

デイサービス利用による家族介護者の 生活時空間変化

12010041 奥城海斗

○はじめに

- 日本での高齢化の進展
- 自宅での療養を希望する高齢者の増加



要介護者と同居している家族介護者の負担が増加している(神崎ほか 2000)

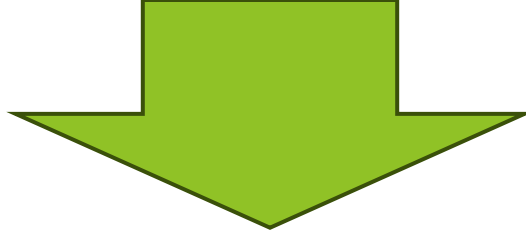
○先行研究

①要介護者の介護の度合いと介護者の負担に関するもの

- ・石井ほか（1990）：介護者の痴呆レベルと比例して介護者の睡眠中断が増加しており精神面・社会面の両方から健康を保つためには老人が日中目覚めていることを望めるような援助が必要であるということ述べた。
- ・菅沼ほか（2011）：介護者の介護に対する負担感を軽減するためには介護者自身が介護を積極的に受け入れて介護サービスが活用でき、介護と自分自身の生活とのペース配分がうまくとれるような支援をする必要があることを示唆した。
- ・堀口ほか（2016）：介護者が介護をポジティブに評価すること、介護と自身の生活とのバランスがとれていること、経済的な余裕があることがそろって介護サービスをポジティブに評価できるようになると述べた。
- ・田中ほか（2007）：介護者のQOLの増加には介護負担を軽減させる必要があり、そのためには介護者が「介護」から離れることのできる時間を作り出すような支援が必要になっていると述べた。

②介護時間によって日常生活に生じる制約に関するもの

- ・小林（2002）：介護や家事にとられる時間によって介護者の生活に必要な時間（睡眠など）や余暇の時間（出かける時間など）が大幅に制限されていることや仕事を両立して行っている介護者ほど満足な生活ができていないと述べた。
- ・伊藤（2013）：有職者（特に女性）の生理的生活時間や社会的文化時間が家事労働時間や介護時間によって制約を受けており，家族介護者のワークライフバランスのためには公助・共助を主とした公的介護保険サービスの充実が重要であると述べた。
- ・長江ほか（2008）：家族介護者が在宅介護に適応していく過程として，要介護者が自宅に戻る際に家族介護者は最初自身の生活を押し込んで家事や介護に専念しがちであり，そこから自身の生活も送れるようバランスを考えていくという流れがあると述べた。
- ・管ほか（2014）：介護保険によって高学歴女性グループの介護時間と家事時間が減少したと調査結果を出し，介護サービスが家族介護者の介護と一部の家事を代替する可能性を示唆した。
- ・保坂ほか（2004）：介護実感の負担軽減に最も影響を与える変数と介護不安の軽減に最も影響力を持つ変数について検討を行うことで，家族介護者の介護負担の軽減にはデイサービスやグループホームなどの「時間拘束の軽減」につながる介護体制を整えることが重要であると結論づけている。



家族介護者の介護負担を解消して，ワークライフバランスやQOLを整えて生活満足度を上昇させるには介護者の時間的制約を取り除き介護者自身の生活を取り戻させる必要があり，そういった介護者目線に立った公的介護サービスを提供することが重要になっている

一方で，田中ほか（2007）は要介護度の高い家族を持つ家族介護者の介護時間は依然高いままであり介護から離れる時間をあまり得られておらず，依然として介護に負担を感じているという結果が出ており，デイサービス利用による介護負担の軽減が未だ達成できていないことを示唆

○目的

- ・家族構成や要介護者の要介護度によって、デイサービスを利用している家族介護者を分類
- ・家族構成や介護負担が異なる家族介護者の生活にどのような差があるのか、それぞれデイサービスの利用によってどのように生活を変化させていったのかを捉え、家族構成や要介護者の要介護度によって生活が様々に異なる家族介護者がそれぞれデイサービスの利用によって身体・精神的負担の軽減を達成している事例を分析する



- ・逆に家族構成や要介護者の要介護度が様々に異なる家族介護者がデイサービスを利用しても身体・精神的負担軽減を達成できない場合には、それぞれどのような原因があるのか、どのようなことが関わっているのかを考察し、どのような支援が必要なのかを検討する

○方法

- ①デイサービスを利用している家族介護者の方にインタビュー調査を行う
- ②調査を行った家族介護者を年齢も含めた家族構成や要介護者の要介護度によって分類を行う
- ③聞き取ったことや生活時空間を表す図などを用いて生活の差を捉え、家族構成や介護負担の異なる家族介護者がそれぞれデイサービスを利用することで生活をどう変化させていったのかについて説明を行う
- ④逆にデイサービスを利用しても身体・精神的負担があまり軽減されていない家族介護者にはどのような問題があるのか、どのような支援が必要になってくるのかについて考察を行う

表 1 各家族介護者の属性

家族介護者\属性	年齢	家族構成	要介護者の 年齢	要介護者 との関係	要介護度
Aさん	71歳	2人	75歳	夫	レベル3
Bさん	83歳	2人	86歳	夫	レベル3
Cさん	75歳	2人	81歳	夫	レベル2
Dさん	61歳	4人	92歳	母	レベル1
Eさん	80歳	2人	84歳	夫	レベル2
Fさん	81歳	2人	79歳	妻	レベル2
Gさん	80歳	3人	71歳/50歳	妻/娘	レベル3

(インタビュー調査より作成)

表2 各家族介護者の時間の増減

各介護者/活動の種類	睡眠 (分)	休養 (分)	仕事 (分)	買い物 (分)	介護 (分)	食事 (分)	家事 (分)
Aさん	0	150	0	60	-90	0	-120
Bさん	0	150	0	0	-60	120	-210
Cさん	-210	60	-60	60	150	30	-30
Dさん	0	-180	420	0	0	-60	-180
Eさん	0	-60	0	60	0	0	0
Fさん	-180	180	0	-60	30	-30	60
Gさん	0	0	0	0	0	0	0

(インタビュー調査より作成)

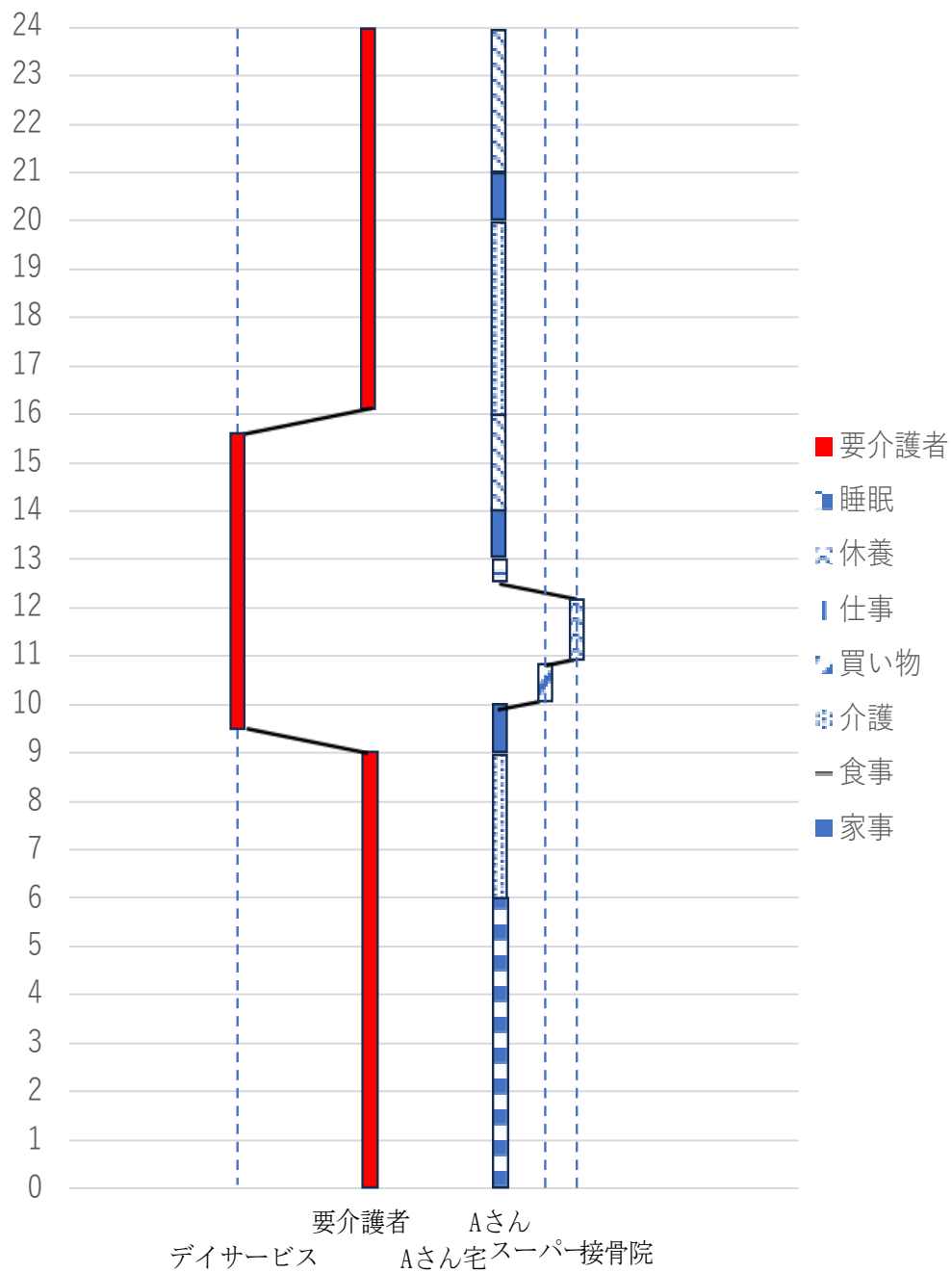


図1-a Aさんの生活時空間(デイサービス利用日)

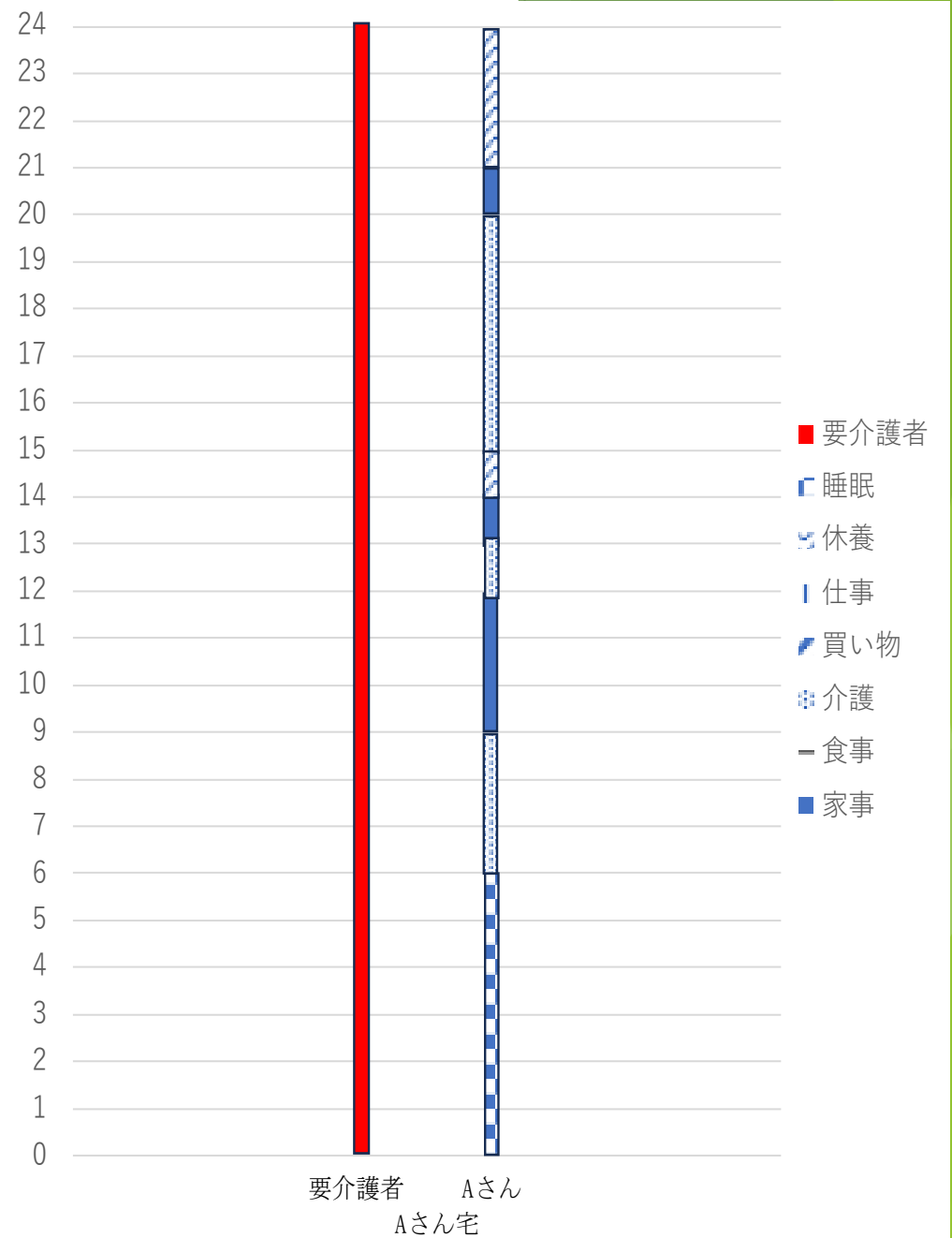


図1-b Aさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

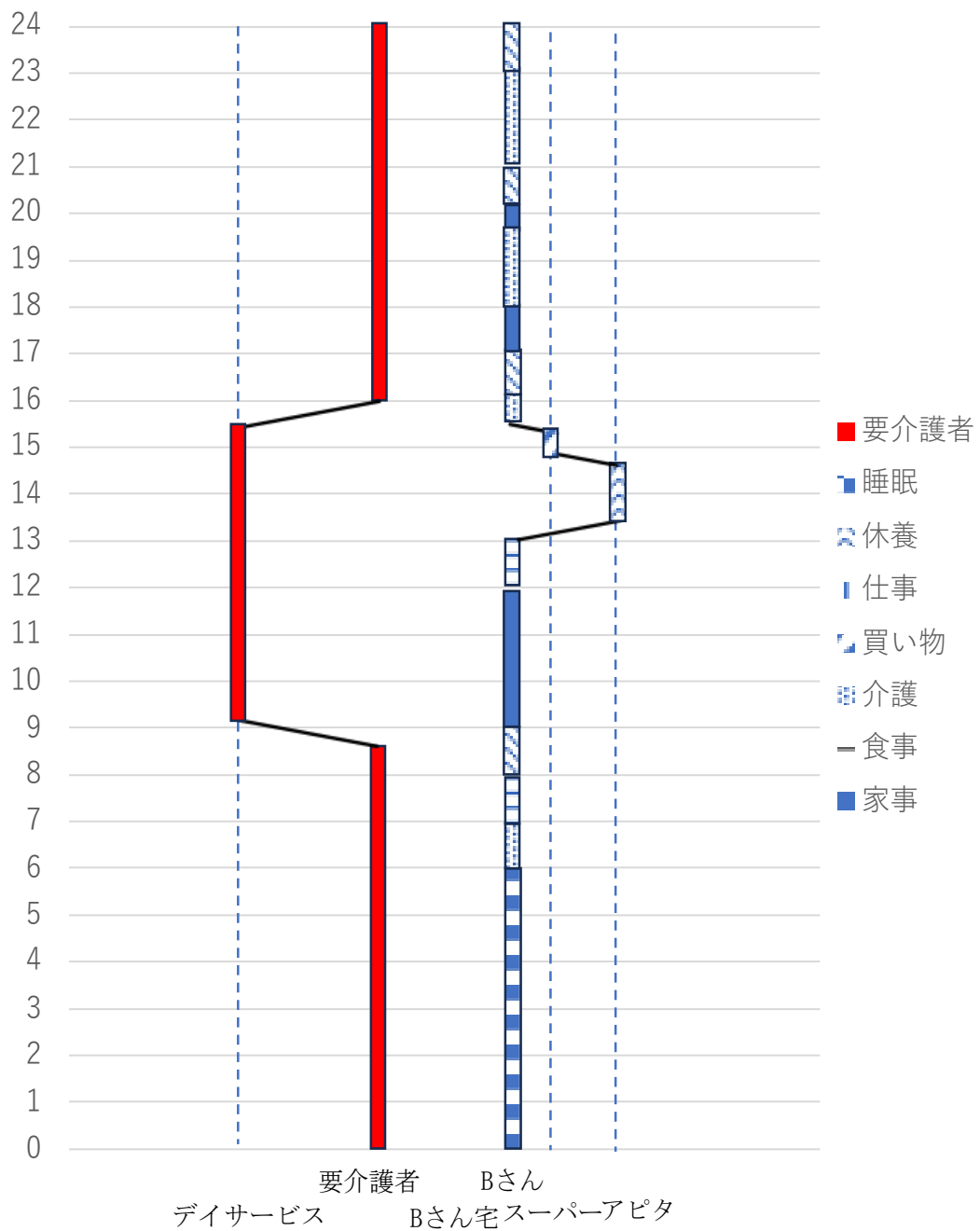


図2-a Bさんの生活時空間(デイサービス利用日)

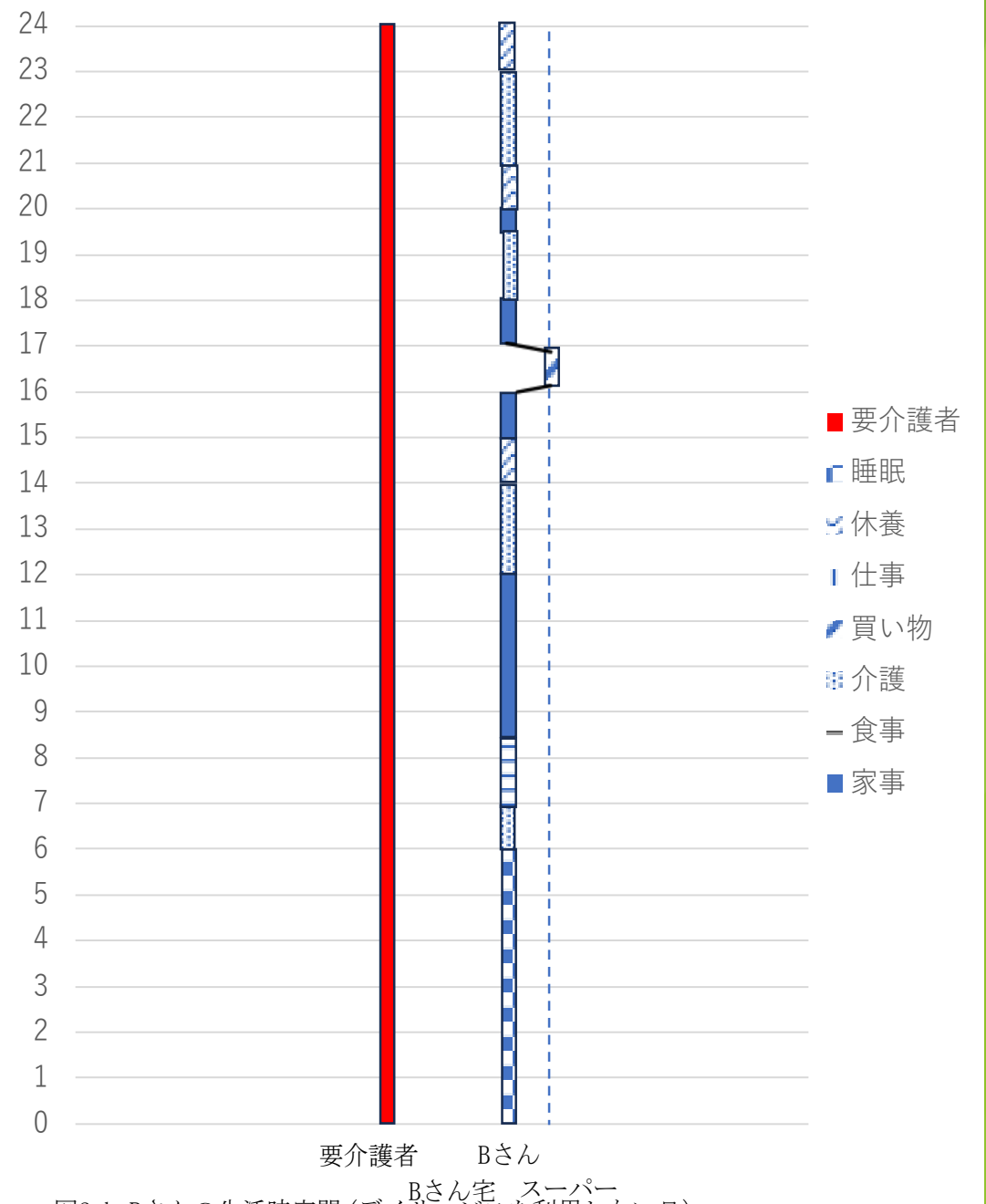


図2-b Bさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

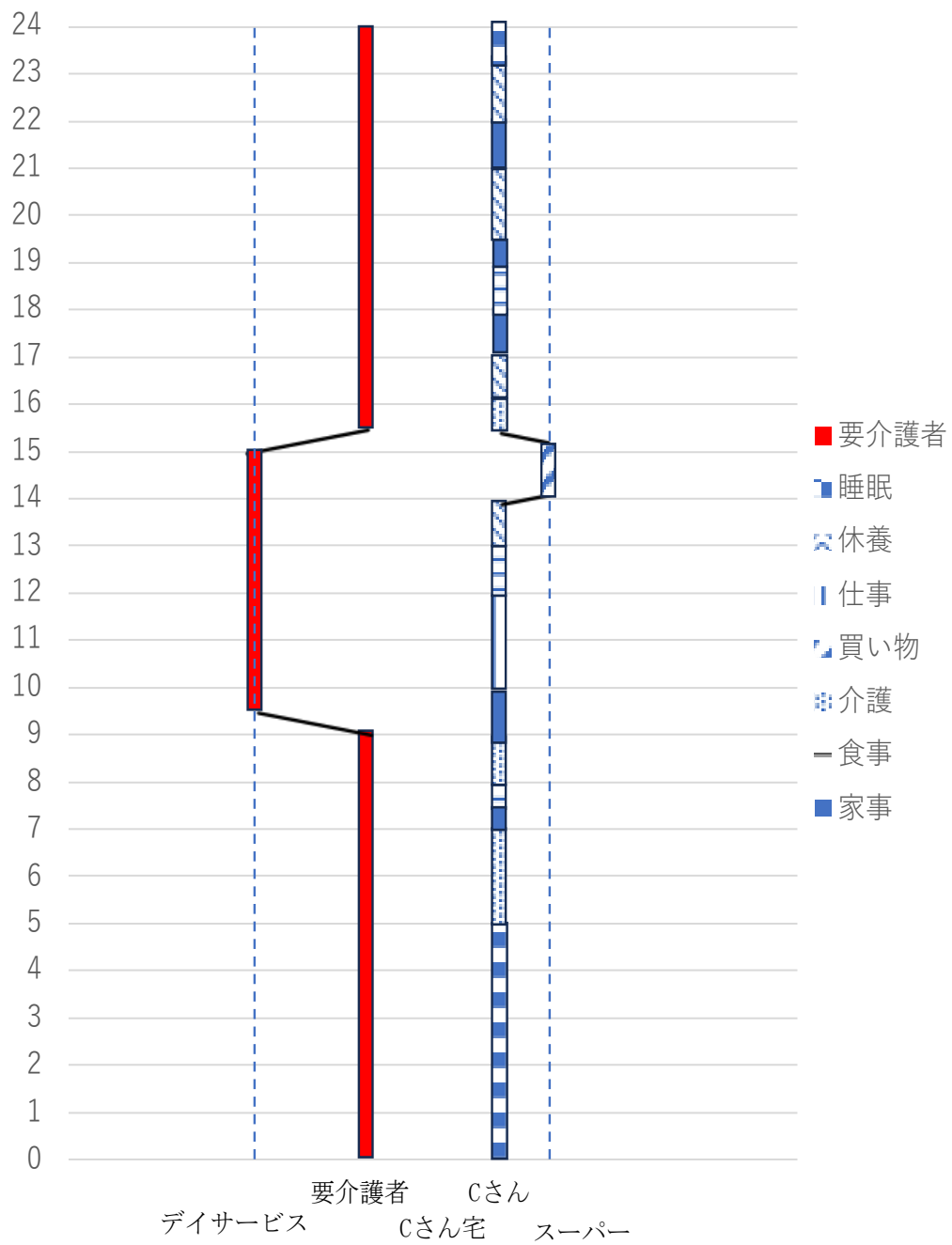


図3-a Cさんの生活時空間(デイサービス利用日)

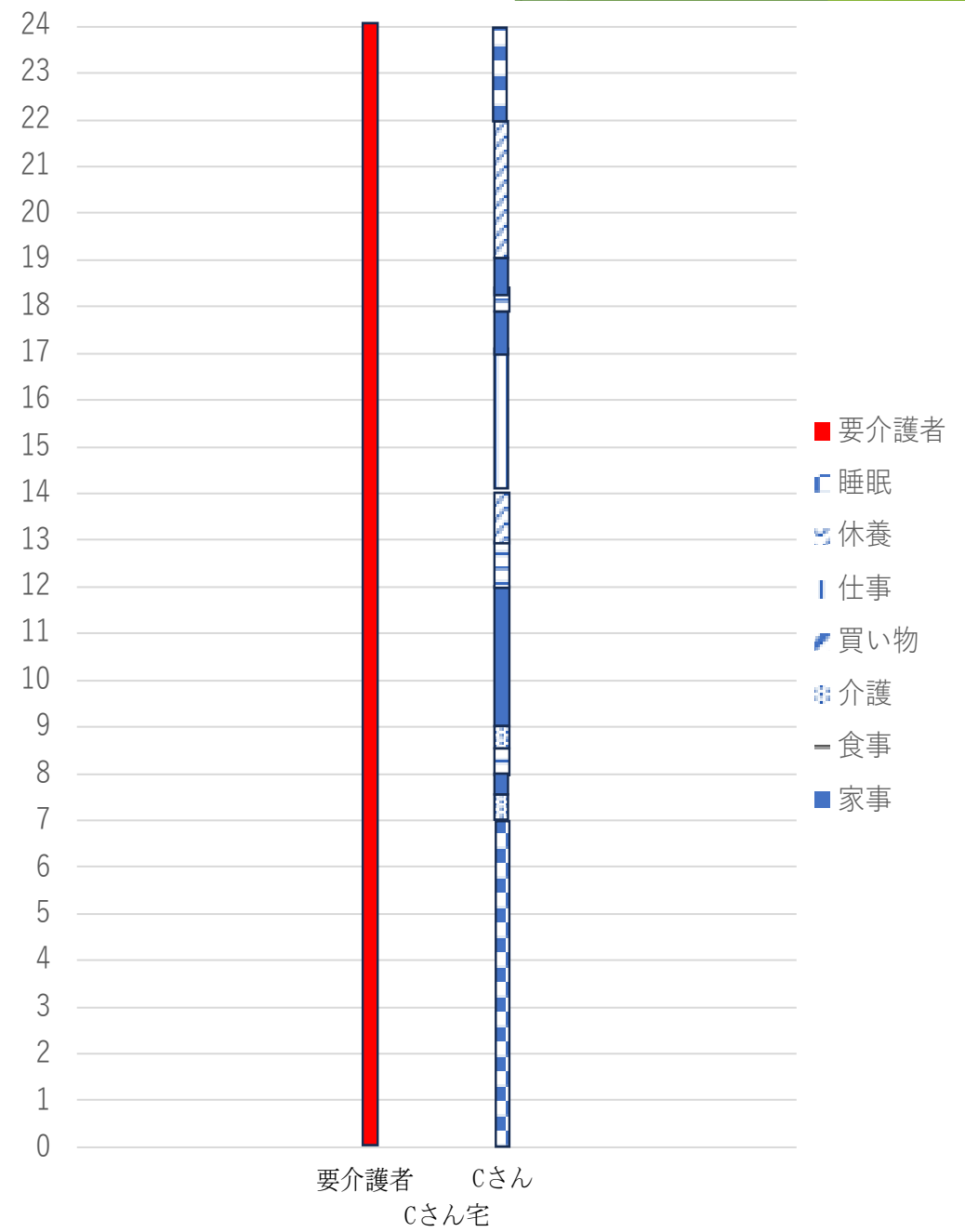


図3-b Cさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

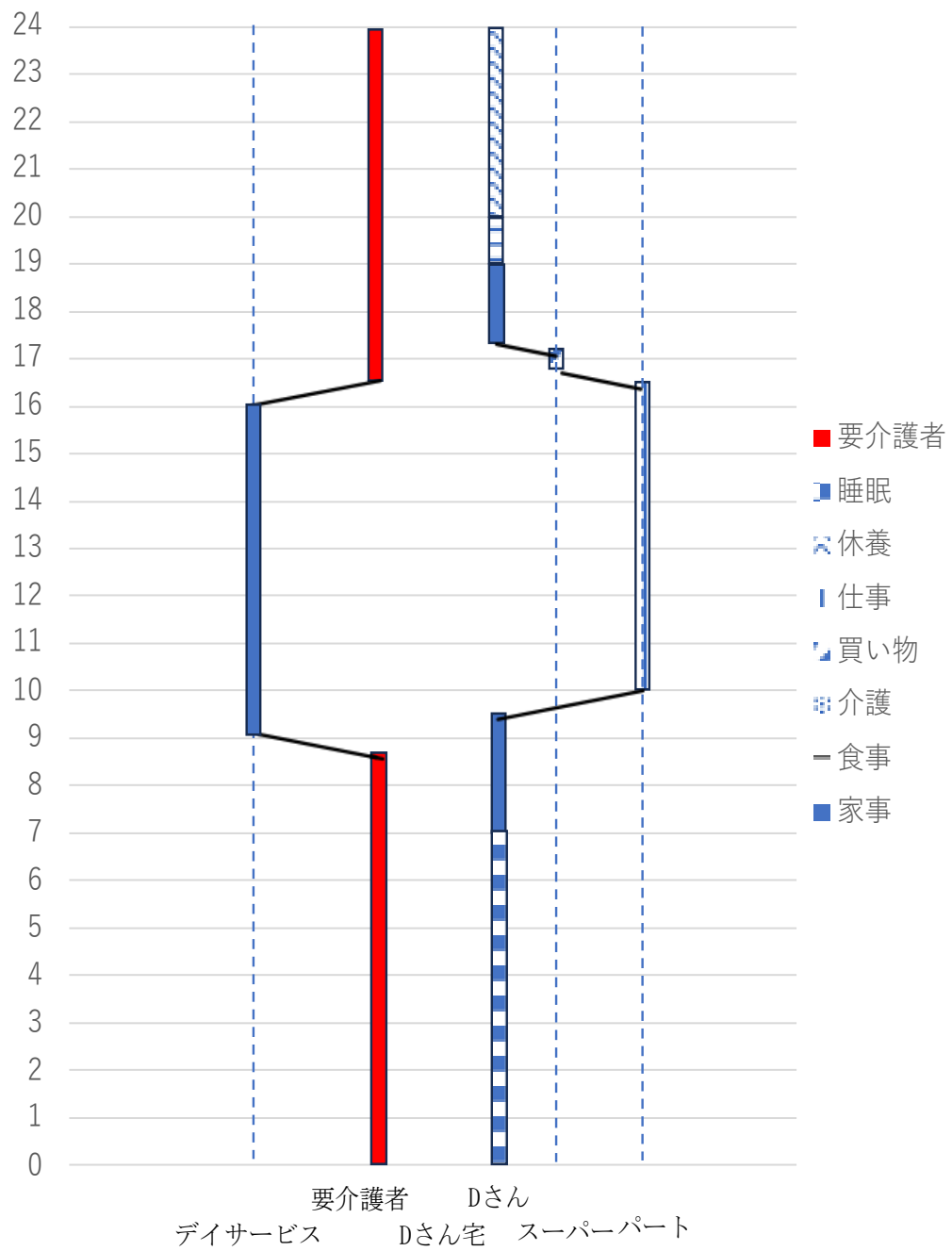


図4-a Dさんの生活時空間(デイサービス利用日)

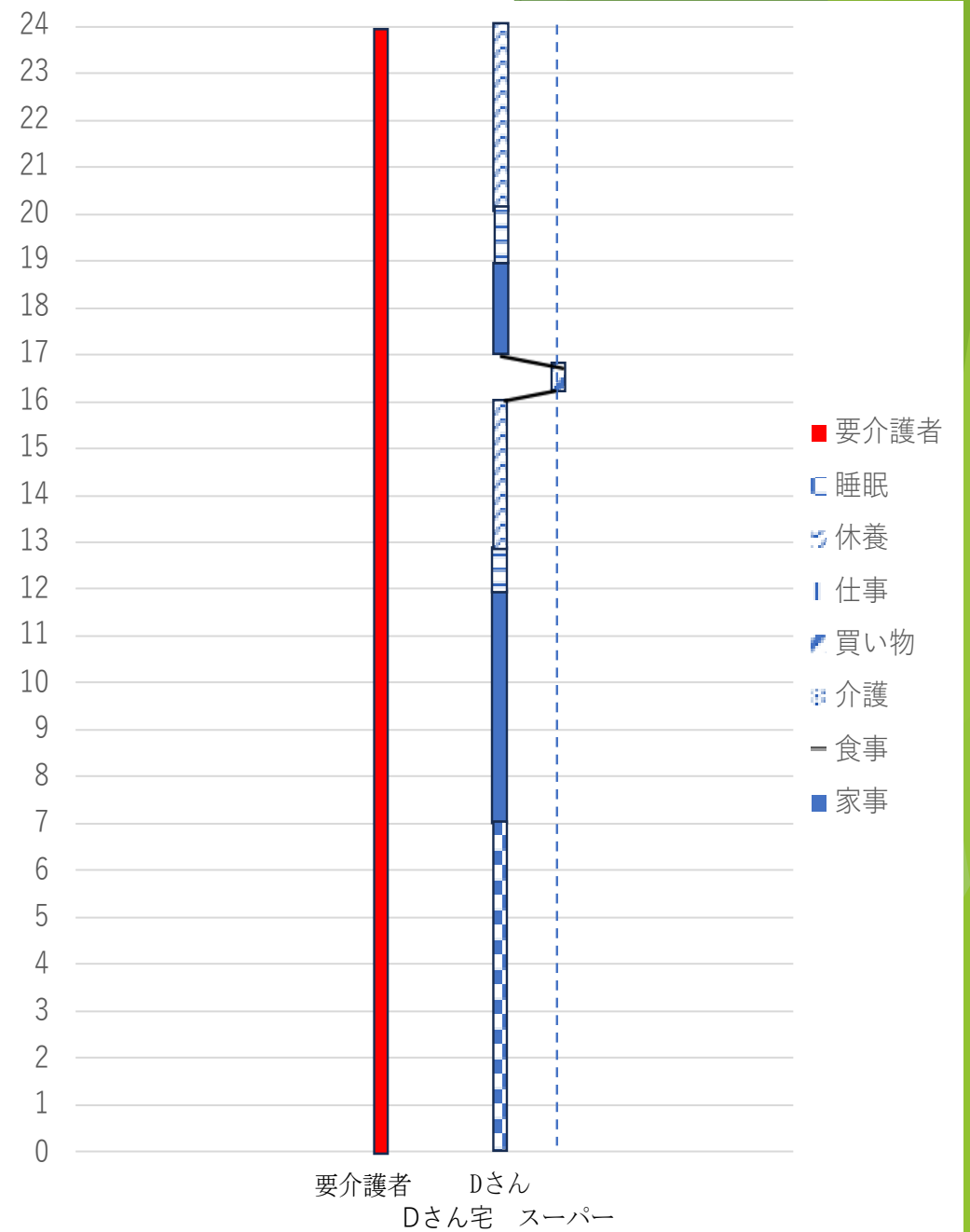


図4-b Dさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

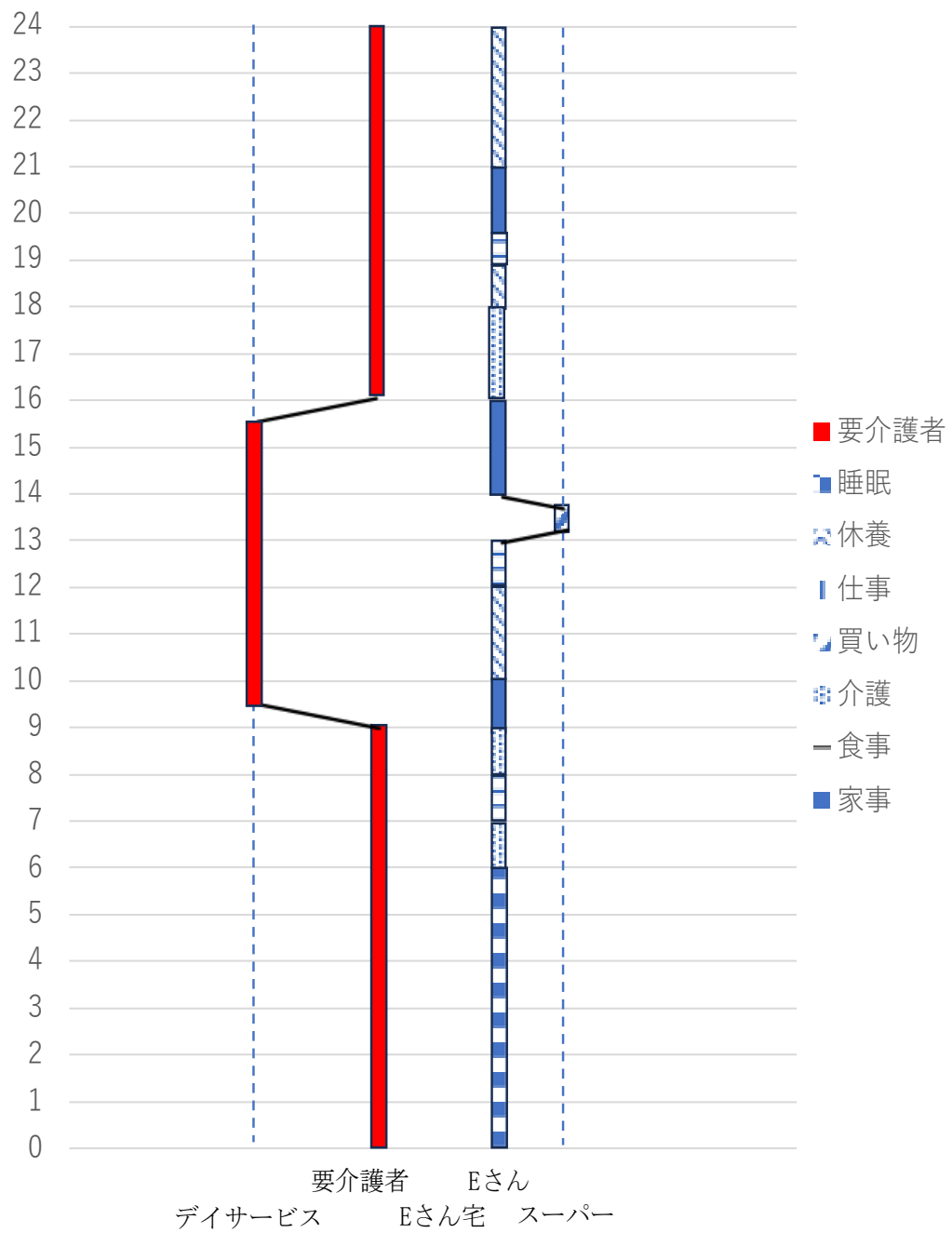


図5-a Eさんの生活時空間(デイサービス利用日)

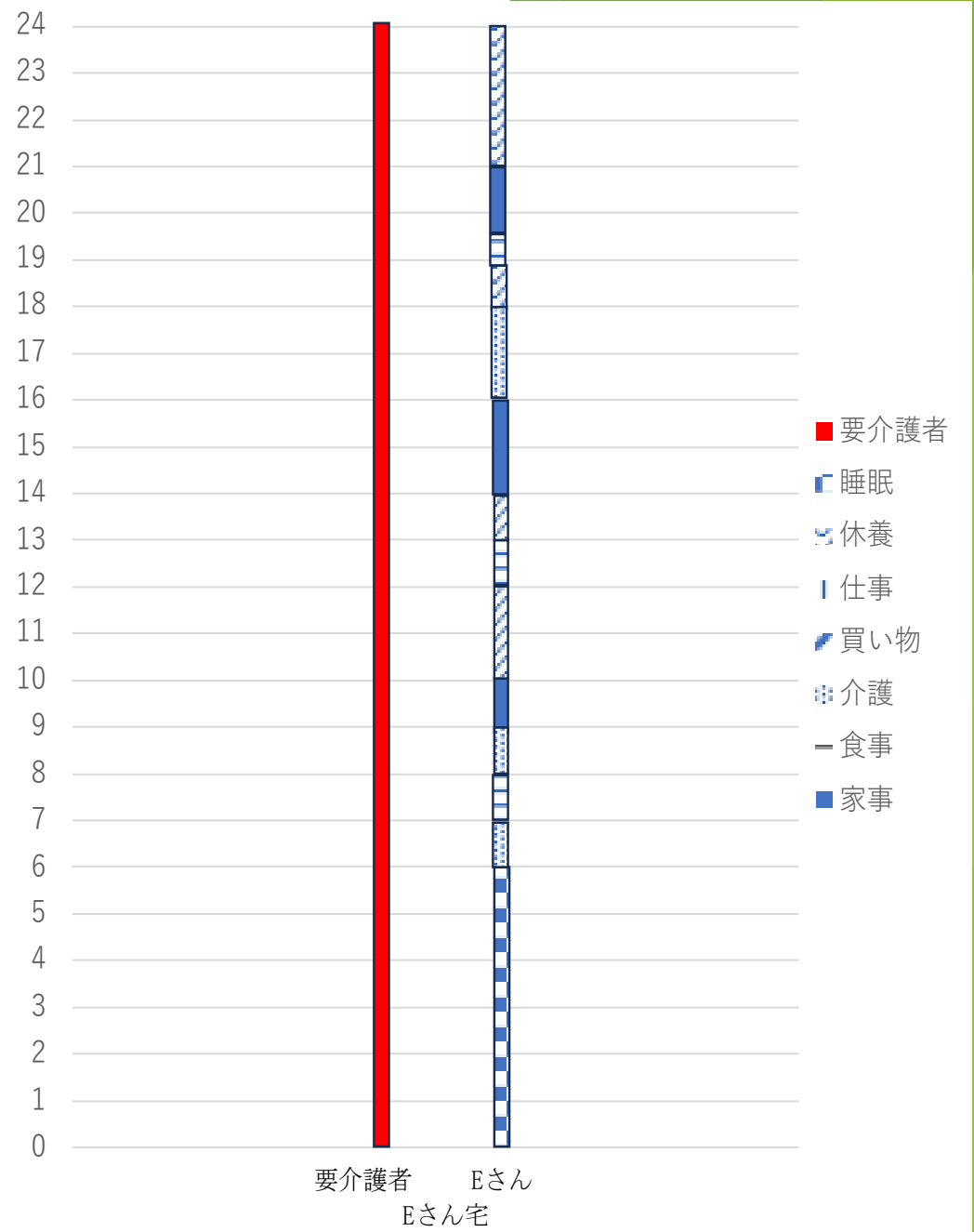


図5-b Eさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

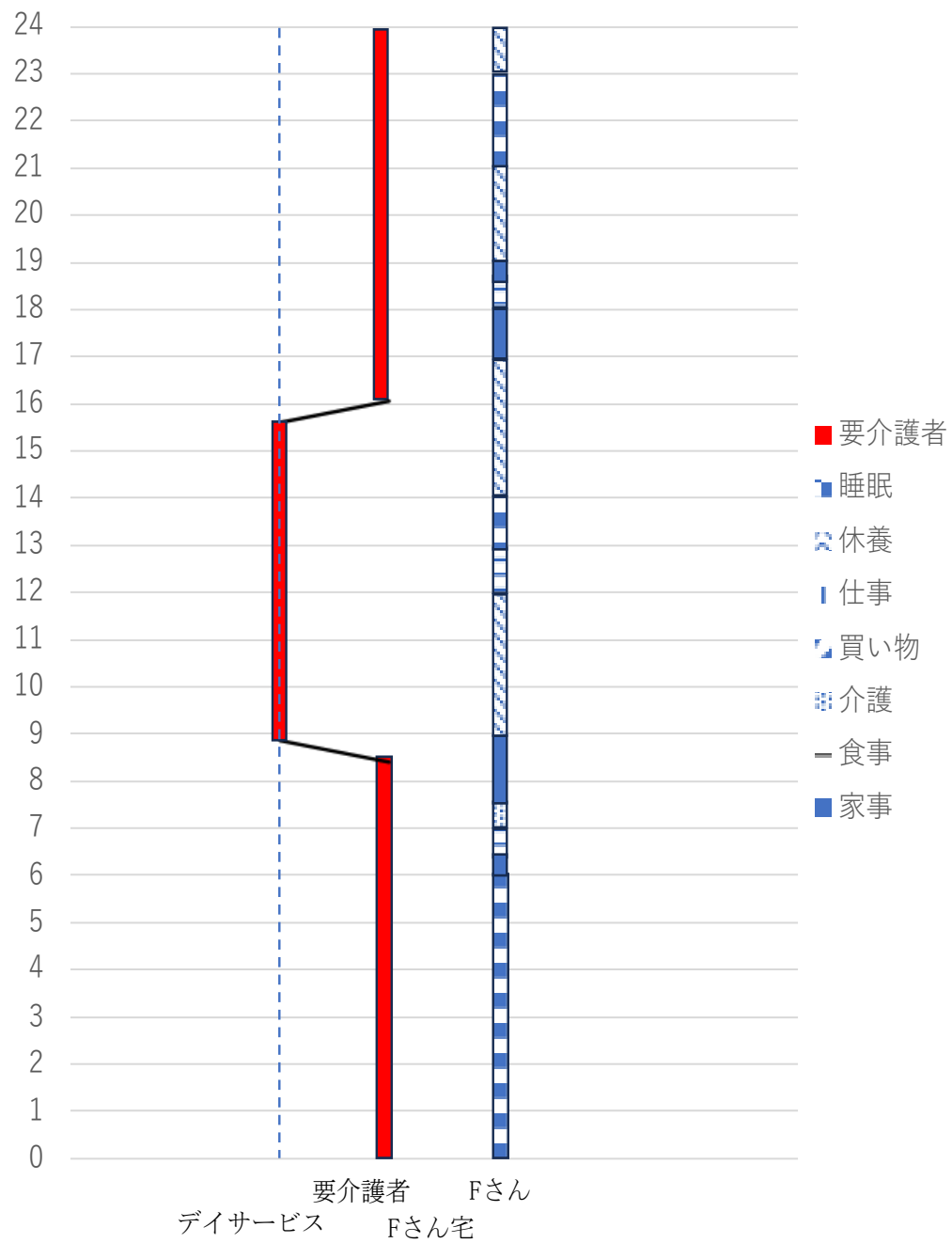


図6-a Fさんの生活時空間(デイサービス利用日)

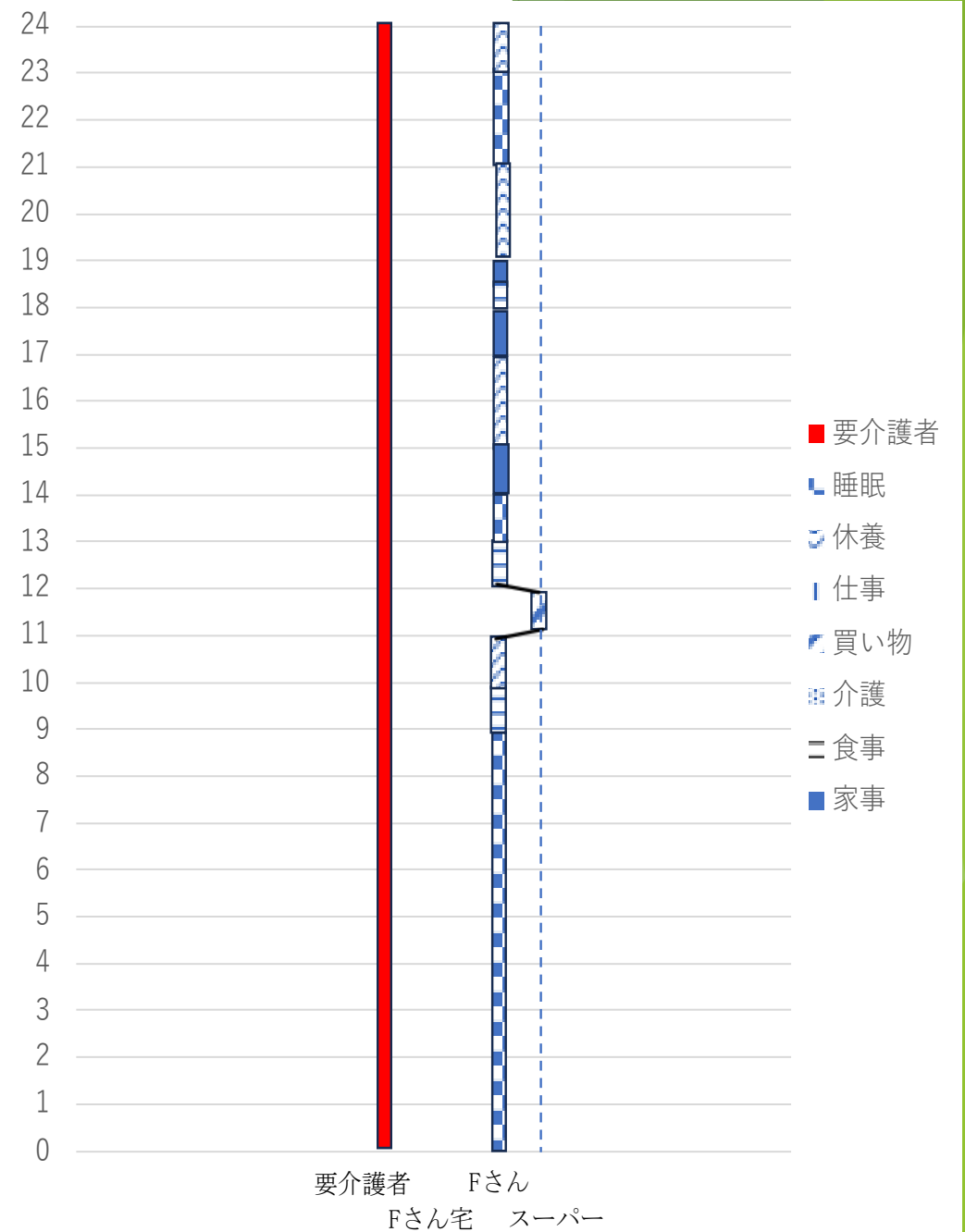


図6-b Fさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

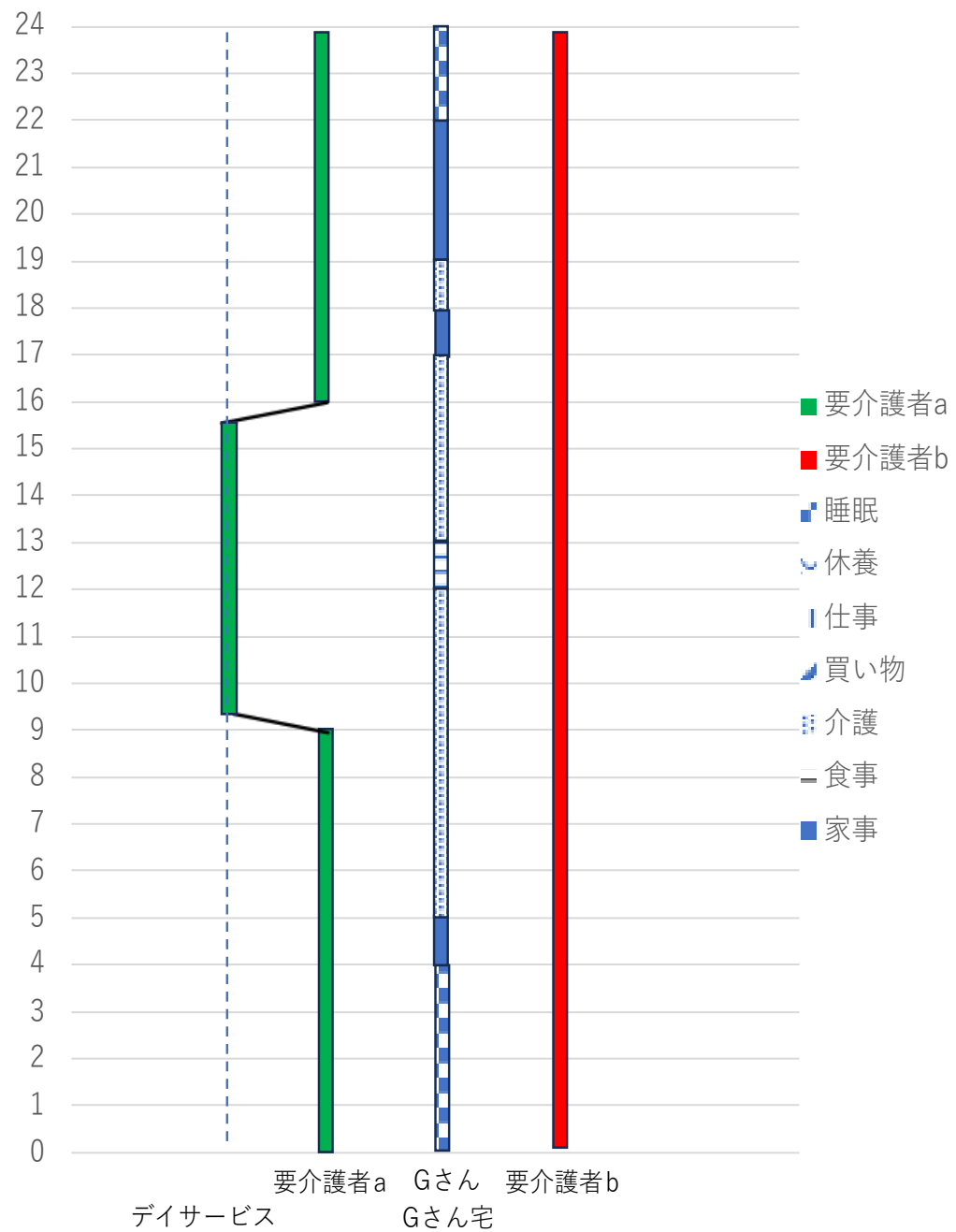


図7-a Gさんの生活時空間(デイサービス利用日)

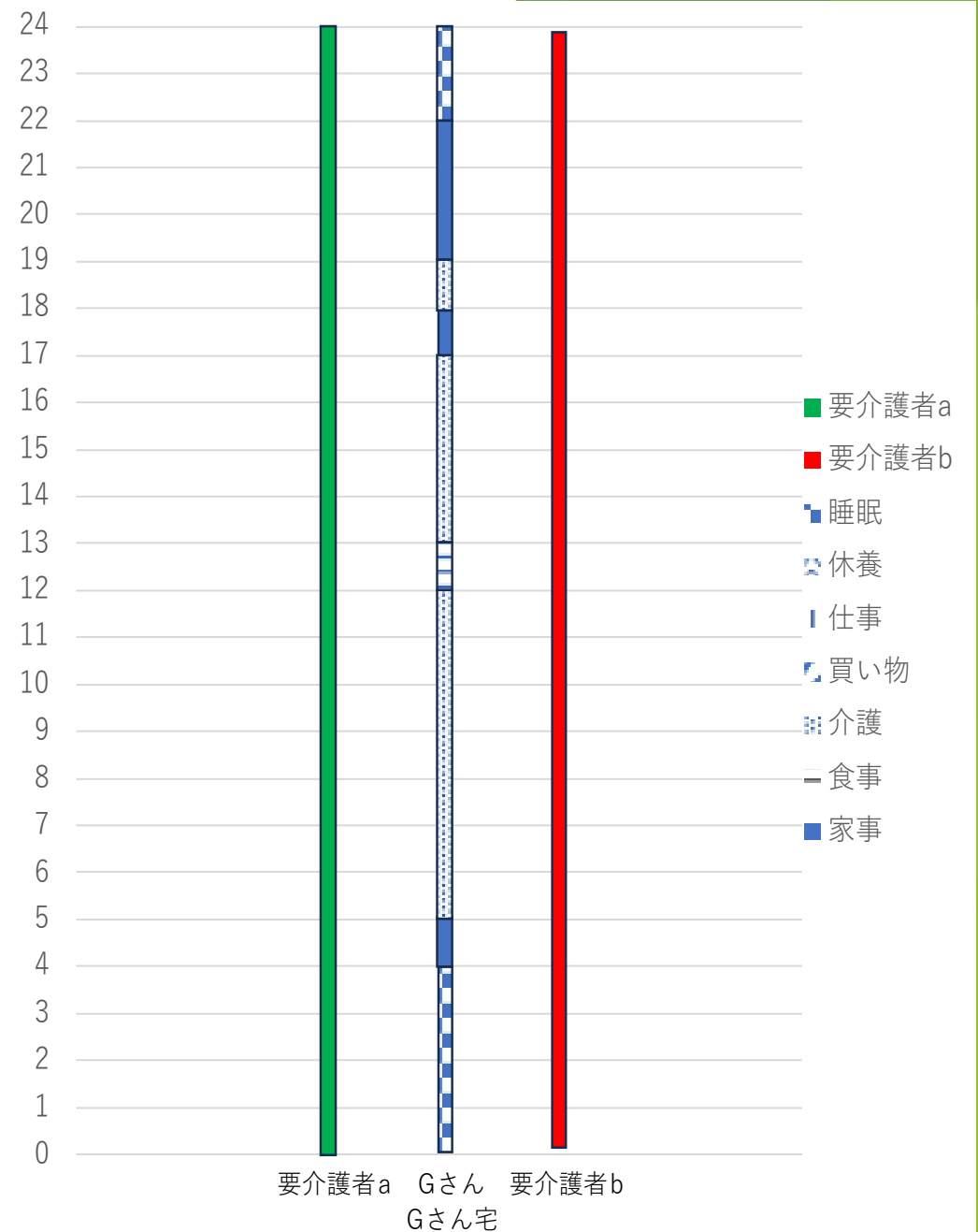


図7-b Gさんの生活時空間(デイサービスを利用しない日)

○表1はインタビュー調査によって得た各家族介護者の属性についてのデータを示し、表2は各家族介護者の生活時間配分がデイサービスを利用する日にどれだけ増減したのかについて示している

○また、図1～図7は、デイサービスを利用する日と利用しない日両日の、各家族介護者の一日の生活活動内容及び生活空間を表している

年齢も含めた家族構成による分類 で見られる生活の差

○老老介護を行っておらず，かつ4人暮らしであるDさん：

- ・表2を見るとデイサービス利用日の仕事時間が大きく増加
- ・図4-aとbを比較してみても，要介護者がデイサービスに行っている間の時間をパートに行って過ごしている
- ・Dさん自身，「自分はまだ若いからパートとして働ける．それに，自分以外にも家族がいるおかげで要介護者を家で一人にする心配がないから，長時間パートに行っても大丈夫．」と語っている



Dさん自身の年齢の若さや同居家族の多さがDさんの生活時間配分に影響している

- ・一方で「同居家族が多いから家事が多いのは大変．でもちゃんと休むことは出来ているし，他に家族がいるおかげでデイサービスがない日も家族に要介護者を任せて友達とランチに行く時がある．」と語っており，同居家族が多いことによるデメリットはある

○要介護者と2人暮らしを行っているGさん：

- ・表2を見るとデイサービスを利用していても休養時間や介護時間，家事時間に変化がない
- ・図7-aとbを比較しても，Gさんは外出を行っておらず，ほとんど自宅で介護をして過ごしていることが分かる
- ・Gさんが「片方の要介護者がデイサービスに行ってももう片方の要介護者が家にいるため，目を離すことができない．」と語っている



この生活時間配分にはGさん宅の要介護者が2人いるということが関係していると言える

○老老介護を行っている家族介護者：

- ・Fさんは「自分も年だから外出したくてもあまり出来ず，自宅で映画を見て休養している．」と述べており，身体の老化によって生活空間を縛られている家族介護者も存在している

○要介護者の要介護度による分類で見られる生活の差

○要介護度1の要介護者を介護しているDさん

・Dさんは「要介護者がほとんど介護する必要がないことも、自分がパートに行けている理由の一つ。」と語っており、要介護者の要介護度の低さもDさんの生活時間配分に影響を与えている

○要介護度2の要介護者を介護している家族介護者

・要介護者自身がある程度動けるためあまり介護を行わなくても良い場合と、要介護者のあらゆることに気を回さなければならない場合に分けられる



・前者のEさんとFさん：ほとんど介護を行っておらず、デイサービスの利用に関係なく休養時間が長い

・後者のCさん：2時間以上目を離すことは不安。」と語っているように2人と比べて要介護者に生活を制限されている

○要介護度3の要介護者を介護している方の中でAさんとBさん：

・表2と図1-b, 図2-aを見れば分かるように, デイサービスを利用する日の休養時間は大幅に増加しており, 生活空間も大幅に拡大している

○デイサービスの利用による 生活の変化

○要介護者の要介護度が低く自身が高齢者ではないDさん：

・Dさんが「他の家族がいるとしても、やっぱり心労があることが介護を行う上での一番の苦勞． デイサービスを利用したことで、目を離していても安心できるようになったことが一番の恩恵である． 」と語っていた



要介護者と暮らさなければならなくなったことで生まれる、パートをに行っている間自分の見えている範囲から要介護者が離れてしまうという不安を、デイサービスによって和らげた

○老老介護を行っているFさん：

- ・身体の高齢化によって外出したくともあまり外出ができない
- ・一方で、Fさんは「在宅で完結する趣味が多かったため、外出ができないことはそこまで苦ではなく、要介護者である妻は要介護度が低いため、休養の時間は場合は妻と一緒にテレビを見たり映画を見たりすることが多い。デイサービスのおかげで妻がいない間に家事に集中できており、とてもやりがいを感じている。」と語っている



自身の老化のために要介護者がデイサービスに行っている間も外出は行えていないが、要介護者が自宅にいない間にやらなければならないことに目を向ける時間を作り出し、やりがいを感じるものに集中できるようになった

○要介護度の高い要介護者2人と同居しているGさん：

- ・「デイサービスのおかげで自分が病院に行くための予定などを立てやすくなっている。でも、正直介護の苦労はそこまで変わらないしあまり休めていない。目を離すことができないため買い物も2人がいるときにさっと行く程度。」と語っている



デイサービスを利用しても生活が大して変化しなかった

○要介護度3の要介護者を介護しており，2人暮らしの老老介護者であるAさんとBさん：

- ・どちらも「最初はどのようにして良いのか分からず身体的にも精神的にも辛かったが，デイサービスのおかげで自分の健康に気を遣ったり，気晴らしのために時間を使っている。」と語っている
- ・図1と2を見ても分かるようにデイサービスの利用によって介護による時間的拘束から解放され，その余暇時間を自身の休養のために用いている



デイサービスによって介護に縛られた生活から解放され，自身の身体や精神のケアをする時間を作り出していった

○デイサービスによる負担軽減を妨げる要因

・要介護者が複数人いることで、デイサービスを利用していてもデイサービスに行かず自宅に留まる要介護者が存在し、その結果自宅に留まる要介護者への介護のために生活を制限される

○老老介護を行う家族介護者：

・Fさんは「在宅で完結する趣味が多かったもので、外出ができないことはそこまで苦ではない。」と語っている



Fさんはそもそも外出して行う趣味が少なかったため、身体が老化していてもデイサービスによって身体・精神的な負担を軽減させることが出来ていた
また、家事というやりがいを見つけていた



○外出を伴う趣味を持っている老老介護者や自宅内でのやりがいを見出すことができない老老介護者にとっては、デイサービスによる身体・精神的負担の軽減がうまく機能しない可能性がある

○同居家族が多い家族介護者：

- ・ Dさんの事例は，要介護者の要介護度が低く，他の家族が介護に協力してくれるということに支えられた事例



もし要介護者の要介護度が高い場合，必要な介護内容が増加する
そのような場合，どうしても他の家族に任せられる介護内容が限られてくると予想され，
介護の負担が一人に降りかかってしまう可能性が高いと考えられる



○同居家族が多い場合は要介護者の要介護度が重要であり，要介護者の要介護度が高い場合はどれだけ介護や家事を分担できるかが，デイサービスによる身体・精神的負担軽減の達成に関わってくる

○要介護度の高い要介護者を介護している家族介護者

・Aさんは「家族介護者の方が集まる会のおかげで、大分精神的に助けられた。」と述べており、Bさんも「友人や姉と時々遊びに行くことで気晴らしを行っている。」と述べている



今回調査した要介護者の要介護度が高い二人は、友人や会のメンバーなど精神的に頼れる他人や逃げ場があつてこそ精神的な負担が軽減されたと言える



○要介護度の高い要介護者を介護する家族介護者は、デイサービスを利用することで介護から物理的に切り離されて身体的な負担が軽減されるとしても、精神的な支えとなってくれる他人や逃げ場が存在しない場合、精神的には介護から離れることが出来ずに結果身体・精神的負担の軽減が達成されないのだと考えられる

○家族介護者の負担を軽減するために 必要な支援

- 要介護者の人数が多いことでうまく休養がとれていない家族介護者：
- ・より多くの要介護者を受け入れることができるデイサービスの整備を勧めること
 - ・自宅に赴いて介護を補助してくれる派遣業務のような形態の介護士を整備すること

○老老介護を行う家族介護者：

- ・外出をサポートするような支援
↳ 例) ドア・ツー・ドア形式の支援

○同居家族が多い家族介護者：

- ・家に訪問する形での介護を行ってくれる介護士の整備 → 介護士が実際に家族介護者の自宅まで訪れることで介護だけでなく家事も代行することが可能になり、家族介護者が自由に使える時間をより創出できる

○要介護度の高い要介護者を介護している家族介護者：

- ・家族介護者が集まることのできる機会や団体を作ること

↳ その場所が家族介護者同士が情報交換を行ったり不満を吐き出したりするための場所や、新たな人間関係を作り出すための場所となり、介護からの逃げ場を作り出すきっかけになる

○終わりに

○デイサービスを利用して身体・精神的な負担が軽減しきれない家族介護者：

- ・同居している要介護者の人数が多い家族介護者
- ・外出がしたくてもできない老老介護者
- ・要介護度の高い要介護者を介護していて、かつ同居家族の多い家族介護者
- ・要介護度の高い要介護者を介護している家族介護者の中でも、精神的なより所となる他人や逃げ場が存在しない家族介護者

○問題を解決するための支援：

- ・要介護者をより多く受け入れられる介護サービスの整備
- ・家族介護者に対しての外出支援
- ・家族介護者宅に訪問して介護や家事の代行を行ってくれる介護士の整備
- ・精神的なより所となる他人や逃げ場を作り出すきっかけとなるような、家族介護者が集まる機会や団体の整備

○今後の展望：

- ・今回調査を行ったのはデイサービスを利用している家族介護者に対してのみであったが、デイサービスを利用する際には相談相手となるケアマネージャーの存在があるため、今後はそういった方達に対しての調査も行った上で検討を行うことが必要であると考えられる
- ・また、今回は先行研究で重要視されていた家族の捉え方や要介護度に注目し、家族構成と要介護度によって家族介護者を分類したが、今後はそれ以外の分類によってデイサービスによる身体・精神的負担軽減の実態を調査していくことも重要である

○参考文献：

- ・石井享子・村嶋幸代・飯田澄美子・花沢和枝・松下和子・藤村真弓・佐貫涼子・桜井尚子・長田千絵 1990. 在宅老人介護者の生活時間に関する検討—夜間の睡眠中段に焦点をあてて—. 聖路加看護大学紀要 16 : 70-78.
- ・伊藤順 2013. 生活時間に見る中高年期男女の家族介護の現状とワーク・ライフ・バランスをめぐる課題. 学苑 869 :14-22.
- ・神崎（田中）初美・沼本教子 2000. デイケアサービスセンターに通う高齢者の主介護者における介護負担感と主観的健康観との関連—2変数に影響する要因の分析—. 老年看護学51 :156-164.
- ・管万理・梶沼真也 2014. 公的介護保険は家族介護者の介護時間を減少させたのか?—社会生活基本調査匿名データを用いた検証— 経済研究 65 :346-361.
- ・小林良二 2002. 生活時間と介護時間. 人文学報 329 : 47-63.
- ・菅沼真由美・佐藤みつ子 2011. 認知症高齢者の家族介護者の介護評価と対処方法. 日本看護研究学雑誌 34 5 :41-49.
- ・田中清美・武政誠一・嶋田智明 2007. 在宅要介護高齢者を介護する家族介護者のQOLに影響を及ぼす要因 神戸大学医学部保健学科紀要 23:13-22.

- ・長江弘子 2008. 在宅移行期の家族介護者が生活を立て直すプロセスに関する研究- 家族介護者にとって生活の安定とは何かに焦点をあてて- 聖路加看護大学紀要 33:17-25
- ・保坂恵美子・松尾誠治郎・佐藤祐一・佐藤亜紀・大西 良 2004. 介護保険課における痴呆性老人を抱える家族の介護負担と介護サービス評価について. 久留米大学文学部紀要 4 :2-16.
- ・堀口和子・岩田昇・鈴木千枝 2016. どんな家族介護者が介護保険サービスを十分と思わないのか? 兵庫医療大学紀要 42 :27-34.