

# 地域在住中高年者の要介護状態への備えの実施度に関連する要因

石井 明喜帆 安本 拓哉

Key words : 備え, 地域在住中高年者, 要介護状態

## 要旨

本研究では、要介護状態になったときの備えの実施の程度を明らかにすること、および備えの実施の程度に関連する要因を明らかにすることを目的とした。地域在住中高年者 76 名を対象に、要介護状態への不安の程度（以下、不安度）、要介護状態になった時の生活に対する備えへの関心の程度（以下、関心度）・実施の程度（以下、実施度）を質問紙により調査し、実施度が不安度・関心度・年齢と関連するか検討した。その結果、実施度と最も関連性が見られたのは年齢であった。また、実施度と不安度・関心度との関連性は見られなかったものの、多くの人が要介護状態になることに不安を抱き、備えに関心を持っていることがわかった。備えに関心があるにもかかわらず実施につながらない原因として、実際に何から取り組めばいいかわからなかったからではないかと推察された。そこで、今後の課題としてチェックリストの作成や講座の実施が考えられた。

## はじめに

わが国は世界有数の長寿国である。しかしその反面、健康寿命と平均寿命とのギャップが男性 9 年、女性で 12 年あり、「不健康な期間」は長期に渡る<sup>1,2)</sup>。さらに平松<sup>3)</sup>は平均寿命の飛躍に伴い懸念されるのが、要支援・要介護期間の長期化であると述べている。また、平成 30 年度における要介護（要支援）認定者は 65 歳以上の高齢者中 17%にあたる 658 万人と報告されており、年々増加している<sup>4)</sup>。

筆者は要介護状態になっても、人生に意味や目的をもたらす活動に参加でき、作業的に豊かな生活を送ることが大切なことであると考え、それを実現するためには、要介護状態になったときのために、事前に備えをしておくことが重要であると考えた。

ところが、要介護状態にならないための取り組みは見られるものの、介護が必要になった状態に備えるための取り組みはまだ充実しているとはいえないといわれている。春日<sup>5)</sup>は、昭和期生まれ世代（現在 70、80 代）の長寿期に向けての備え意識と実態が問題であり、この世代にとっての備えは健康増進に集中し、さ

したる備えもしていない人が多いと述べている。しかし、実際にどの程度、要介護状態への備えが実施されているか調査した研究はない。

また、平成 25 年度に実施された高齢期に向けた「備え」に関する意識調査において、73%の人が高齢期における健康について不安であると回答した<sup>6)</sup>。このことから、多くの高齢者が要介護状態に対して不安を持っていると推測される。人は何かに対して不安を抱いていれば、それを取り除くために何らかの行動をすると考えられる。よって、要介護状態に対して不安を抱いていれば、備えを実施することに繋がるのではないだろうか。

さらに、作業療法では、関心と遂行は相互関係があるとされている<sup>7)</sup>ので、要介護状態への備えに対する関心の程度と実施の程度も相互関係があるのではないかと考えられる。

そこで本研究の目的は、要介護状態になったときの備えの実施の程度を明らかにすること、および備えの実施の程度に関連する要因を明らかにすることとした。

## 方法

### (1) 対象者

対象者の適合要件は、三原市在住の地域で自立した生活を送る 50 歳以上の中高年者とした。対象者は県立広島大学で実施しているものづくり講座参加者 50 名と市民講座参加者 31 名の計 81 名から募集し、同意の取れた 76 名であった。

### (2) データ収集

要介護状態への備えに関する質問紙（図 1）を用いて、対象者に無記名でデータ収集を行った。質問紙では、要介護状態への不安の程度（以下、不安度）、要介護状態になった時の生活に対する備えへの関心の程度（以下、関心度）・実施の程度（以下、実施度）を尋ね、それぞれ「1: 全くない（できていない）～10: とてもある（できている）」という 10 段階の尺度で回答を求めた。

あなたについて教えてください。

年齢	歳
性別	男性・女性

あなたの気持ちに近い数字を選び、○をつけてください。

#### 1. 要介護状態になったときの備えについてどれくらい関心がありますか

全く関心がない	とても関心がある								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

#### 2. 要介護状態になったときの不安がどれくらいありますか

全く不安でない	とても不安である								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

#### 3. 現在、要介護状態になったときの備えがどれくらいできていますか

全くできていない	とてもできている								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

図 1 要介護状態への備えに関する質問紙

### (3) データ分析

実施度が不安度・関心度・年齢と関連するか検討するために、spearman の順位相関係数を求めた。相関の

値として、0.2～0.4 未満を弱い相関、0.4～0.7 未満を中程度の相関、0.7 以上を強い相関と定義した<sup>8)</sup>。

### (4) 倫理的配慮

対象者には口頭もしくは文書により研究の目的等を説明した。質問紙への回答及び提出をもって研究への同意とみなした。

## 結果

### (1) 対象者の属性

研究対象者 76 名にアンケートを実施し、回答に欠損のなかった 69 名を有効回答者（有効回答率 90.8%）とした。69 名中、男性は 18 名、女性 51 名であった。また、平均年齢±標準偏差は 68.04±8.93 であった。

### (2) 実施度、不安度、関心度の程度（表 1）

実施度は、1, 2 と答えた人数は 22 人（31%）、5, 6 と答えた人数は 23 人（32%）であった（図 2）。また、7 以上を答えた人数は 16 人（22%）であった。

不安度は 6 以上を答えた人数は 59 人（84%）であった（図 3）。

関心度は 6 以上を答えた人数は、68 人（97%）であった（図 4）。

表 1 実施度、不安度、関心度の程度

	第1四分位数	中央値	第3四分位数
実施度	2	5	6
不安度	6	8	8
関心度	7	8	10

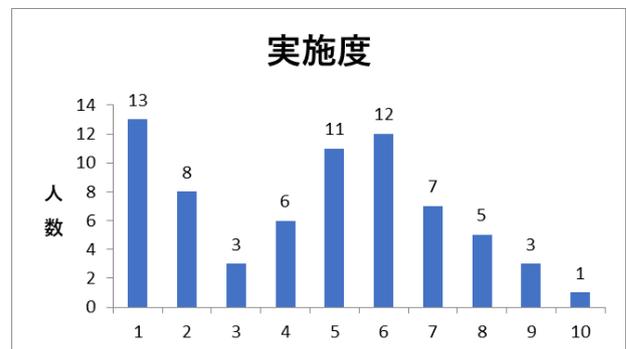


図 2 実施度別の人数

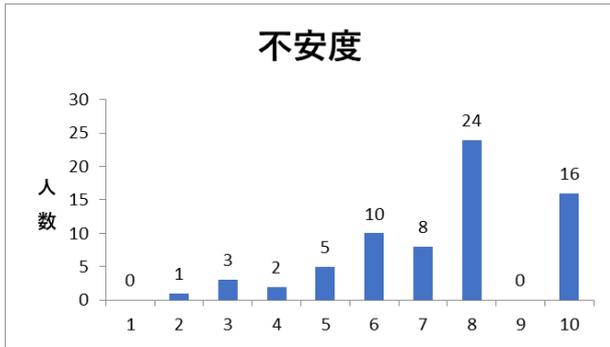


図3 不安度別の人数

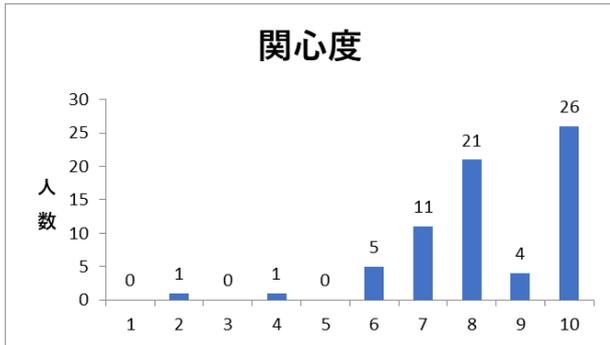


図4 関心度別の人数

(3) 実施度に関連する要因

実施度と不安度における相関係数は、 $-0.306$  ( $p = 0.01$ ) で低い負の相関が認められた (図5)。

実施度と関心度における相関係数は、 $-0.245$  ( $p = 0.041$ ) で低い負の相関が認められた (図6)。

実施度と年齢における相関係数は、 $0.421$  ( $p = 0.0003$ ) で正の相関がみられた (図7)。

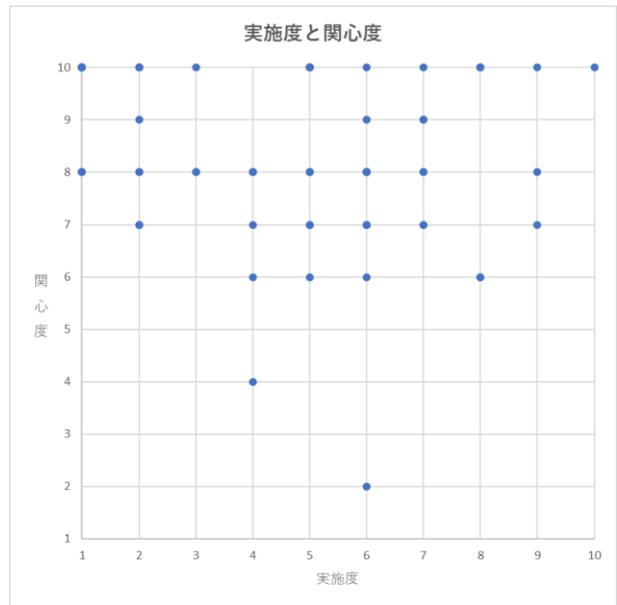


図6 実施度と関心度の関連

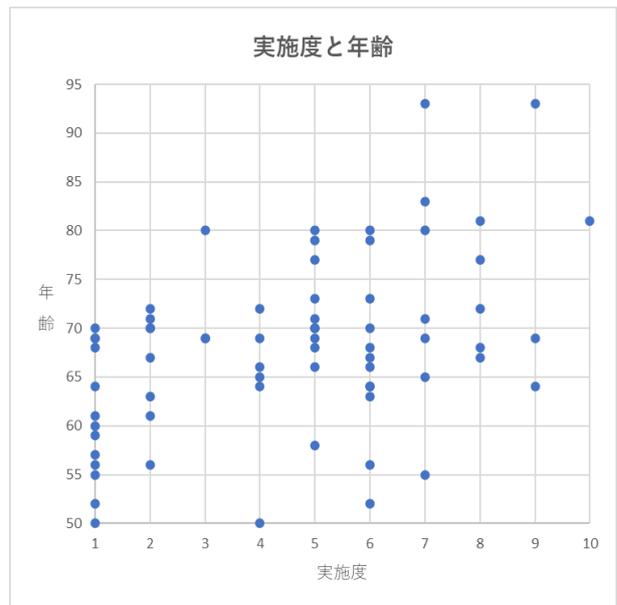


図7 実施度と年齢の関連

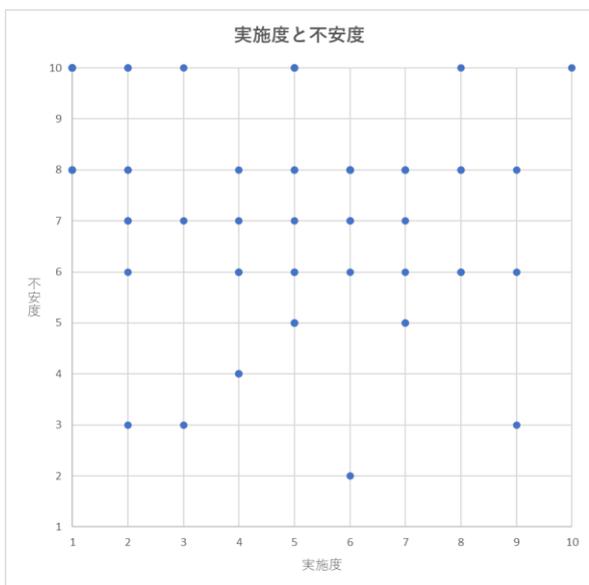


図5 実施度と関心度の関連

**考察**

(1) 実施度, 不安度, 関心度の程度

実施度は7以上を回答した人が22%であり,十分に備えができていない人は少ないといえる. さらに, 1, 2と答えた人と5, 6と答えた人で二極化されたことから, ほとんど実施していない人もいれば, 少しは実施している人もおり, 実施の程度が分散していることが読み取れた. 文献<sup>5)</sup>では備えが十分にされていないといわ

れていた通り、実際に十分に備えられている人は少なかったが、一定の備えを実施している人も見られた。

一方で、要介護状態に対して不安を感じている人は84%、備えに関心を持っている人に関しては97%であった。今回の対象者は中年者も多く含まれていたが、その世代含め多くの対象者が不安に関心を持っていることがわかった。

#### (2) 実施度に関連する要因

不安度と関心度と年齢のうち、実施度と最も関連性が見られたのは年齢であった。このことから、年齢が上がり、要介護状態に対する危機感が高まってくると、自然に備えをするようになるのではないかと考えられる。

実施度と不安度・関心度とは著しい関連性は見られなかったため、実施度を高める要因にはならないと考える。備えに関心があっても実施につながらない原因として、実際に何から取り組めばいいかわからなかったからではないかと推察された。中高年者に備えの実施を促す方法として、備えの具体的な内容がわかるようなチェックリストを作成したり、備えについての講座を開いたりすることが考えられる。より多くの人々が備えを実施するようになれば、要介護状態になることを過度に恐れることなく、お互いに助け合える社会を創造する一助になるのではないかと考える。

### 今後の課題と展開

本研究では、対象者が三原市在住であり、大学で開催された講座への参加者であった。そのため、今回の研究から導き出された結果を一般化することはできない。今後は対象範囲を広げ、結果を一般化させるとともに、要介護状態に対する備えを進められるチェックリストの開発や講座の実施も検討する必要があると考える。

### 謝辞

本研究を進めるにあたり、快く協力して下さった対象者の方々、丁寧にご指導いただきました高木雅之

先生に心から感謝いたします。

### 文献

- 1) 厚生労働省：平成 22 年完全生命表。  
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/22th/index.html> (参照 2020-10-21)
- 2) 厚生労働科学研究：健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究。  
<http://toukei.umin.jp/kenkoujyumu/> (参照 2020-10-21)
- 3) グッドライフ シニア：平均寿命の飛躍と支援・介護期間の長期化。  
<https://goodlifesenior.com/wp/news/16596>  
(参照 2020-10-26)
- 4) 厚生労働省：平成 30 年度介護保険事業報告概要。  
<https://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/osirase/jigyoyo/18/index.html> (参照 2020-10-14)
- 5) 春日キスヨ：百まで生きる覚悟 超長寿時代の「身じまい」の作法。光文社新書、東京、2018、pp. 3-12
- 6) 厚生労働省：平成 25 年度 高齢期に向けた「備え」に関する意識調査結果（概要版）。  
<https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h25/kenkyu/zentai/index.html> (参照 2020-10-26)
- 7) Taylor R (山田孝・監訳)：キールホフナーの人間作業モデル 改定第 5 版、理論と応用。協同医書出版社、2019
- 8) 諸星成美、京極真：地域で暮らす身体障害者における作業的挑戦尺度の尺度特性の検討とカットオフ値の測定。日本臨床作業療法研究 5：26-33、2018