

〔報告〕

介護者の介護認識の現状と介護価値を高めるための援助方法

米 増 直 美¹⁾ 松 下 光 子¹⁾ 大 川 眞智子²⁾ 松 山 洋 子¹⁾

Caregivers' Recognition about Caregiving and Nursing Care Approach for Appreciate the Value of Caregiving in the Community

Naomi Yonemasu¹⁾, Mitsuko Matsushita¹⁾,
Machiko Ohkawa²⁾, and Yoko Matsuyama¹⁾

I. 目的

在宅療養では、家族が介護を担当することが多いが、介護家族の負担は、身体的にも精神的にも大きい。介護負担を軽減するためには、保健・医療・福祉サービスの充実と共に、当事者である家族がその介護体験を負担の面だけでなく、意味のある体験、価値のある体験であると実感できるよう支えることが必要であると考え、直接的に介護に関わっている家族介護者は、介護について多様な学びを得ていると思われる。看護職の役割として、介護体験による学びを促進させ、介護者が介護の意味や価値を見いだすための援助は重要である。そして、在宅療養には、家族ばかりでなく、親戚や近隣の人々が関わっており、地域社会の介護に対する考え方も家族の介護の受けとめ方に大きく影響する。したがって、介護価値観を高めるためには、介護に携わっている人だけでなく、その地域の人々の介護価値観を同時に高める必要がある。このような、地域社会全体の介護の価値を高めることは、看護として、さらに行政の役割として重要である。また、介護を終えた者に対しても、介護の学びを促進していく必要がある。介護終了後に介護を振り返り、介護からの学びを認識することにより介護の価値を高めることにつながると考える。

しかし、介護体験の学びや介護価値の概念については、現在研究途上^{1~5)}にある。人々の介護認識の現状と介護体験の学びを促進するための看護援助実践をデータ化し、積み重ねることにより、介護体験の学びや介護価値につ

いての概念を明らかにする必要がある。

そこで、一定地域単位で、現在介護に取り組んでいる人々ならびに、介護を終了した人々の介護認識の現状を調べ、さらに、介護の意味や価値を見いだすための働きかけの実践を通して、地域において介護価値を高めるための援助の方法を検討する。

II. 方法

1. 調査対象

人口約1,600、高齢者の割合約28%の村において、現在家族員の介護を実践している主介護者とすでに介護を終了した者とする。調査期間内に協力が得られた対象は、現在介護中の者26名と介護終了者2名であった。

2. 調査項目

- 1) 対象者への聞き取り内容：a. 介護者の属性（性、年齢、続柄、介護期間、健康状態）b. 要介護者の属性（性、年齢、身体状況）c. 介護の現状と介護に対する認識（家族による介護の現状、親戚・近隣による介護協力の現状、介護による生活の変化、介護して良かったと思うこと、介護することの気持ちの変化、介護経験の意味、介護経験を役立てたいと思うか）
- 2) 調査者の判断：a. 対象世帯へ援助すべき課題および、その場で実施した援助内容 b. 介護者の得ている学びとは何か c. 介護価値を高める援助方法

3. 情報収集方法

調査者が、保健婦として家庭訪問援助を実施する過程

1) 岐阜県立看護大学 地域基礎看護学講座 Community-based Fundamental Nursing, Gifu College of Nursing

2) 岐阜県立看護大学 機能看護学講座 Management in Nursing, Gifu College of Nursing

で情報収集を行う。まず、介護の現状を具体的に聞き、介護者の介護にかかわる認識を捉え、それを調査項目1)のデータとする。そして、介護者からの情報収集過程の中で、介護者が介護に意味や価値を見出すための援助を行う。さらに、家庭訪問で得た情報を、調査者自身が保健婦として総合的に判断し、調査項目2)のa, b, c各項目のデータを得る。尚、今回の調査には11名の調査者が参加し、単独で家庭訪問した。

Ⅲ. 結果

1. 調査対象の状況

1) 介護者の状況

介護者の性、年齢、続柄別構成、介護期間を、表1、表2、表3に示す。介護者には女性が多く、その中でも、嫁の立場の者が最も多く、次いで妻が多かった。介護期間は、1～5年間の者が最も多かったが、10年以上の者も含め、5年以上介護している者も多かった。

健康問題については、健康問題有りの者が20名、無しが7名、不明1名であった。有りの者の内容は、高血圧が7名、肩こり・肩の痛み4名、腰痛3名であった。また、がん等の手術後で回復期にある者が4名いた。

表1 介護者の性別年齢別構成

年齢階級 性別	30～ 39歳	40～ 49歳	50～ 59歳	60～ 69歳	70～ 79歳	80～ 89歳	計
男 性			1	1	2	1	5
女 性	1	2	10	4	6		23
計	1	2	11	5	8	1	28

表2 介護者の性別続柄別構成

続柄 性別	配偶者	実 子	義 子	親	計
男	1	4			5
女	8	3	11	1	23
計	9	7	11	1	28

表3 介護期間

介護期間	介護者数 (人)
1 年 未 満	3
1 ～ 5 年	11
5 ～ 10 年	6
10 年 以上	7
不 明	1
計	28

(注：複数の要介護者がいる場合は、介護期間の長い方に含めた)

2) 要介護者の状況

現在介護中の者のうち2名は、同時に2名の要介護者

への介護を実施中であったので、要介護者は合計28名であった。要介護者の年齢階級別性別構成を表4に示す。女性で、高齢の者が多かった。また、要介護の原因となった主な疾患・症状を表5に示す。これは、介護者から聞き取ったものである。脳血管疾患が最も多く、次いで痴呆が多かった。

表4 要介護者の年齢階級別性別構成 (人)

年齢階級 性別	60歳 未満	60歳 代	70～ 74歳	75～ 79歳	80～ 84歳	85～ 89歳	90～ 94歳	95歳 以上	不明	合計
男 性	2	1	2	4	1	1				11
女 性	1	2	2	1		7	2	1	1	17

表5 要介護の原因となった
主な疾患・症状 (人)

疾患名・症状	要介護者数
脳血管疾患	10
痴呆	8
骨折や転倒による痛み	2
脊髄損傷	1
進行性の筋肉の病気	1
前立腺の病気	1
白内障	1
リウマチ	2
老衰	2

2. 介護内容と介護に対する認識

1) 日常の介護で困っていることとその対処方法・工夫

(1) 食事：男性介護者では食事作りに関する困り事があった。その他、要介護者の食事動作に関することや、要介護者に食欲がないこともあった。対処方法としては、食事内容の工夫、きざみ食・軟らかい物など形状の工夫や、リハビリだと思って本人に食べさせるなどがあった。

(2) 排泄：おむつ交換に関する困り事があり、具体的には、要介護者の脚が曲がっているため交換しづらい、痴呆のある要介護者が暴れたり、介護者をたたいたりする、おむつをはずそうとする、などがあった。工夫していることは、他の家族員の協力を求める、おむつをはずさないように、つなぎのパジャマを利用するなどであった。他にも、トイレ介助方法の工夫、排泄時の清潔ケアの工夫など、多様な工夫があった。

(3) 清潔：困っていることでは、要介護者が入浴したくない、要介護者の身体機能低下により入浴動作が困難、風呂の構造の問題があった。工夫は、デイサービスを利用する、風呂の改造などがあった。

- (4) 移動：困っていることでは、要介護者が動きたがらないこと、逆に、痴呆のある要介護者では、外出しないように言っても出ていってしまうなどがあった。工夫は、住宅改造により車椅子を利用しやすくなったこと、要介護者への励ましなどがあった。

2) 介護による生活の変化

(1) 家族による介護の現状と家族の結びつきの変化

現状として介護者の子どもたちが送迎、買い物、介護協力など様々な協力をしていた。孫たちも、要介護者に声をかけたり、介護を手伝っており、介護を手伝うことが教育になっていると感じている介護者もいた。家族の変化として、夫、子ども、家族全体の変化があり、協力的になった、家族の絆が深まった、ということがあった。また、もともと家族関係がよい、変わらないという意見もあった。

(2) 親戚・近隣との関係・結びつきの変化

受けているあるいは受けていた援助は、要介護者に声をかけたり様子を見に来てくれるというものがあり、介護者はうれしい、ありがたいと感じていた。介護者の話し相手や励ましといった、介護者を気持ちの上で支えるものもあり、介護者は、気が楽になった、救われたなどと表現していた。日常生活の中で小さな出来事として、留守番、食品を持ってくる、送迎等さまざまな協力があり、さらに、散髪や、血圧測定など専門技術を生かした援助もあった。しかし、一方では、「頼みたくない」「頼めるが何度もというわけにはいかない」という人もいた。要介護者をデイサービスに預けて介護者が仕事をするを、「預けてまで働くことはない」と、親戚・近所の人から避難されたり、親戚から援助はないが介護に口出しされたなど、介護について批判されたり、干渉され嫌な思いをした人もいた。そういう経験をした人は、家族の中で認められ、自分の考えを貫くことで対応していた。

(3) 介護を始めたことで起こった生活の変化による困難とそれへの対処

介護者が仕事を辞めた、自由時間がなくなった、同居することになった、介護のストレスなど多様であり、各家庭それぞれに介護による影響が現れていた。困難に対しては、やっていくうちに慣れたり、

対応できるようになっていたり、自分の役割と引き受けていたり、家族と協力して対応したりしていた。

(4) 介護していて良かったと思えること

「特にない」という回答が7名で最も多く、「良かった」と思う者のその内容は、要介護者が介護に反応を示したり、感謝の言葉を述べたりという要介護者本人とのかかわりで感じる事、家族の絆が深まったなど家族とのかかわりの中で感じる事、精神的に強くなったなど介護者自身の変化等が挙げられた。

(5) 要介護者への気持ちの変化

痴呆を受けとめられるようになった、本人の事を受けとめたり、対応方法を身につけたりしていた。介護の中で喜びが見つけれられるようになったという人もいた。

(6) 介護する事に対する気持ちの変化

介護開始前は、いつか自分がするものだと思っていた人が14名であった。考えたことがなかったと答えた人や男性の中には「妻が夫を看るものだと思っていた」という人もいた。介護開始後の気持ちの変化は、「変わらない」と答えた人が5名であった。現実問題となって、引き受ける覚悟をした人、実際やってみると大変さを感じている人、家族の状況が予想外だった人、「しかたない」と受け入れている人などがいた。介護は人生のいい経験と受けとめている人もいた。

(7) 介護経験の意味

表6に示す。肯定的な捉え、否定的な捉え、当然のこと、わからないに分けられ、中でも肯定的な捉えの表現が多く、人生の良い経験自分や子どもにとってプラスなど介護をプラス経験として捉えていた。自分自身の考え方や気持ちのポジティブな変化もあった。また、自分の健康を見直す機会としても、捉えていた。否定的な直接表現はなかったが、前向きに捉えることが難しい様子の事例もあった。介護は特別な経験ではなく、当たり前のこととしている介護者もいた。「わからない」と回答した者には、介護経験が1年未満の者が多かった。

(8) 介護経験を役立てることへの気持ち

「協力したい・役立てたい」という者が11名あっ

表6 介護経験の意味

介護経験の意味分類		具 体 的 内 容
肯定的な捉え		
	介護は人生の良い経験	人生の良い経験。自分が実母を看た時は寝かせておいただけ。大変だった。今は福祉もあるしオムツを作ったり洗ったりということもない。良い経験だと思う。
	自分にとってプラス	介護を経験しない人よりも、経験させてもらって勉強させてもらった。ありがたいと思う。絶対自分にとってプラスになる。
	子供にとってプラス	自分よりも子どもたちにプラスになると思う。子どもは介護を手伝ったり、親の介護を見ることで「お母さんはこうやっていたな。私もこうやるんだ」と思えるだろう。子どもが介護する立場にたった時、経験者だからこそ教えてやれる。息子も自分は手を出さなくてもそういう親の姿を見ることでプラスになるだろう。だから、「父親がオムツを換えているよ」など介護している様子を言い聞かせるようにしている。
	プラス志向になった	物事を何でもいいほうに解釈するようになった。
	穏やかな心になれた	穏やかな心になれた自分がうれしい。
	精神的に強くなった	精神的に強くさせてくれた。
	主体的に判断・行動できるようになった	夫の判断などで家の中のことを勧めてきたが、自分で家の中の課題などに対処し、行動できるようになった。
	人のやさしさや暖かさがわかる	介護することで、人のやさしさや暖かさが身にしみてわかるようになった。
	日々の大切さ、当たり前のことに感謝できる	介護することで、一日一日を大切に暮らすようになった。今日一日が無事過ごせれば、小さなこと当たり前のことにも感謝できる。
	介護の自信がついた	できないと思っていた人の世話ができたので、ちょっとだけ自信がついた。デイサービスなどで手伝いなどができるかもしれないと思うようになった。
	自分の健康を見直す機会	自分の健康を見直すきっかけ。
	くよくよしない	介護は自分の仕事であり、宿命、因縁なので、くよくよしても仕方ない。先々のことまで考えたり、くよくよしても仕方ないので考えないようにしている。
	介護はイヤじゃないと思う	介護はイヤじゃない。
否定的な捉え		
	大変である	大変である。ただ、本人は食べることは自分でできるから、それだけでもいいかなあと思う。
当然のこととしての捉え		
	親に対する思いの変化	親に対しての思いが変わった。苦勞していたので、今度は自分が面倒を見るのは当たり前。
	介護は特別な経験ではない	介護は、特別な経験ではなく、自分の定まりなのでやれることはやりたいと思うが、他の経験と違いはない。 当たりのことをやっただけ
	自分の役割を果たしている	自分の与えられた役割を果たしている。
わからない		
	まだわからない	介護に入って日が浅いのでよくわからない。 まだわからない。 大変になるかもしれない。またその時々で考えようと思う。まだ、介護経験しているという感じではない。
	わからないけどやるしかない	わからない。夫婦で助け合わないやっていけないのでやるしかない。

た。内容は、自分の経験を話すことや、デイサービスの手伝いやボランティア等があった。また、介護の大変さがわかるので、気持ちを理解したいなど、介護者の精神的サポートを表現している者もいた。介護終了者の2名は、「必要とする人がいれば手助けしたい」「体力があれば手助けしたい」と答えていた。役立てたいと思わないと答えたのは7名で、

「今は考えられない」、「自分の経験は役立つほどの経験ではない」等の意見があった。

3. 調査者の判断

1) 対象世帯への援助すべき課題

調査者が判断した援助課題を表7に示す。介護者に関するものでは、健康問題を持つ介護者が多いことから、介護者の健康管理が最も多くあげられた。そして、介護

表7 援助課題

内 容	件 数
1 介護者に関するもの	
介護者の健康管理	8
介護負担への対応	4
介護者の気持ちを受けとめる	5
介護についての相談、支持、励まし	3
介護に取り組めるように支援する	2
他の介護者を支援する方法への気づきを支援	1
2 サービス導入に関するもの	
サービス利用に関する正しい情報、具体的な情報が得られ、適切な時期に利用を具体的にサポートする	3
必要と思われるサービスの導入	1
今後必要になるとと思われるサービスの検討	2
現在利用しているサービスへの要望への対処	1
3 要介護者本人に関するもの	
栄養面の充実	3
褥創の回復	1
初期の痴呆症状の有無の確認	1
転倒予防	1
他者との交流による機能低下予防	1
家族の中で孤立状況ではないか？	1
生活行動面の現状維持	1
治療方針の説明・理解不十分	1
車椅子の使用法の専門的アドバイス	1
同年代同性の人との交流、話し相手を探す	1
予測される機能低下の状況に合わせた対応	1
4 要介護者・家族全体に関するもの	
現状維持	2
状況を見ながら必要時に対応	3
高齢者世帯なので見守りが必要	1
周囲が家族の大変さを理解して接することができるよう働きかける	1
5 他の家族員に関するもの	
他の家族員が要介護状態（対応中）	1
介護を支援する娘夫婦の負担状況、気持ち・考えを確認	1
長男の健康問題への対応、適正受診のすすめ	1
介護者の娘夫婦が介護経験を建設的に受け止められるように支援	1
将来を考えると、今の介護に対する介護者の長男夫婦の関わり、存在をもっと明確にする	1

負担への対応、気持ちを受けとめる、介護についての相談・支持・励まし、介護に取り組めるよう支援、他の介護者を支援する方法への気づきを支援があげられた。その他、サービス導入に関するもの、要介護者に関するもの、要介護者・家族全体に関するものもあげられた。

2) 実施した援助内容

調査の中で実施した援助内容を表8に示す。実施している介護を支持する13件、介護者の気持ちを受けとめる12件、介護経験を振り返り意味づけする9件であっ

た。これらは、介護者の介護にかかわる率直な気持ちを受けとめたり、介護者が、実施している介護についてこれでよいのかと悩みながらも、努力したり、工夫しながら、介護の困難を乗り越えてきたことに対し、その意義を認めたものであった。「家族の絆を確認しあった」は5件で、その内容は、家族が協力して介護を行うことにより家族の絆を深めていることを認めたものであった。その他、介護者の健康管理、本人への対応、サービス利用についての援助、他の家族員への援助が実施された。

表8 調査時に実施した援助

実施した援助内容	件数
介護者の行っている介護を支持した	13
介護者の気持ちを受けとめた	12
介護経験の振り返りを支援、介護経験の意味を考えた	9
介護体験を語り、気持ちの整理をすることを促した	1
介護を肯定的に受け止めてくれたことをねぎらった	1
介護者が地域に対して担っている役割の確認、介護に生かしていることを認めた	1
家族の絆を確認しあった・認めた	5
周囲の人々の存在、協力を振り返った	2
介護している人の話を聞いてあげることを話し合った	1
要介護者から介護者への感謝の気持ちの表出を促した	1
要介護者にも話しかけ話を聞いた、本人の話を受け止めた	5
要介護者の血圧測定、声かけ、清潔援助	1
要介護者の家での役割を確認した	1
介護者の健康管理	5
サービス利用の説明・相談対応	4
要介護者への対応の相談・助言	2
他の家族員の健康管理についての相談・助言	2

介護経験者には、介護体験を語るにより、気持ちの整理を促す援助が行われた。

3) 介護者の得ている学びは何か

表9に示す。22名の介護者について、何らかの介護からの学びがあると判断された。要介護者の身体機能の理解や痴呆の受容等、要介護者の理解と受容に関すること、家族が協力しあうことや家族の絆の深まりなど、家族関係の変化、近隣者との関係の変化とそれら人間関係の大切さへの気づきがあった。また、直接的な介護にかかわるケア技術の習得や対応方法の学び、要介護者の気持ちをくみ取ることや思いやりを持つなどもあった。

また、4名の介護者からは学びと判断できるものは抽出されなかった。内容を表10に示す。家族関係がうまくいっていない、介護にとまどいがある、要介護者受容ができていないなどである。これらの介護者は、比較的介護期間の短い者であった。

4) 介護の意味や価値を高めるための援助方法

表11に示す。介護者に関する援助としては、介護者の思いをじっくり聞き、受けとめる、現状・役割を認めねぎらう、介護の考え方・工夫に対する肯定的評価などがあげられ、これらは、援助課題や実施した援助内容に

も多くあげられていたものである。さらに、周囲の理解や協力によって助けられる面が大きいことから、地域への介護に対する理解を深める働きかけ、家族・親戚による介護者支援の評価もあげられた。

5) 地域において介護価値を高めるための援助方法

表12に示す。地域住民に対する働きかけとしては、介護の大変さについて地域の理解が深まる教育的な働きかけ、地域社会とのつながり・付き合いの大切さや地域内での助け合いを認める、地域住民が日常できる介護支援に気づくことを促すなどだった。介護者に対する働きかけとして、介護体験を話し、介護の意味を確認できる場の設定、介護者同士の個人的なつながり作りなどがあげられた。

IV. 考察

1. 介護にかかわる認識の現状からみた学び

1) 家族や親戚・近隣等周囲の人々の協力に対する認識

介護開始以前から、家族関係が良く、変わらないと答えた者あったが、介護開始により、家族がさらに協力的になり、家族の絆が深まったという者があった。「孫たちが要介護者に声をかける」などは、介護開始前からあったことと予測されるが、「介護」という出来事により、単なる「声かけ」ではなく、高齢者を思いやる暖かいものであったり、介護者の支えになっており、このことを介護者は理解し、価値を認めていたと思われる。また、買い物等の家事への協力も介護を支えるものであり、家族だけでなく、親戚や近隣からも協力が得られていた。このような協力は、通常の日常生活において、介護以外の場面でもよくあることであるが、介護者はこの協力に感謝していた。介護は、身体的なケアにとどまらず、要介護者家族の生活に多様に影響するため、日常生活の中でのささいな協力が意義のあるものであり、介護者は、このような協力の意義について理解していたと言える。

2) 介護に対する認識

介護者が答えた介護経験の意味から、介護者は介護を肯定的に受けとめている者が多いことがわかった。介護を良い経験であると評価している者や、介護を通して自分自身が穏やかな心になった、精神的に強くなった、主体的に判断・行動できるようになった、など自己の成長を認めていた。このような自己の成長は、介護による学

表9 学 び の 内 容

学 び の 内 容 項 目	具 体 的 内 容
要介護者の理解	介護者は80歳を過ぎて炊事をやるようになり、その大変さを身を持って感じて、これまで50年以上担当してきた要介護者(妻)を理解できるようになった。
要介護者の身体機能の理解	機能低下予防に散歩など運動が必要であることを理解し、要介護者を励ましていること。
要介護者の役割を認める	要介護者本人の社会的役割を認めていること。 要介護者は田畑の仕事はできないが、窓辺に座って畑を見守ることを役割としていることを認める。
痴呆の受容	痴呆患者を人間的にとらえて理解している。 要介護者の痴呆症状を自然の流れと受け止めることができている。 痴呆の問題行動がひどかった時は、亡くなった義父の仏壇のまえで「早く迎えに来て欲しい」と祈ったが、今は楽になり、子どもみたいにかわいい。
要介護者の気持ちをくみ取る	要介護者の思いをくみ取りながら介護している。 寝たきりになったらボケたほうが本人にとっても楽ではないかと思う。しっかりしていたらすまなさを感じると思うから。 痴呆症の母をなかなか受容できず、本人も辛い。しかし、母が望むことを工夫しながら介護している。 痴呆症状への対応、本人の言動に対し、本人が今どんなことを考えて行動しているのか理解し、本人の気持ちに合わせて対応することができていた。
要介護者への思いやり	要求が言えない要介護者に対し、好きだったお酒を飲ませてあげるなど、思いやりをもって接する。 要介護者の状態を過去のこれまでの人生をあわせて、今の状態を「いい」と思いやること。
介護を生活の一部とし、うまく生活の取り入れていること	生活の中に介護を中心において、うまく生活している。たとえば、同窓会に出席するために、どのような段取りで本人の世話をし、ヘルパーにどこをお願いするのか、を考えている。 生活パターンが安定してきた最近、自分の時間の作り方も身につけ、息抜きをしたり楽しみをもったりしながらすごすなど、対処方法を見つけている。 夫婦のみの生活で、要介護者と介護者が、互いに助け合わなければならない状況なので、介護も生活の一部としてとらえている。 介護というよりも今は、普通の生活になっている。 介護を自分の定められた道と考え生活の一部と捉えている。他のことに対してもそうなのか一生涯積極的に取り組んでいる。 周囲からの援助を受け入れ、それを自然に楽しんでいる。
周囲からの援助を受け入れる	要介護者が比較的自由度が高いこともあり、肯定的に受け止め、問題が起こっても周囲の人を巻き込みながら自己解決できている。
他者の協力を求める	要介護者の症状が悪化して、今までの対応では不十分な事態になると、一人で問題を抱え込まずに、保健婦・ヘルパーに相談してよりよい解決策を探っている。
ケア技術の習得	タッピングの仕方などのケア技術の習得 しもの世話ができ、人の世話ができてちょっと自信がついた、デイサービスなども手伝えるかもと思っており、自分なりにやっているという気持ちを持っている。
要介護者への対応の仕方の学び	介護者が多く関わりを持つことで、要介護者の表情が柔らかくなることに気が付いた。
日常の介護の中の工夫	本人の世話がしやすいように必要物品を整理してある。 力を抜きながらできる範囲で介護していく。
自分なりに判断して介護をする	介護は大変だという介護前の思いがあるが、自分のペース、要介護者のできることも含めたペースを大切に介護に前向きに取り組みたいという思い。 オムツのほうが世話は楽、できるだけ自分でやらせるなど、自分なりに判断して介護ができている。 介護者が、自分ができるとは何か、認識している。
家族の絆を深める	夫婦の関係のあり方を見つめなおしができている。 介護者が頑張っていることで、別居家族のつながりが深まっていること。 要介護者中心の生活に変化させていく過程で、夫との歩み寄りを実感できた。
家族が協力しあう	親戚、夫、娘と一緒に話し合いを持ち、介護を家族のこととして受け止め考えてもらえるように努めている。その結果、夫・娘も協力者となる。 子どもたちはまだ若いので、どこまで理解しているかわからないと言いつつも、いたわりの気持ちを学んでいる様子がうれしいと感じている。 家族がいて、家族が互いに助け合うことのありがたさを感じている。 一度はだめかもしれないという医師の説明もあり、死を覚悟までしていたが、意識障害があってもまったくコミュニケーションが取れない要介護者を夫(介護者)を中心として、家族が協力し合いながら愛情をもって接している。
親への感謝の気持ち	要介護者となった親への感謝の気持ちを持っている。 穏やかな気持ちになれた自分に気づき、そんな自分がうれしいと感じることができた。
介護についてプラス思考を持つ	介護は自分の仕事であり、宿命なので逃れられないことである。しかし、良い面を探して一日一日が無事に過ごせれば、そのことが貴重であり、ありがたいことと思えるようになった。 介護は嫌なものではないと受け止め、介護中での喜びをみつけながら行っている。前向きに取り組んでいる。 介護を人生の良い経験ととらえていること。 介護を経験しない人よりも経験させてもらって勉強させてもらった、ありがたいと思う。 介護は、介護者の子どもたちにプラスになる、きっとどこかで役立つと考えながら、子どもたちに介護している様子を見せたり、聞かせたりするなどの配慮をして、介護している。
周囲へ感謝する気持ち	周囲への感謝の気持ちを持っている。
人とのかわわりが増えたことへの感謝	介護を通じて、今までとは違った人との関わりが生まれ、何ものにも代え難いことと思えるようになった。
人間関係の大切さへの気づき	介護者は、「遠くの親戚より、近くの他人です」と語り、以前からの良い人間関係が介護を支えることができることを学んでいた。たとえ親子であっても良い関係がなかったら介護には協力できない。近隣で交流のある人の方が、何かの時には頼りになるし、いつも介護者の姿を見てくれている。
近所同士で支え合うことの大切さへの気づき	近所の迷惑にならないようにと思っているが、反面、近所からの援助をうけいれることができるようになり、助けがないとやっていけないと思えるようになった。お返しをしたいと思っている。 近隣も高齢者がほとんどなので、お互いに励まし合うことが大切だと思っている。
健康の大切さを認識	自分の健康の大切さを考えている。
介護者の気持ちをわかってくれることの大切さの気づき	介護者への最も必要な援助は、介護者の気持ちをわかってくれる存在であること。労働を提供してくれることも助かるが、そばについていてくれるだけでも介護者にとっては心強い支えになる。
話を聞くことの大切さの気づき	真剣に話を聞いてあげることが、他者の助けになることを学んだ。
現状を受け止める	様々な介護者の経験を聞くことで、今の自分の状況を冷静に受け止められるようになった。今後のことを見通した上で、今必要な介護は何かを考えている。
長い経過を受け止める	長い経過を自然に受け止められるようになっている。
後悔しない介護を目指すこと	後悔しない介護を目指している。

表10 学びと判断できなかったもの

学びと判断出来なかった内容項目	具 体 的 内 容
家族の関係がうまくいっていない	要介護者の夫と介護者（長男の妻）はコミュニケーションが少なく、要介護者本人と比べて関係がうまくいっていない。
とまどいがある	予測していたより早く夫（要介護者）が虚弱となり、やがてこの日が来るとは思っていたが、戸惑いはある。
要介護者受容ができない	誰も手助けはしてくれず、鍵を掛けることを非難され、親類や地域に心を閉ざしている。呆ける前から要介護者は口達者で、かわいげのない人だったらしく、介護者は尽くしても報われない気持ちがある。以上のことから、要介護者受容が困難な状況である。
	介護者は、要介護者のことを痴呆なので仕方ないと思いつつも、介護者の娘への暴言を許せずに、つい怒鳴って説得してしまう。娘家族が現在の家を出ていく話にまで発展しており、介護の学びと思われるような言葉などは見いだせなかった。
	要介護者に対する苛立ち、不満がある。
現状受容過程にある	要介護者の発病後介護者もうつ状態になっており、要介護者と二人で病気になったことについて落ち込んでおり、少しずつそれを受け止め始めている状態。学びというよりは今頑張っているという印象。
学びなし	まだ要介護状態になって日が浅く、基本的な日常生活は何とか行えているため、大きく生活を変える必要性はない状況。そのためか、特に介護上の工夫も必要無く、これまでの延長線上で生活できている。故に学びは抽出できず。

びの側面であると言え、先行研究^{6)~7)}でも同様の側面が導き出されている。しかし、「介護は大変である」、という否定的な捉えの者や「わからない」という者もあった。肯定的に受けとめられている者は、過去に介護の苦難を乗り越えてきたからこそ、感じられることであろう。「大変である」「わからない」と答えた者は、現在介護負担が非常に高いと思われ、負担感を取り除くための援助の必要性が考えられる。

2. 援助者が判断した介護体験の学び

結果3. 3) 表9に示したように、多様な学びと思われる側面が抽出された。大きくは、要介護者の理解、介護を生活の一部として取り入れる、介護技術の習得、自分で判断する、家族の協力・絆を深める、介護についてプラス思考を持つ、健康の大切さや人間関係の大切さへの気づきなど考え方の広がり、に分けられる。要介護者の理解は、人が人をケアする上で最も基本となることであり、このことにより、より質の高い介護が提供されていると思われる。そして、介護を生活の一部として取り入れるとは、さまざまな工夫の積み重ねにより、その家庭独自に確立したものであり、大変意義あるものである。また、考え方を変えたり、広げたりすることも人間とし

ての豊かさを広げるものと言える。

3. 介護価値を高めるための援助の方法

1) 個別に援助する必要性

介護者は各々の介護体験の中で、学びを深めたり、あるいは、介護にとまどいを感じていたりする。したがって、介護の学びを支持したり、とまどいを感じている者へも労いや励まし等の支援が必要である。今回、学びと判断されたものと相反するもので、家族関係の悪化、介護者・介護受容ができないなどの学びと判断されなかった側面もあった。このような側面は、介護期間が比較的短い介護者に見られ、無我夢中で介護に取り組んでおり、自分が行っている介護を振り返ったり、意味を考えるとということが難しいことが予測された。このような介護者に対しては、個別に対応し、介護者の思いをじっくり受けとめることが必要である。今回の調査では、介護の現状を具体的に捉えながら、介護者を労い、励ましつつ、介護者の話を、時間をかけて聞くことにより、気持ち・考えを引き出し、介護者の考えを受けとめたり、支持する等の援助ができたと思われる。このような個別援助により、介護者を支えることができ、介護の学びを促進する事につながると言える。

表11 介護の価値を高める援助方法

援 助 方 法	概 要	件 数
介護者の思いをじっくり聞き、受けとめる	介護者、要介護者ともに慣れるまでの無我夢中の時期にはストレス等も含んだ訴えに傾聴することが援助となる。まずは、介護者の思いを十分聞き、その辛さを共感すること。介護者の思いをじっくり聞き、その人のやっている介護を否定せず受けとめる。介護者の大変さを理解すること。そして、介護者自身が「わかってもらえた」と思えるような援助。	9
介護者の現状・役割を認め、ねぎらう	実際の介護の現状を認め、介護者自身の役割を認め、ねぎらい、励ますこと。	9
介護の考え方・工夫に対する肯定的な評価	介護者が自分なりに考えて行っていることの意義を自覚し、自信を持って介護に取り組めるよう援助すること。また、現状では介護上の困難は見えないように思われても、これまでの過程では様々な困難を乗り越えてきた工夫などがあると思われる。そのような困難を乗り越え、工夫してきたことが価値あるものだと、当事者・地域の人々が思えるようにする。そのためには、具体的に、どのように工夫してきたのかを明確に示す。	5
介護者が自己肯定できるような援助	介護者が担ってきた社会的役割を認め、自認できるように返すこと。介護者が介護をしている自分自身を肯定的にとらえられるように援助すること。	4
保健福祉サービスの利用による生活支援の確保	サービスの利用をしながら、介護を行うことにより、要介護者へもより良い介護を提供し、介護者の負担も軽減し、生活の充実を目指す。良い生活に向けての支援があることは、介護者にとって、どのように介護していけばよいかを学ぶことになる。	4
介護者が自己を客観視できるような援助	介護者が自分の気持ちに気付くなど、感情を客観的に認識できる援助	3
介護者が要介護者の言動、お互いの関係性を余裕を持って理解できるよう促す	介護者が要介護者の言動に対して「何もしないのに口が立つ」とか不満や苛立ちをもっていることに対して、要介護者がなぜそうするのか少しでも理解できるように気持ちを受け止めたり助言すること。痴呆症状に対する理解、高齢による心身の変化を知的レベルにとどまらず、実際の現象・生活とむすびつけて理解できる援助。	3
助け・助けられの関係性に気づくことを促す	家族・近所からの助け・助けられの関係を気づくことができる援助	2
具体的な介護方法の提案・助言	介護者に対して必要に応じて、介護の方法を助言。	2
生活の営みの一つとして介護を認識、位置付けられる援助	介護することは生活の営みの一つであると認識できる援助。介護が生活の一部となるような調整を行う	2
個別対応でサポートする	介護や疾病と向き合うことに精一杯な時もあることを考え、その状態をまずサポートする時期もあるということも大切。個別の対応できちんと受け止めたり、見守ったり、手を貸すことが必要。	2
家族内の協力を促す	介護者一人が介護を背負うのではなく、家族員全員がその人なりにできることを見だし、それを行うことの大切さ。介護に何らかの関わりを持つことにより、人は心を動かされ、それが学びに繋がります。	2
生活の営みとしての介護を評価	介護者その世帯の日常生活の中に根付き、生活がスムーズに営まれていることを評価する。	1
介護に伴う悩み・苦しみを表出できる場の保証	介護に伴う悩みや苦しみが表出できる場を保証する。	1
介護を振り返る機会をつくる	介護が一段落した時に介護を振り返ることができるようにする	1
地域への介護に対する理解を深める働きかけ	周囲の理解や協力によって助けられる面が大きい、普段からの関係が大切だが、地域への介護についての理解を深める働きかけが重要	1
家族・親戚による介護者への肯定的声かけの評価	家族・親戚が介護者の介護を認めていることが、介護者の大きな励みであり、支えとなっている。そのことを、家族・親戚にも返すことで、家族・親戚も介護者を支える意義・介護の価値を見いだすと思われる。	1

2) 地域住民全体の介護意識向上の支援

介護者は、親戚や近隣からも多くの支援を受けながら介護ができていた。しかし、中には、親戚や近隣の理解が薄く、困難を感じている者もあった。また、男性介護者の中には、「介護は妻がするもの」という根強い考え

方を持っていたため、実際に介護をする事になってから、とまどいが大きい者もあった。誰でも介護者になる可能性はあるし、要介護者になる可能性もある。地域住民全体が、介護を自分のこととして考え、理解を深めていくことが必要である。そのためには、今回の調査結果を住

表12 地域において介護価値を高めるための援助方法

内 容	件 数
地域住民に対する働きかけ	
疾病受容・介護, その大変さについて地域の理解が深まる教育的働きかけ	9
地域社会とのつながりの大切さを認識できる働きかけ	4
地域内での助け合いを認め評価する	3
地域住民が日常生活の中でできる介護支援に気づくことを促す	2
近隣・友人との付き合いが介護の支えとなることを認識できる働きかけ	2
バリアフリーの考えを広める	1
障害者への理解を深める	1
多様な価値観で生活していることを認める働きかけ	1
本人・介護者の社会的役割を地域社会が認める働きかけ	1
施設入所に対する理解を促す働きかけ	1
要介護者の生き生きとした姿を地域住民に見えるようにする	1
介護をプラスな事として認識できる働きかけ	1
介護者に対する働きかけ	
介護体験を話し, 介護の意味を確認できる場の設定	7
介護者同士の個人的なつながりづくり	1

民に返しながらか、共に、どのように介護者を支援できるかを考えていくことが必要であろう。そのときに、介護者が日々の介護のなかで、近隣者の何気ない声かけや手伝いで助けられている現状とその価値を伝えることが必要である。さらに、介護者が介護体験により多くの学びを得ていることを具体的に示しながら、介護が価値ある体験であることの理解を深めることが必要である。

4. 研究の限界と今後の課題

本調査は、1回の家庭訪問援助で得た情報から、援助者である調査者が援助した内容や、介護体験の学びと援助方法について判断したことをデータとしたものである。今後、この判断が適切であったかを、判断した援助方法を実践しながら、実証していく必要があると考える。さらに、調査者間で、各自の判断内容について議論し、「学び」とは何かを明らかにしていく必要がある。

- 4) 桂晶子：在宅要介護高齢者を介護する家族の受容に関する研究, 財団法人笹川医学医療研究財団 看護職員等研究報告, 6; 14-18, 1998.
- 5) 高崎絹子：家族援助における看護の視点 老人介護の受容過程と家族関係を中心として, 看護研究, 22 (5); 420-437, 1989.
- 6) 前掲書1)
- 7) 前掲書2)

(受稿日 平成13年2月23日)

引用文献

- 1) 北山三津子：体験記から抽出した介護家族の学び, Quality Nursing, 1 (1); 58-65, 1995.
- 2) 北山三津子：高齢者と介護する家族の学びの特質に関する研究, 千葉看護学会誌, 2 (1); 37-43, 1996.
- 3) 北山三津子, 安田貴恵子, 俵麻紀, 河原田美紀, 御子柴裕子：親を介護する20～30歳代女性の介護体験内容と認識, 第5回日本家族看護学会学術集会抄録, 45 (10); 567, 1998.