修二, 青木利恵, 玉腰暁子他：高齢者における社会活動状況の指標の開発. 日本公衆衛生雑誌, 44 (10), 760-768, 1997
- 16) 鈴木志津枝：遺族ケアの基本と実際. ターミナルケア, (11) 1, 12-17, 2001
- 17) 太田壽城, 芳賀博, 長田久雄他：地域高齢者のためのQOL質問表の開発と評価. 日本公衆衛生雑誌, 48 (4), 258-267, 2001
- 18) 山本則子：痴呆老人の家族介護に関する研究 娘および嫁介護者の人生における介護経験の意味 2. 価値と困難のパラドックス. 看護研究, 28 (4), 313-333, 1995
- 19) 山本則子：痴呆老人の家族介護に関する研究 娘および嫁介護者の人生における介護経験の意味 3. 介護量引き下げの意思決定過程. 看護研究, 28 (5), 409-427, 1995
- 20) 町田いづみ, 保坂隆：高齢化社会における在宅介護者の現状と問題点 8486人の介護者自身の身体的健康感を中心に. 訪問看護と介護, 11 (7), 686-693, 2006
- 21) 藤田幸司, 藤原佳典, 熊谷修他：地域在宅高齢者の外出頻度別にみた身体・心理・社会的特徴. 日本公衆衛生雑誌, 51 (3), 168-180, 2004
- 22) 渡辺美鈴, 渡辺丈眞, 川村圭子他：ひとりで遠出できないとする高齢者の背景要因 大阪市近郊に独居する自立前期高齢者における調査. 日本公衆衛生雑誌, 51 (10), 854-861, 2004
- 23) 金貞任, 新開省二, 熊谷修他：地域中高年者の社会参加の現状とその関連要因 - 埼玉県鳩山町の調査から -. 日本公衆衛生雑誌, 51 (5), 322-334, 2004
- 24) 前田清, 太田壽城, 芳賀博：高齢者のQOLに対する身体活動習慣の影響. 日本公衆衛生雑誌, 49 (6), 497-506, 2002
- 25) 内閣府編：高齢者白書 平成16年度版. Pp49-50, 株式会社ぎょうせい, 東京, 2004
- 26) 竹中星郎：高齢者の生と死を考える 老年期をいかに生きるか 喪失体験と再生. Geriatric Medicine, (44) 1, 27-31, 2006
- 27) 中野貞彦：心が開かれるがん患者の遺族の会のつどい. ホスピスケアと在宅ケア, (13)3, 199-204, 2005
- 28) 岡和史, 池田文子：大切な人を亡くした方を支えるセルフヘルプグループとサポートグループ. ターミナルケア, (11) 1, 46-49, 2001