

# 介護者の生活実態調査報告

介護支援専門員によるアンケート調査から  
Reporting survey of carer's living conditions  
questionnaire survey by care-manager

田中 武士\*  
Takeshi TANAKA

**Keywords : Carer, Living condition, Life security**  
介護者, 生活実態, 生活保障

## 1. 背景と問題意識

介護を要する者（要介護者）の居宅介護支援を行う介護支援専門員（ケアマネジャー）は要介護者の尊厳ある生活を実現するために介護保険制度を中心として様々な社会保障制度を利用し、また地域資源を活用、開発するよう日々努めている。

現在、要介護者に対する支援については介護保険制度や各自治体独自の事業など不十分ながらもサービスを利用できる仕組みは存在する。しかし、介護者自身の生活をサポートする公的制度はほとんど無い。全国的にみれば介護者の介護疲れや社会的孤立、経済的困窮など複数の要因を理由とした介護殺人や介護心中も後を絶たない。介護者自身の生活が保障されるような公的サポートを利用することができない介護者はどのような思いで介護にあたり毎日の生活を送っているのだろうか。介護支援専門員は要介護者本人のみならず、介護者の生活の質についても着目して活動していく必要があると思われる。

## 2. 目的

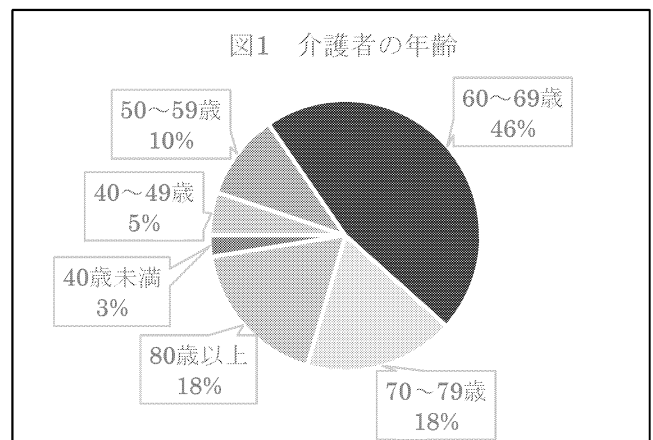
介護者の生活実態を把握することによって、その社会的支援の必要性を明らかにする。

## 3. 対象と方法

津市内のA居宅介護支援事業所で担当する181ケースのうち、在宅で介護担う介護者40名を対象とした。日本ケアラー連盟が実施した調査<sup>注1)</sup>を参考にそれぞれ担当する介護支援専門員が半構造化面接によるアンケート調査を行った（2018年8月～2018年11月）。調査対象者にはプライバシー保護について文書で説明し了解を得た。

## 4. 結果

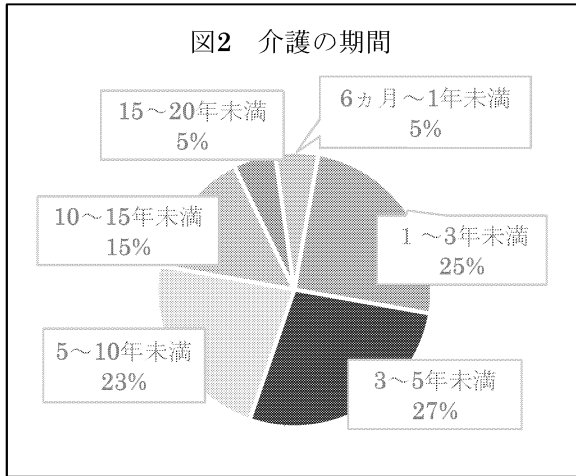
介護者の性別は男性36%、女性が64%であり、その年齢は60歳～69歳が最も多く46%を占めている。また70歳～79歳で18%、80歳以上で18%を占めることから60歳以上の介護者が全体の8割を超えることになる（図1）。



現に介護をしている人数は1名が87%であるが、いわゆるダブルケアである2名を同時に介護している人も13%いる。介護をしている期間は3年～5年が27%で最多であるが、5年～10年が23%、10年～15年が15%と長期間介護をしている介護者も多い（図2）。また1日に介護にかかる時間は、「ほとんど終日」であるとの回答が55%であった。ここには身体的な介護のみならず要介護者の様子を見守るといった時間も含まれている。

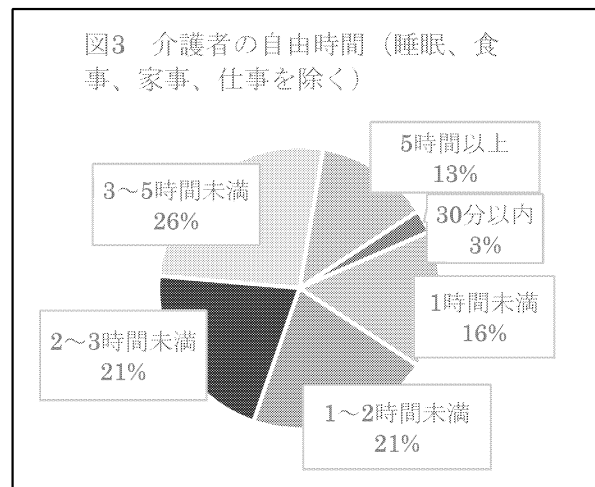
要介護者の年齢は80歳以上が70%を占めている。また要介護者との続柄は配偶者と実母が42%ずつであった。要介護者の介護度は要介護2が最も多く26%、

要介護 1 が 25%、要介護 5 が 21%であった。



経済的不安については 67%が「ある」と回答している。そして 1ヶ月間に介護にかかる費用は 5万円~10万円が 42%であった。さらに 10万円以上との回答も 17%ある。

睡眠や食事、家事、仕事を除いた介護者の自由時間について、3時間~5時間未満が 26%、2時間~3時間未満と 1時間~2時間未満がそれぞれ 21%であった(図3)。



また介護の協力者については「たまにいる」が 45%、「頻繁にいる」が 31%であったが「誰もいない」との回答も 24%あり、介護者一人に負担がかかっている様子がわかる。そして介護者自身の孤立感の有無については「ある」が 23%、「なし」が 77%であった。さらに心身の不調については 70%が「ある」と回答し、負担感については「かなり負担」と「非常に大きな負担」を合わせると 49%を占めた。

自由に回答してもらった設問は 3つ設けた。1つ目の「現在、あなたには介護者としてどのような問題や悩みがありますか」には次のような切実な回答が寄せられ

た。

- ・自分自身の体力の減退でこの先どうなるのか不安でいっぱい。
- ・時折、何もかも投げ出して一人になりたいと思うときがある。
- ・介護職員の人手不足でフル回転で介護されているスタッフの方々にどのようにお願いすればいいのか思い悩む日々です。
- ・この先、主人をどうやって見ていけばいいのか不安。84歳の母を見ていかないといけないのも不安。
- ・今後のことが心配。疲れてしまうと亡くなったお父さんに早く迎えに来て、と思うときもある。でも親子だからもうちょっと頑張ろう、と思ひ直す。

2つ目の「あなたに自由な時間や立場があるとして、せめてこんなことができると思うことはどんなことですか」の問いには次のような回答が寄せられた。

- ・睡眠時間がほしい。
- ・公民館の習い事や何か催し物に出かけたい。
- ・一泊や二泊でいいので温泉旅行に行きたい。
- ・現在出かけられるとしても自分の年齢や体力的に無理でしょう。家でちょっとした花を咲かせることかな。
- ・おいしいものを食べに行きたい。時間を気にせずに行きたい。
- ・自然に自分をあきらめさせている今がある。

3つ目の「現在、あなたには介護者としての喜びや幸せを感じる時がありますか」の問いには次のような回答が寄せられた。

- ・お風呂に入れてあげたときに「ありがとう」と言ってくれること。
- ・戦時中を共に過ごしてきたし、同じ会社にいたときもある。何とか二人いつまでも一緒に居られたらという気持ち。
- ・介護というよりは家族として共に生きている感じ。主人には今まで良くしてもらったので、その恩返しを今している。
- ・母へ今までのことを感謝しながら愛おしいと思ひ、ゆっくりと時間を共有できるのは幸せだと感じる。
- ・職員の方々や介護士さん、看護師さんなどの切実な対応がありがたい。病院の待合室では新しい知り合いもできた。私も元気になれる。

## 5. 考察と結論

今回のアンケート調査より介護者の生活実態の一端が明らかになった。また、日々の介護を担いながら介護者が抱く複雑な思いを聞かせていただくこととなった。

要介護者自身が利用できる制度は介護保険制度や各自治体での独自の制度などがあるが、介護者を直接支援するための制度はほとんどないのが現状である。もち

ろん国も介護者支援の必要性は把握しており、介護離職者防止という観点から介護者支援のあり方の検討も行われ始めてきている<sup>注2)</sup>。

今回のアンケート調査では、介護者についての直接の公的支援がない中で、心身の負担は大きく日常生活が制約されていることがわかった。これは介護者の就労の場面に限ったことではなく、介護者自身の生活全体についての厳しい実態であるといえる。

しかし一方で、介護者が要介護者とともに暮らすことでそれまでの人生を振り返り積極的な意義を見出すに至った例もあった。年齢を重ね介護を要するようになったが、それまで夫婦や家族として共に過ごしてきた掛けがえのないときを確認できるような例である。そのように語る介護者からはそこに流れる穏やかな時間を感じさせた。現実としての厳しい実態があるなかで、このような介護者は稀なのかもしれない。しかし介護を辛いものとして捉えず、介護に関するポジティブな面についても意識する上で先の介護者のような語りは重要なことだと思われる。

日々の負担の大きい介護の中でも介護者は要介護者の「ありがとう」など感謝の言葉に喜びを感じている。介護者の感情は介護の相手である要介護者の何かしらの反応によって影響を受ける。その反応が感謝の言葉のようなポジティブなものであった場合に介護者は喜びを感じるという。介護自体が楽になるわけではないが、負担感という意味では少し軽減されるのかもしれない。

逆に要介護者の反応が暴言や非難、あるいは死にたいなどの悲観的な訴えなどネガティブなものであった場合には介護者の負担感は増大するであろう。しかもそれが日々継続的な介護生活の状況だとすると、その心身の負担は極めて厳しいものとなるはずである。

要介護者が介護者に「ありがとう」などの感謝の言葉が発せられる介護生活とはどんなものなのだろうか。たとえばそのような言葉が自然と行き交い、一方通行ではない双方向の関係があるような状況が望まれるのであろう。要介護者自身が言葉での意思表示が難しい場合でもその感情は介護者にはわかるものもあるのかもしれない。それと同時に専門職には要介護者の言葉にできない思いをくみ取ろうと努め、介護者へ伝えていくようなサポートも必要だと思われる。そのことが介護者の負担感を少しでも軽減させ、場面によっては積極的な意義も感じることができると可能性がある。

しかしながら、現実的に介護にかかる生活がなくなるわけではない。アンケート調査の結果からは介護にあたる当事者の厳しい生活状況が明らかになった。ここからは、要介護者の生活の安定が介護者個人の資質や頑張り、犠牲によるのではなく、介護者の生活も尊重されたものとする必要がある。そしてそのためにはどこで生活していても人間らしい生活が保障される公

的の制度が必要である。

そして忘れてならないのは地域には未だ把握されていない介護者と要介護者の存在があるということである。当然ながら介護保険制度における要介護認定だけがそれらの存在を示しているわけではない。それらの世帯がもし困難を抱えているのであれば迅速に適切な生活保障が得られるべく対応していく必要がある。

## 6. 本調査の限界と今後の課題

本調査ではアンケートの調査対象者の人数が少ないこと、対象者を担当ケアマネジャーが選定していることから、結果に偏りが生じている可能性がある。また、対象者はすでにケアマネジャーと一定の信頼関係が構築されていることから結果に影響を及ぼしている可能性もある。

今後は無作為に抽出した介護者を対象に調査を行うことで、より広い範囲での生活実態を反映した結果を得られるようにする必要がある。

### 注

注 1) 一般社団法人日本ケアラー連盟 (2016) 『ケアラーを支援する地域をつくる』地域包括ケアシステムの構築に向けた地域の支えあいに基づく介護者支援の実践と普及に関するモデル事業報告書 平成 27(2015)年度 老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業

注 2) 厚生労働省 (2018) 『市町村・地域包括支援センターによる家族介護者支援マニュアル～介護者本人の人生の支援～』

### 参考文献

- 1) NHK スペシャル取材班 (2017) 『「母親に、死んで欲しい」-介護殺人・当事者たちの告白』新潮社
- 2) 岡崎祐司・福祉国家構想研究会編 (2017) 『老後不安社会からの転換-介護保険から高齢者ケア保障へ』大月書店
- 3) 湯原悦子 (2014) 「家族介護者支援の理論的根拠」『日本福祉大学社会福祉論集』(130) 1-14

