

勇美記念財団 2012年度（前期） 在宅医療助成 報告書

在宅で介護している壮年期女性のライフスキルに関する研究

申請者名：林谷啓美

所属機関：園田学園女子大学 人間健康学部 人間看護学科

所属機関所在地：

〒661-8520

尼崎市南塚口町7-29-1

〔TEL〕(06) 6429-9077 (直通)

提出年月日：平成25年8月30日

## 在宅で介護している壮年期女性のライフスキルに関する研究

林谷啓美<sup>1)</sup> 森本喜代美<sup>1)</sup> 田中響<sup>1)</sup>

1) 園田学園女子大学

はじめに

我が国の総人口における65歳以上の占める割合が平成17年には約20%であったが、67年には約40%に達する<sup>1)</sup>。そのような社会において、障害や健康障害を持つ高齢者が増加し、それに伴い、なんらかの支援が必要な人も増加傾向にある。そのような高齢社会である我が国は、医療費の高騰から病院における在院日数の短縮を図るため、施設から地域へという方針である。

障害や健康障害を持つ人が地域で療養生活を送りながらQOLを高めるためには、家族の支援と介護者の存在が必要不可欠である。しかし、その一方で、都市化、核家族化がすすみ、人々の価値観も多様化してきたためさまざまな問題が生じている。中でも家族介護者を取り巻く状況はさらに厳しくなっている。在宅療養者の重症化、高齢化により、介護者の身体的、精神的、社会的な負担は大きい。さらに、女性が介護者となることが多く、中でも壮年期にある女性においては、家事や育児という役割と介護を両立している状況にある。そのような介護者である女性が、介護を担いながら自らのQOLを高めるためには、療養者自身と療養者を取り巻く家族の意思と選択を尊重しながら対策を立てることが重要であり、①在宅介護の支援システムの強化②家族成員の協力体制とセルフケアの意識づけ③在宅介護サービスの選択の尊重が必要である<sup>2)</sup>。そして、介護という長期に渡るストレス事態に対応するためには、介護から距離をとったり接近したりとバランスをうまくとった対処が重要である<sup>3)</sup>。

ライフスキルとは、日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して建設的かつ効果的に対処するために必要な能力である<sup>4)</sup>。介護している女性には、必要な能力であり、それを強化することで、介護の負担を自らの行動により軽減することができる。

そこで、ウイメンズヘルス（青年期、壮年期）に活用できるライフスキル尺度<sup>4)</sup>を用いて、介護している壮年期女性のライフスキルの特徴を知ること、今後、在宅で介護する女性への支援に役立つ援助について考察し、実践につなげていきたい。

I 目的：ウイメンズヘルス（青年期、壮年期）に活用できるライフスキル尺度を用いて、在宅で介護を行っている壮年期女性に対する調査を行い、ライフスキル尺度を壮年期女性に適用できるかの検証を行い、ライフスキルの特徴を明らかにし、在宅で介護をしている女性への支援について考察する。

## II 研究方法

1. 研究協力者：在宅で介護している壮年期（40 歳以上 65 歳未満）の女性 200 名のうち同意のえられた女性を研究協力者とする。
2. 調査期間：平成 24 年 8 月～平成 25 年 12 月までの間である。
3. 調査内容：データ収集は、フェースシートおよびウイメンズヘルス（青年期・壮年期）に活用できるライフスキル尺度<sup>4)</sup>を用いて行う。
4. 配布・回収方法：

研究者から研究協力者が利用されている訪問看護ステーションの施設長に対して調査内容を説明し、本研究への協力意思を確認する。承諾が得られたら、対象となる方に研究協力のお願いの文書と調査票、返信用封筒を配布していただく。研究協力者の協力は任意とする。研究協力者に対して、調査の詳細と目的を文書で説明する。本研究に協力していただける研究協力者には、調査票に回答していただき、調査票と一緒にお渡しした返信用封筒にいれ、封をして研究者宛てに郵送していただく。調査票への回答をもって同意の意思を判断することを説明する。

### 5. 分析方法

データの集計は集計ソフトを用いて行い、38 項目の質問項目について統計学的ソフトを用いて最統計的解析には統計解析ソフト SPSS20.0J Windows を使用し、得られた結果を、最尤法およびプロマックス法による因子分析を行う。

### 6. 用語の定義

この研究に用いるライフスキルは、WHO が提唱する自己認識、共感性、コミュニケーション、対人関係、意思決定、問題解決、創造的思考、批判的思考、感情対処、ストレス対処の 10 のスキルである<sup>4)</sup>。

本研究で使用するライフスキル尺度は、ライフスキル測定尺度<sup>4)</sup>である。38 問 5 段階評定の質問項目（「非常にあてはまる」5 点、「あてはまる」が 4 点、「どちらともいえない」が 3 点、「あてはまらない」が 2 点、「全くあてはまらない」を 1 点とし、5 点×38 問 190 点満点のライフスキル得点）からなる。「自己効力感」「自己信頼」「対人関係」「自己認識」「感情対処」「自律心」の 6 つの因子で構成されている。「ライフスキル尺度」については、作成者の使用許可を得ている。

### 7. 倫理的配慮

本研究は、園田学園女子大学 生命倫理委員会の承認を得ておこなった。

#### 1) 研究協力者への説明と同意

研究者から研究協力者が利用する訪問看護ステーションの責任者に対して調査内容を説明し、本研究への協力意思を確認した。その際、研究協力施設は特定されないよ

うに配慮すること、研究協力者には心理的ストレスや強制力が働かないように十分配慮することを約束した。また、研究協力者に配布する研究協力のお願いの文書には、研究に使用するデータは研究以外で使用することはないこと、個人は特定されないこと、研究協力を拒否しても不利益をこうむらないことを明記していると説明した。そして、研究協力者に研究協力のお願いの文書と調査票、返信用封筒を配布していただいた。

## 2) 研究協力者への説明と同意

研究協力者に対して、訪問看護師より研究協力のお願いの文書と質問調査票、返信用封筒を配布していただき、協力は任意とした。その文書では、この研究への協力は、研究協力者の自由意思に委ねられていること、無記名アンケートのため提出後の撤回はできないこと、研究協力を拒否しても不利益をこうむることがないこと、調査結果はすべて統計処理されること、研究結果は、学会発表または論文として発表する可能性があることを説明している。また、調査票への回答をもって同意の意思を判断することを記載した。

## 3) データの管理方法

この研究における協力者の個人情報、個人が特定できないように記号化し、第3者にはわからないように配慮した。データの入力及び分析はインターネットに接続されていないコンピューターを用い、個人が特定されないようにコード化し統計処理を行った。分析は研究責任者及び共同研究者の研究室のみで行う。分析資料は鍵のかかる研究責任者の研究室に保管している。また、データは研究以外の目的で使用しない。研究終了後の分析資料は、シュレッダーにて厳重に破棄する。

## Ⅲ 結果

1. 在宅で介護している壮年期（40歳以上65歳未満）の女性200名に質問調査票を配布し、質問調査票の回収は138名であった。分析対象は、質問調査票の欠損値のある対象を除外した93名（46.5%）とした。

## 2. 基本属性

### 1) 年齢

年齢については表1の通りである。

(表1)

年齢	%
35以上40未満	5.4
40以上45未満	8.6
45以上50未満	11.8
50以上55未満	22.6
55以上60未満	16.1
60以上65未満	35.5
合計	100.0

### 2) 職業

職業については表2の通りである。

(表2)

職業	%
専業主婦	50.5
フルタイム労働	14.0
パートタイム	20.4
自営業	10.8
その他	4.3
合計	100.0

### 3) 家族構成

家族構成については表3の通りである。

(表3)

										n=93	
夫	子ども	子ども夫婦	孫	実父	実母	義理父	義理母	兄弟	人数	%	
○	○								24	26	
○	○				○				16	18	
○	○						○		13	14	
○	○					○	○		8	9	
○	○		○						4	4	
	○			○	○				4	4	
○	○			○	○				3	3	
○	○					○			3	3	
	○				○				2	2	
○	○			○					2	2	
○	○		○		○				2	2	
○	○					○			2	2	
○		○	○						2	2	
その他									8	9	
合計									93	100	

4) 介護期間

介護期間については表4の通りである。

(表4)

n=93

	人数	%
①3カ月	4	4
②3か月以上半年未満	2	2
③半年以上1年未満	9	10
④1年以上2年未満	13	14
⑤2年以上3年未満	6	6
⑥3年以上	43	47
⑦その他	16	17
合計	93	100

5) 介護の対象

介護の対象については表5の通りである。

(表5)

n=93

	人数	%
実母	24	27
義理母	20	22
夫	20	22
実父	6	6
義理父	5	5
子ども	5	5
実父母	5	5
義理父母	5	5
祖父母	1	1
夫と子ども	1	1
実父母と夫	1	1
合計	93	100

6) 介護度

介護度については表6の通りである。

(表6)

介護度	人数	%
要介護度5	45	43
要介護度4	14	13
要介護度3	12	12
要介護度2	18	17
要介護度1	8	8
その他	7	7
合計	104	100

(複数回答)

### 7) 利用しているサービス

利用しているサービスについては表7の通りである。

(表7)

サービス	利用数
訪問看護	92
デイサービス	57
ショートステイ	48
訪問介護	33
訪問リハ	27
デイケア	6
訪問入浴	5
その他	3

(複数回答)

### 8) 介護に関する主な相談相手

介護に関する主な相談相手については表8の通りである。

(表8)

相談相手	数
夫	43
友人	24
訪問看護師	23
兄弟	20
ケアマネージャー	17
子ども	13
親戚	10
訪問介護士	3
不在	3
医師	3
母親	2
その他	7

(複数回答)

## 3. 因子分析

### 1) 構成概念妥当性の検証

質問項目の内容から構成概念妥当性の検証を行った。因子分析は、最尤法およびプロマックス法にて探索的に行った結果、表9に示したように6つの因子が抽出された。因子間での重複を避けるため、因子負荷量は、0.40を採択した。信頼性係数クロンバックの $\alpha$ は、第1因子0.854、第2因子0.823、第3因子0.808、第4因子0.795、第5因子0.628、第6因子0.535となり、第6因子の下位項目では0.60以下であり内的整合性は低いが、専門家との検討では、7つの因子、8つの因子、9つの因子、10つの因子を比較し、質問項目を見直した結果、6因子が内容的に妥当と判断された。なお、因子分析の結果、「14.人の意見に無条件に従わない」「27.周囲の人が自分のことをどう見ているか自分にはわかる」「34.たとえ相手が子どもであっても対等な人間として接している」という質問項目については、除外している。

## 2) 因子の命名

専門家とともに検討した。その際、WHO が提唱する自己認識、共感性、コミュニケーション、対人関係、意思決定、問題解決、創造的思考、批判的思考、感情対処、ストレス対処の10のスキル<sup>4)</sup>を参考にして命名した。

(1)第1因子は、「自分なりのストレス解消法を身につけている」「周りの人たちがイライラしてもそれに巻き込まれない」「激しい自分の感情に対しても自分なりに対処する方法を身につけている」など8項目から構成され、「ストレス対処」とした。

(2)第2因子は、「周囲の人との和を大切にしている」「他人との関係において信頼関係を最も大切にしている」「他人との関係において信頼関係を最も大切にしている」など7項目から構成され、「対人関係」とした。

(3)第3因子は、「表情など相手の雰囲気から相手の気持ちを読み取ることができる」「親しい人が落ち込んでいると自分も落ち込む」「相手の立場で物を考えることができる」など7項目から構成され、「共感性」とした。

(4)第4因子は、「自分に対する他人の評価に大きく左右されない」「不安や喜怒哀楽の気持ちをコントロールできる」「自分の考えや思いを正確に相手に伝えることができる」など5項目から構成され、「感情対処」とした。

(5)第5因子は、「10年後の自分の姿がある程度描ける」「日常のストレスの原因が何か判断するように努めている」「自分の長所と短所を知っている」など4項目から構成され、「自己認識」とした。

(6)第6因子は、「多数が常に正しいとは限らない」「人と変わっていることでも正しいことは実行する」「自分のことは自分で決めることができる」など4項目から構成され、「意思決定」とした。

## IV 考察

### 1. ライフスキル測定尺度の信頼性

ライフスキル測定尺度の信頼性係数クロンバックの $\alpha$ は、6つの下位尺度で0.854、0.823、0.808、0.795、0.628、0.535とばらつきがみられた。「ストレス対処」「対人関係」「共感性」「感情対処」「自己認識」という下位項目の内的整合性はおおむね良好であるが、「意思決定」という下位項目の内的整合性が低い。しかし、7つの因子、8つの因子、9つの因子、10つの因子を比較し、質問項目を見直した結果、6因子が内容的に妥当と判断された。

### 2. ライフスキル測定尺度の妥当性

今回、WHO が提唱する自己認識、共感性、コミュニケーション、対人関係、意思決定、問題解決、創造的思考、批判的思考、感情対処、ストレス対処の10のスキルを構成概念として、伊藤が作成したライフスキル尺度<sup>4)</sup>は、を用いて調査を行い、本研究



における探索的因子分析を行った結果、6つの因子が抽出された。この6つの因子は、質問項目より検討した結果、「ストレス対処」「対人関係」「共感性」「感情対処」「自己認識」「自己決定」で構成された。そのため、在宅で介護している壮年期にある女性のライフスキルは、WHOが提唱する10のライフスキルとは異なり、6つのライフスキルであることが検証された。また、伊藤が作成したライフスキル尺度<sup>4)</sup>とは因子の内容に若干違いがみられた。それには、職業、家族背景、介護の対象、介護期間、利用している社会資源、相談相手などが大きく影響していると考えられる。

### 3. 介護をしている壮年期女性への援助

介護をしている壮年期女性は、「ストレス対処」を行いながら、良好な「対人関係」を築こうとしている。また、人との「共感性」を大切にし、自らの「感情対処」を行い、冷静に「自己認識」して、さまざまなことに対して「自己決定」しているのである。そこには精神的な安定を保ちながら介護していると見られる。しかし、年齢、職業、家族の構成（同居）、子どもの年齢、介護している期間、介護の対象者、介護の対象の介護度、利用しているサービス、介護に関する主な相談相手などにより差があると考えられるため、さらに細やかな分析を行い、援助を導きだしたいと考える。

## VI 今後への課題

今回は、ウイメンズヘルス（青年期、壮年期）に活用できるライフスキル尺度<sup>4)</sup>を用いて、介護している壮年期女性のライフスキルの特徴を明らかにした。今後、ライフスキルと年齢、職業、家族の構成（同居）、子どもの年齢、介護している期間、介護の対象者、介護の対象の介護度、利用しているサービス、介護に関する主な相談相手の関連についても分析する。以上のことから、今後、在宅で介護する女性への支援に役立つ援助について考察し、実践につなげていきたいと考える。

## 謝辞

ご多忙の中、この調査にご協力いただきました在宅で介護されておられる女性の方々に深く感謝いたします。

本研究は、公益財団法人 在宅医療助成 平成25年度前期 勇美記念財団の助成を受け実施した。

(表 9)

n=93

因子名		因子						尺度得点1項目	
		1	2	3	4	5	6	平均値	標準偏差
ストレス 対処  $\alpha$ 0.854	失敗することをおそれない	.599	.136	.187	.492	.323	.308	3.12	.870
	自分なりのストレス解消法を身につけている	.663	.416	.040	.274	.414	.232	3.59	.935
	周りの人たちがイライラしてもそれに巻き込まれない	.645	.109	-.010	.574	.039	.171	3.25	.868
	激しい自分の感情に対しても自分なりに対処する方法を身につけ	.727	.235	.157	.275	.184	.043	3.15	.920
	6.あらゆるストレスに対し耐える自信がある	.749	.156	.254	.406	.377	.327	2.66	1.048
	自分が決めた結果がたとえ悪くても後悔	.699	.166	.102	.350	.137	.309	3.04	.955
	自分独自の考えや行動を大事にしている	.613	.482	.170	.413	.202	.492	3.51	.829
	八つ当たりしない	.529	.303	.333	.218	.053	-.024	2.75	.803
対人関係  $\alpha$ 0.823	物事の善悪を見分けるように心がけている	.289	.713	.230	.219	.319	.356	3.98	.659
	偏見にとらわれず物事の事実に沿って考えるように心がけている	.423	.683	.225	.374	.322	.415	3.75	.686
	周囲の人との和を大切にしている	.156	.735	.369	.200	.190	.098	3.98	.659
	他人との関係において信頼関係を最も大切にしている	.253	.687	.419	.367	.231	.366	3.98	.691
	相手が自分と同じ気持ちだとわかったとき非常にうれしい	.220	.541	.401	.097	.138	.253	4.20	.700
	1人で解決困難な場合、助けを求めることができる	.191	.517	.347	.272	.482	.203	3.84	.680
共感性  $\alpha$ 0.808	相手が嫌がることはしたくない	.080	.483	.438	.102	.171	.186	4.13	.646
	表情など相手の雰囲気から相手の気持ちを読み取ることができる	.165	.528	.692	.059	.147	.323	3.74	.606
	自分から積極的に人とかかわりをもつようになっている	.179	.320	.543	.376	.284	.022	3.44	.840
	親しい人が落ち込んでいると自分も落ち込む	-.090	.331	.461	-.310	.060	.024	3.13	.863
	他人のストレスについて配慮するように心がけている	.124	.462	.550	.244	.289	.341	3.71	.636
	相手の立場で物事を考えることができる	.106	.335	.778	.327	.484	.252	3.59	.695
感情対処  $\alpha$ 0.795	常に相手の立場を理解するように努めている	.263	.497	.636	.293	.393	.249	3.40	.678
	相手が上手く表現できない場合でも我慢強く聴くことができる	.298	.294	.690	.228	.114	.085	3.30	.818
	自分に対する他人の評価に大きく左右されない	.404	.048	.080	.555	.374	.284	3.28	.864
	他人に対してありのままの自分で接するようにしている	.367	.189	.273	.597	.376	.259	3.40	.874
自己認識  $\alpha$ 0.628	不安や喜怒哀楽の気持ちをコントロールできる	.596	.265	.337	.700	.119	.317	3.20	.774
	自分の考えや思いを正確に相手に伝えることができる	.253	.406	.309	.744	.219	.163	3.12	.764
	自分の決断に自信がもてる	.515	.472	.216	.722	.414	.302	3.00	.752
	何事も人に頼らず自分でやるように心がけている	.321	.215	.225	.356	.097	.330	3.45	.854
意思決定  $\alpha$ 0.535	10年後の自分の姿がある程度描ける	.244	.084	.086	.164	.463	-.117	3.00	.872
	日常のストレスの原因が何か判断するように努めている	.068	.322	.259	.119	.595	.147	3.46	.745
	自分の長所と短所を知っている	.219	.290	.279	.341	.709	.336	3.60	.662
意思決定  $\alpha$ 0.535	人と同じことをすることが必ずしもよいことだとは思わない	.454	.314	.086	.178	.111	.573	3.95	.632
	多数が常に正しいとは限らない	.179	.298	.208	.032	.159	.605	3.90	.693
	人と変わっていることでも正しいことは実行する	.097	.168	.162	.292	.195	.740	3.60	.754
	自分のことは自分で決めることができる	.214	.320	.144	.431	.233	.549	3.60	.809

「在宅で介護している壮年期女性のライフスキルに関する研究」

以下の1から9についてお尋ねいたします。

お答えになりたくない質問に関しましては、お答えにならなくてもかまいません。

1. 年齢 ( ) 歳代 前半 後半
  
2. 職業  
①専業主婦 ②フルタイム ③パートタイム ④自営業 ⑤その他( )
  
3. 家族の構成(同居)  
①夫 ②子ども( )人 ③実父 ④実母 ⑤義父 ⑥義母  
⑦その他( )
  
4. 子どもの年齢  
①( )歳 ②( )歳 ③( )歳 ④( )歳
  
5. 介護している期間  
①3カ月 ②3か月以上半年未満 ③半年以上1年未満  
④1年以上2年未満 ⑤2年以上3年未満 ⑥3年以上  
⑦その他( )
  
6. 介護の対象者  
①実父 ②実母 ③義父 ④義母 ⑤その他( )
  
7. 介護度  
①要介護1 ②要介護2 ③要介護3 ④要介護4 ⑤要介護5  
⑥その他( )
  
8. 利用しているサービス(複数回答可)  
①訪問介護 ②訪問看護 ③訪問リハビリ ④デイサービス  
⑤デイケア ⑥ショートステイ⑦その他( )
  
9. 介護に関する主な相談相手(複数回答可)  
①夫 ②友人 ③兄弟 ④親戚 ⑤その他( )

10.以下の項目を読んで、あなた自身にもっともあてはまるものを(5. 非常にあてはまる～1. 全くあてはまらない)の中から一つ選んで○をつけてください。

	非常にあてはまる	あてはまる	どちらともいえない	あてはまらない	全くあてはまらない
失敗することをおそれない	5	4	3	2	1
自分に対する他人の評価に大きく左右されない	5	4	3	2	1
自分なりのストレス解消法を身につけている	5	4	3	2	1
周りの人たちがイライラしてもそれに巻き込まれない	5	4	3	2	1
激しい自分の感情に対しても自分なりに対処する方法を身につけて	5	4	3	2	1
あらゆるストレスに対し耐える自信がある	5	4	3	2	1
自分が決めた結果がたとえ悪くても後悔しない	5	4	3	2	1
自分独自の考えや行動を大事にしている	5	4	3	2	1
人と同じことをすることが必ずしもよいことだとは思わない	5	4	3	2	1
物事の善悪を見分けるように心がけている	5	4	3	2	1
多数が常に正しいとは限らない	5	4	3	2	1
人と変わっていることでも正しいことは実行する	5	4	3	2	1
何事も人に頼らず自分でやるように心がけている	5	4	3	2	1
人の意見に無条件に従わない	5	4	3	2	1
自分のことは自分で決めることができる	5	4	3	2	1
偏見にとらわれず物事の事実に沿って考えるように心がけている	5	4	3	2	1
周囲の人との和を大切にしている	5	4	3	2	1
他人との関係において信頼関係を最も大切にしている	5	4	3	2	1
相手が自分と同じ気持ちだとわかったとき非常にうれしい	5	4	3	2	1
表情など相手の雰囲気から相手の気持ちを読み取ることができる	5	4	3	2	1
自分から積極的に人とのかかわりをもつようにしている	5	4	3	2	1
親しい人が落ち込んでいると自分も落ち込む	5	4	3	2	1
1人で解決困難な場合、助けを求めることができる	5	4	3	2	1
相手が嫌がることはしたくない	5	4	3	2	1
他人のストレスについて配慮するように心がけている	5	4	3	2	1
相手の立場で物を考えることができる	5	4	3	2	1
周囲の人が自分のことをどう見ているか自分にはわかる	5	4	3	2	1
10年後の自分の姿がある程度描ける	5	4	3	2	1
日常のストレスの原因が何か判断するように努めている	5	4	3	2	1
自分の長所と短所を知っている	5	4	3	2	1
八つ当たりしない	5	4	3	2	1
常に相手の立場を理解するように努めている	5	4	3	2	1
相手が上手く表現できない場合でも我慢強く聴くことができる	5	4	3	2	1
たとえ相手が子どもであっても対等な人間として接している	5	4	3	2	1
他人に対してありのままの自分で接するようにしている	5	4	3	2	1
不安や喜怒哀楽の気持ちをコントロールできる	5	4	3	2	1
自分の考えや思いを正確に相手に伝えることができる	5	4	3	2	1
自分の決断に自信がもてる	5	4	3	2	1

ご協力ありがとうございました。

## 【引用文献】

- 1) 厚生統計協会 国民衛生の動向 厚生の指標. 2011/2012. 58(9). 41
  - 2) 安田肇他：わが国における高齢障害者を介護する家族の介護負担に関する研究－介護者の介護負担感、主観的幸福感とコーピングの関連を中心に－. リハビリテーション医学. 2001. 38, 481－489.
  - 3) 樋口キエ子：在宅介護における家族介護者としての女性－足利日赤訪問看護ステーションの家族介護者を通して－. 足利短期大学研究紀要. 2000. 20, 73－81.
  - 4) 川畑徹朗：ライフスキルの定義. WHO編. WHO・ライフスキル教育プログラム. 大修館書店. 1997. 3-5.
  - 5) 伊藤直美：ウイメンズヘルズに活用できるライフスキル測定尺度の開発－妊産婦のライフスキルの特徴について－. 母性衛生. 2011. 51(4), 633－639.
- (表 9)