

# Dia News



2020

No.102

巻頭言

認知症サポーターキャラバンと地域共生

菅原 弘子

Dia Report

介護経験者が企業にとって貴重な人材になる可能性も  
— 「介護と就労に関する調査」結果より —

森 義博

フォーカス高齢社会

With コロナの中で・・・  
— 新しい「結びつき」の始まり —

野本 浩一

財団研究紹介

質の高い看取りを目指して

廣岡 佳代



宝徳寺の床もみじ(群馬県桐生市)



秋の丸の内(東京都千代田区)



秋の五色沼(福島県耶麻郡北塩原村)



秋の長瀬ライン下り(埼玉県秩父郡長瀬町)

## 03 巻頭言

### 認知症サポーターキャラバンと地域共生

菅原 弘子 (すがわら・ひろこ)

特定非営利活動法人地域共生政策自治体連携機構 事務局長

記者、編集者を経て1997年に市町村長の会「福祉自治体ユニット」創設に伴い事務局長に就任。2001年に「福祉自治体ユニット」を基盤に自治体・産業界・有識者により設立されたNPO法人「地域ケア政策ネットワーク」の事務局長併任。2005年に厚生労働省「認知症サポーターキャラバン」開始に伴い実施事務局「全国キャラバン・メイト連絡会」の事務局長に就任(併任)。「福祉自治体ユニット」と「地域ケア政策ネットワーク」を一体化した「地域共生政策自治体連携機構」の発足に伴い2020年より現職。ダイヤ高齢社会研究財団評議員。

## 04 Dia Report

### 介護経験者が企業にとって貴重な人材になる可能性も

森 義博 (もり・よしひろ)

—「介護と就労に関する調査」結果より—

ダイヤ高齢社会研究財団 企画調査部長

一橋大学経済学部卒。1981年 明治生命(当時)入社。2001年から同グループの研究所で少子高齢化問題、介護保険制度等を研究後、2015年から当財団。著作は「人生100年時代の老後資金準備」(本誌通巻101号)、「データで確認する高齢者の家計の実態と意識」(日本FP協会『FPジャーナル』2020年8月号)等。

## 08 フォーカス高齢社会

### Withコロナの中で・・・

野本 浩一 (のもと・こういち)

—新しい「結びつき」の始まり—

ダイヤさわやかネット 代表 ダイヤ・アクティブエイジング・アソシエーション(DAA) 運営委員長

東京大学法学部卒。1975年 三菱重工業(株)入社。名古屋機器製作所、冷熱事業本部、比国三菱重工業(株)勤務を経て、菱重コールドチェーン(株)勤務。2011年10月から引退生活開始。1986年日本ゲーム協会(JAGA)を立ち上げる。初代会長。1989年ジョークサロン(JS)発足時から参加。現在は学童、シニア向けにゲーム講習のボランティア活動を実施中。2019年6月より元気高齢者の活動グループDAA 運営委員長。

## 10 財団研究紹介

### 質の高い看取りを目指して

廣岡 佳代 (ひろおか・かよ)

ダイヤ高齢社会研究財団 研究部 博士研究員

2018年 東京医科歯科大学大学院保健衛生学研究科博士後期課程修了。在宅ホスピス、研究所などの勤務を経て、現職に至る。慶応義塾大学大学院健康マネジメント研究科特任講師。緩和ケア、エンド・オブ・ライフケア、認知症ケアを専門分野として、エンド・オブ・ライフケアに関する研究や教育プログラムの開発・普及に携わっている。「在宅ケア、高齢者住まい・施設における新型コロナウイルス対応情報」([https://note.com/covid\\_19\\_kickout](https://note.com/covid_19_kickout))では有志ボランティアとして海外ガイドラインの翻訳作業にも貢献した。

## 12 Dia Information

表紙撮影：秋林 正毅氏「宝徳寺の床もみじ」「秋の長瀬ライン下り」、土田 唯雄氏「秋の五色沼」、柳沢正男氏「秋の丸の内」

(いずれも2019年以前の撮影)

# 認知症サポーターキャラバンと 地域共生

特定非営利活動法人地域共生政策自治体連携機構 事務局長 菅原 弘子



尊厳をもって人生最後まで自分らしくありたい。この願いを阻む深刻な問題が認知症である。超高齢社会の日本が取り組まなければならない喫緊の最重要課題の一つでもある。

かつて認知症は「痴呆」と呼ばれ高齢者の尊厳を欠く侮蔑的な表現であった。それは、認知症の実態を正確に表していないことや、認知症の早期発見、早期受診、早期支援などに支障をきたし、認知症施策の障害となっていた。

そこで、2005年厚生労働省は「痴呆」から「認知症」と呼称変更をするとともに、認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を支え、認知症になっても安心して暮らせる地域を目指して認知症の啓発事業「認知症サポーターキャラバン」をスタートさせた。私の所属する地域共生政策自治体連携機構は、施策構想段階から認知症サポーターキャラバン全国事務局として多種多様な促進策を企図してきた。WHOは2012年に当該事業を「日本の認知症サポーターキャラバンは卓越した先進的な取り組みである」と高く評価した。日本を参考に英国はじめG7諸国やアジアの国々も取り組んでいる。

現在、認知症を正しく理解し偏見をもたず、認知症の人やその家族を温かく見守る認知症サポーターを1300万人輩出している。(2020.8) こうした背景を踏まえ、政府は「認知症施策推進大綱」で共生社会の実現に向けて、多数の認知症サポーターの活動促進事業「チームオレンジ」を25年までに全市町村で整備することを掲げた。

初期認知症の人も参加するチームオレンジは、サポーター・認知症の人、共に「支援する人、される人」の関係を越えて、近隣でチームを組み、支え合い助け合う対面コミュニケーション重視の地域共生社会の取り組みである。

今般の新型コロナウイルス感染症の発生により、対面コミュニケーションの常識が今後どうなっていくのか予測不能な状態である。チームオレンジの研修実施機関の当会はこの状態が続くような事態であれば、早急に対面式に変わる新しいコミュニケーションのあり方を模索する必要に迫られている。直に向き合う対面式は、身体の仕草や表情を注意深く観察することでノンバーバル（言語以外）の新しい言葉として、認知症の人の意思をくみとることが可能である。これに変わる手法をどう生み出せるか。難題である。

# 介護経験者が企業にとって 貴重な人材になる可能性も

—「介護と就労に関する調査」結果より—

ダイヤ高齢社会研究財団 企画調査部長 森 義博



総務省の「平成29年就業構造基本調査」によると、ここ数年、毎年約10万人が介護・看護のために離職している。ダイヤ財団はこの介護離職問題に早くから着目し、2013年に「超高齢社会における従業員の働き方と企業の対応に関する調査」、翌14年に「仕事と介護の両立と介護離職に関する調査」を実施したほか、「ストップ介護離職」と題したシンポジウム・セミナーも19年度の第3弾まで回を重ねてきた。

本稿では、当財団が2020年3月に山梨大学生命環境学部の西久保浩二教授と共同で、全国の40代～60代の男女を対象に実施した調査をご紹介します。介護と就労の関係という、就労者側にとっては両立の苦労や離職、企業側にとっては不就労時の対応や人材の流失といったネガティブな文脈で語られることが多い。しかし、介護という負荷の大きな体験は、本人の能力や意識にプラスの影響をもたらす面も少なからずあるに違いない。そうであれば、介護経験者は企業にとって貴重な人材になるのではなかろうか。今回の調査ではこうした面も探っている。

本稿では誌面の都合で調査結果のごく一部を採り上げる。

## 50代の正社員の1/3以上に介護が必要な親が (図1)

40代・50代の正社員に、自身の親は介護が必要かどうかを尋ねたところ、40代の6.0%、50代では14.6%が、両親のどちらかが「現在介護が必要」と回答した。これに「過去に介護が必要になったことがある」(介護後に亡くなった場合も含む)を加えると、40代は17.4%、50代は36.4%にのぼる。50代の正社員の3人に1人以上が、要介護の実親を持った経験があることになる。

さらに、50代では2割が「近々介護が必要になる可能性がある」と考えている。企業の中核社員である50代正社

員の6割近く(56.3%)が、親の介護と向き合いながら働いている実態が明らかになった。

## 40代・50代正社員の1/4が、親が重度の要介護状態になった場合に離職する可能性を意識 (図2)

仮に自身の親が重度の要介護状態になった場合、介護のために現在の勤務先を辞める可能性があるかどうかを40代と50代の正社員に尋ねた。「可能性は大きい」と答えた人は7.8%、「どちらかという大きい」を含めると、全体の26.1%が介護離職の可能性を意識している。

介護離職の可能性を考える割合には男女差が見られ、男性の22.3%に対し、女性は35.3%だった。正社員として働く女性の3人に1人以上が、現在の仕事よりも親の介護を選ぶ考え方、あるいは介護を選ばざるを得ない事情を有していることがわかった。

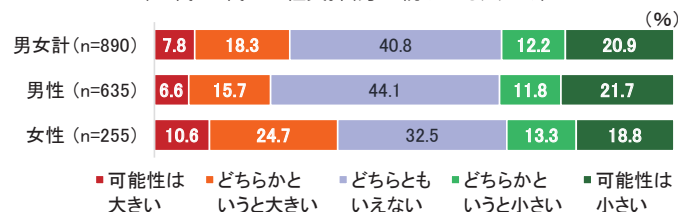
前掲の総務省の調査によると、1年間に介護・看護のた

図1 親の介護の要否に関する状況  
(40代・50代の正社員。親が亡くなっている人も含む)



(注) 両親の状況が異なる場合は、○数字の小さいほうに該当する親。  
(例) 父親が①、母親が④の場合は①に算入。

図2 親が重度の要介護状態になった場合の離職の可能性  
(40代・50代の正社員。自身の親がいる人のみ)



めに離職した9万9千人のうち約8割が女性だ。総務省の調査は非正規も含む就労者を対象としたものだが、正社員を対象とした今回の調査からも、女性が介護離職により近い位置にいることが確認された。

### 主たる介護者の約半数が介護・医療費の確保に苦勞 (図3)

介護経験者（主たる介護者、それ以外の介護者）に、介護中に苦勞したことを尋ねた。

主たる介護者が最も多く挙げた苦勞は男女とも「介護・医療費の確保」（男性51.7%、女性44.2%）だったが、第2位以下には男女でやや異なる傾向が見られた。男性は「自分の家庭の生計維持」（40.2%）、「介護による肉体的負担」（39.1%）、「家庭内や親族間の関係や協力確保」（35.6%）と続くのに対し、女性は「睡眠不足による体力消耗」（39.8%）、「自分の時間が持てない」（38.9%）、「介護による肉体的負担」（36.3%）、「介護相手との人間関係」（35.4%）の順。経済面、体力面の苦勞を多く挙げている点は男女共通だが、女性には介護相手との密着度の高さからと思われる女性介護者特有の苦勞も見受けられた。

男性主介護者の「家庭内や親族間の関係や協力確保」からは、一人で孤独に介護に立ち向かう息子の姿が想像される。さらに「給料や人事等への影響」（26.4%）、「職場での人間関係」（23.0%）を男性主介護者の4人に1人が挙げている。これは女性や主介護者ではない男性に比べ目立って高い。介護を自身が背負うことによって、仕事への影響を強く感じている人が少なくない様子がみとれる。

### 介護転職者の半数、介護専念者の6割ほどが企業の介護支援制度を使わずに離職 (図4)

この調査では、介護開始前に正社員として働いていた人のうち、①介護中も同じ勤務先で変わらず勤務していた人（継続就労）、②同じ勤務先で介護しやすい職務等に変更

図3 介護中の苦勞 (40代・50代の介護中または介護経験のある正社員。複数回答)

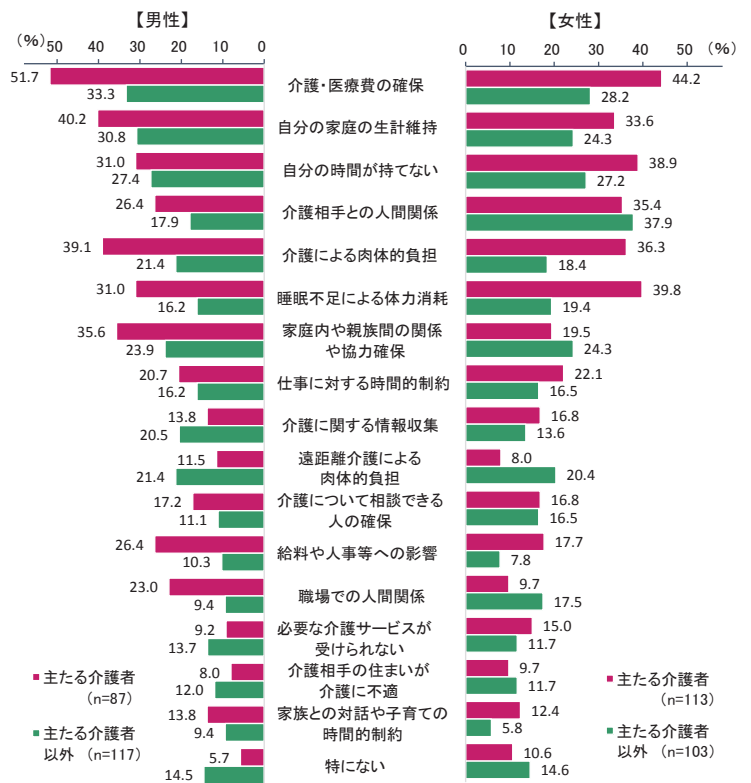
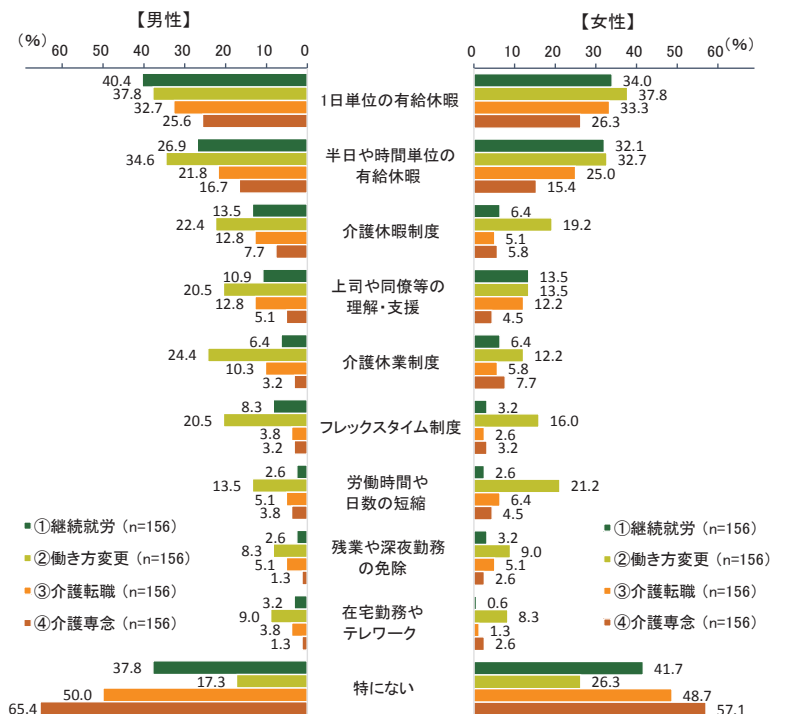


図4 介護のために利用した勤務先の制度・施策 (複数回答)



した人（働き方変更）、③転職した人（介護転職）、④退職して介護に専念した人（介護専念）に、勤務先（離職者は退職前）の介護支援制度等の利用状況について質問している。

まず、取得目的を問わない「有給休暇」が優先して利用

されている様子がわかる。

同じ勤務先で介護しやすい職務等に変更した人（②働き方変更）は男女ともに、休暇や休業、労働時間等に関する制度を積極的に利用している。対照的に、転職した人（③介護転職）は男女ともほぼ半数（男性50.0%、女性48.7%）、介護に専念した人（④介護専念）は男性の2/3（65.4%）、女性の6割弱（57.1%）が、制度を全く利用せずに離職したことがわかった。利用しなかった理由が制度に関する情報提供不足、制度の未整備や利用しにくい職場環境にあるとすれば、企業側に早期の改善を望みたい。

### テレワークは離職防止に有効か（図5）

前項と同じ介護経験者に、仕事と介護の両立に役立つと思っている制度・施策（勤務先における有無は問わない）について尋ねた。介護休暇や介護休業を挙げる人が多い中で、男性で働き方を変えなかった人（①継続就労）は、休暇のやりくりや介護サービス・施設等の利用で乗り切った経験を持つ人が多いのか、介護休業制度を挙げる割合が相対的に低い傾向が見られた。

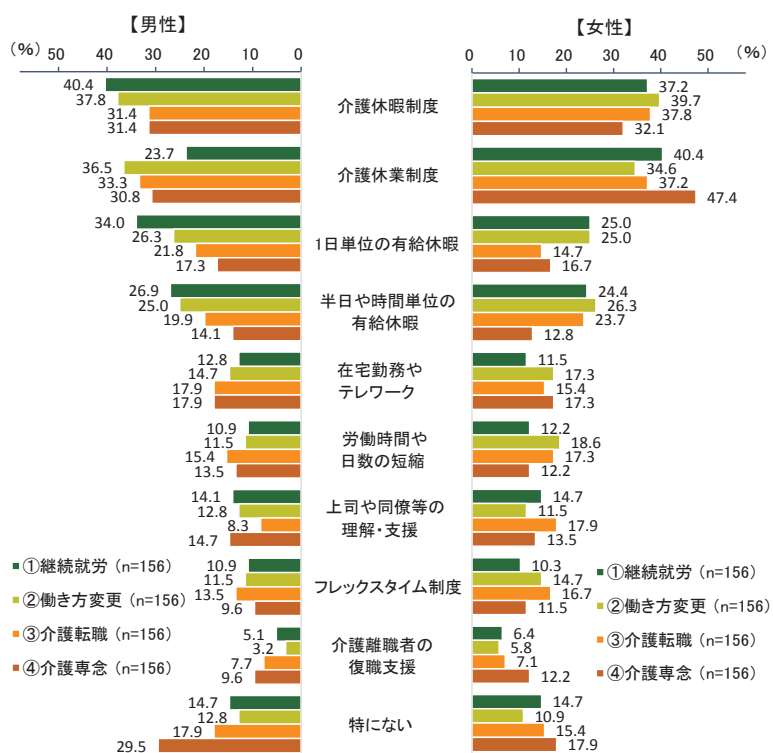
「在宅勤務やテレワーク」は、利用率はまだまだ低い（図4）一方で、役立つとする回答は休暇・休業に次いで多い。介護離職者の回答を見ると、転職者は利用率が男性3.8%、女性1.3%に対し、役立つと回答した割合は男性が17.9%、女性は15.4%。介護専念者は利用率が男性1.3%、女性2.6%だったのに対し、役立つとの回答は男性が17.9%、女性は17.3%だった。こうしてみると、制度が利用できれば離職を回避できた人も少なくないとみられる。これまで職場によっては利用しにくかったテレワーク制度が、コロナ禍を契機に多くの企業で定着しつつある。今後は介護離職防止の有効な手段となる可能性も期待できそうだ。

### 本人も周囲も認める介護経験の効果

#### 一「忍耐力」「傾聴力」「計画性」「協調性」アップ（図6）

仕事と介護の両立は、本人の努力に加え、介護スタッフ、職場や家族・親族の理解と協力などに支えられ、幅広い人

図5 仕事と介護の両立に役立つと思う制度・施策（複数回答）



間関係の中で成り立っている場合が多い。そのため、介護経験者は自身の仕事や職場に役立つ能力や意識を介護経験から得ている可能性がある。そこで、介護に必要と考えられる「協調性」「忍耐力」「傾聴力」「対人折衝力」「計画性」の5つの要素について、親を介護することによってそれが高まると思うかどうか、介護経験者と未経験者それぞれに尋ねた。

介護経験者自身は全ての要素について肯定派（「おおいにそう思う」「ややそう思う」）が2/3を超えており、中でも「忍耐力が高まる」については30.1%が「おおいにそう思う」と強く肯定し、肯定派の割合は85.9%に達している。

未経験者も「忍耐力」（肯定派73.6%）、「傾聴力」（同59.8%）、「計画性」（同55.6%）、「協調性」（同53.8%）に関しては肯定派が過半数を占めた。介護経験者は、肉体的・精神的な苦痛に耐え、介護対象者との困難なコミュニケーションを重ねる。さらに、介護時間確保のために計画的に仕事を処理し、職場の同僚等との連携や助け合いを続ける。この積み重ねにより、関連した能力や意識が高まることを、介護経験者本人だけではなく、職場の周囲の人の多くも介護経験のプラス効果として認めていることがわかった。

介護を経験した社員（介護離職後の再就職者も含む）を忍耐力や傾聴力が特に活かされる職務や部署に配置することは、企業の業務遂行上、有効な人材活用と言えるだろう。

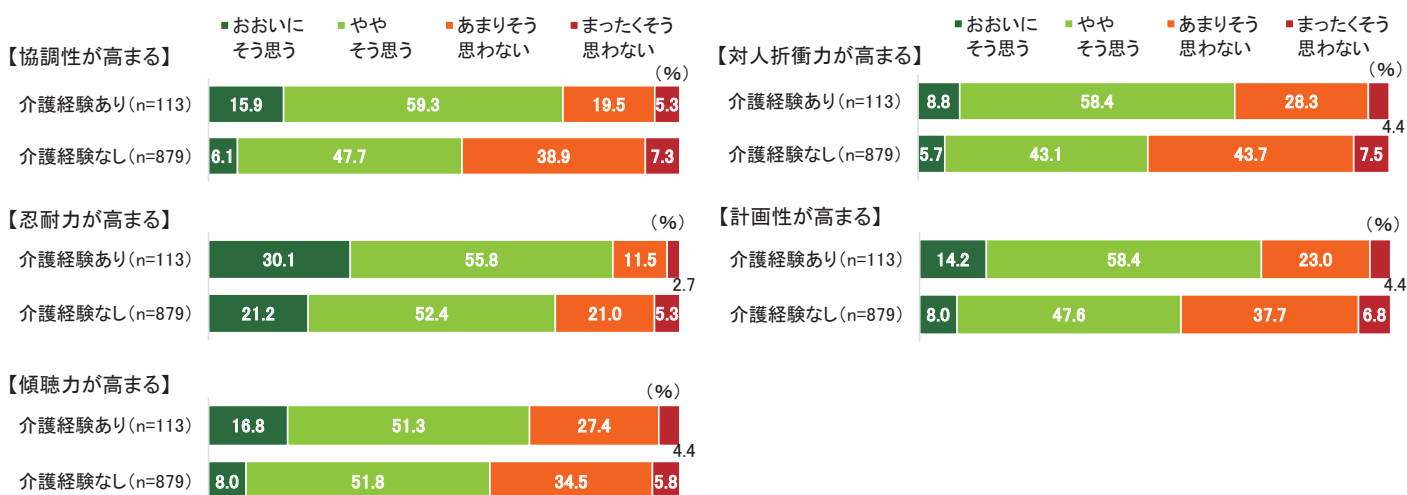
さらに、介護経験と知識に加えてこうした能力を持つ社員が人事部門は勿論、管理職として各職場にいれば、介護と両立しやすい職場環境作りや介護中の社員に対する日常のきめ細かいアドバイスが可能となり、介護離職防止に

寄与するものと考えられる。

わが国の人口構造の変化を踏まえれば、介護をしながら働く社員が今後増加していくことは間違いない。それを生産性の低下リスクととらえ、コストの側面ばかりを考えていては、社員の満足度向上は期待できないだろう。

社員の介護経験を企業の中で活かすという発想が求められるのではないだろうか。

図6 介護経験の効果——介護経験のある人とない人の意見の比較（40代・50代の正社員）



【調査要項】

(1) 調査対象： 全国の30～69歳の男女のうち、下表に該当する方 (人)

抽出法	条件等	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～64歳 (※3)	計		
層化無作為 (※1)	正社員	男性	307	395	314	76	1,092	
		女性	146	160	123	27	456	
		計	453	555	437	103	1,548	
割当 (条件指定) (※2)	育児中の正社員	男性 155、女性 155				310		
	介護中の正社員	男性 154、女性 173				327		
	介護前は正社員	勤務先・職種等に変更なし	男女各	—	52	52	52	312
		同じ勤務先で職種等を変更	男女各	—	52	52	52	312
		介護のために転職	男女各	—	52	52	52	312
辞めて介護に専念	男女各	—	52	52	52	312		
総計						3,433		

(※1) 標本数は、総務省統計局「労働力調査 2018年平均」の性・年齢階級別の役員・正規職員数に比例。

(※2) セル毎に分析に必要な標本数を割り当て。標本数は条件に該当する実際の人数に比例しない。

(※3) 「介護前は正社員」の標本のみ「60～69歳」。

(2) 調査方法： インターネット調査（株式会社マクロミルの登録モニター対象）

(3) 調査時期： 2020年3月19日～23日

# Withコロナの中で・・・ — 新しい「結びつき」の始まり —

ダイヤさわやかネット 代表  
ダイヤ・アクティブエイジング・アソシエーション(DAA) 運営委員長

野本 浩一



## ◆ 趣味やボランティア活動を楽しむ日々 ◆

幼少時から現在に至るまで長きにわたり楽しんでいるものがある。それは小中高時代に友達と楽しく遊んだ思い出が今でも忘れられない「ボードゲーム・カードゲーム」と、人生に潤いを与えてくれる「ジョーク・ユーモア混じりの言葉遊び」である。愛好家や同人を募り、楽しむ会を立ち上げて30年以上続けている。

定年直後には三菱銀行OBの方から「ダイヤさわやかネット (DSN)」<sup>1)</sup>と「ダイヤビックひばり会 (ひばり会)」<sup>2)</sup>へ入会のお誘いを受けた。DSNは会員相互の親睦を図る定例会やボランティア活動を行っている。ひばり会は健康維持の為にシニア向けエアロビクスを楽しみながら、関東圏で講習を実践している。私もインストラクター資格を得て、時々講習に参加している。

この二つの会では、幼稚園児とのふれあいを楽しんだり、かつてのうら若き女性達と共に音楽に合わせて身体を動かして、元気に生きるエネルギーを頂いている。



千代田区内の幼稚園にて、2019年8月

これらに加えて、学生時代の友人・同窓の集いやシニアNPO団体への参加、ゴルフ仲間の会等もあり、古くからの友人そして新しい人たちとの「結びつき」を楽しんでいる。

それぞれの会合、特にシニアが多数集まる会合では、ユーモア混じりで「キョウヨウとキョウイクが大事」と言われている。「キョウヨウとは、今日、用事があるか。キョウイクとは今日、行

く所があるか」と解説すると、みなさんドツと笑って明るくなる。そんな日常はずっと続くものと思っていた。



ジョークサロンの定例会にて、2020年1月

## ♣ 新型コロナウイルスの影響 ♣

新型コロナウイルスの発生は私たちの生活を根底から変えた。感染はあっという間に世界に広がった。日本もまさか戒厳令下の生活を送るようになるとは思ってもみなかった。

私自身のスケジュールも真っ白になり、ニュースはネットで読み、読書の時間が増える生活となった。出かけるのは奥方に同行した近所のスーパーへの買い出しや、近場でのwalkingのみとなった。「高齢者で、基礎疾患があり、男性」にぴったり該当するので通院も電話診療にしてもらった。この期に及んで、自分が高齢であるとあらためて気付く次第である。

そんな生活の中で、コロナに負けない! 笑いでコロナウイルスを吹き飛ばそう! と思って狂歌を詠んだ。

- ◇不要とか不急は何だと考えりゃ三食以外はほとんど全部
- ◇8割の接触やめて過ごす日々新聞・テレビ・読書・PC
- ◇自粛してステイホームで過ごす日々3食散歩整理整頓
- ◇コロナ禍で積んどいた本読み始め外出もせず学習のとき

## ♠ コロナ禍の中で考えたこと ♠

自粛生活の中、4、5年前に買って放置していた本を取り出して読み始める日が続いた。また、趣味に関することや



気になっていた事物を調べたり、かつて書きためていた備忘録や日記を読み返して自分の来し方を振り返り、これから何をしたいかと考えた。



- ・世界“笑いのツボ”探し(2015, CCCメディアハウス)
- ・ヒトはなぜ笑うのか「ユーモアが存在する理由」(2015, 勁草書房)
- ・POWERS OF TWO 二人で一人の天才(2017, 英治出版)

今回読んだ本は、書評や広告・宣伝に興味を持って買い込んでいたものである。読み応えがありそうなので放っておいたままだった。コロナ禍で「お家時間」が延々と続く中、とにかくじっくり読み通した。ニヤツとなったのは世界中どこでも苦難に対面したときに「心配するな、なんとかなる」という表現があることだった。またなるほどと思った事は、「何が面白いのか」とか「何を笑うか」は、人それぞれ国によっても違うということだった。

読書の時間は思いのほか楽しく、自分自身が何を求めているのか、何をしたいのか、他者と違っていいのだ、と納得した。自分らしく楽しむことが、非常事態の時でもストレスの解消になり、不安を軽減することにつながるのだと考えた。

## ♥ Withコロナでも「結びつき」は生れる ♥

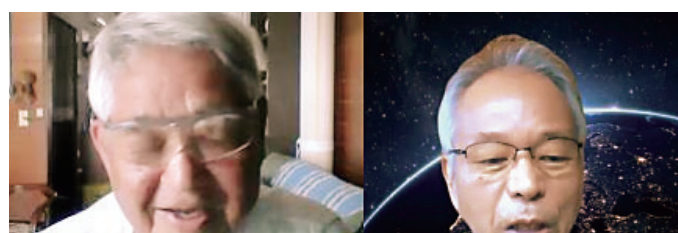
コロナ禍では、適切なソーシャル・ディスタンスを保ちつつ「3密」を避けることが求められている。人と人との「結びつき」が減る・無くなってしまう、と思うかもしれない。しかしインターネットの発達により、私達は結びつくためのツールに恵まれた状態にある。「巣ごもり生活」をしながら、孤独や孤立に陥ることはない。

私も新しい「結びつき」の模索を始めた。7月初旬、兵庫県在住の古谷鍊太郎さん(87歳)と新しいツール(ZOOM)で約2時間懇談することが出来た。

古谷さんとの出会いは KAWASAKI ブランドのオートバイの宣伝文句「Let the good times roll」(楽しく生きよう、

もっと楽しもう)から生まれたものだ。私が30歳頃に会社先輩から頂いたアメリカ出張土産の雑誌でこのキャッチフレーズを見つけて、気に入って覚えていた。

先の見えないステイホームの中で、インターネットでこのキャッチコピーを調べていて、ブログやFB(フェイスブック)でまさにそのコピーの想いを書いている古谷さんと出会った。FBで友達申請をした所、ネット上で厳格に身上調査をされ、無事にパス出来て返事が届いた。同氏は70歳を過ぎてからツイッターやブログを始めて、「雑感日記」を毎日書き続けているとても元気な方である。初めてなのにとっても盛り上がりお互い笑顔で終えた。



川崎重工OB 古谷鍊太郎さんとのZOOM懇談、2020年7月

オンライン上にはお互いの顔をみながら話せるツールは沢山ある。ZOOMもその一つだ。新しいツールを使い今までにない挑戦や成長しようとする事は、心が明るくなり、気持ちの張りが出てくるのを感じた。また、あらためて日ごろのたあい無い会話が、どれだけ自分に安心感をもたらすかを思い知った。

私たち一人ひとりが、たとえ高齢者であっても、人と結びつく方法を考える必要があると思う。みんなで知恵を出し合えば新しい「結びつき」の方法がいろいろと見つかるだろう。「コロナだから…」ではなく、チャレンジしていくことで元気になり、気力も湧き上がってくる。

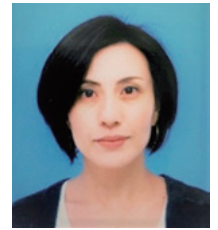
人と人との「結びつき」は生活になくしてはならないもの、心に潤いを与えるものだと思う。人生をもっと楽しむためにも「結びつき」は大切にしたいものである。

With コロナの中で私たち高齢者も、視野を広く持ち変革や変化にフレキシブルに対応・追隨していけば、新しい「結びつき」の始まりを得られるのではないだろうか。

- 1) ダイヤさわやかネット (DSN): 退職高齢者が、ダイヤ財団の支援を受けながら社会貢献などの自主活動を行う「ダイヤ・アクティブエイジング・アソシエーション(DAA)」の活動グループのひとつ。中央線沿線ほか、都心部での活動が可能な地域在住者が参加し、2020年9月現在、約30名在籍。
- 2) ダイヤビックひばり会 (ひばり会): ダイヤ財団と玉川大学が共同開発したシニアのためのエアロビックプログラム「ダイヤビック」の高齢者自身による普及活動に取り組む任意団体。2020年9月現在、127名在籍。

# 質の高い看取りを目指して

ダイヤ高齢社会研究財団 研究部 博士研究員 廣岡 佳代



## 1. 日本における死(看取り)を取り巻く現状

日本では、社会人口の減少と超高齢化が進んでおり、高齢多死社会を迎えようとしている。2019年の日本における年間死亡者数は137万6千人であるが、2040年頃には167万人に達すると推計されている<sup>1)</sup>。そして、この大半を占めるのが75歳以上の後期高齢者となっている。

1950年代以降、日本では医療機関において死亡する人の割合が年々増加し、現在では80%近くが病院で死を迎えている。2010年に一般市民1,042名を対象として行われた全国調査では、「死を迎える場所」として半数近くの人が自宅を希望しているが、「実際に死ぬ場所」は80%以上が病院・診療所となっており、多くの人が希望する場所で最期を迎えることができていない状況である(図1参照)<sup>2)</sup>。本人の希望をかなえるためにはどういったことが大切になるのだろうか。本稿では、看取りの質について考えるために、緩和ケア、アドバンス・ケア・プランニング、そして、今年、機関誌 Geriatrics & Gerontology International に掲載され、Wiley 社 Research Headline にも取り上げられた、研究論文の結果を交えて展開する。

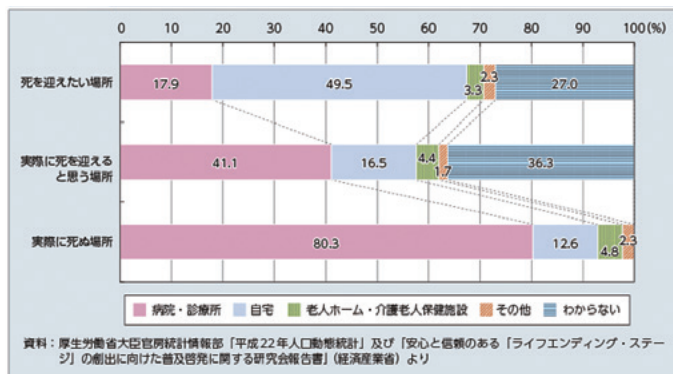


図1 最期を迎える場所～希望と現実<sup>2)</sup>

## 2. 看取りの質

看取りの質 (Quality of death and dying) という考え方があり、海外では主に遺族によるその評価が行われている<sup>3) 4)</sup>。その理由のひとつとして、終末期にある患者の

QOL (Quality of Life) の評価は容易ではないことが挙げられる。特にがん患者の場合、終末期に近くなるに従って、身体機能や認知機能が低下し、調査に回答することが困難となる。日本においても、「日本におけるがん患者の望む終末期の望ましい死のあり方」に関する調査が行われ、「日本人の終末期がん患者の望ましい死の概念」が明らかにされている<sup>5)</sup>。そのうち、日本人の多くが大切にしていることを表1にまとめた。

表1 日本人の多くが大切にしていること

- 苦痛がない
- 望んだ場所で過ごす
- 希望や楽しみがある
- 医師や看護師を信頼できる
- 負担にならない
- 家族や友人と良い関係でいる
- 自立している
- 落ち着いた環境で過ごす
- 人として大切にされる
- 人生を全うしたと感じる

## 3. 緩和ケアの提供

世界保健機関 (WHO) によると、緩和ケアとは、生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者とその家族の QOL を、痛みやその他の身体的・心理社会的・スピリチュアルな問題を早期に見出し的確に評価を行い対応することで、苦痛を予防し和らげることを通して向上させるアプローチである<sup>6) 7)</sup>。日本を含め、アメリカやイギリスなどでは、緩和ケアはがん医療の一部として発展してきた。しかしながら、WHO による緩和ケアの定義では病気を限定していないことや、がん以外の病気でも身体的な苦痛症状や精神的なつらさなど、対応すべき様々な問題があり、がん以外の疾患 (認知症、心疾患、腎疾患、呼吸器疾患、難病など) に対する緩和ケアも国内外で近年重視されるようになってきている。

## 4. アドバンス・ケア・プランニング(人生会議)

近年、「アドバンス・ケア・プランニング(愛称:人生会議)」という考え方が普及してきている。アドバンス・ケア・プランニングとは、万が一のときに備えて、大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自分自身で考えたり、自分が信頼する人たちと話し合ったりすることである<sup>8)</sup>。

このプロセスでは、どこで過ごしたいか、仕事を続けたいのかどうか、大切な人とそばにいたい、といった自分の希望などについて、患者と家族、医療者などがあらかじめ話し合う。「最期のときのことは分からないし、考えたくない」「縁起でもない」という人もいるだろう。しかし、実際に、病気の進行や認知症などにより、意思決定能力が低下した時には、家族や医療者、介護職は、「本当はどうしたいのだろう」「どういう選択をすればいいのだろう」と思い悩むが、その際に本人の真意を知ることとはできない。そのため、日頃から自分の希望や大切にしたいことを、自分の大切な人と話し合うことは重要である。

## 5. 認知症の有無ががん患者の看取りの質に与える影響

筆者らによる、認知症を有するがん患者に関する研究を紹介する<sup>9)</sup>。現在、高齢化により、認知症を有する高齢がん患者が増えており、がん患者の7~30%が認知症を有すること、そして、がん患者が認知症を有する場合、十分な緩和ケアを受けていないことが報告されている。その理由として、認知症による認知機能障害が重度であるほど、痛みなどの苦痛症状をうまく言語的に表現できないことや、高齢がん患者が認知症を有する場合には、医療者は「認知症の場合には痛みを感じない」「痛みを訴えないことは、痛みがないことだ」といった誤解を持つことが挙げられる。これまで、高齢がん患者が認知症を有する場合、終末期のQOLは認知症がない場合よりも低いのではないかと言われていたが、研究で実証されてはいなかった。そこで筆者らを含む研究グループは、終末期のQOLを評価するために広く用いられている「終末期がん患者の看取りの質評価尺度」を用いて、亡くなったがん患者に緩和ケアを提供していた訪問看護師にアンケート調査を行い、認知症ががん患者の終末期のQOLに与える影響を検討した。

その結果、認知症を有するがん患者は、認知症がない場合

と比べて終末期のQOLが低い傾向があることが示された。認知症によって、高齢がん患者本人が意向を示しにくくなり、本人の意向を代弁してくれる家族もいない場合、本人の望む死を達成できない可能性が高いことが明らかとなった。そのため、アドバンス・ケア・プランニング(人生会議)などを活用し、事前に本人の意向を把握すること、また、家族介護者がいない認知症がん患者の権利を擁護するなど、がん患者本人の意向に沿った終末期ケア提供が必要であることが示された。

## 6. 今後の研究の展望

筆者らの研究結果から、認知症の有無にかかわらず、質の高い終末期ケアを提供できるよう、認知症を有する高齢がん患者の痛みなどの苦痛緩和、意向把握などの終末期ケアの提供が必要であり、今後、その支援に向けたプログラム等の開発が求められる。そのひとつとして、現在、「認知症を持つ高齢がん患者の疼痛緩和に向けたケアモデルの構築」に関する研究(文部科学省科学研究費助成事業若手研究(2018-2021年度))に取り組んでいる。このほか、有料老人ホームの入居者に対し、要介護状態になる前からご本人と家族の意向を聞き取りするために、高齢者ケア施設に勤務する介護職・看護職を対象とした教育とチェックリストを組み合わせた介入研究を行っている。今後もひとりでも多くの人が質の高い看取りを迎えられるよう、緩和ケアやアドバンス・ケア・プランニングを含めた研究と社会実装に取り組んでいきたい。

### 【参考文献】

- 1) 平成28年版厚生労働白書「第1章 我が国の高齢者を取り巻く状況」
- 2) 平成26年版厚生労働白書「最期を迎える場所～希望と現実」
- 3) Teno JM. Measuring end-of-life care outcomes retrospectively. *Journal of Palliative Medicine*. 2005; 8 Suppl 1:S42-49.
- 4) Curtis JR, Patrick DL, Engelberg RA, Norris K, Asp C, Byock I. A measure of the quality of dying and death. Initial validation using after-death interviews with family members. *J Pain Symptom Manage*. 2002; 24 (1): 17-31.
- 5) M Miyashita, M Sanjo, T Morita, K Hirai, Y Uchitomi. Good death in cancer care: a nationwide quantitative study. *Annals of Oncology*. 2007; 18 (6): 1090-1097.
- 6) World Health Organization. WHO Definition of Palliative Care. 2002.
- 7) 大坂巖, 渡邊清高, 志真泰夫, 倉持雅代, 谷田憲俊. わが国におけるWHO緩和ケア定義の定訳—デルファイ法を用いた緩和ケア関連18団体による共同作成—, *Palliative Care Research*. 2019; 14 (2), 61-66.
- 8) ACP 人生会議「もしものとき」について話し合おう。 <https://www.med.kobe-u.ac.jp/jinsei/index.html>
- 9) Hirooka K, Nakanishi M, Fukahori H, Nishida A. Impact of dementia on quality of death among cancer patients: An observational study of home palliative care users, *Geriatrics & Gerontology International*. 2020; 20 (4): 354-359.

## 学会発表

(\* は、財団研究員)

### 日本老年社会学会第62回大会 (Vol.42 No.2誌上発表)

- ① 石橋智昭\*・土屋瑠見子\*・二宮彩子\*：「介護予防サービスのアウトカム評価の課題」
- ② 澤岡詩野\*・渡邊大輔・中島民恵子・大上真一：「都市高齢者のボランティア活動継続への意向と被援助志向性」
- ③ 二宮彩子\*・土屋瑠見子\*・石橋智昭\*：「定期的ケアアセスメントデータ分析による居宅要介護高齢者の抑うつ悪化の要因」
- ④ 安順姫\*・芳賀博\*・佐藤美由紀：「自主グループ活動を継続させるための支援のあり方～「ハッピー教室」終了後の自主グループを対象とした検討～」
- ⑤ 中村桃美\*・森下久美\*・石橋智昭\*：「シルバー人材センターにおける就業班リーダーの認知症に対する態度」
- ⑥ 森下久美\*・渡辺修一郎\*・長田久雄：「高齢就業者の運動機能・認知機能と就業時の疲労感の関連：シルバー人材センター会員の屋外作業における検討」

## 論文発表

(\* は、財団研究員)

澤岡詩野\*・渡邊大輔・中島民恵子・大上真一：「日本の都市高齢者の援助行動と被援助志向性：よこはまシニアボランティアポイント制度登録者における検討」(日本老年社会学会「老年社会科学」への原著論文投稿、2020/4)

澤岡詩野\*：「介護予防を目的とした高齢者の自主グループ活動で生じる課題；横浜市元気づくりステーション事業で世話役を担う高齢者の語りから」(シニア社会学会機関誌『エイジレスフォーラム』第18号：査読付、2020/6)

## 講演など

石橋智昭：「介護職員初任者研修」千葉県立長狭高等学校（鴨川市）2年生に対しリモート授業（6/25-26）

澤岡詩野：①「地元は豊かな暮らし方のリサーチの場」田園都市で暮らす、働くプロジェクトトークイベント（6/27、Zoom）、②「年賀状から考えるつながりの終活」カナリアコミュニケーションズ著者セミナー（6/30、Zoom）、③「シニアの『住まい方』はどう変わる？」オンラインカンファレンス（7/3、Zoom）、④「新たな生活様式？『オンライン』でもつながる可能性を考える」中野区なかの生涯学習大学特別講座（7/16、於：中野ゼロホール）、⑤「社会的処方を考える」東海大学市川講師主催の「社会的処方の日本における展開可能性に関する研究会」（7/27、Zoom）、⑥「あなたの元気づくりステーションの魅力」担当保健師を対象にした元気づくりステーション研修（8/6、於：横浜市役所）、⑦「地域は豊かな暮らし方の『リサーチ』の場」埼玉県主催「第1回担い手づくりを推進する出張研究会」

（8/7、Zoom）、⑧ BABA ラボ主催「シニアのホンネ会議オンライン」（8/7）、⑨「『新たな生活様式』と老年学」みんなの老年学研究会（8/8、Zoom）、⑩「サードプレイス、地域でつながろう：新たな生活様式から考える」中野区東山会館女性講座（9/5、Zoom）、⑪「新たな生活様式？『オンライン』でも地域をつなげる意味を考える」東京都生活支援体制整備事業情報交換会（9/7、新宿NSビル）、⑫「これからのボランティア活動：これからもつながり、支えあうために」横浜市社会福祉協議会ボランティア・市民活動部会（9/9、横浜市社協）、⑬「60歳からの人生の楽しみ方：コロナで改めて考える『やりたいこと』」大田区「豊かな人生の見つけ方塾」（9/12、Luz 大森）、⑭「そこがあなたの『居場所』になる つながりの創り方」まちだ市民大学人間関係学講座（9/16、生涯学習センター）、⑮「新しい生活様式とは、大事な〇〇を見直すこと：あなたの〇〇はなんですか？」おおた高齢者見守りネットワーク主催 地域づくりセミナー（9/19、Luz 大森）、⑯「コロナにめげないで いつもプロダクティブに」あびこ市民のチカラ祭り（9/26、Zoom）、⑰「With コロナ時の地域を考えよう」横浜市睦地域ケアプラザ地域活動者講座（9/30、睦地域ケアプラザ）

森義博：「あなたとご家族の“想定寿命”は十分ですか？」ダイヤかながわ交流会（9/24）

## 寄稿・取材記事ほか

澤岡詩野：①「新・生き方辞典対談企画『長生きは不幸ですか？ これからの人生100年時代を多世代で考える』」BABA ラボ・BABA 白書（4/24）、②「今できること、ネットで」日本経済新聞セカンドライフ（4/30）、③「高齢者の Zoom お茶会の可能性」日本経済新聞（4/30）、④日本経済新聞夕刊・セカンドステージ「地域活動 気楽にデビュー」欄（5/21）、⑤「ネット環境、高齢者にこそ」日本経済新聞・“私見宅見”欄（6/8）、⑥「『オンラインサロン』で孤立防止」毎日新聞大阪版夕刊（6/24）、⑦「地域で一步を踏み出すためのヒント」広報よこはま青葉区版9月号（9/1）、⑧「遠くても、しのぶ心は近く」日本経済新聞夕刊コメント掲載（9/10）、⑨「百年人生を生きるコロナ禍で広がる新しい旅の形」毎日新聞電子版（9/16）

森義博：「60代の就労に関する意識と実態」データで確認する高齢者の家計の実態と意識 日本FP協会『FPジャーナル』4、8月号（誌上講座）

## その他

【報告書】2019年度調査「介護と就労に関する調査」に関する調査報告書をホームページに掲載（8/21）

【Dia レポート】当財団の2019年度の研究・活動実績、組織や財務の状況等をご報告する「Diaレポート2019」を7月に発行し、財団ホームページにも公開

【ダイヤル更新】「社会老年学文献データベース (DiaL)」の第37回更新(新規登録323件)を完了(6/16)。登録論文総数は11,942件