

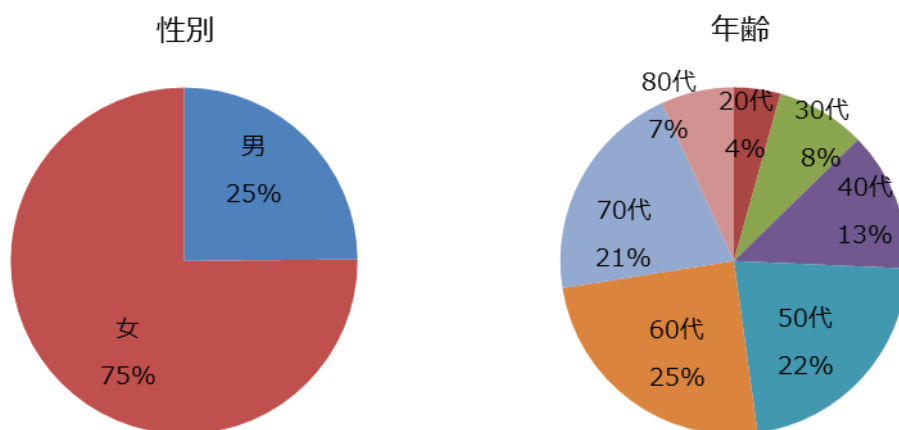
公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団 「平成 25 年度 市民講座アンケート集計報告」

勇美記念財団では、一般市民の在宅医療への理解を促し、その啓蒙・普及に貢献する「市民講座」の開催を支援しています。平成25年度に助成を行った市民講座の数は、これまでで最多の42講座が、全国各地で実施されました。開催にあたっては毎回、参加された方々にアンケートを行い、在宅医療に対してどのような意識を持っているか、また自らの最期についてどのように考えているか、調査を行っています。ここに、その集計結果をご報告いたします。

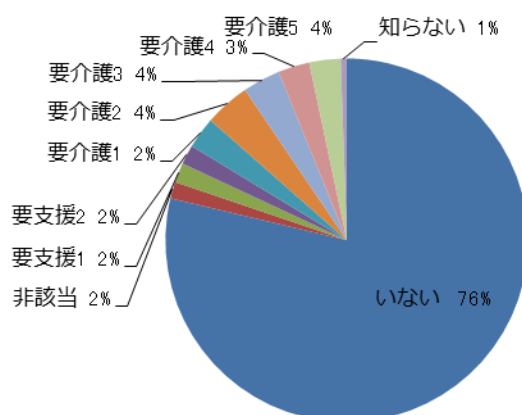
1. 参加者の概要

男女比についてはこれまでと同様、女性が全体の4分の3を占めました。年齢も20代～80代と非常に幅広くご参加いただいています。中でも今年は70代の比重がやや高く、全体として参加者の年齢層が上がっている傾向があるようです。

一方、介護している対象者の有無については、「いない」と答えた方が4分の3を占めました。



Q 介護をしている対象者はいますか？



2. 介護の実態

続いて、「介護している方はいますか」の問いに「いる」と回答した方へ、その実態について具体的な質問を行っています。

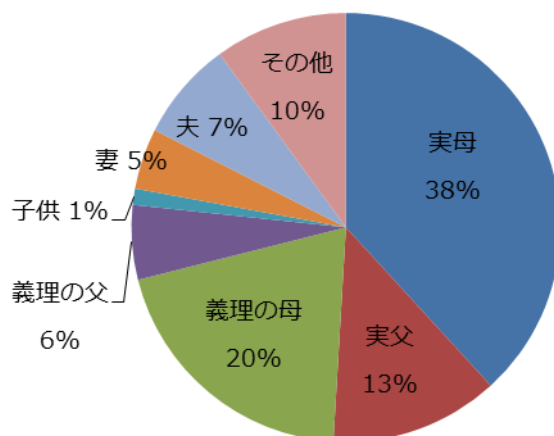
全体的な傾向としてはこれまでと変わらず、介護の対象で多いのは実母、実父、義理の母。また長期での介護を経験している方も少なくありませんでした。

①対象者との関係、介護度、療養場所など

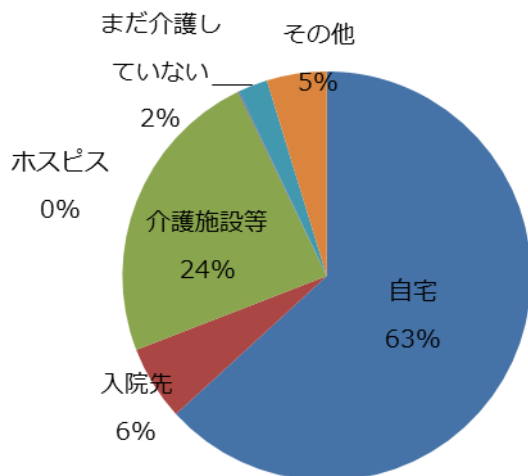
“誰を介護しているのか”の問いに対して、最も多かったのは「実母」で 38%。次いで「義理の母」「実父」が多くなっています。過去と傾向は変わりませんが、今年のアンケートでは「実母」のパーセンテージがやや高くなっています。

介護している場所は、最も多いのが「自宅」で 63%。次に「介護施設」24%となっています。介護の期間は、「3 年」32%、「5 年以上」31%と、長期での介護を経験されている方が多くなっています。

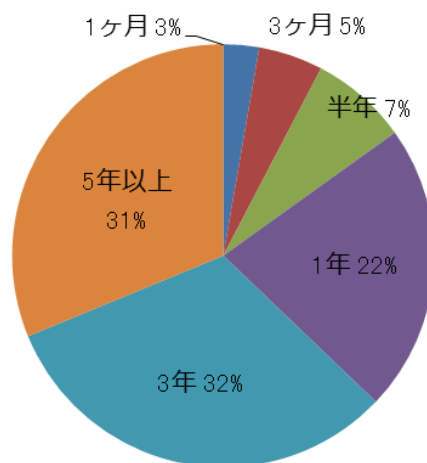
Q 対象者との関係は？



Q 介護している場所は？



Q 介護の期間は？

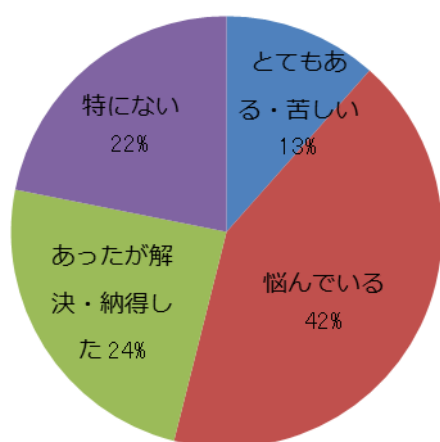


②介護における困難、および介護に不可欠な事項について

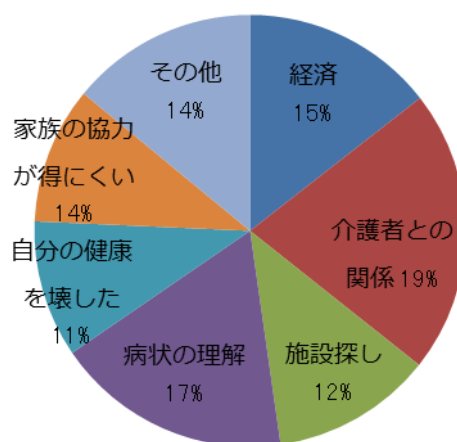
実際に介護をしていて感じる困難については、「とてもある・苦しい」と「悩んでいる」を合わせて 55%。その困難の内容については複数回答する方も多く、さまざまな困難を複合的に抱えていることがわかります。

具体的な困難の内容については、「介護者との関係」が 19%で最多。続いて「病状の理解」が 17%でした。

Q 介護していて感ずる困難は？



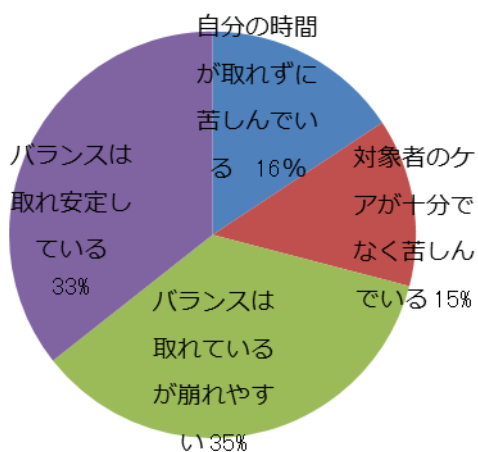
Q 困難の内容は？



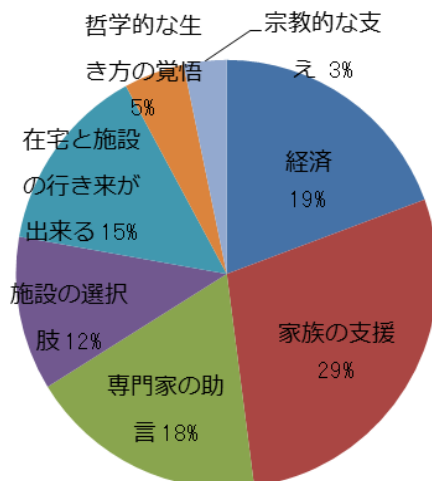
対象者のケアと自らの生活とのバランスについては、「バランスが取れ安定している」と回答した人が 33%。最も多かったのは、「バランスは取れているが崩れやすい」で、35%でした。

自分の生活と介護の両立を助けるものは何か、という質問に対しては、「家族の支援」が最も多く、「経済」「専門家の助言」と続いています。また、療養者本人がどこで最期を迎えることを希望しているかについては、「自宅」が 56%で半数以上を占めています。

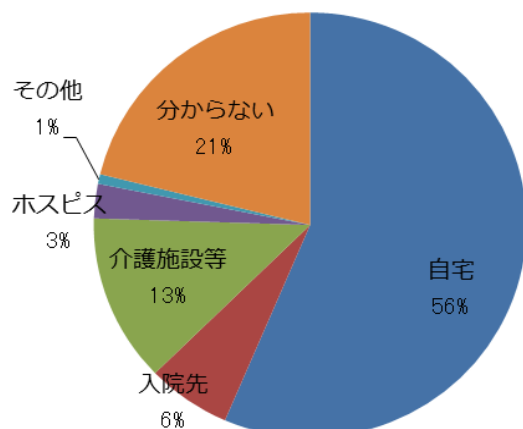
Q 対象者のケアとあなた自身の生活のバランスは取れていますか？



Q 介護と自分の生活の両立を助けるものは何ですか？



Q 対象者が最期を迎えるのに希望している場所はどこですか？



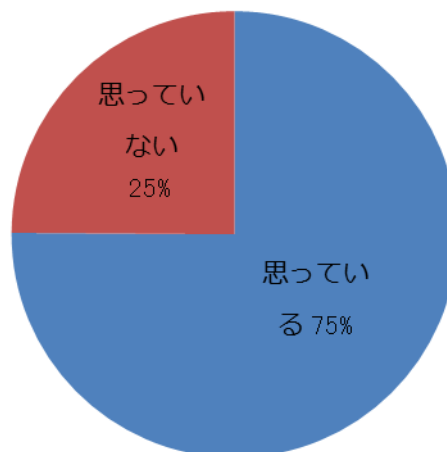
3. 自らが介護される場合について

続いて、自分自身が介護される側になった場合についてはどのように考えているのか、質問しました。

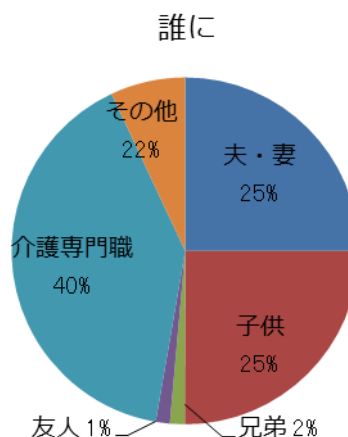
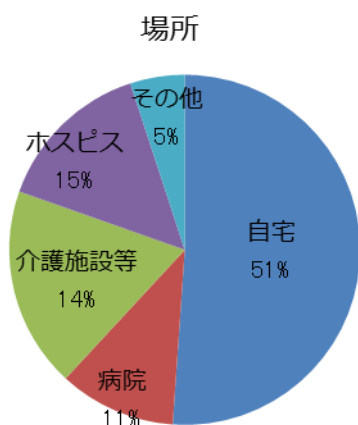
まず、自らが要介護の状態になることに対して不安はあるか、という問いに対しては、75%が「不安に思っている」と回答。希望する療養場所については、自宅での最期を望むとの回答が、例年同様、約半数を占めています。

一方、誰に介護をしてもらいたいのか、という質問については、最も多かったのが「介護専門職」で40%。自らの配偶者もしくは子供との回答も、合わせると半数を占めています。さらに、介護の費用については、約9割が「心配」「わからない」と回答。「リビングウィル(事前宣言書)」については、「書いていない」「知らない」が9割を超える結果となりました。

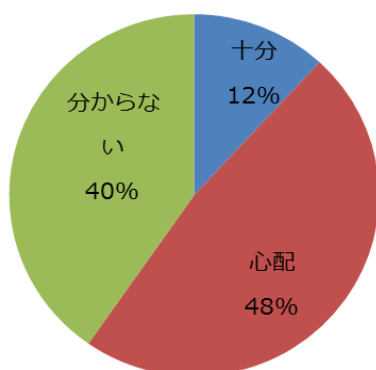
Q 自分が要介護になることを予測し、不安に思っていますか？



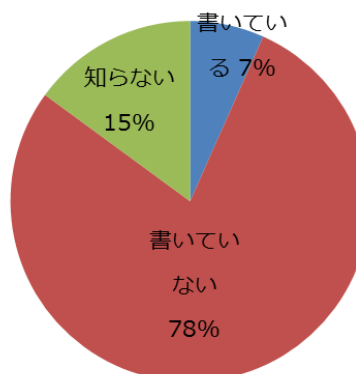
Q 要介護状態になった時、最期を迎えるのに希望する場所は？誰に介護してもらいたいですか？



Q その場合の費用は？



Q リビングウィルを書いていますか？



4. 今、一番必要としていること(自由記載)

アンケートの最後の自由記載欄、「今、あなたが一番必要としていること」には、将来への漠とした不安から、制度等仕組みに対する疑問や問題提起等々、実にさまざまなコメントが寄せられています。医療や介護のサポートを受けながら、住み慣れた地域で生を全うするためにはどうしたらいいのか、課題はどこにあるのか——市民講座は、そういったことを改めて自らに問い直す、良いきっかけになっていることが伺えます。以下に、主立ったコメントをまとめました。

○多いのは「健康」、そして「お金」

「介護をされる自分」というのは、健康なうちはなかなかイメージしにくいものです。毎年、非常に多く寄せられているのが、介護が必要にならないよう健康でありたい、といったコメントです。同時に多いのが、お金の問題。十分なサポートを受けるには相応の費用が必要ではないか、そんな「経済的な不安」を訴えるコメントも、例年通り多く寄せられました。

〈健康や生きがい〉

- ・自分らしく生き、自分らしく死ぬことができるよう運動や食事に気を付け、健康に留意する。
- ・必要なものは生きがい。そのためにも元気でまだまだ働いていたい。

〈経済的なこと〉

- ・介護施設に入所した時の費用が心配です。年金で賄えるようであれば良い。
- ・国が福祉の費用を増やさない方向にあることが心配。
- ・今、母と父が別々の施設にいるが、私一人で見ているので、私に何かあった時に主人や息子に迷惑をかけるのではないかと不安。経済的な面もあり、今後、私のケアをしてもらうとなれば、どれくらいいるの？と考えてしまう。

○在宅医療・介護の充実と、その情報を求める声

市民講座は、医療や介護の専門職など、在宅での暮らしをサポートしてくれる存在が地域にある、ということを知って頂く場でもあります。アンケートでは、在宅での医療、介護サービスの充実を求める声が多数寄せられると同時に、具体的にそういったサービスにどうすればアクセスできるのか、知識や情報を求めるコメントも目立っています。

〈公的サポートの充実〉

- ・ほんのいつときでも、介護から離れたい思う時がある。介護を無理なく継続するためには、ショートステイ先が必要。
- ・夜間も在宅介護サービスが受けられる体制を作って欲しい。
- ・社会保障制度の充実。専門職が働きやすい条件をもっと整備すること。

〈知識と情報〉

- ・在宅で生活していくためには何が必要なのか、動ける今のうちに準備しておけることがあれば、その情報が欲しいです。

- ・自分や家族に介護が必要になった時、どこで誰に相談したら良いかよくわからない。関係する専門職が多く、その内容もよくわからない。
- ・老後、友人たちと一緒に住もうと言っています。しかし、老人たちだけでは行き詰まるので、若者たちと一緒に住めないかと思っています。血縁関係のない人たちと暮らす上で、いろいろとアドバイスをしてもらえる公的機関はあるのでしょうか。

○自ら介護が必要になった時の不安

自分自身が介護を受ける立場になった時、いったいどうなってしまうのか——アンケートでは、自らの今後に対する不安の声も、多く寄せられています。中でも多いのが、現在一人暮らしの人、あるいはこれから一人暮らしになる可能性がある人の、独居への不安です。

〈自らの最期への不安〉

- ・安心して安らかな死に方をしたいとは思いますが、現実には無理なことなんでしょうと思ってしまう、不安でたまらなくなる。

〈独居の不安〉

- ・看護付き有料老人ホームで最期を迎えたいと思っていますが、高額なのでどうなるかわかりません。在宅看護でお願い出来ればそれも考えたい。1人というのはとても不安です。
- ・自分が認知症になった時、一人でも最期まで自宅で過ごせるかどうか知りたい。
- ・パートナーが亡くなり、子どももないので、今の日本の状況では、介護が必要になった時のことを思うと不安でいっぱいです。

○介護を経験している人からのさまざまな声

一方、介護経験のある参加者からは、周囲の支えがいかに大切か、何が課題になっているのか、実体験に基づいた経験者ならではのコメントが寄せられています。

〈周囲のサポートの重要性〉

- ・実際に自宅にて介護を経験し、看取りました。24 時間、目を離せない状態になると、介護施設の方々、ケアマネジャーの方々からの応援は、非常に助かりました。もちろん、近くの親類の応援も非常に助かりました。体力的なことより、精神的なケアが大切だと思います。
- ・認知症の実母を通いで介護中です。確実に進行していく母の姿を見守りながら、言いようのない切なさを噛みしめています。「認知症の方の思いに寄り添う」ということも、家族にとっては実は大変に難しいことです。だからこそ、介護のプロの支援が必要なのでしょう。

〈さまざまな課題〉

- ・デイサービスを利用したいが、寝ている時間が長く、気を使ってしまい利用しにくい。
- ・急性期病院の看護師をしています。高齢でも、最期をどうしたいか、考えていない人が多いと感じます。どこまで医療を続けるのか、自分の意見を持つよう伝えていますが、医師に任せるといふ人が多く、家族の負担が大きいです。
- ・死に気づいた時、どうすればよいか、病院に問い合わせたところ、「警察へ」と言われた。自宅

で看取るなら、警察へ行かなくてもいいシステム作りをして欲しい。

○個人の心構えや、地域のつながりの重要性

公的な支えの重要性を指摘する声がある一方で、アンケートでは、隣近所のつながりなど地域の支え合いの必要性を強調する意見も少なくありませんでした。ほかにも、今回の講座を通じてのさまざまな感想、ご意見を頂いています。

〈地域のつながり、コミュニティの重要性〉

- ・健康な時も病気の時も、最期まで安心して暮らせる町、コミュニティが必要。
- ・輝いた最終末となるよう、家族や馴染みの人たちとの価値観の共有が必要。看取りに対する市民の啓発には、住民が肌で感じたことを伝え合う場づくりが不可欠だと思う。

〈個人の認識、心構えの大切さ〉

- ・まだ自分自身が介護を必要としていないため、何が必要なかがよくわかりません。しかし、まずは今からできることについて知ることが大切だと思いました。
- ・高齢の両親がどのような最期を望むのか、きちんと聞いておかなければいけないと思う。
- ・50 歳も過ぎ、いつ何が起きるかわからないので、エンディングノートの準備をし、献体等、市を迎えた時のことも、家族や友人に話し始めている。
- ・死について深く考えるようになった。死は恐れるものではないことに気づき、少し安心して生活できると思った。死と老いは誰にも平等にやってくるのだから、覚悟が必要。

〈その他〉

- ・自分の介護体験から、自宅での看取りはやめると思っていたのですが、今回、市民講座に参加して考えが変わりました。
- ・新聞やテレビで、孤独死がまるで罪悪のように報道されていますが、それが「自分が選んだ死」だとすれば、他人が云々ということはないと思います。
- ・ひとりで死ぬ覚悟をすることも大切。それには、誰かに見守られている、見捨てられはしないといった、信頼関係が必要なのだと思う。家族があまり感情移入せず、でも気持ちだけは大切にしながら介護すれば、在宅も可能かと思う。