

〔研究報告〕

## 介護未経験男性に必要な認知症家族の介護生活に関する事前準備

長澤久美子<sup>1)</sup> 山村江美子<sup>2)</sup> 千葉のり子<sup>1)</sup>

### 要 旨

本研究の目的は、認知症家族の介護を行う男性介護者の経験から、介護未経験の男性に必要な、認知症家族の介護生活に関する事前準備について明らかにすることである。認知症家族を介護中、または介護を終了した男性16名を対象に、フォーカスグループインタビュー（2グループ）を行い、質的記述的に分析をした。その結果、認知症の理解に関する準備として、社会的な趨勢や傾向、およびジェンダーの視点から【要介護者や介護者になる可能性の認識】を持つことや、認知症の要介護者に適切に対応できるための【認知症の疾病理解】、社会資源の活用準備として、必要時タイムリーに利用できるための【介護の相談窓口の理解】や、外部との交流を狭めないための普段からの【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】、認知症の家族が望む生活を送るための普段からの【会話による家族の望みの既知】、日常生活における準備として、介護で行き詰まらないための【自己のストレス低減の工夫】、男性介護者の困難の一つである仕事・家事・介護の両立等のための【日常からの家事の慣れ】が明らかとなった。

キーワード：認知症、男性介護者、介護事前準備、家族

### 1. はじめに

総人口に占める高齢者は増加の一途をたどり、それに伴い認知症高齢者の増加も推測されている（内閣府, 2017）。また、65歳以上の者のいる「夫婦のみの世帯」の増加（厚生労働省a, 2017）や、男性・女性の生涯未婚率の増加（国立社会保障・人口問題研究所, 2017）に伴う「親と未婚の子のみの世帯」の増加（厚生労働省a, 2017）も見込まれる。

一方、同居の男性介護者割合は、2016年に34.0%（厚生労働省, 2016）と増加傾向にあり、前述の世帯構成割合から考慮しても、今後更なる増加が予測できる。

男性介護者は、介護を自らの責務として熱心に合理的に行う（池添, 野嶋, 2009）一方、弱音を吐か

ず人を頼らず介護を抱え込む傾向（津止, 2015）がある。また、男性介護者の介護生活に伴う困難としては、慣れない家事への負担や戸惑い・自己の健康不安・介護継続への不安・社会からの孤立等（津止, 2015；長澤, 山村, 岩清, 2015；森泉, 小林, 川野, 2009）、また認知症の妻を介護する夫の困難には、物忘れや意思の疎通が取れにくいことなどへの対応の困惑を感じている（長澤他, 2015）。さらに男性介護者は、弱音を吐かず介護を一人で抱え込み易い（津止, 2015）ため内に籠りがちになり、そのストレスが虐待や無理心中につながる傾向が強い（奥山, 1997）。実際高齢者虐待は、2016年には息子が全体の40.3%・夫21.1%と両者で、全体の約6割を占めている（厚生労働省b, 2017）。

しかし、介護ストレスや困難等は、介護の具体的な方法や認知症家族への対応方法が理解できれば減少する（井上, 森脇, 大川他, 1999；菅沼, 佐藤,

1) 常葉大学健康科学部看護学科

2) 聖隷クリストファー大学看護学部

2011)との報告がある。そこで、介護や認知症に関する予備知識や対応方法が明らかになることで、事前にその準備ができ、認知症家族の介護生活におけるストレスや困難は軽減するのではないかと考えた。認知症家族を介護する男性の事前準備については、介護準備プログラム(長澤, 2018)の報告はあるが、いまだ少ないのが現状である。そこで本研究では、介護未経験の男性に必要な、認知症家族の介護生活に関する事前準備を明らかにすることを目的とする。

## II. 研究方法

### 1. 質的研究, およびグループフォーカスインタビューを選択した理由

本研究は、認知症家族の介護を行った経験のない男性に必要な「介護生活に向けた事前準備」を、介護を行った経験のある男性の介護経験から明らかにする。そのため、研究参加者にとっての経験やその意味を帰納的に探求する(クレッグ, 2016)質的研究を用いた。また、悩み等を他人に相談できにくい傾向があるといわれている男性介護者に対して、同じような立場の方々が集まり話し合うことで、より自己の経験を表現しやすくなると考え、フォーカスグループインタビューを選択した。

### 2. 研究の場と研究協力者

#### 1) 研究協力者

主介護者として認知症の家族を介護中の男性、または認知症家族の介護を終了した男性(以下、認知症家族の介護経験のある男性)で、介護者の会に参加している16名である。

#### 2) データ収集方法

研究協力者の紹介は、A県のB市内で開催されているC介護者の会とA県のD市内で開催されているE介護者の会の主催者に依頼した。紹介のあった各介護者の会の参加者に、研究の目的・方法・倫理的配慮等の説明後、同意のあったC介護者の会に所属する認知症家族の介護経験のある男性7名、E介

護者の会に所属する認知症家族の介護経験のある男性9名に調査を行った。調査は、介護者の年齢・要介護者の年齢・要介護度、介護期間、介護場所について自記式調査ののち、2グループでフォーカスグループインタビューを各約120分行った。場所は、協力者の都合のよい時間と場所を調整した。また、協力者全員から同意を得て、面接内容を録音した。

### 3) インタビューガイド

- ①認知症の家族の介護生活で困ったこと(介護・日常生活面について)はありましたか?それはどのようなことですか?また、その際、どのように対応をしましたか?
- ②介護生活を始める前に知っていた方が良かったことはありますか? また、それはなぜですか?
- ③介護生活を始める前に知っていて良かったことはありますか?
- ④現在在宅介護を行っていない男性に、今後に備えて伝えておきたいことはありますか? それは、どのような理由からですか?

### 3. データ分析方法

録音した面接の内容からグループごとに逐語録を作成した。逐語録を繰り返し読み、全体像を把握したのち、「男性が認知症家族の介護生活に向けて必要と思われる事前準備」の内容だと思われる文脈に注目し、文脈を損なわないよう協力者の言葉を用いながらコード化した。さらに、コードの意味内容の類似性に着目し、複数のコードのまとまりをつくり、サブカテゴリーを抽出した。2グループ分を通じて類似性や相違性に注目した上で比較検討し、カテゴリーを抽出した。データ分析は、老年看護学、在宅看護学、成人看護学を専門とする大学教員と行った。

### 4. 研究における倫理的配慮

研究協力者の紹介を依頼するC介護者の会とE介護者の会の担当者に、研究目的・方法・倫理的配慮の説明を行い、了承を得た。各担当者から、対象となる候補者に研究説明の了承の確認を得たのち、それぞれの介護者の会の開催時に協力者へ説明を行っ

た。その際研究説明では、研究の目的や研究方法、研究参加の利益や不利益、研究への参加は自由意志であること、いつでも断ることができること、断ったとしても不利益にはならないこと、プライバシーは保護されること、データは研究以外で使用しないこと、発表に際しては個人が特定されないように行うこと、研究終了後録音データや記録等個人的な資料はすべて破棄すること、面接内容を録音する旨についてを文書と口頭で説明し、参加承諾をした人に同意書の署名を依頼した。また同意書の提出は、会の担当者に提出するようにした。フォーカスグループインタビューの時間と場所は、それぞれの協力者の都合を考慮して調整・設定した。常葉大学倫理審査委員会の了承を得ている。(研静18-05)

### III. 結果

#### 1. 研究協力者（以下 協力者）の概要（表1）

男性介護者は、在宅で介護中の者11名、在宅か

表1. 協力者（男性介護者）の状況

		介護中 (人)	介護終了者 (人)
男性介護者		14	2
介護者	介護者年齢		
	50～60歳代	4	
	70歳代	7	2
	80歳代	3	
	介護期間		
	1年未満	1	
	1～5年未満	4	1
	5年～10年未満	3	
	10年以上	6	1
	続柄		
配偶者（妻）	11	1	
親	3	1	
要介護者	家族		
	2人暮らし	7	1
	3人以上	4	1
	年齢		
	40～60歳代	4	1
	70歳代	5	
80歳代以上	5	1	
要介護度			
申請中	1		
要支援2	1		
要介護1～3	2		
要介護4～5	10	2	

介護中の14名中3名は、途中から介護保険施設入所。「家族」は、現在介護保険施設入居以外の協力者の11名である。

ら施設介護に移行した者3名、要介護者の死亡のため介護を終了した者2名であった。全体では、70歳代が9名と一番多かった。自宅での介護期間は1～5年は5名、10年以上は7名、続柄では配偶者（妻）は12名、親は4名、家族構成では要介護者との2人暮らしは8名であった。また、要介護者の概要では、年齢は40～60歳代5名・70歳代5名・80歳代6名、要介護度は4～5が12名と一番多かった。

#### 2. 分析結果（表2）

【 】はカテゴリー、《 》はサブカテゴリー、「 」は協力者の言葉を示す。

認知症家族の介護経験のある男性を対象にフォーカスグループインタビューを行い、明らかとなった認知症家族の介護に必要な介護未経験男性の事前準備は、【要介護者や介護者になる可能性の認識】【認知症の疾病理解】【介護の相談窓口の理解】【孤立予

表2. 認知症家族の介護に必要な介護未経験男性の事前準備

カテゴリー	サブカテゴリー
要介護者や介護者になる可能性の認識	認知症は自分や家族も罹患する可能性があること の認知 自分も介護者になる可能性があること の認知
認知症の疾病理解	認知症やその症状への対応の知識獲得 認知症の初期症状に気付くための知識獲得 認知症進行予防のための知識獲得 講習会やテレビやラジオからの情報収集
介護の相談窓口の理解	介護の公的な相談場所を知ること 認知症診断後の対処方法を知ること
孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり	認知症を周囲に伝えることで得られる協力 できないことは人に頼む必要性の理解
会話による家族の望みの既知	普段からの会話で家族の望みを知る必要性
自己のストレス低減の工夫	介護を忘れるための時間確保 考え方の転換によるストレス低減 認知症を周囲に伝えることでストレス低減 同じ立場の人と話す場の確保
日常からの家事の慣れ	普段から家事に慣れておくこと 家事ができることで生まれる気持ちの余裕 家計に関心を向けること

防のための知人や隣近所との関係づくり】【会話による家族の望みの既知】【自己のストレス低減の工夫】【日常からの家事の慣れ】の7カテゴリであった。以下に各カテゴリについて説明をする。

#### 1) 【要介護者や介護者になる可能性の認識】

本カテゴリは、《認知症は自分や家族も罹患する可能性があることの認知》《自分も介護者になる可能性があることの認知》で構成された。

《認知症は自分や家族も罹患する可能性があることの認知》は、「僕は自分の母親を通して、自分の将来を見ているような思いがするんです。対岸の火事だと思わないことですよ、《自分も介護者になる可能性があることの認知》では、「早くても遅くても介護は必ずやってくるから、明日はわが身だからみんなに認識してくださいって、口を酸っぱくして言っているんです」と述べていた。このように、日本では認知症の増加が予測されており、事前準備として他人事ではなく、今後自分にも起こりうることを意識しておく必要性について導き出された。

#### 2) 【認知症の疾病理解】

本カテゴリは、《認知症やその症状への対応の知識獲得》《認知症の初期症状に気付くための知識獲得》《認知症進行予防のための知識獲得》《講習会やテレビやラジオからの情報収集》で構成されていた。

《認知症やその症状への対応の知識獲得》については、男性介護者は「絶対怒らずに患者の気持ちに沿うことだね」「介護は嫁がするという時代で無くなってきたから、今健康な時に介護生活はについて知ってもらおうということが必要だ」と述べていた。また《認知症の初期症状に気付くための知識獲得》では、「早期発見が大事だね。自分はおかしいなと思ったけど、病気には結びつかなかったんだ」、《認知症進行予防のための知識獲得》では、「(認知症)予防の方法や進行止めの方法をもっと知っていて母にやってやればよかった」「認知症になってから症状の対応方法を知るのでは遅いです」、《講習会やテレビやラジオからの情報収集》では、「認知症を早期発見する方法をラジオで聞いていたので、妻の異

変に気付いて物忘れ外来へ行き、早期発見ができた」「認知症について、出だし(認知症発症の頃)が一番分からないわけですよ。だから認知症になる前に、講習会みたいなのに参加しておくんですよ」と述べていた。これらのことより、認知症の早期発見や適切な対応のための認知症の症状の理解や、講習会やメディア等から情報収集等の必要性について導きだされた。

#### 3) 【介護の相談窓口の理解】

本カテゴリは、《介護の公的な相談場所を知ること》《認知症診断後の対処方法を知ること》で構成されていた。

《介護の公的な相談場所を知ること》では、「普段から参加していた地区のふれあいサロンで、困ったら包括支援センターに相談するといひ、と教えてもらえたから介護申請がスムーズに行えたんです」、《認知症診断後の対処方法を知ること》では、「認知症の診断を受けてから、医者に『俺はどういうふうにしたらいんだ』って聞いても言ってくれない。そのうち包括(地域包括支援センター)というのがあるって、ここへ相談すると何らかの情報を得られると分かりましたけど、そういうのをもう少し分かりやすく教えてもらえていたら、こっちも動きようもあったと思うんだけど」と述べていた。このように認知症診断後、早期に適切な対応が可能のように、事前に相談場所を知っておく必要性について導き出された。

#### 4) 【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】

本カテゴリは、《認知症を周囲に伝えることで得られる協力》《できないことは人に頼む必要性の理解》で構成された。

《認知症を周囲に伝えることで得られる協力》では、「認知症の診断を受けた後は、最初は隠していたけど、周囲の人たちにそのことを伝えておいたら、徘徊をした時には、見かけたらすぐに連絡をしてくれて早く気付くことができたんです」、《できないことは人に頼む必要性の理解》では、「徐々に認知機能が低下し、仕事継続のために妻を義父に預け

たんですよ」「男は一人で背負い込むからそうならないようにね」と述べていた。このように、介護を行う際は自分一人で行うのではなく、周囲の人を頼ることで生活しやすくなるため、介護に備えて普段から周囲の人たちと交流をしておくことの必要性が導き出された。

#### 5) 【会話による家族の望みの既知】

本カテゴリーでは、《普段からの会話で家族の望みを知る必要性》のサブカテゴリーが抽出された。男性介護者は「家内と元気な時によく話をしていたから、介護生活では望んでいることや喜ぶことが手に取るようにわかってよかった」と述べていた。このように、認知症になり言語的なコミュニケーションが取れなくなったとしても、家族の望みや喜びを知っていれば要介護者の望む生活を提供できることから、普段から家族内での会話を多く持つことの必要性が導き出された。

#### 6) 【自己のストレス低減の工夫】

本カテゴリーは、《介護を忘れるための時間確保》《考え方の転換によるストレス低減》《認知症を周囲に伝えることでストレス低減》《同じ立場の人と話す場の確保》で構成されていた。

《介護を忘れるための時間確保》では、「介護を忘れることを考えないと（介護継続は）無理だよ。僕は山が好きだから、1週間に一遍ぐらいずつ行っていたね」「〇月から絵を描き始めたんです。絵も描くと熱中してすっかり大変なことを忘れちゃうんだね」、《考え方の転換によるストレス低減》では、「辛くなく楽しくするために『将来、楽しい生活が待っている』』というような想像をしたら、僕は比較的ストレスが減りました」、《認知症を周囲に伝えることでストレス低減》では、「最初は妻の認知症を近所に隠していたんですが、自分のストレスは溜まる一方だったから、隠さずに話をしたらとても楽になりましたね」、《同じ立場の人と話す場の確保》では、「苦労をともした妻が、病気になったことの受け入れができなかったけれど、介護者の会に参加するようになって、だんだん受け止められるように

なってきましたね」と述べていた。このように、ストレスを減らすための自分に合った方法や、臨機応変に大変なことに対応する柔軟な考え方を、普段から持つ必要性について導き出された。

#### 7) 【日常からの家事の慣れ】

本カテゴリーでは、《普段から家事に慣れておくこと》《家事ができることで生まれる気持ちの余裕》《家計に関心を向けること》のサブカテゴリーが抽出された。《普段から家事に慣れておくこと》では、「今まで家事をしたことがなかったから困りましたね。娘の手ほどきや近所のお米屋さんでご飯の炊き方や、近所のおばあちゃんから具沢山の味噌汁の作り方を教わりました」「家事については、困るから今から習得しておいたほうが良いですよ」、《家事ができることで生まれる気持ちの余裕》については、「妻は、私が作る食事を『何作ってくれる？』って、作ったら『うまい、うまい』って食うからね。かわいいんですよ、非常に。憎たらしいところもあるけどね」と述べていた。また、《家計に関心を向けること》では、「介護を始めたころ、家の中の預金や借金も含めてお金のことが全く分からないのが一番困った」と述べていた。このように普段から家事に慣れておくことで、いざというときに戸惑わず、介護にも余裕をもって向き合うことができること、またいつ介護の状況になるか予測できないため、普段から家計に関心を持つ必要があることが導き出された。

以上から、介護未経験の男性に必要な認知症家族の介護生活に関する事前準備は、認知症患者の増加傾向から、今後自分にも起こりうる可能性があり他人事ではないため【要介護者や介護者になる可能性の認識】をもつことや、認知症の早期発見や適切な対応のための知識や情報収集による【認知症の疾病理解】、認知症診断後の早期対応のための【介護の相談窓口の理解】、介護は一人ではできないことを意識して普段から周囲の人たちと交流する【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】、家族の望む生活を知るため普段のから家族内の会話を多くするという【会話による家族の望みの既知】、自己

にあったストレス低減方法や考え方の柔軟性をなどの【自己のストレス低減の工夫】、戸惑わず介護にも余裕をもてるための【日常からの家事の慣れ】が導き出された。

#### IV. 考 察

男性介護者の介護生活に伴う困難として、家事への負担や戸惑い、弱音を吐かず介護を一人で抱え込み易いこと、社会からの孤立感、認知症患者の介護ではやり場のない徒労感、等の報告がある(津止, 2015; 長澤他, 2015; 森泉他, 2009)。本研究の結果では、男性介護者はそれらの困難に沿う内容の準備についてのカテゴリー【日常からの家事の慣れ】【自己のストレス低減の工夫】【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】【介護の相談窓口の理解】【認知症の疾病理解】が抽出された。そして男性介護者は、その困難を生活の中で受け止め、改善する方向で工夫・実践していた。したがって、抽出された項目は、介護の事前準備として必要な内容であると思われた。また、その他に必要な事前準備として、【会話による家族の望みの既知】や【要介護者や介護者になる可能性の認識】について抽出された。この内容は、先行研究では報告されておらず、介護の事前準備として新たな知見である。それらのことを踏まえ、将来担う可能性のある介護に対して事前に備えることで、いざという時にも戸惑いやストレスもが少なく、対応できると考える。

以下、考察においては男性介護者の背景について、および本調査により明らかとなった、介護未経験男性に必要な認知症家族の介護生活に関する事前準備の7カテゴリーを、【要介護者や介護者になる可能性の認識】【認知症の疾病理解】については“認知症の理解に関する準備”、【介護の相談窓口の理解】【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】【会話による家族の望みの既知】については“社会資源の活用準備”、【自己のストレス低減の工夫】【日常からの家事の慣れ】については“日常生

活における準備”の3項目に分けて述べる。

##### 1. 男性介護者の背景について

今回の研究協力者は、人口約70万人と約25万人の2市に在住し、認知症家族の介護を継続または終了した男性で、現在介護者の会に参加している方々である。男性介護者の特徴は、弱音を吐かず人を頼らず介護を抱え込む傾向(津止, 2015)があると報告されているが、本研究の参加者は、自発的にまたは誘われて会に参加しており、前向きに介護に取り組んでいる方々であると考えられた。しかし、全員が最初からそのような姿勢であったわけではないことから、介護を行う以前の事や介護の状況を振り返っていただくことで、より適切な準備の内容が明らかになると思われ、研究協力者として妥当であると考えた。

##### 2. 認知症の理解に関する準備

認知症の家族を介護する夫介護者は、物忘れや意思疎通に対する困惑を感じている(長澤, 2015)。また、認知症の人は「やらない」のではなく「やれない」ことの現実が周囲に理解されにくい(小澤, 2003)ことから、事前に【認知症の疾病理解】が必要であり、そのことで認知症に罹患した要介護者に適切な対応ができ、介護上の困難も少なくなるのではないかと考える。

また、岡村, 嶋田, 土幡他が2015年に報告した、ある一地域住民を対象とした認知症に関する意識調査では、理解は高く誤解は薄れてきているが、知識や情報収集の意欲や行動力は低いとしている。また、日本では妻は家庭責任を担うという性別役割分業制が主に取られており(山田, 2005)、介護も女性の役割の一つとして捉えられてきた(春日, 2010)。近年ではその意識も徐々に変容していると思われるが、男性の子育てが話題に上ることからもわかるように、男性の場合、女性に比べ自分の事として捉えにくいのではないかと推測できる。今回の男性介護者からも、初めて認知症家族の介護者になり家事や介護について困った経験があったことから「対岸の火事だと思わないこと」や「介護する状況

は必ず来る」との言葉も聞かれた。このように、高齢者人口の増加に伴い要介護高齢者や認知症高齢者が増加する中で【要介護者や介護者になる可能性の認識】をし、介護を始める前から自分にも起こりうると意識することは重要である。身近に意識できることで、認知症の知識や症状に関心が向き、認知症に関する情報や知識を意識的に取り入れるという行動変容が生じ、結果として【認知症の疾病理解】にもつながると思われる。

### 3. 社会資源の活用の準備

今回のインタビューでは、認知症と診断された際に社会資源の情報を教えて欲しかった、との発言があった。我が国では、認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）の一環として、「かかりつけ医の認知症対応力向上研修・認知症サポート医の養成研修」を展開しており（厚生労働省、2015）、早期発見・早期対応のためにも、タイムリーな対応が重要な課題の一つである。しかし新オレンジプランは2025年度を目標に整備されており、いまだその途上である。これらの事から、介護者がよりスムーズに認知症家族の介護生活を遂行できるためにも、介護の事前準備としての【介護の相談窓口の理解】が重要であると考えられる。

また、男性介護者の、弱音を吐かず介護を一人で抱え込み易い（津止、2015）傾向や、目標を設定して成果を追い求める介護スタイルが、社会との関わりを疎遠にし孤立に向かうという傾向（津止、2015）がある。また、介護期間の延長や要介護者の状態悪化・介護負担の増大・介護者自身の加齢により、さらに社会的ネットワークが小さくなる（彦、2016）ことから、現段階から【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】を継続していく必要がある。

さらに認知症の人では、症状の進行と共に他者への意思の伝達も困難になるが、本人の希望や価値観・信念等を家族やケア提供者が察し、くみ取ることによってコミュニケーションが可能となる（酒井、2016）。今回の男性介護者にも、元気なころから妻との会話が長く、生活の中で望むことや喜ぶことが

手に取るようにわかる、と述べている方がいた。一方、男性の傾向として、職務上での道具的なコミュニケーションはこなせても、親しい関係における会話を苦手とする人は多く、特に親密な人への自己開示については中学時代から男女の差は顕著になる（伊藤、2008）、との報告もある。忙しい日々の生活の中で、家族間での会話もままならない現状があることも否めない。しかし、親密性形成のためのコミュニケーションは、結婚において欠かせない要素となる現代（伊藤、2008）では、夫だけではなく息子においても意識的に【会話による家族の望みの既知】があることで、家族間の親密性の確保や今後来る介護への準備となりうると考える。

### 4. 日常生活の準備

前述のように、日本では性別役割分業制がとられていたが（山田、2005）、近年ではその意識は少しずつ変容していると思われる。しかし、男性介護者の介護生活に伴う困難として、家事への負担や戸惑い（津止、2015）等もあり、慣れない家事や介護に困難を感じている。本研究の男性介護者も、家事の習得の必要性や、（自分が）食事の支度ができることで気持ちの余裕も生まれ、妻の反応を「かわいい」と思えるとの発言も聞かれていた。また、家計については妻が一括管理していたことによる介護開始時の混乱があったことから【日常からの家事の慣れ】が必要であると思われた。家事に慣れていることで、介護生活に移行しても日常生活がスムーズに営みやすく、気持ちの余裕も生じ要介護者にも穏やかに接することができると推測できた。そのため、近年では家事への男性の参加が社会でも一般的になりつつはあるが、今後さらに意識化する必要がある。

また長澤、山村、岩清水（2017）は、介護を終了した夫介護者の介護生活を支えた要因の一つに、無理のない範囲の気分転換や息抜きの時間確保があると報告している。本研究の介護者も、介護で大事なことは介護を忘れる時間の確保や、抱え込まずに周囲の人に話すこと、と述べていた。男性は、介護の目標を定め方針を立て実行し、成果を追及する等の

「仕事をするように介護する」傾向がある（無藤, 2008）。その中で、計画通りには事は運ばないことも多く、イライラすることもあると推測できる。そのため、弱音を吐かず介護を一人で抱え込み、内にこもりがちと言われている（津止, 2015）男性は、特に普段から【自己のストレス低減の工夫】の必要がある。

またラザルス（1994）は、心理的ストレスは人間と環境との関係であり、その評価は個人の認知的評価に依存する、と述べている。今回、考え方を変えることでストレスの低減を図っている介護者がいたが、介護自体はストレスとなりうるが、現実の捉え方や見方を変えることで気持ちの持ち方も変わる可能性がある。従って自己の傾向を知り、普段から思考を柔軟にして、物事の捉え方や考え方の変容を試みるような訓練を意識的に行う必要があると思われた。

## V. 研究の限界

本研究のフォーカスグループインタビューのメンバーは、介護者の会のメンバーであったことから顔見知りであったこと、1グループは人口約70万人、1グループは約25万人以上の市で活動を行う会であったこと、研究協力者には年齢幅や介護期間、同居家族の有無等に相違があったこと、また夫介護者と息子介護者が混在していたこと等から、今後更に調査を重ね準備内容の検討を行う必要がある。

## VI. 結論

認知症家族の介護経験のある男性を対象にフォーカスグループインタビューを行い、介護未経験の男性に必要な認知症家族の介護生活に関する事前準備について明らかにした。

その結果、「認知症の理解に関する準備」については、介護は女性の役割とは限らないという、介護意識の変化等の社会的な趨勢やジェンダーの視点からも【要介護者や介護者になる可能性の認識】を持

つことや、認知症の要介護者に適切に対応できるための【認知症の疾病理解】、「社会資源の活用の準備」については、必要時タイムリーに利用できるための【介護の相談窓口の理解】や、外部との交流を狭めないよう【孤立予防のための知人や隣近所との関係づくり】、認知症の家族の望む生活が送れるための日常からの【会話による家族の望みの既知】、「日常生活における準備」については、介護で行き詰まらないための【自己のストレス低減の工夫】、男性介護者の困難の一つである仕事・家事・介護の両立等のための【日常からの家事の慣れ】が明らかとなった。

## 謝辞

本研究に快くご協力くださいました皆様に心より感謝申し上げます。なお、本研究は平成30～33年度科学研究費助成事業（基盤研究（C））（課題番号：18K10524）の助成により実施した。

## 各著者の貢献

KNは、研究の着想と企画・データ収集・分析・解釈、論文執筆の全プロセスを担当した。EYは、データ収集・分析、および論文のレビューを行った。NTは、データ収集・分析、および論文のレビューを行った。

（受付 '19.11.25）  
（採用 '20.04.17）

## 文献

- 彦 清美, 大木秀一: 男性介護者の健康に関連する社会的決定要因と支援の方向性, 石川看護雑誌, 13: 1-10, 2016
- 池添志乃, 野嶋佐由美: 生活の再構築に取り組む家族の介護キャリアの形成困難における悪循環, 家族看護学研究, 14 (3): 20-29, 2009
- 井上真由美, 森脇由美子, 大川敏子他: 痴呆症患者の主介護者の負担に対する教育介入の効果について, 看護研究, 32 (3): 227-234, 1999
- 伊藤裕子: 3章 夫婦関係における男性 男女の共同参画とは, (柏木恵子, 高橋恵子編), 日本の男性の心理学—もう一つのジェンダーの問題—, 97-119, 有斐閣, 東京, 2008
- 春日キスヨ: 変わる家族介護, 133-157, 講談社現代新書, 東京, 2010
- 国立社会保障・人口問題研究所: 人口統計資料2017年版 [http://www.ipss.go.jp/syoushika/tohkei/Popular/P\\_Detail2017.asp?fname=T06-23.htm&title1](http://www.ipss.go.jp/syoushika/tohkei/Popular/P_Detail2017.asp?fname=T06-23.htm&title1) 2018年4月13日
- 厚生労働省: 認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～(新オレンジプラン) について



- て. <https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000072246.html>, 2015, 2019年2月27日
- 厚生労働省: H28年国民生活基礎調査の概要. <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa16/dl/16.pdf>, 2018年4月13日
- 厚生労働省a: H29年国民生活基礎調査の概要. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa17/dl/02.pdf>, 2019年10月31日
- 厚生労働省b: 平成29年度「高齢者虐待の防止, 高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況等に関する調査結果. <https://www.mhlw.go.jp/content/12304250/000491671.pdf>, 2019年10月28日
- 厚生労働省c: 平成29(2017)年度介護保険法改正. <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/k2017.pdf>, 2019年10月28日
- クレグ美鈴: II. 1. 質的研究とは, (クレグ美鈴, 麻原きよみ, 横山美江編), よくわかる質的研究の進め方・まとめ方 第2版, 16-28, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2016
- 森泉保子, 小林和美, 川野雅資: 認知症の妻を介護する夫の実情夫の『語り』から男性介護者の支援を考える, 臨床看護, 35 (11): 1689-1694, 2009
- 無藤清子: 第3章 夫婦関係における男性 3—iii 介護とジェンダー, (柏木恵子, 高橋恵子編), 日本の男性の心理学—もう一つのジェンダーの問題—, 133-140, 有斐閣, 東京, 2008
- 内閣府: H29年版高齢社会白書(概要版). <http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/html/gaiyou/s1>, 2019年4月13日
- 長澤久美子, 山村江美子, 岩清水伴美: 認知症に罹患した妻を介護をする夫介護者が感じている困難, 家族看護学研究, 20(2): 117-124, 2015
- 長澤久美子, 山村江美子, 岩清水伴美: 在宅で妻を介護する夫介護者を支えた要因—看取り後の振り返りを通して, せいいい看護学会誌, 8(1): 8-14, 2017
- 長澤久美子, 荒木田美香子, 長島真由美他: 男性を対象とした認知症家族の介護準備プログラムの検討, 日本認知症ケア学会誌, 17(3): 573-582, 2018
- 岡村絹代, 嶋田さおり, 土幡淳他: 愛媛県愛南町における認知症になっても暮らしやすい町づくり推進—地域住民の認知症に関する意識調査の結果から, 愛媛県医療技術大学紀要, 12(1): 37-45, 2015
- 奥山則子: 文献から見た在宅での男性介護者の介護, 東京都立医療技術短期大学紀要, 10: 267-272, 1997
- 小澤 勲: 痴呆を生きるということ, 151-184, 岩波新書, 東京, 2003
- R. S. ラザルス, スーザン. フォルクマン/本明 寛, 春木 豊, 織田正美監訳, ストレスの心理学, 3-24, 実務教育出版, 東京, 1994
- 酒井郁子: 2章1節 認知症, (堀内ふき編), ナーシンググラフィカ老年看護学② 高齢者看護の実践, 202-229, メディカ出版, 大阪, 2016
- 菅沼真由美, 佐藤みつ子: 認知症高齢者の家族介護者の介護評価と対処方法, 日本看護研究学会雑誌, 34 (5): 41-49, 2011
- 津止正敏: 男性介護者の仕事と介護をめぐる実態と論点—介護者モデルの変容と新しい生き方モデル, 生活経済政策, 223: 12-17, 2015
- 山田昌弘: 迷走する家族—戦後家族モデルの形成と解体—, 118-157, 有斐閣, 東京, 2005

## Measures to Prepare Males without Caregiving Experience to Care for Other Family Members with Dementia

Kumiko Nagasawa<sup>1)</sup> Emiko Yamamura<sup>2)</sup> Noriko Chiba<sup>1)</sup>

1) Department of Nursing, Faculty of Health Science, Tokoha University

2) School of Nursing Seirei Christopher University

**Key words :** Dementia, Male caregiver, Care preparation, Family

This study examined measures to prepare males without caregiving experience to care for other family members with dementia. Focus group interviews were conducted with 16 males, who had previously cared for or were caring at that time for other family members with dementia, dividing them into 2 groups. Through qualitative and descriptive analysis, the following measures were identified: [recognition of the possibility of a person becoming a care-receiver or caregiver in the future] to develop an understanding of dementia from the perspectives of social trends/tendencies and sex issues; [understanding of the pathology of dementia] to appropriately treat care-receivers with dementia; [understanding of care consultation counters] to effectively utilize these resources, when necessary; [creating relationships with acquaintances and neighbors to prevent isolation] not to narrow the range of social activity; [known family wishes through conversation] to help the member with dementia lead a fulfilling life; [ingenuity to reduce self stress] to reduce care-related stress; and [habituation to housework] to work while managing household affairs and providing care, which is one of the difficulties faced by male caregivers.