平成16年度老人保健健康増進等事業報告書
（介護保険制度の適正な実施及び
質の向上に寄与する調査研究事業）

地域での各種サービスのあり方とサービスの質の確保に関する研究

「家族支援ボランティア養成
研修講座プログラムの効果検証事業」
報告書

平成17年3月

社会福祉法人　浴風会
認知症介護研究・研修東京センター
（旧　高齢者痴呆介護研究・研修東京センター）

はじめに

平成16年度は、認知症ケアにおいて、エポックメイキングとなる年であったといえます。それは、「痴呆」という名称が「認知症」という名称に変更になったことです。名称変更の背景には、「痴呆」という名称が、侮蔑感を感じさせる表現であること、「痴呆」の実態を正確に表していないこと、早期発見・早期診断等の取り組みの支障になることといった理由が指摘されます。この理由を受け、「認知症」という名称に変更されたのです。

名称が変更されたことで何が変わるのか、と考える方々もいるかと思います。これは「変わる」のではなく「変えていく」ことが大切です。「痴呆」が有していたマイナスのイメージを払拭し、正しい理解、偏見のない理解がなされていくことが重要なのです。つまり、名称が変わっただけではなく、名称変更に伴い認知症ケアの考え方も、より良い方向に変わっていくことが重要です。その新たなスタートの年が、本年度であったといえます。

高齢者痴呆介護研究・研修センターも、平成17年4月より「認知症介護研究・研修東京センター」と名称変更がなされます。名称変更に伴い、より一層認知症ケアの質の向上と発展に寄与すべく、努力していく所存です。

ここに、平成16年度老人保健健康増進等事業のうちの介護保険制度の適正な実施及び質の向上に寄与する調査研究事業による報告書をお送りします。

本報告書の中で、一部名称において「痴呆」という表現を使用している場合がありますが、事業申請名称のためにそのような表記になっています。本文中は「認知症」と名称を改めて表記していますことご了承ください。

平成17年3月

＝目　次＝

序　章　研究の視点と課題……5

第１章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムのねらい
１－１　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの概要……7
１－２　家族支援ボランティア養成研修講座と家族支援ボランティア……9
（ケアフレンド）

第２章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証のための調査
―　ヒアリング調査にみる活動例の紹介　―
２－１　ヒアリング対象者の背景……11
２－２　調査概要……11
２－３　調査結果……12
２－４　調査のまとめ……26

第３章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証のための調査
―　アンケート調査にみる結果　―
３－１　調査概要……31
３－２　単純集計及びクロス集計結果と考察……32
３－３　集計結果（クラスタ分析）……41
３－４　調査のまとめ……47

第４章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの意義と今後の展開
４－１　家族支援ボランティア養成の効果とボランティア自身の変化……49
４－２　地域たすけあい活動における家族支援のボランティア養成の意義……54
４－３　ケアフレンドの今後に向けて……57

まとめ　家族支援人材育成のための今後の展開……60

序　章

上智社会福祉専門学校　渡辺道代

本研究は平成１５年度老人保健健康増進等事業により研究助成された、痴呆性（認知症）高齢者の在宅生活を支える地域ケアサービスの方策に関する研究（下部研究）「在宅支援を目的とした地域ケアサービスシステムの研究」（第２研究「家族介護支援のためのボランティア育成事業―ケアフレンド養成講座の実践」）を基盤として、さらにその研究を発展・深化させるために行われた研究である。

現在、実施されている家族介護支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証のために研修の受講者全数に質問紙（アンケート）調査を行い、その中からさらに事例（ヒアリング）調査を行った。

研修を受講し養成された家族介護支援ボランティアが、受講した研修をどのように生かし、具体的にどのような活動を行っているのかを明らかにしたものである。

家族介護支援ボランティア養成講座（以下ケアフレンド養成講座を略する）を受講した研修生は学んだことをさまざまな形で個々におかれた場（職場や地域社会、その他）で生かし活動している。

家族介護者支援は介護を行なう家族に対する専門職（医療・福祉従事者等）等の支援、狭義的な支援にとどまっていない。

より広義の市民（介護経験者や地域社会の人々も含む）の支援、市民レベルでの意識改革や各地の身近な地域での支援活動が必要とされており、その具体的な手だてを模索する段階にきているといえるだろう。

以上のような意義からもこれからの家族介護者への支援において、どのような方法・手法を持って、社会・地域・市民に働きかけていくのか、また、どのようなことが有効で、どのようにすれば確立させていくことができるのかを検証することは、「介護」という社会全体に関わる大きな課題に対して一つの側面からの投げかけになるものと期待している。

本研究においては、家族介護支援ボランティアの養成とその活動の実際に言及するとともに今後めざすべき家族介護の支援のあり方についても考察していくものである。

第１章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムのねらい

上智社会福祉専門学校　渡辺道代

この研究でとりあげる家族支援ボランティア養成研修講座は NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンが主催し行なわれたケアフレンド（家族支援ボランティア）養成研修を中心にまとめられたものである。

医療・福祉従事者に対する家族介護者の支援に関する研修は、継続的または単発でいろいろな場で行われている。（看護師やケアマネージャーへの研修など）
しかしながら主に専門職への研修であるため、例えば介護経験者等の“やる気”はありながら活動する場やスキルを持たない意欲的な人々を吸収するような状況になりにくい現状がある。

また、政策的に打ち出されている家族支援プログラムも限定的な側面も多く、より広範な人々を巻き込んだ支援とはなりにくい状況である。

介護を行う家族への支援は、具体的なサービスメニューを整えていくことも必要としているが、同時に介護する家族を取り巻く多様な人々の支援や協力、意識改革、またその活動に介護者自身も参加できるような取り組みが必要とされている。

１－１　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの概要

家族支援ボランティア養成研修講座プログラム（ケアフレンド養成講座）は、平成１４年より行なわれている。

養成研修は、現在では、養成講座（基礎講座）と専門講座に分かれて、受講生は２期に渡って受講することになっている。

養成講座（基礎講座）は、講義とセラピー演習講座にわかれていて、約８～１０日間（講義２０時間程度、演習２０～２５時間程度、その他オリエンテーション・合同演習など４～６時間程度）で実施した回によって多少時間は増減しているが、おおよそ５０時間程度の研修となっている。

講座では、
- 介護者をとりまく社会的な状況（介護保険の問題など）
- 認知症の理解や介護への理解、介護者の心理について
- 介護者へのカウンセリング
- NPO などの市民活動、家族会活動、地域活動の紹介と実践

など

おおよそ、４つの単元から行われており、介護者に関わる際の基礎的知識を築くようになっている。

演習は、　ヒーリングセラピー入門として、

- アロマテラピー
- リフレクソロジー
- カラーセラピー
- ダンスセラピー

など

以上のような演習内容となっており、家族支援ボランティア（ケアフレンド）として介護者と関わる際の実践的コミュニケーションツールとして学ぶための演習である。

また、単元外に、実地研修として、デイサービスセンター等に出かけ、高齢者やその家族に対して実際にかかわる、実習を企画されたこともあった。

専門講座は、養成講座（基礎講座）を修了し、家族支援ボランティア（ケアフレンド）として活動する意思のある人が参加する講座である。

内容は、講座８～１０時間程度、演習６～８時間程度、その他オリエンテーション等２～４時間、約２０時間程度の講座になっている。

講座内容は

- ボランティアの心構え
- 介護する家族への理解と関わり
- 介護のマイナス感情への対応
- 傾聴技法
- 社会資源と活用・情報提供　　など

実際にボランティアとして活動する際に必要とされることについての講座内容となっている。

演習内容は

- 自己理解・傾聴等のロールプレイ
- アロマテラピー等を活用した場面演習（ロールプレイ等も含む）

など

ボランティアとして活動するにあたって必要な実技の習得に向けた演習内容となっている。

上記説明のプログラム例を 10 ページに示す。

１－２　家族支援ボランティア養成研修講座と家族支援ボランティア（ケアフレンド）

家族支援ボランティア養成研修講座(ケアフレンド養成講座)を受講した研修生は、受講後、ボランティアとしての登録を行う。

講座を通して、登録とともに、家族支援ボランティア（ケアフレンド）として、必要な理念・倫理、ルールなどが伝達される。また、家族支援ボランティア（ケアフレンド）として、継続した研修を受ける義務もでてくる。そして、ボランティア（ケアフレンド）として関わった後は、報告・スーパービジョンも位置付けられている。

家族支援ボランティア養成研修は、このように継続して研修されているが、家族支援ボランティア（ケアフレンド）として、定期的に活動する場が保証されにくい状況もあり、受講した研修生は個々に多様な活動に生かしながら介護者支援を展開している。

直接的に介護者サポートネットワークセンター・アラジンが事務局となり、個々の介護者宅に出向き、相談や支援、話し相手として、当初予定していた訪問ボランティアとして継続的に介護者に関わるボランティアもいるが、家族支援ボランティア養成研修を契機として、電話相談ボランティア（同 NPO の中で電話相談活動も行われている）や家族の会の支援ボランティアに関わったり、介護者のためのグループやたまり場を立ち上げたりする活動にかかわる研修生も多い。

（受講生の詳細については、以下の章において、調査報告の中で述べている。）

上記のことから考察されることには、家族支援ボランティア養成研修講座（ケアフレンド養成講座）は、当初目的としていた、直接的な家族支援ボランティア養成のみではなく、講座を契機として、多様なボランティアを生み出す母体として位置づいていったのではないだろうか。とりわけ、前述したケアフレンド養成講座（基礎講座）についてはその色彩が強い。講座内容の変化や受講者のニーズとしても、介護者支援に関わる多様・多彩な知識・方法への模索が盛り込まれているといえるだろう。

講座の内容の変化とともに、受講する人々の変化（受講生の属性や参加動機など）やそれにともなうボランティアの活動内容と活動する場の変化がリンクしながら、さらに新たな介護者支援に向かう原動力となっていくのではないかと期待するものである。

［介護者のケアを学ぶ講座］　　－講座日程および内容－　　第Ⅳ期 － 定員30名

（ケアフレンド養成基礎講座第4期）　　平成16年7月4日（日）～9月25日（土）

			＜坐学＞（10:00～12:00）		＜ヒーリングセラピー実践講座＞（13:00～15:00）
A介護問題と介護保険	1	7月4日（日） （みなとNPOハウス 4F大会議室）	講座オリエンテーション（20分） 「高齢者虐待と介護者の孤立」 日本大学社会学部専任講師 日本高齢者虐待防止学会　山田祐子	F	「アロマテラピーレッスン 1」 ホリスティックヘルス情報室 日本アロマセラピー協会認定アロマセラピスト　安珠
	2	7月10日（土）	「傾聴とは何か」 IPI統合心理療法研究所研究員 明治学院大学心理学部専任講師　野末武義		「アロマテラピーレッスン 2」
B痴呆の理解と介護家族	3	7月17日（土）	「痴呆の基本的理解と対応」 高齢者痴呆介護研究・研修東京センター 研究主幹　小野寺敦志		「アロマテラピーレッスン 3」
	4	7月24日（土）	「家族の想い」 ぼけ老人を抱える家族の会練馬 ブーケの会　代表　小泉晴子	G	「ゆる体操 1」 運動総合科学研究所　専門指導員　下瀬仁史
	5	7月31日（土）	「痴呆患者を抱える家族の理解と対応」 東京都老人医療センター 精神科医　高橋正彦		「ゆる体操 2」
	6	8月21日（土）	「痴呆家族を支える制度・とりくみ」 日本経済新聞社編集委員　浅川澄一		「ゆる体操 3」
Cカウンセリングの基礎	7	8月28日（土）	「共感的理解とは」 IPI統合心理療法研究所研究員 明治学院大学心理学部専任講師　野末武義	H	「カラーセラピーレッスン 1」 （株）カラーセラピー・オブ・ジャパン カラーセラピスト　鈴木三穂子
D地域介護者サロンの立ち上げ	8	9月 4日（土）	「介護者のスペースづくりと運営」 ①「こもれび」代表　中山 英 ②アラジン 理事長　牧野 史子		「カラーセラピーレッスン 2」
	9	9月11日（土）	「4年目の介護保険の課題」 特別養護老人ホームラポール藤沢施設長 厚生労働省社会保障制度審議会 介護保険部会委員　小川泰子	I	フィールドワーク　アロマセラピーハンドケア演習①班
E地域を変えるNPO	10	9月18日（土）	「地域たすけあい活動の理念と実際」 さわやか福祉財団　組織づくりグループ 木原 勇		アロマセラピーハンドケア演習②班
	11	9月25日（土）	「ケアフレンド実践報告・介護家族を支える地域システムとケアフレンドの今後」 社会福祉士　波多野真弓 上智社会福祉専門学校　教員　渡辺道代		＜修了式・ランチパーティ＞ ・感想・今後の活動オリエンテーション

第２章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証のための調査

－ヒアリング調査にみる活動例の紹介－

２－１　ヒアリング対象者の背景

今回のヒアリング調査は、１次調査として「ケアフレンド養成基礎講座」の受講生にアンケート調査を行い（詳細は第３章に示す）、その中から対象者６名を絞り込み２次調査としてヒアリングを行ったものである。

対象者は、「ケアフレンド養成基礎講座」受講後、心理面でも行動面でもなんらかの変容をもたらし、講座受講が起爆剤となり、その後の活動、生き方に生かしている人となっている。各自、それぞれの受講動機で講座に参加し、またその後の活動も様々であり、多様な形式をとっていると思われる対象者を選択した。しかも、男女・地域・年齢などという属性にも偏りがないようにとの点も考慮に入れた。

「ケアフレンド養成基礎講座」はこれまでに４期の開催を行っているが、今回のヒアリング対象者は奇しくも第１期受講生が６名となった。これには受講生の人数が第１期開催に偏っているということが考えられよう。

２－２　調査概要

１）調査の目的

「ケアフレンド養成基礎講座」受講生が、講座受講後の変化としてどのようなものがあるか、また実際にどのような活動をしているか、活動の具体的内容は何か、講座受講が活動の動機づけになっているかなどを把握するために、ヒアリング調査を実施した。

２）調査期間

2005年１月

３）調査対象・調査数

「ケアフレンド養成基礎講座」修了生に実施したアンケート調査から絞り込んだ６名の対象者

４）調査方法

対面によるヒアリング調査（調査員２名）　一人約１時間

５）調査場所

アラジン事務所または対象者の最寄の場所

6）調査項目

・現在の活動状況・・・活動団体名、組織形態、活動内容を具体的に、
活動地域、活動開始時期

・講座を受講したことがどう影響しているか、
現在の活動にどうからんでいるか

・活動に踏み出すきっかけ・動機はなにか

・心理的変化、会話、行動、態度、家族に対してなどの変化はあったか

・現在の課題、問題点などはあるか

・今後の活動についてはどうか

・これからの講座に望むことはなにか

2－3　調査結果

以下、ヒアリング対象者の簡単なプロフィールとヒアリング内容を示す。また、別紙に対象者の概要一覧表を 28～29 ページに掲載する。

・ Aさん

a．プロフィール

1）受講期

第1期

2）職業

医療職・介護職

3）年齢

30～40 歳未満

4）現在の活動概要

i）活動開始時期

平成 14 年 10 月～

ii）活動内容

① アロマ同好会

② 介護者向けサロン「介護者のための健康教室」

iii）活動組織形態

① 同好会

② 民間施設（勤務先）

iv）活動地域

東京近郊の中小都市

b．ヒアリング内容

Q１．受講のきっかけと受講理由について教えてください。

A：元々理学療法士として、病院内に併設されているデイケア施設でリハビリの訓練を行っていました。また、ケアマネジャーとして介護の現場に携わっていました。たまたま、シルバー新報という雑誌で講座のことを知り、何か勉強できることがあればと思って参加しました。

Q2. 実際に講座を受けてみていかがでしたか。気持ちや行動で変わった点があれば教えてください。

A：講座の中で初めてアロマに触れ、人と触れ合う効果、アロマの効果に気付き、いろいろなところで活用できると感じました。介護で疲れた人やリハビリを頑張っている人の癒しや励ましとして、アロマはとても有効だと思います。また、マッサージを通して人にタッチすることにより、たくさんの人と交流できるのも楽しかったです。私自身もアロマを生活の中で取り入れています。毎日炊いているわけではないですが、疲れを感じたときや、癒されたいときに活用しています。それから、講義で特に印象に残っているのが、企業でエルダービジネスをされている先生の講座です。「エルダー」について「今後世の中を動かしていく強い人達」として見られるようになり、介護についての暗いイメージがなくなりました。

Q3. 現在されている活動について教えてください。

A：主に二つの活動を行っています。

一つはアロマの同好会で、こちらは二ヶ月に一回程度、流山のアロマセラピストを呼んで、アロマの基本的な話や技術を勉強する講習会を開いています。講習のないときは、勤めている病院の身内や、隣の市にあるターミナルケアの施設に通う人たちに対してハンドマッサージやフットマッサージのボランティアをしています。また、年に一度、デイケア施設の家族会に同好会として参加します。

もう一つは、自分の勤めている施設で、年に一回、第五土曜日のある月に、利用者の家族を対象として施設を使った介護者向けサロンを開いています。「介

護者のための健康教室」という名前で、介護する側の気持ちを共有できるグループでの会話や体操、アロマのハンドマッサージを行っています。最初はなかったのですが、施設側に相談して業務計画の中に盛り込んでもらいました。

Q4. 活動しようと思った理由は何だったのですか。

A：アラジンでアロマを勉強して、講座だけで終わらせてはもったいないと思ったのがきっかけです。まず、同じ地域に住んでいる友達に声をかけて同好会を始め、せっかく勉強するのだから実践に生かした方がいいと思い、ボランティアも行うようになりました。その中で、アロマの効果を改めて実感して、勤めている施設でも介護者教室を開く相談をしました。

Q5. 活動の反響や周りの反応はどうですか。

A：最初はアロマに抵抗ある人でも、実際にやってみると気に入ってもらえることが多いです。ケアマネジャーとして訪問した家でも、老々介護で疲れている奥さんにアロママッサージをしたところ、やる前は戸惑っていらっしゃいましたが、とても喜んでもらえました。介護者教室にもたくさん来ていただき、介護者の方に喜んでもらっています。それぞれが抱えている悩みを共有することで、客観的な立場で介護を考えることができるのだと思います。

Q6. 現在の問題点、今後の課題ついて教えてください。

A：理想を言えば、サロンを一ヶ月から三ヶ月に一回行いたいと思っています。現実の業務が忙しいこともあって中々難しいですが。院内にある居宅介護支援事業所や他のデイケア施設と協力して開くことができればいいですね。また、今は子育てで忙しいですが、落ち着いたら、何か自分にできることを考えたいと思っています。

Q7. 最後に「介護者のケア」について感じていることを教えてください。

A：老人ホームに入れることを親戚が反対し、介護者が責められる話を聞いてため息が出ます。介護を長続きさせるためには、社会資源を活用することが大事だということを、介護者だけでなく、介護を知らない人にもこのことを知ってもらいたいです。地域にあるそれぞれの団体がうまく手をつなぐことができれば、意識は大きく変わっていくのではと思います。そのためにも、アラジンのような介護者のケアを行っている団体が、もっと世の中に発信してもらいたいですね。

・B さん

a．プロフィール

1）受講期

第 1 期

2）職業

その他の職業（生活クラブ生協顧問）

3）年齢

50～60 歳未満

4）現在の活動概要

i）活動開始時期

2003 年 5 月～

ii）活動内容

デイ利用者家族介護者のためのサロン開催

iii）活動組織形態

① 民間施設（デイサービスセンター）

② サロン

iv）活動地域

東京都区内

b．ヒアリング内容

Q1．受講のきっかけと受講理由について教えてください。

A：1980 年頃から生活クラブ生協の活動をしていました。食、環境、平和、福祉も自分たちの将来のこととして取り組んできました。福祉には 90 年頃から関わるようになり、地域の中で仕事おこしをするという考えに基づいて家事サービスなどに関わりリーダーを務めてきました。直接介護に関わるようになったのは、実父が 2000 年に倒れてからで、在宅介護をしている実母の大変さを目の当たりにしていました。そんな折、新聞に掲載されたアラジンの活動、講座の案内を見て参加しました。

Q2. 実際に講座を受けてみていかがでしたか。気持ちや行動で変わった点があれば教えてください。

A：今までは主に自分の意見を主張しようと思っていましたが、講座を通して、人の話を聴く姿勢が出てきました。その聴き方にもノウハウがあることを知りま

した。カウンセリングにも興味を持ちもっと勉強してみたいと思いましたが、カウンセリングは専門家に委ねて、コーディネートすることが自分を生かせる仕事だと再認識しました。アラジンリーダーの「社会を変えていきたい」という言葉に同じことを感じましたし、できるところから始めようという姿勢に学ぶところがありました。また地域ケアの大切さも知り、組織によるだけでなく、日常の人と人との関係、市民活動が豊かになっていけばよいと思いました。

Q3. 現在されている活動について教えてください。

A：実父が利用しているデイサービスセンターで介護者サロンを開催しています。はじめは自宅を開放して地域での介護者サロンを始めましたが、参加を希望している人に情報が届かないと苦慮していました。その後施設主催の家族会に出席したのがきっかけになり、施設の生活相談員に申し出て、介護者サロンのための場所の提供と、利用家族への情報提供を依頼し、施設内でのサロンが実現しました。年４回の開催を目標にしています。その都度テーマを持ち、今まではアロマセラピーによるリラクゼーションの機会を持つことを２回と、同区内で活動中の先輩介護者の会のお話を聴くことを１回しています。また必ずお茶を飲みながらの懇親会を設けています。

Q4. 活動しようと思った理由は何だったのですか。

A：講座を受講後に介護者サロンを立ち上げたいと自分で宣言しました。生活クラブ生協で活動してきた自分自身のスタンスから、市民として地域の中での関係を作っていくことの大切さから、また実父の在宅介護で体調を崩したり、自分の楽しみが持てなくなった実母を見ていて、介護者の QOL を考えることが大切と認識したからです。

Q5. 活動を通して感じられたことは何ですか。

A：介護者サロンへは同じメンバーが続けて参加するようになってきており、回を重ねるごとに表情が変わってきていること、会の開催を喜んでくれている参加者がいることに勇気づけられます。サロンの参加者は年代によって自己表現の仕方に差があり、介護者自身がもっと自己主張してもよいのにと思います。自分のことよりまず要介護者の話になってしまい、自分のことは口に出してはいけないという自己規制を感じます。今後サロンの運営に積極的に関わってくださる人が出て欲しいと思いますが、現在のところはまだ「お世話様です」という受身の姿勢が残念に思います。

Q6. 今後の課題ついて教えてください。

A：アラジンの活動に貢献できることがあれば関わっていきたいし、またアラジンで得る情報、経験を実践に生かしたいと思っています。自分のライフワークは、地域の中で人と人の関係を紡いでいくことだと考えています。アラジンの展開は全国区で、自分が今までやってきた草の根的な生協活動とは違い戸惑いもありました。しかし、その分、自分の活動を客観的に見ることができるようになり、アラジンの活動から学ぶことがたくさんあります。今後、介護者のケアのしくみづくりに関わることができればうれしいと思っています。

Q7. 最後にご自分の生活に生かされていることがあれば教えてください。

A：コミュニケーションのとり方や人の気持ちの受け止め方など、自分がこれまで知らなかったことを学びました。またリーダーシップのためのコミュニケーションのあり方もヒントを得ています。演習から学んだことも多く、アロマセラピー、フラワーセラピーは日常生活に役に立っています。たとえば、風邪予防にはユーカリ、眠れないときにはラベンダーを焚いたりと日常的に実践しています。

・C さん

a．プロフィール

1）受講期

第 1 期

2）職業

その他の職業（調剤薬局経営）

3）年齢

50～60 歳未満

4）現在の活動概要

i）活動開始時期

① 仕事は講座受講以前から

② 2002 年 8 月～11 月

ii）活動内容

① 仕事上で接するお客様へのケア

② 地元地域におけるアロマセラピー講座開催

iii）活動組織形態

① 個人

② 民間

iv）活動地域

関東近県の地方都市

b．ヒアリング内容

Q1．受講のきっかけと受講理由について教えてください。

A：新聞に掲載された講座の案内を見て、座学・演習の内容に興味を持ったので参加してみようと思いました。

Q2. 実際に講座を受けてみていかがでしたか。気持ちや行動で変わった点があれば教えてください。

A：今までは要介護者に対して上下関係でみていたところがあり、自分自身の中で壁を感じていましたが、講座を受けたことが自信になり、話すことに幅もできました。また日常的にも話をよく聴くようになったと思います。調剤した薬を配達するという仕事上、地域のキーパーソンとして地域のふれあいの拠点になればと思い、様々なアクションを起こしています。福祉住環境コーディネーターの資格も取ったり、動物愛護協会に登録して、アニマルセラピーに関心を持ち、動物との共生についても考えるようになりました。

Q3. 現在されている活動について教えてください。

A：一つは地元地域でアロマの講師を呼びアロマセラピーの講座を開催したことです。アラジンの講座で講師であった大場直樹さん（乃木坂グリーンハウス）を地元に迎え、2002年8月～11月にアロマセラピー講座を開催しました。参加者は半分が医療関係者であり、地元でのニーズがあったと確信しました。受講生の中にはその後アロマのお店を出した人もいて、地域におけるアロマセラピーの先駆的な役割を担っていると思っています。

二つ目は在宅患者、特養、グループホームなどへの薬の配達時に色々な方と接していますが、そのような時もどのように接したらよいか、また話す内容についても幅ができたように感じます。深刻な話を聴くときも、アロマを持参して行ってホッとする癒しの場を提供できるようにしたり、相談を受けた時は専門家につなぐことができるようになったと思います。

Q4. 活動しようと思った理由は何だったのですか。

A：アラジンの講座でアロマセラピーを知り、地域ではアロマを感じ取っている人

がいないので多くの人に知ってもらいたいと思い、自ら地域においてアロマセラピー講座を開催しようと思いました。

仕事上、介護者に接することは多く、話を聴くときまた情報が欲しいと言われたときの対応を日常的に考えるようになり、様々なことを試しています。反応があったことがまた次のステップにもつながっていますし、この薬局業務を通じて、地域の健康づくりに貢献できればよいと考えています。これも講座を受けたことが自分の中で自信になっていると思います。

Q5. 活動を通して感じられたことは何ですか。

A：アロマセラピーは男女で差があり、相手によっては難しいと感じるときもあります。また様々なアクションを起こしていますが、継続する難しさもあり、地域で必要とされる薬局・人になるためにはもっと多くの知識を身につけたいと思っています。薬局業務と介護ということをいつも考えていて、自分ができる多様なサービス、また在宅にとって本当に必要なサービスは何かと模索しています。

Q6. 今後の課題ついて教えてください。

A：仕事がら老々介護の方に多く接しています。そんなとき、こちらから出向くシステムとしてケアフレンド活動を充実させたらどうかと思います。たとえば在宅へスムーズに入れるやり方として、薬を届けることとケアフレンドをセットにして考えていくなどの方法もあります。またグループホームや老人保健施設などのヘルパーさんがとても悩んでいる現状を感じます。このような人たちにもケアの手が届くといいと思っています。この講座を受けたことが次の行動に移せるステップとなり、また生活に活用できるものがたくさんあると思います。

Q7. 最後にご自分の今後の抱負を教えてください。

A：地域のキーパーソンとして、地域のふれあいの拠点として活動していきたいです。年をとっても安心して暮らしていけるために、また災害時などでも安心して暮らせるために地域サポーターを育てていくことが大切だと認識しています。

Dさん

a．プロフィール

1）受講期

第1期

2）職業

その他の職業（パン作り教室講師）

3）年齢

40～49歳未満

4）現在の活動概要

i）活動開始時期

依頼があったときに随時

ii）活動内容

ケアフレンド派遣による介護者さん宅訪問

iii）活動組織形態

アラジンの活動の一環として

iv）活動地域

① 東京近郊都市

② 東京都区内

b．ヒアリング内容

Q1．受講のきっかけと受講理由について教えてください。

A：新聞に掲載された講座の案内を見ました。実父の介護が必要となることが予測されたため介護保険の仕組み等を勉強しようと思ったことと、家の介護環境の整え方なども知りたかったからです。また演習の内容にも興味を持ちました。

Q2. 実際に講座を受けてみていかがでしたか。気持ちや行動で変わった点があれば教えてください。

A：基礎講座修了直後に実父が亡くなり、受講の目的を失うということがありましたが、講座で今まで自分の知らない世界を知ったことで関心が沸き、専門講座受講まで進むことができました。色々な講師の方のお話を聴くことができ、視野が広がったと思います。介護保険などの理解も進みましたし、介護者をケアしようと思っている団体があることを知ったことが心強かったです。仕事上人と接することが多いのですが、人は自分のことばをそのまま受け入れるとは限らないと知り、慎重になり、コミュニケーションの難しさを実感しました。また、様々な介護状況があることを知り、自分の立場を客観的に見ることができるようになったことは自分にとってプラスになりました。特に実母との関係には複雑な思いを抱えていますが、感情的にならずにすんでいることは大きいと

思います。

Q3. 現在されている活動について教えてください。

A：ケアフレンド派遣の要請があったときは、自分の都合のつく時間で応じています。今までに２回、介護者さん宅を訪問しました。伺った地域は東京近郊の都市と東京都区内です。２人１組で伺い、訪問時間は１時間半くらいです。私自身は介護者さんのお話を聴くこと（傾聴）を主眼に活動しています。その後行われる事例検討会には必ず出席して、スーパーバイザーの先生からアドバイスをいただいたり、他のケアフレンドからフィードバックをもらっています。

Q4. 活動しようと思った理由は何だったのですか。

A：自分は介護の専門職でも福祉職でもないので、初め講座に参加しても場違いのようなギャップを感じていました。そんな中、最後まで続けてこられたのは、講座を通して仲間ができたことです。ケアフレンドとしての派遣要請があったときも、まず自分が動かなければ何も始まらないと思って、受身だけでなく、行動してみとうと思いました。事例検討会へ参加するのも新しい発見があり、自己研鑽の場であると思えるからです。仲間に会えることも動機付けになっています。

Q5. 活動を通して感じられたことは何ですか。

A：２回の訪問は、自分の中で訪問してよかったと思えるまでには至っていませんが、先輩ケアフレンドと同行したことの意味は大きかったと感じています。アラジンの活動についての説明が深くていねいで、真摯な姿勢を感じました。時間を大切に使っていると思い、誠実さを学びました。また事例検討会では自分が全く気がつかなかったことについて質問されることもあり、新しい気づきや発見があり、考えるきっかけをもらっています。

Q6. 今後の課題ついて教えてください。

A：仕事が不定期なので決まった時間が取れずになかなかアラジンの活動に参加できずにいますが、将来的にはボランティアとして関わっていきたい、ゆっくり気長にケアフレンドとして携わっていきたいと考えています。またケアフレンド訪問に行っても。アロマのハンドケアを自信も持って介護者に行うことができずにいるので、アロマセラピーについてもう一度勉強したいと思っています。

Q7. 最後に「介護者のケア」について感じていることを教えてください。

A：今までの自分の介護経験では患者（家族）と医者という個人的な関係だけだっ

たものが、アラジンという存在を知って、相談できるところができたという安心感はとても大きいです。またアラジンは他のボランティア団体と違って内向きに固まってしまわないところが素晴らしいと思います。今後のアラジンに期待をしています。

・Eさん

a．プロフィール

1）受講期

第1期

2）職業

パートタイム

3）年齢

50～60歳未満

4）現在の活動概要

i）活動開始時期

平成14年～

ii）活動内容

① 介護保険対象外での福祉ボランティア

② 友人（介護者）の身近なところからのケア

iii）活動組織形態

① 市民団体

② 個人

iv）活動地域

①②とも東京近郊の中小都市

b．ヒアリング内容

Q1．受講のきっかけと受講理由について教えてください。

A：平成14年の2月、3月に両親を看取り、何かしようと思っていた時、新聞でアラジンの記事を見つけて参加しました。

Q2．実際に講座を受けてみていかがでしたか。気持ちや行動で変わった点があれば教えてください。

A：介護を終えた後に参加をしたのですが、講座を受けた後、自分自身がとても癒されました。何をやったからということではなく、仲間と一緒に集って顔を見るだけで十分意味があると思いました。別に特別なことをしなくてもいいのだと、介護者のケアについての見方が変わり、介護をしている友達や、介護を終えて落ち込んでいる友達のことを気にかけるようになりました。

Q3. 現在されている活動について教えてください。

A：父親のデイサービスを探していたときに知って、登録だけしておいた介護福祉系のボランティア団体で介護保険外の活動を行っています。「できるときにできる範囲のことをしよう」をモットーに、草の処理をできない高齢者の家で草むしりや、ゴミ出し、掃除などを行っています。私は数年前から経理も任されています。ボランティアは有償で、料金は30分300円でチケット制になっていて、もらった料金の2割は会の運営費として使います。有償ボランティアにしているのは、無償だと頼む方が余計頼みづらいと思うからです。今、ボランティアをする活動会員は約50人、利用会員は約100人います。

その他に、これは個人的に行っていることですが、介護に疲れている友達が自然に社会とつながっていられるような場を作るようにしています。食事や歌舞伎に誘うことが多いですね。外に出ることで、少しでも友人の気分転換になればいいと思っています。

Q4. 講座の中で特に印象に残ったこと、現在の活動に生かされていることはありますか。

A：講義では「痴呆高齢者と家族の理解」の話が特に面白く勉強になりましたね。演習で受講したメイクレッスンも、とても役に立っています。中でも、口角を上げる顔のマッサージは今でも毎日続けていて効果を感じています。時々、マッサージクリームをつけたスポンジを友達にプレゼントしているのですが、喜んでもらえますね。また、夏前にやった体育館でのダンスセラピーも、とても楽しかったです。でも、何をしたからということを抜きにしても、皆と顔を合わせて話をするだけで、十分癒しの効果があるのではないでしょうか。受講して介護者のケアに対しての見方が変わったことは、今のやっている活動にもかなり影響しています。

Q5. これから活動をどうしていきたいですか。今後の課題について教えてください。

A：今、元気なお年寄りの居場所があまりありません。行政は、病気や支援が必要になってからでないとサポートをしませんが、要介護になる前の高齢者を隣近

所から見守っていくことも必要です。そのため、これからは、元気なお年寄りが集える場所を作っていきたいと考えています。同じ地域で活動している人達との情報交換や交流ができるとうれしいですね。

また、自分が関わっているボランティア団体でも、介護福祉のサービスだけでは活動会員がどうしても少なくなってしまうので、主婦や子供も一緒に何かできたらいいと考えています。「できるときにできることをやろう」という気持ちを大事にして、今後も活動を続けていきたいです。

・Ｆさん

ａ．プロフィール

１）受講期

第１期

２）職業

その他の職業（産業カウンセラー）

３）年齢

60～70 歳未満

４）現在の活動概要

ｉ）活動開始時期

平成 15 年～

ii）活動内容

① 社団法人日本産業カウンセラー協会・関東支部実技指導者

② 同上・関東支部東京西地区研修部スタッフ

③ 東京家庭裁判所　家事調停委員

④ Ｈ市男女平等行動策定委員

③ Ｈ市ＤＶをなくそう会

iii）活動組織形態

民間・行政・その他

iv）活動地域

① 関東

② 東京西部

④⑤ Ｈ市

b．ヒアリング内容

Q1．受講のきっかけと受講理由について教えてください。

A：新聞に掲載されたアラジンの記事を読み、このような行動を起こせる代表に興味を持ちました。介護者のケアという着眼点や、講座の構成、行動力に興味を持ち、講座を受けてみたいと思いました。

Q2.　実際に講座を受けてみていかがでしたか。気持ちや行動で変わった点があれば教えてください。

A：講座を受講して「まず自分から行動してみないとだめ、ひっこんでいるだけでは先に進めない」と感じ、自分から行動するようになりました。カウンセリングなどを勉強していましたが、それが形にならずに悩んでいたときに、自分から行動を起こしていく姿勢を学びました。また、人の心を理解するのは難しい、まずは自分自身を理解することから始まるということを再認識し、「I am OK! You are OK!」のスタンスでいつもやっていきたいと思うようになりました。

Q3. 現在されている活動について教えてください。

A：① 社団法人日本産業カウンセラー協会関東支部で養成講座の実技指導者として実習に携わっています。

② 同上協会関東支部において東京西地区を新設し、研修部スタッフとして関わっています。

③ 東京家庭裁判所で家事調停委員をしています。

④ H市男女平等基本条例に基づき、市民・行政・事業者が連携し、男女平等な社会作りに取り組むために行動策定をまとめています。

⑤ H市2010計画の1つで、行政と市民がともにＤＶの防止に向けて取り組む啓発活動をしています

Q4. 様々な活動をしていらっしゃいますが、活動が広がった要因はなんですか？またそれが講座を受けたことと関係ありますか？

A：講座終了後、自分で行動しなければと思い、産業カウンセラーの勉強を深めました。その後募集があり、実技指導を行うようになりました。これも自分から行動していく姿勢を学び、自ら働きかけた結果です。また、男女平等参画宣言都市T市での「女性のためのエンパワーメント講座」第3期「ワークショップに挑戦」に参加したことがきっかけとなり、地域行政と関わるようになりまし

た。

Q5. これから活動をどうしていきたいですか。今後の課題について教えてください。

A：これからは自分自身が培ってきたことでお返しができればと思い、自分のできる範囲でお役に立てることをしていきたいと考えています。ただ何年経ったからといって一人前になれるということはなく、常に勉強しながらだと思っていますし、しっかりとした専門性も身につけたいと思います。何事も地道であきらめないことが大切と感じています。年齢と体力が続く限り、人と関わる活動を続けていきたいですね。

Q6.「介護者のケア」について感じていることを教えてください。

A：介護者がなかなか声をあげにくい現状があり、話すことによって気持ちがとても軽くなるという経験をすると、外に向かって「助けて」という声が上げやすくなるのではないでしょうか。これは少しも恥ではないので、まず声を上げるという一歩を踏み出して欲しいと思っています。「介護者のケア」こそ大切な問題であり、家庭内の個人の問題ではなく、広く世間に認知されケアされるべきだと思います。また、現時点では家族の介護は縁遠いのですが、今後自分自身の問題として捉えたときアラジンの活動がぜひ広がって欲しいと思っています。

Q6. 最後にご自分の日常生活の中で気がついたことがあれば教えてください。

A：普段殆どメイクに関心がなかったのですが、メイクセラピーの講座を受けて、メイクをすると落ち込んだ気持ちが元気を取り戻すということに気がつきました。講座に取り入れ生かしていった企画力はさすがと感心しました。

２－４　調査のまとめ

以上、６名のヒアリング結果をプロフィールと内容別に述べてきた。

調査の結果から、様々な地域で活動していること、活動形態は、本来の業務と絡めている場合、個人として活動している場合と様々な形で活動している実態が示された。

本事例の活動に、具体的に講座がどのように反映しているのかについては、

・新聞に掲載された講座開催の記事を見て講座に参加したこと自体が、その後の活動を引き起こす契機になっている。講座のプログラムそのもの、講座の企画力、座学・演習で各分野の一流の講師陣から直接講義を受けたこと、各自がそこから活動のイメージ化をできたことなどが窺える。

・座学の中で主な効果的な単元としてあげられるものは

① カウンセリングなどに学ぶコミュニケーションのとり方

自分自身のその後のコミュニケーションのとり方に効果を与えていることが検証できた。新しい出会い・気づきをもたらすとともに自己研鑽も提供し、自分自身のあり方を考えるきっかけになったといえる。

② NPO などの市民活動、家族会活動、地域活動の紹介と実践の報告

介護者を取り巻く様々な活動に関わりたいという関心を持つ対象者に対し、活動の具体的イメージを提供することができ、それがその後の各自の行動変容をもたらしたといえる。アラジンが先駆的に開催した講座の意義が窺える。

・演習の中で効果的な単元としてあげられるものは、アロマセラピー講座である。アラジンでアロマセラピーを学び、介護者と関わる際の実践的コミュニケーションツールとして生かしていることが、事例から明らかになった。

以上、ヒアリング調査の事例における講座の効果として、「ケアフレンド養成講座」を受講したことが影響し、その後の活動を引き起こす契機になっていることが示された。さらに、講座の内容を、受講修了者が生活地域で，多様なスタイルで展開している様子が窺えた。

ヒアリング調査から、講座の目的である介護者支援のためのボランティア養成が、一定の成果を得ていることが示されたといえる。

ヒアリング調査概要一覧表

対象者	受講期	職業	年齢	受講について		
				情報入手媒体	受講理由	主に印象に残っている講座
Aさん	第1期	医療職・介護職	30～40歳未満	シルバー新報	勉強のため	・アロマセラピーレッスン ・エルダー生活者の意識と介護コミュニケーション
Bさん	第1期	その他の職業	50～60歳未満	新聞	講座の企画に興味を持ったから	・カウンセリング講座 ・アロマセラピーレッスン ・NPO活動の果たす役割
Cさん	第1期	その他の職業	50～60歳未満	新聞	座学・演習の内容に興味を持ったから	・傾聴について ・アロマセラピー講座
Dさん	第1期	その他の職業	40～50歳未満	新聞	家族を介護する必要があったから	・介護家族の心理 ・介護保険のしくみ
Eさん	第1期	パートタイム	50～60歳未満	新聞	両親を看取り何かしようと考えていた	・痴呆高齢者と家族の理解 ・メイクセラピー
Fさん	第1期	その他の職業	60～70歳未満	新聞	講座の企画に興味を持ったから	・講座の企画そのもの

活動の概要				
開始時期	活動組織・規模	活動頻度	活動地域	活動内容
平成14年9月以降	①同好会 ②民間施設でのサロン	①月2回 ②年1回	東京近郊の中小都市	①アロマの勉強会とアロママッサージのボランティア ②勤務先のデイサービスでの介護者向けサロン
平成15年5月～	サロン立ち上げ	年4回	東京都区内	デイの施設を借りてデイサービス利用者家族介護者のために家族会とサロン開催
①講座受講後から ②平成14年8月～11月	①地域における貢献 ②アロマ教室主催	①随時 ②平成14年8月～11月の間計20時間	関東近県の地方都市	①地域のキーパーソンとして対人ケア ②地元地域でアロマセラピー講座の開催
依頼があったときに随時	ケアフレンド訪問	年2回くらい	東京近辺	ケアフレンドとして介護者宅訪問
平成14年9月以降	①福祉ボランティア　②友人のケア	随時	東京近郊の中小都市	①介護保険対象外の福祉ボランティア ②友人(介護者)の身近なところからのケア
平成14年9月以降	①産業カウンセラー　②家庭裁判所調停委員他	日常的に	東京近辺	①産業カウンセラーとして実技指導 ②家庭裁判所家事調停委員

第３章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証のための調査

－アンケート調査に見る結果－

３－１　調査概要

1）調査の目的

本調査は、「ケアフレンド養成講座」受講後の活動、行動、思考の変化、講座によってもたらされた効果について大枠的に把握し、第２章で示しているヒアリング調査の対象者を絞りこむための資料とすることを目的に実施した。

2）調査期間

2004年11月～12月

3）調査対象・調査数

・発送数

「ケアフレンド養成基礎講座」修了生

1期（講座時期：平成14年４月～7月）

2期（講座時期：平成15年４月～7月）

3期（講座時期：平成15年11月～12月）

4期（講座時期：平成16年７月～9月）の　　計　約80名

・有効回答数

1期12名、2期4名、3期5名、4期8名、参加の期無回答1名の計30名

（回答率　39%）

4）調査方法

受講修了者に対する郵送アンケート調査

5）調査項目

調査項目は、対象者属性、受講のきっかけ、受講理由、講座に期待したこと、講座の感想、講座の満足度、講座修了後の考えの変化、講座修了後の生活・行動の変化、現在の活動について、選択式ならびに記述式にて回答を求めた。

３－２　単純集計及びクロス集計結果と考察

１）単純集計

ｉ）対象者属性

表１に、対象者の属性を示した。次に、表２に介護経験者についての、介護対象者、介護期間を示した。

＜表１　対象者属性＞

		実数（人）	%
合計		30	100.0%
性別	女性	25	83.3%
	男性	5	16.7%
年齢	30 歳未満	1	3.3%
	30～39 歳	2	6.7%
	40～49 歳	9	30.0%
	50～59 歳	10	33.3%
	60～69 歳	7	23.3%
	70 歳以上	1	3.3%
職業	介護職	7	23.3%
	福祉職	3	10.0%
	一般職	3	10.0%
	専業主婦	5	16.7%
	その他職業	9	30.0%
	無職	3	10.0%
介護経験	あり	25	83.3%
	なし	5	16.7%

対象者は、女性が８割を超え、年齢では 40 歳代、50 歳代が多かった。また、受講する以前に何らかの介護経験を持っている人が多かった。

特に家族介護者では、自分の親の介護を経験している人が８割を超えていた。

＜表２　介護経験者＞

		実数	%
合計		25	100.0%
家族として介護		16	64.0%
対象	配偶者	2	12.5%
	自分の親	13	81.3%
	配偶者の親	3	18.8%
	その他	1	6.3%
期間	1年未満	2	12.5%
	1年以上3年未満	6	37.5%
	3年以上5年未満	1	6.3%
	5年以上10年未満	4	25.0%
	10年以上	3	18.8%
家族以外の介護		9	36.0%

ⅱ）情報入手経路、受講理由、講座に期待したこと

表３に情報入手経路の内容を示した。なお、この結果は複数回答であった。また、講座の受講理由を表４に示した。

＜表３　情報入手経路＞（複数回答）

	実数	%
合計	31	100. 0%
新聞	14	46.7%
チラシ	9	30.0%
知人・友人	3	10.0%
HP	0	0.0%
その他	5	16.7%

講座の情報入手経路は、新聞が46.7%と最も多く、次いでチラシ（30.0%）が多かった。なお、HPからの情報入手はなかった。

＜表４　受講理由＞（複数回答）

	実数	%
合計	65	100.0%
介護者支援がしたかったから	15	50.0%
仕事に役立てたいから	11	36.7%
座学の内容・講師に興味があったから	11	36.7%
演習の内容・教師に興味があったから	10	33.3%
家族を介護する必要があったから	9	30.0%
その他	9	30.0%

＜講座に期待したこと＞（自由回答）

「介護についての知識を得たかった」、「老後の生きがい」等、多様な回答が見られた。「アロマテラピー」や「フィールドワーク」「傾聴」といった具体的な講座内容やテーマを上げている対象者もいた。

受講理由は「介護者支援がしたかった」が 50.0%と最も高かった。その次に「仕事に役立てたかった」「座学の内容・講師に興味があった」（各 36.7%）との回答が多かった。期待したことは、「介護についての知識を得たかった」を始め、多様な回答が見られた。講座の具体的内容について関心を示していた対象者もいた。

iii）講座の満足度、満足した理由

講座の満足度について表５に示した。

＜表５　講座の満足度＞

	実数	%
合計	30	100.0%
満足した	22	73.3%
満足しなかった	1	3.3%
どちらともいえない	7	23.3%

＜満足した理由＞（自由回答）

満足理由については、「癒しの方法を体験できた」「講師陣による幅広い講義が聴けた」「介護を取りまく現状が知ることができた」等の回答に多く見られた。

7 割以上が「満足」と回答するなど全体的に満足度は高かった。満足した理由は多岐に渡っているが、「癒し」「講師、講師陣」等のキーワードがよく上がっていた。

ⅳ）講座修了後の考え・イメージの変化

ａ．「介護」について

＜受講前に抱いていた考え、イメージ＞（自由回答）

キーワードとして「孤独」「つらい」「重い」という介護そのものに対するマイナス面のイメージが特に多かった。中には、「家族介護」「在宅介護」の限界について、対象者の経験を記述しているものも見られた。

次に、このような介護についての考え、イメージが受講後に変化したかどうかを、表６に示した。

＜表６　受講後の考え・イメージの変化＞

	実数	%
合計	30	100.0%
変化した	12	40.0%
変化していない	7	23.3%
どちらともいえない	10	33.3%
無回答	1	3.3%

＜変化した内容＞（自由回答）

変化内容について、特に多かった回答は「勇気が出た」「のんびりと構えられるようになった」と介護に対面する気持ちの変化について述べているものが特に多かった。その他、「一人で抱え込まず助けを求めることの大切さを知った」等の回答が見られた。

ｂ．「介護者のケア」について

＜受講前に抱いていた考え、イメージ＞（自由回答）

「積極的に取り組まなければならない」「広く世間に認知されケアされるべき」と社会的認知の必要性について記述しているものが目立った。一方、「介護者を知る機会が

少ない」「必要だが難しい」との介護者のケアに対して消極的な意見も聞かれた。

表７に、受講後にこうした考えやイメージが変化したかどうかを示した。

＜表７　受講後の考え・イメージの変化＞

	実数	%
合計	30	100.0%
変化した	10	33.3%
変化していない	12	40.0%
どちらともいえない	2	6.7%
無回答	6	20.0%

＜変化した内容＞（自由回答）

「変化した」対象者の記述では、「話を聞くことの大切さを知った」「自分を助けてくれている人がいると思うようになった」等が見られた。「どちらともいえない」対象者の記述では、「人に話を聞いてもらってお金を払うという習慣がない」「人それぞれでどのような形で（介護者のケア）を考えていくべきかわからない」等、必要性を感じながらも実践することの難しさについて指摘されていた。

受講後に「介護」、「介護者」についての考えやイメージが変化したと回答した人はそれぞれ４割、３割を超えた。介護については、受講前は「孤独」「つらい」「重い」といったマイナスイメージを抱えていた人が、「勇気が出た」「のんびりと構えられるようになった」と回答している。「介護者のケア」については、受講後、その重要さを認識させられつつ、「社会的認知がされていない」「実践することが難しい」と理想と現実のギャップを感じている対象者が目立った。

ｖ）講座の活用有無、講座修了後の生活、行動の変化

表８に、講座が役に立っているかどうか、活用有無を示した。

＜表８　講座の活用有無＞

	実数	%
合計	30	100.0%
役に立っている	22	73.3%
役に立っていない	1	3.3%
どちらともいえない	6	20.0%
無回答	1	3.3%

＜講座の活用内容＞（自由回答）

講座が役に立っている具体的な理由としては、「仕事での話題が豊富になった」、「人に相談できるようになった」等、人とのコミュニケーションスタイルに変化があったというものが目立った。また、リフレクソロジーやアロマテラピーの効果を言及する回答も見られた。

次に、講座によって新たに始めた活動があるかどうかを表９に示した。

＜表９　講座によって新たに始めた活動有無＞

	実数	%
合計	30	100.0%
ある	11	36.7%
ない	16	53.3%
無回答	3	10.0%

＜講座によって新たに始めた活動内容・活動していない理由＞（自由回答）

「活動している」では、「NPO 法人立ち上げ」「サロン立ち上げ」「デイサービス立ち上げ」といった規模の大きいものから、「傾聴ボランティア」、「情報収集」「友人に対するおしゃべりの時間を作る」等の比較的小規模の活動も見られた。なお、「活動していない」理由として、最も多かったのが、「仕事のため」という回答だった。「時間ができる定年後に計画している」、という回答もあった。

講座が役に立っていると回答した人は７割を超えていた。特に、コミュニケーション、人間関係において効果を認めている人が多かった。

新たに活動を起こした人は４割弱に止まったが、自由回答より、ケアフレンドや介

護職等、職業と関係する活動や、個人的な活動に講座を活かしているといった回答は多く見られた。

2）クロス集計

i）満足度別「介護、介護者のケアにおける意見・イメージの変化」

講座への満足度別に回答結果のクロス集計を行った。表１１に、満足度別「介護者についての意見・イメージの変化」、表１２に満足度別「介護者のケアについての意見・イメージの変化」を示した。

＜表１１　満足度別「介護についての意見・イメージの変化＞

N=30		合計	変化した	変化しなかった	どちらともいえない	無回答
合計	実数	30	12	7	10	1
	%	100.0%	40.0%	23.3%	33.3%	3.3%
満足した	実数	22	12	4	5	1
	%	100.0%	54.5%	18.2%	22.7%	4.5%
満足しなかった	実数	1	0	1	0	0
	%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%
どちらともいえない	実数	7	0	2	5	0
	%	100.0%	0.0%	28.6%	71.4%	0.0%

＜表１２　満足度別「介護者のケア」についての意見・イメージの変化＞

N=30		合計	変化した	変化しなかった	どちらともいえない	無回答
合計	実数	30	10	12	2	6
	%	100.0%	33.3%	40.0%	6.7%	20.0%
満足した	実数	22	10	6	2	4
	%	100.0%	45.5%	27.3%	9.1%	18.2%
満足しなかった	実数	1	0	1	0	0
	%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%
どちらともいえない	実数	7	0	5	0	2
	%	100.0%	0.0%	71.4%	0.0%	28.6%

講座への満足度別に、介護、介護者のケアにおける意見やイメージの変化がどう違ってくるかについて調べた。講座に満足した対象者の5割以上が、介護についての意見・イメージを変化させている。また、介護者のケアについても、満足した人の5割近くが受講前に持っていた意見・イメージを変化させている。

ii）満足度別「講座の活用有無」「新たに始めた活動有無」

表１３に満足度別「講座の活用有無」、表１４に満足度別「新たに始めた活動有無」を示した。

＜表１３　満足度別「講座の活用有無」＞

N=30		合計	役に立った	役に立っていない	どちらともいえない	無回答
合計	実数	30	22	1	6	1
	%	100.0%	73.3%	3.3%	20.0%	3.3%
満足した	実数	22	20	0	1	1
	%	100.0%	90.9%	0.0%	4.5%	4.5%
満足しなかった	実数	1	0	1	0	0
	%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%
どちらともいえない	実数	7	2	0	5	0
	%	100.0%	28.6%	0.0%	71.4%	0.0%

＜表１４　満足度別「講座によって新たに始めた活動有無」＞

N=30		合計	活動している	活動していない	無回答
合計	実数	30	11	16	3
	%	100.0%	36.7%	53.3%	10.0%
満足した	実数	22	8	11	3
	%	100.0%	36.4%	50.0%	13.6%
満足しなかった	実数	1	0	1	0
	%	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%
どちらともいえない	実数	7	3	4	0
	%	100.0%	42.9%	57.1%	0.0%

講座への満足度と講座への活用有無をクロス集計し、講座に満足度によって、実際の活動や行動への活用がどのように変化するのかを調べた。講座に満足している人の9割が、実際の生活に講座が役に立っていると回答している。一方、新たに始めた活動に関しては、満足度は大きく関係していないように思われる。

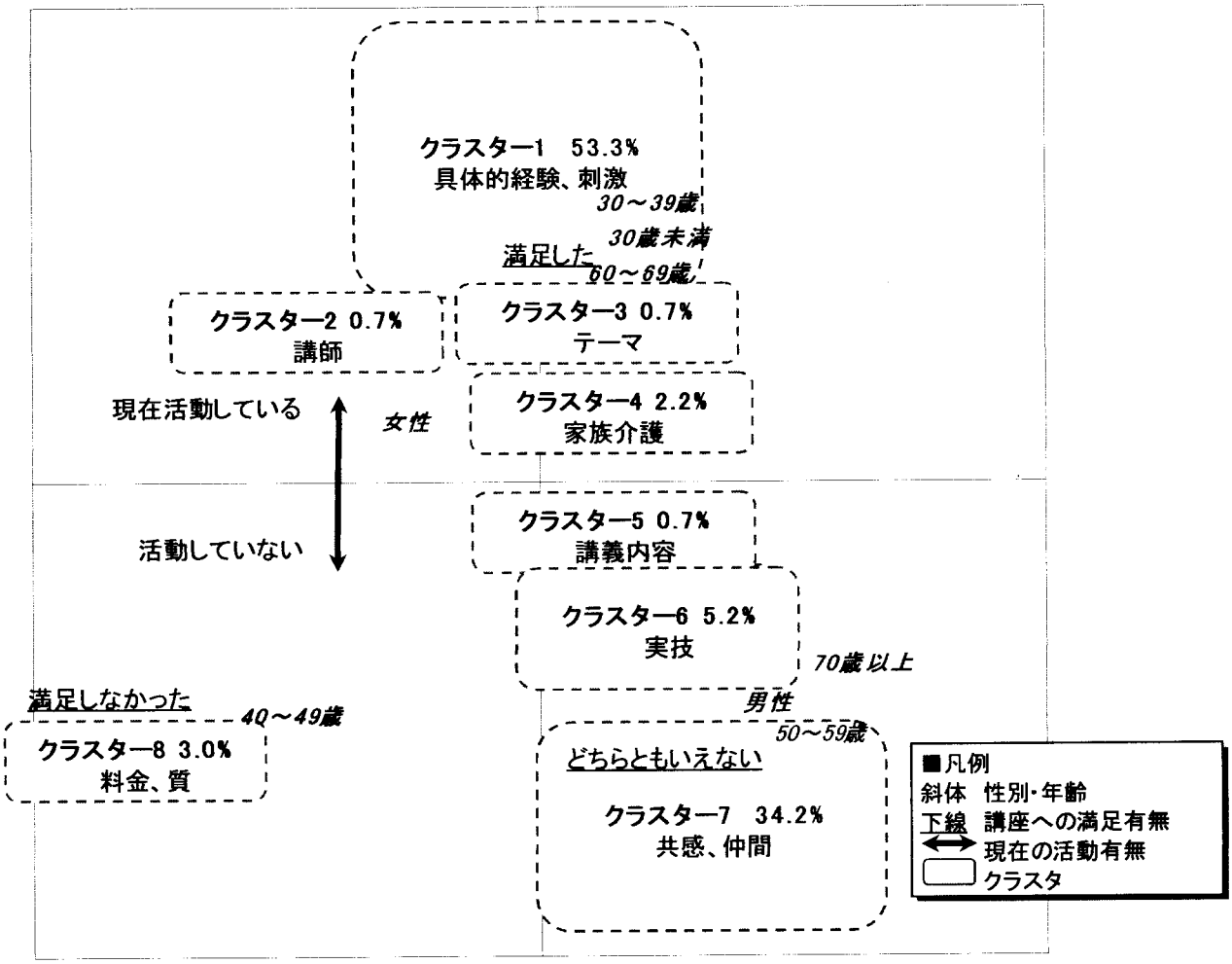
3－3　集計結果（クラスタ分析）

ここでは、日本電子計算株式会社の WordMiner を使用し、自由回答をクラスタに分類し、分析を試みた。なお、各クラスタの大きさは、対象者のボリュームに比例する。また、近くに位置するクラスタほど、ある一定の分析軸において類似した点が多く、遠くに離れているクラスタほど、その分析軸においては差異が大きいということを示している。

1）満足理由

講座への満足理由は 8 つのクラスタに分類された（図 1)。以下に各クラスタのキーワードと特性を示す。クラスタ 1 は、具体的経験・刺激についての満足を表し、キーワードとしては「アロマ」、「具体的」、「事例」、「刺激」といった単語があげられていた。クラスタ 2 は、「講師陣」「先生方」といった講座の講師に対して、クラスタ 3 は講座のテーマに対して満足しているクラスタであり、「介護」「サポート」といったキーワードに代表される。クラスタ 4 は、「家族」「介護者」「父」「母」等の単語がキーワードとして上げられるクラスタであり、受講によって家族介護について何らかの影響、効果があったと予測できる。これらのクラスタは「満足した」と近い場所に位置し、比較的講座への満足度が高いクラスタだと考えられる。また、年齢層としては、30 歳未満、30 歳代、性別では女性の割合がやや多かった。逆に、「満足しなかった」と答えているのが、クラスタ 8 であり、「料金」「質」といったキーワードがあげられている。ボリュームの大きいクラスタ 7 は、「共感」、「理解」「仲間」といったキーワードがあげられており、何らかの共感や理解を得たクラスタだと考えられる。

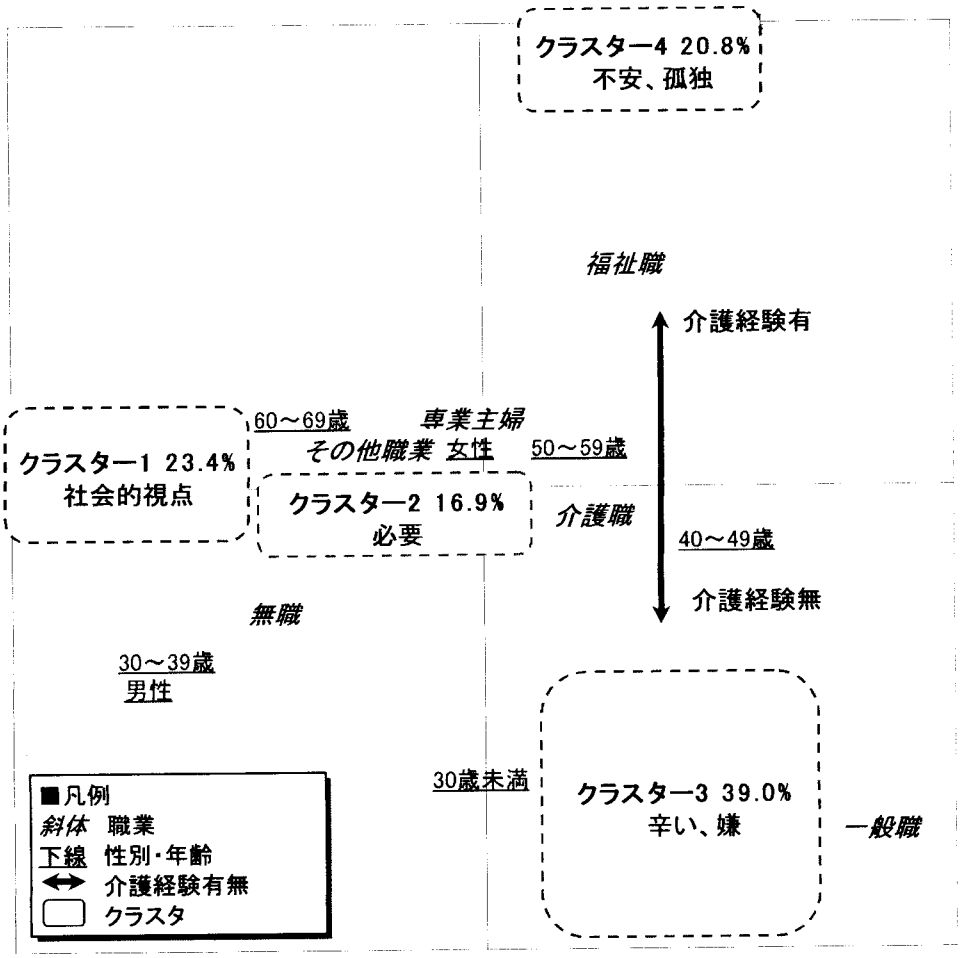
<図１．講座への満足度>



2）介護についての意見・イメージ

介護についての意見・イメージは図２のように４つのクラスタに分類された。まず、クラスタ１では「社会資源」「難しさ」「相談」「病院」「情報網」といった客観的な視点に寄ったキーワードが多くあげられており、介護について社会的視点から考えているクラスタであると推測できる。クラスタ２は、「大事」「大変」「必要」というキーワードを抱え、必要性といった視点で介護を考えているようである。女性、専業主婦、50代以上の属性で多く見られた。クラスタ３は「辛い」「嫌」「無理」といったネガティブな感情表現で介護をイメージしている層であり、30歳未満、一般職で多かった。また、クラスタ４は「不安」「孤独」「罪悪感」といったキーワードに代表され、クラスタ３と同様にマイナスの感情を抱くクラスタであるが、クラスタ３よりも介護経験者が多いという点、介護を強く否定するタイプではなく、漠然とした不安やネガティブなイメージを抱いている点に違いが見られる。

<図２．介護についての意見・イメージ>



３）介護についての意見・イメージ変化

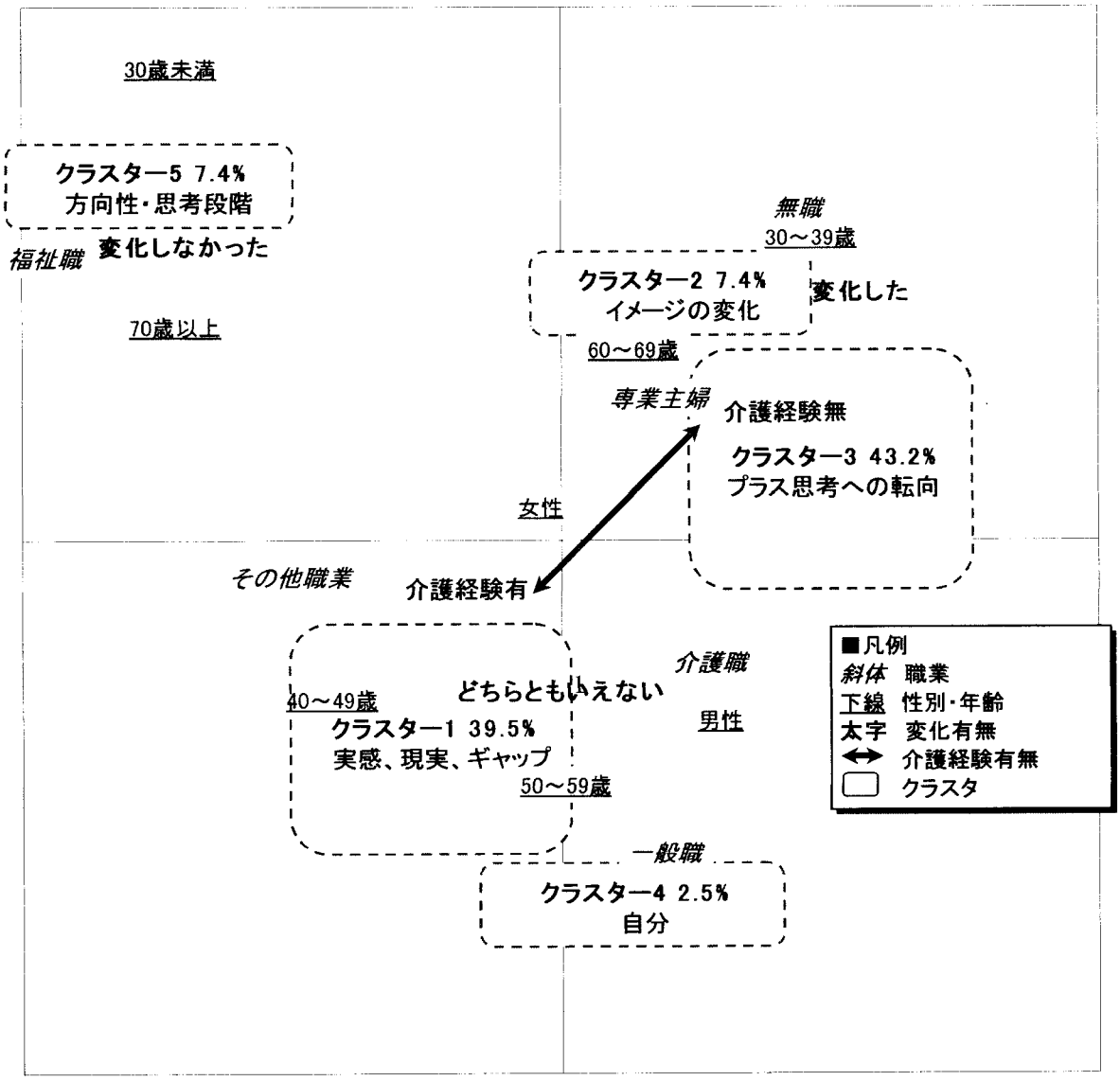
受講後の介護におけるイメージの変化内容は５つのクラスタに分類された。下の布置図（図３）によると、「変化した」と回答しているのは、主にクラスタ２、クラスタ３に多い。その変化の内容としては、クラスタ２は「認識」「イメージ」といったキーワードより、介護についてのイメージが変化したクラスタと分析される。クラスタ３は、「プラス」「気力」「豊かに」「楽」「抱え込まず」という「プラス思考への転向」を示しているクラスタと位置づけられる。両方のクラスタとも介護経験のない層、専業主婦、無職に多かった。

「どちらともいえない」という回答は、「実感」「現実」「ギャップ」というキーワードをあげているクラスタ１に多かった。受講後、介護について何らかの「現実とのギャップ」を感じていると推測できる。こちらは介護経験のある人に多く見られた。

また、介護についてのイメージや意見が「変化しなかった」層は、「方向性」、「たぶん」といったキーワードをあげており、現時点では「思考段階」にあるのでは

ないかと考えられる。

<図３．介護についての意見・イメージの変化>



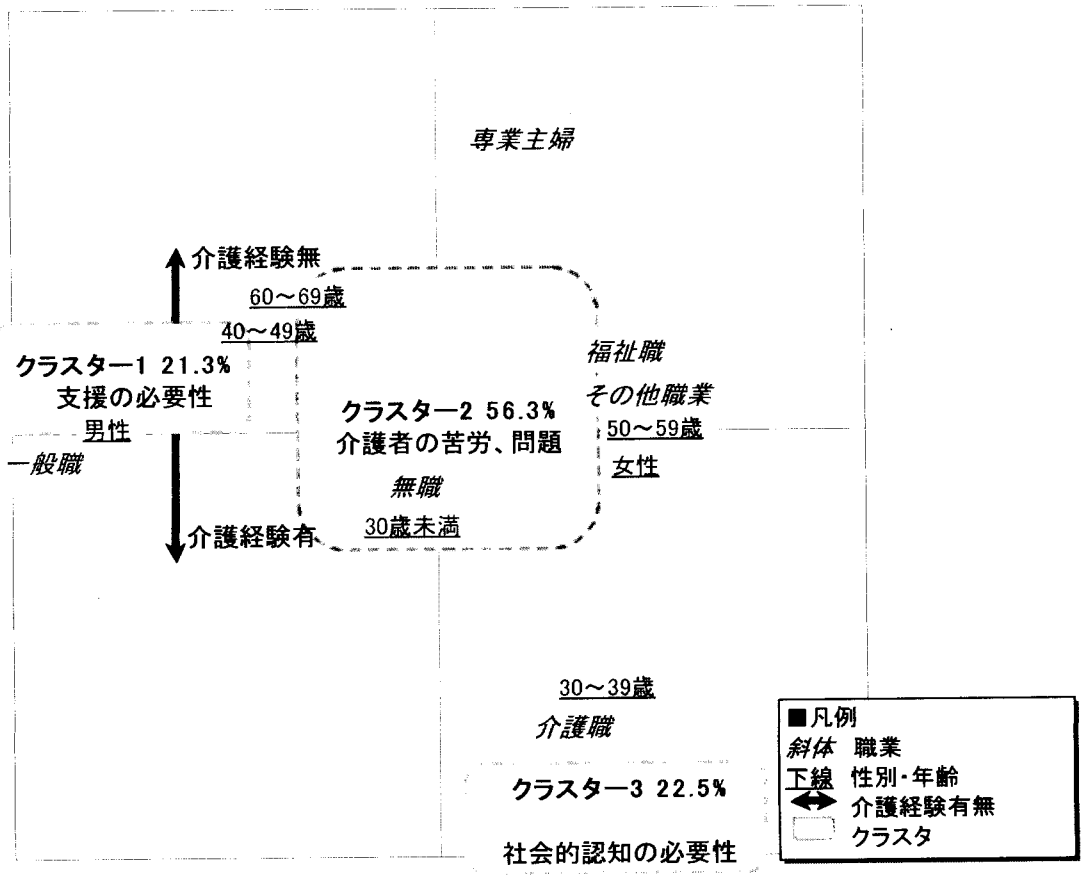
4）介護者のケアについての意見・イメージ

介護者のケアについて抱いていた意見やイメージについては、図４に示すような３つのクラスタに分類された。

まず、クラスタ１は「お金」「支援」「理想」「会社」「地方」といったキーワードをあげており、また、回答の分析より、介護者のケアに対して、「社会的な支援の必要性」を感じているクラスタと推測できる。男性に特に多かった。次に、クラスタ２は「いらいら」「ストレス」「苦労」「頑張りすぎる」といったキーワードをあげている。ボリュームの大きい層であり、介護経験の有無に関係なく、「介護者のケア」という言葉から、介護者にまつわる苦労やストレスをイメージしているクラスタだと位置づけられ

るであろう。クラスタ３は、特に介護職に多く、「仕組み」「場」「発信」「評価」等のキーワードからも推測できるように、介護者のケアの社会的認知、制度等の必要性について述べている回答が多かった。

<図４．介護者のケアについての意見・イメージ>

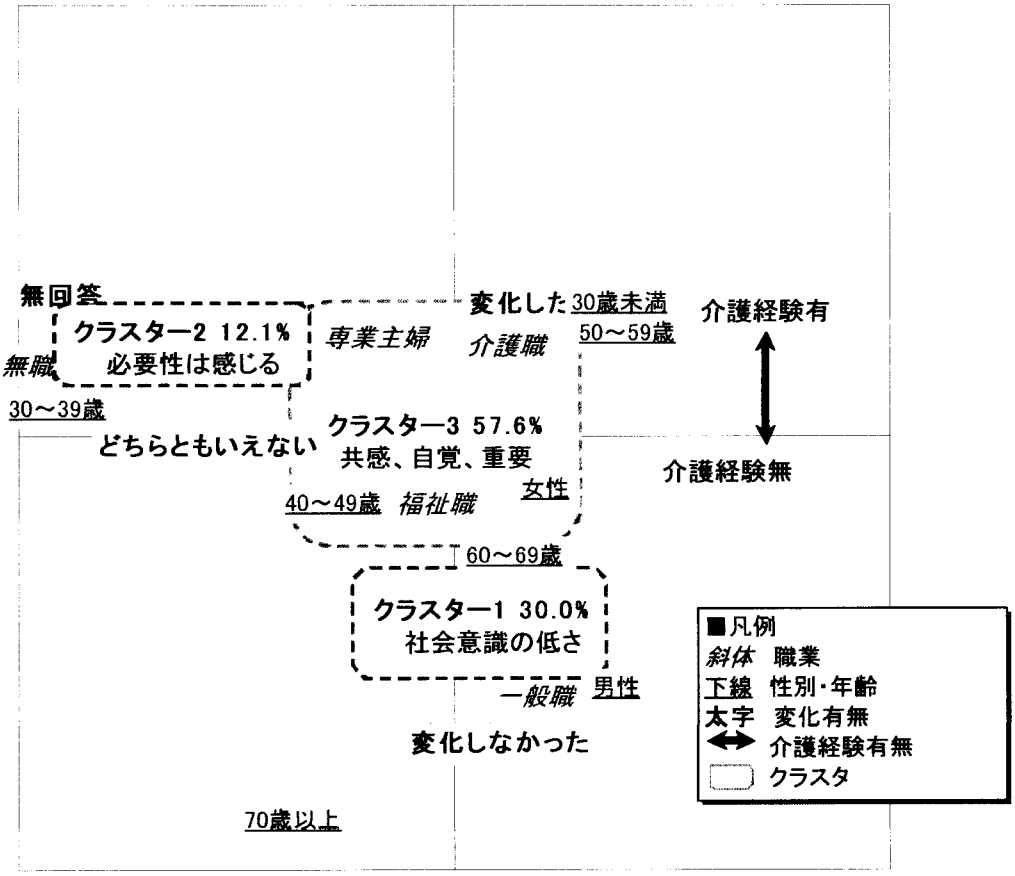


５）介護者のケアについての意見・イメージ変化

４）で回答したイメージや意見が、受講後に変化したか、その内容や理由はどうであったかは、以下の布置図（図５）のように３つのクラスタに分類された。まず、クラスタ 1 では、「認識」「日本社会」「現状」「世間」「試行錯誤」といったキーワードが入り、介護者のケアに対する社会的意識の低さを感じているクラスタだと分析される。このクラスタは、受講後に介護者のケアについて意見やイメージをあまり変化させていない。特に男性が多かった。意見やイメージの変化について「どちらともいえない」と回答している人が多かったのがクラスタ 2 で、「必要性」「痛感」「力添え」といったキーワードより、介護者ケアの必要性は意識しているが、実践することの難しさを感じているクラスタだと考えられる。クラスタ 3 は最もボリュームが大きく、「変化した」と回答することが多かった層である。キーワードとしては、「重要」「共

感」「元気」「軽減」といった単語があげられており、介護者のケアに対して何らかの感情移入をし、受講を通して「元気になった」、あるいは、「介護者のケアの重要性を知った」、「共感できた」、というような変化があったのではないかと推測できる。

＜図５．介護者のケアについての意見・イメージの変化＞



６）活動内容

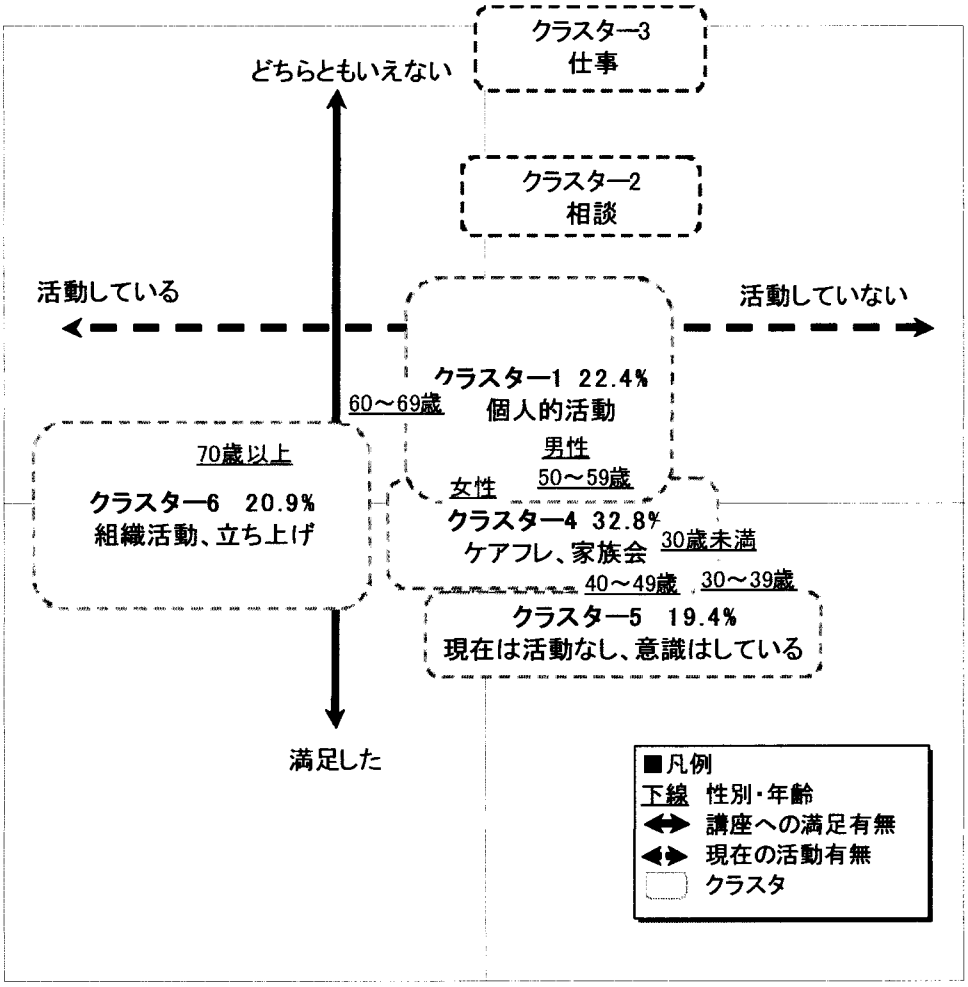
受講後に行っている活動の内容は、図６のような６つのクラスタに分類された。布置図より「活動している」という回答が多く見られたクラスタ６では、「ＮＰＯ法人」「サロン」「デイサービス」といった具体的な組織活動があげられており、講座への満足度も比較的高いクラスタであると分析できる。７０歳以上に多く見られた。

講座に満足したが、現在活動していないという回答はクラスタ１、クラスタ４、クラスタ５に見られた。「民生委員」「実技指導」「ケアフレンド」「家族会」「仕事場」といったキーワードが並び、本格的な活動を新たに始めているわけではないが、元々の仕事場や個人的な活動のうちに講座の体験を活かしている場合、または活動準備中にある場合がこのクラスタに属すると分析される。

また、現在活動していないクラスタは、クラスタ３に分類され、活動を行っていない理由として「仕事があるため」をあげていることが多かった。講座への満足度を「ど

ちらともいえない」と回答する人にこの傾向が強い。

＜図６．活動内容＞



３－４　調査のまとめ

・回答者の半数が、受講理由に「介護者を支援したかったから」と回答していたことは、介護経験を持つ人が８割以上だったことから判断しても、介護者自身が「介護者

のケア」に強い関心を持っていることが伺える。

・受講の満足度に関しては、7 割以上の回答者が満足しており、講座が一定の効果を有していることを示しているといえる。特に、アロマセラピーや傾聴、各講師陣の講義等、講座の内容に対する満足とともに、「介護に対する現状を知ることができた」といった啓発的側面においても満足度は高かった。

・介護、介護者のケアに対するイメージが変化したという人は、全体では 4 割程度に止まったが、変化したと回答した人は、多くが講座に満足している層であった。彼らは変化の内容について、「介護のネガティブなイメージがプラスのイメージに好転した」、「介護者のケアの必要性を改めて認識した」と回答しており、ケアフレンド養成講座の目的である「介護者支援育成」の効果が、講座が満足した人に対しては示されているといえる。

・修了後の活動においては、何らかの活動を行っている人ほど、講座への満足度も高くなっていた。講座修了後、組織を立ち上げるなど、新たな活動を起こしたという人は 4 割程度だったが、活動していないと答えた人の中にも、仕事やケアフレンド、個人的な活動など、生活の中に講座で学んだことを生かしているという人が多かった。また、「今は仕事で忙しいが、将来活動を起こそうと考えている」という人も少なからずいた。これらの点から、講座の効果をより深く検証するためには、より長いスパンで彼らの活動を見守っていくことが必要であろう。

・最後に、記述回答の中で多かった、「(介護者のケアを) 実践するのは難しい」、「社会的認知が低い」等の介護者に対する消極的な意見については、介護者自身の社会的待遇、世間的評価の低さを実感させるものであるといえる。このことから、介護者を支援することは、介護者自身をサポートする者を育成するだけではなく、受講修了者が、地域や職場で核となり新たに活動を始めることにより、介護者の存在や立場をより社会にアピールすることにより、介護に対する地域社会の意識を高める啓発的意義も持つといえる。

第4章　家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの意義と今後の展開

4－1　家族支援ボランティア養成の効果とボランティア自身の変化

高崎健康福祉大学　渡辺俊之

1）はじめに

介護家族を身体的・精神的に支援するためのボランティア養成は、NPO 法人「アラジン」のミッションの一つである。介護家族を支援するための知識や技能をボランティアに提供し、彼らのスキル向上を目指すことが当初の目的であった。しかし参加したボランティアとの意見交換では、ボランティア自身の介護観の変化、生活の変化を述べる人が多かった。介護家族支援ボランティア養成講座は、支援の知識と技術の向上と同時に、ボランティア自身に心理的変化を引き起こす効果があると思える。家族支援ボランティア研修は、参加者における自己発見、自己啓発の場になったことが示唆された。こうした点を踏まえて、本研究では、6 人の参加者に対してヒアリング調査を行った。その詳細な結果は第 2 章に提示されているが、本章では、精神科医の視点からボランティアの研修体験について若干の考察を加え、家族支援ボランティア養成研修講座の持つ社会的意義について考察する。

2）ヒアリング結果から読み解くボランティア自身の変化

ヒアリング調査では、研修生に対して受講後の「変化」を明確にした。大きくそれは①要介護者についての考えの変化、②自分自身の変化、③家族に対する変化、④その他である。

①　要介護者についての考えの変化

要介護者やその関わりについての知識を持つことは、ボランティアの要介護者への意識を変化させるのであろうか。ヒアリング調査の対象者全てに、何らかの変化が生じていた。

A さんはエルダービジネスの講座を受けたことで、高齢者についての見方が変化したという。つまり高齢者＝弱者というイメージに変化が生じ、高齢者はこれからの時代を動かしていく力強い世代であり、「高齢者や介護についての暗いイメージが払拭された」と述べている。高齢者の社会活動についての情報提供が、参加者の高齢者イメージを変化させたのであろう。

B さんは、要介護者についてはあまり考え方には変化はなかったと述べているが、現状の介護保険サービスでは充分ではないことを指摘している。講座を受ける中で、現状の介護サービスの問題点が明確になっていったことが伺える。

C さんは、介護者と要介護者を上下関係で見てきたことが、コミュニケーションの壁になっていたが、講座を受けたことで、自信を持ち会話に幅が出てきたことを述べている。傾聴などの講座内容が、要介護者とのコミュニケーションを変化させたのであろう。

D さんは、「どうして自分だけが」という被害的感情を持たずに実母の介護ができたと述べているが、これは、介護を考えるという共通の目的を持つ参加者同士のコミュニケーションが D さんを支えたからであろう。

E さんは、すでに介護を終えての参加であったが、介護についての考えに変化が生じたと述べている。

F さんは、「話す」という自分自身の体験から、要介護者も声をあげることが大切であることを理解している。

総括すると、家族支援ボランティア養成研修講座は、介護者のみならず、高齢者や要介護者についてのイメージや介護の考え方にも影響を与えた。

② 自分自身についての変化

ボランティア養成研修講座には、面接の仕方、アロマセラピー研修、グループワークなど参加者自身に変化をきたす内容が含まれている。

A さんは、生活の中にアロマを取り入れたこと、参加する前まで女性の 50 代になることについてマイナスイメージを抱いていたが、プラスのイメージに変化したことを述べている。研修講座でさまざまな年齢層の価値観や考え方の人に出会うことが、参加者の価値にも変化を与えている。

B さんは、「講座を受講して、今までは主に自分の意見を明確に主張しようとしてきた。今は、以前より人の話を聴く姿勢が出てきた。その聴き方にもノウハウがあるということがわかった」と述べている。傾聴についての意識が高まっている。また、カウンセリングにも興味をもち、もっと勉強してみたいと述べている。一方で、カウンセリングの困難さも認識し「カウンセリングは専門家に委ねて、コーディネイトすることが自分を生かせる仕事と再認識した」と語っていた。研修講座がカウンセリングマインドを育てたことが理解される。

C さんは、地域のキーパーソンとして、地域のふれあいの拠点になればという考えから、様々なアクションを起こしている。地域の健康づくりに貢献するため

に、アロマ教室を開催したり、農協でのネットワークをつくったり、専門家との接点ができたりしており、研修講座を自分の生活地域に具体的に還元している。

D さんは、相手は私の言葉をそのままに受け入れるとは限らないと知り、言葉の選択に慎重になったと述べている。そして、改めてコミュニケーションの難しさを実感している。介護については、さまざまな状況があることを知り、自分の立場を相対化できるようになったと述べている。それまでの、自分だけの世界から、広がりを持ち始め、自己のコミュニケーションのあり方にも内省的になっている。

E さんは、「とても癒された。何をやったからということではなく、一緒に集って顔を見て話すだけでも意味があると思った」と述べている。研修講座自体に、単なる知識や技術の提供という側面以外に「癒し」や「共同体意識」を形成する側面があることを示唆している。

F さんは、「まず、自分から行動してみないとだめ、ひっこんでいるだけでは先には進めない」と感じ、自分から行動するようになっている。行動が積極的になり、現在の家庭裁判所の調停委員、カウンセリングの実技指導の仕事につながっている。

参加者の自分自身の変化について総括すると、新しい価値への出会い、カウンセリングマインドの芽生え、癒しなどの内面の変化を体験している参加者と、実生活での具体的な活動まで変化していった参加者がいた。自己への影響はさまざまであるが、本講座は内面に新しい価値や活動への原動力を生成したと理解できる。

③　家族に対する認識の変化

本講座では、家族を理解するための視点や理論を講義とロールプレイが用意されている。参加者の家族に対しての認識の変化について振り返りたい。

A さんは、70 歳になる父に「まだ強いから頑張って」と言えるようになったという。もし介護をすることになっても、周囲が反対しても社会資源を使って介護していこうと言えるようになったという。親介護についての意欲が高まっている。

B さんは、介護者である実母に対して、介護以外の部分で楽しみが見つけられるようにサポートするようになったという。介護者の QOL を考えることが重要であることを再確認している。講座での体験を、介護者である実母のサポートに活用している。

C さんは、薬局の個人経営者であり、仕事が中心の毎日だったが、話をよく聴

くことができるようになったと言う。また、母を癌で亡くしているが、当時は今のような知識が無かったので、母とうまく関わることができなかった。それが残念であるという。

D さんは、実母への介護には複雑な思いがあったが、母・娘の関係を客観的に見られるようになり、感情的にならずにすんでいると述べている。自分の家族関係について、より客観的に捉えられるようになっており、それが家族関係の安定に役立っているようである。

E さんは、家族よりも友人関係における認識の変化を体験している。介護をしている友人や、介護を終えて落ち込んでいる友人のことを気にかけるようになったという。講座は家族関係だけでなく、友人関係にも新しい視点を提供している。

F さんは、現時点で家族の介護は縁遠いが、今後自分自身の問題としてとらえた場合、アラジンの活動が是非広がっていってほしいと思うと述べている。

家族に対する認識の変化を総括すると、家族関係についての理解が深まり、自分と家族との関係を、より客観的に理解することができるようになり、家族関係の安定に役立っていたり、友人に対しても新しい見方ができるようになっている。

④　その他の変化について

A さんは、今は子育てや仕事で忙しいが、一段落ついたら、何か自分にできることがないか改めて考えたいと思うと述べ、ボランティアなどでの社会参加についての意欲の高まりを述べている。

B さんは、アラジンの活動を通して、介護支援のための NPO 法人の役割やその仕組みをつくっていくことの意義を改めて学んだという。アラジンのリーダーの「社会を変えていきたい」という発言やできることから始めようとする姿勢に学ぶところがあったという。また、地域のケアの大切さを認識し、日常の人と人との関係が豊かになってくことが重要だと思うようになった。講座そのものよりも、講座を企画するアラジンの活動自体から学ぶことが多かったようである。

C さんは、研修を通して、活動性が高まっている。福祉住環境コーディネーターの資格を取り、動物愛護協会にも登録をしてアニマルセラピーに関心を持ち、現在は、動物との共生について考えていきたいと思っている。C さんの場合には、研修を通してボランティア精神や「ケア」の精神を学んだようである。

D さんは基礎講座終了直後に実父が死亡した。当時は受講の目標を失ったが、講座で自分の知らない世界を知ったことで関心が湧き、その後の専門講座を受講したと述べた。講座の存在が、実父の死亡という喪失体験を乗り越える助力にな

っていたと思える。

E さんは、しばらく人と話さない生活が続いたことがあって、これではいけないと思い、犬を飼いはじめたという。自分の思っていることを、犬に話しかけるようにしている。コミュニケーションの重要性を強く意識している。

F さんは、これからも研鑽していかなければと思っている。人の心を理解するのは難しいし、自分自身を理解することから始まると思うと述べ、講座を受ける機会を得たのは良かったと語った。

参加者の中には、ボランティア講座を運営する意欲や方法について興味を示す参加者もいた。このことは、本講座が草の根的な広がりにつながる可能性を示唆している。

3）まとめ

家族支援ボランティア養成研修講座プログラムには、講義、体験、参加者同士の共感などの要素が多く含まれており、知的な側面においても、体験的側面においてもボランティア自身に変化を引き起こすことがわかった。何人かの参加者は、自分の生活地域に体験を持ち帰り、そこで家族や地域にプログラムで学んだことを還元している。また、プログラムによって自分自身がケアされることを、体験している参加者もいた。

本形式の家族支援ボランティア養成研修講座プログラムは、自己啓発や自己開拓の側面を持っており、草の根的な介護支援への展開に発展していく可能性を含んでいることが考えられた。

4－2　地域たすけあい活動における家族支援ボランティア養成の意義

さわやか福祉財団　木原　勇

現在、介護は民間サービスとして成り立っているが、「介護」が社会化されたのは、2000年に始まった公的介護保険制度からである。

「介護をする側」「介護を受ける側」の体制が整えられても「介護を支える側(家族)」の体制は、十分であるとはいえない。

元来、家族が何らかの理由で介護ができない場合、行政にヘルパーを依頼する、家政婦紹介を頼む、地縁・血縁・近隣等に援助を求める、ボランティアの支援を依頼する等の方法が一般的に多く行われてきた。

しかしながら、このような体制化では、近隣で介護支援を行うにも、受けるにも限界があり、介護に開かれた家であれば、近隣支援体制が図れるが「介護は家の者がするもの」「介護は女性がするもの」という悪しき習慣が定説になっていた考え方に対し「介護の社会化」は家族の叫び声であった。

また、介護をちょっとしたお手伝いという範囲であったボランティアも介護が長期・継続的な支援になってくると、介護が家族に代わる補完という範疇から、実際は長時間に渡り家族の変わりに介護に関わる時間が増え始め、支え手の関わり方が変化してきた。例えば、必要によってはある程度の技術が求められ、社会的な背景からも「ヘルパー制度」「介護福祉士」「在宅介護教室」等、多くの「介護」に関する学習の場が増えた。

このような背景から、高齢者へのボランティア活動の分野で有償性が取り入れられるようになったのは、1980年代前半からである。それ以前は無償で行われていたことが多く、ボランティアをする側にお中元やお歳暮が送られてきたり、また、ボランティア活動から帰ってくると、バックに1000円・2000円がバックに入っていた、ということがあった。

これらを意味しているのは、介護を受ける側の気持ちに「心の負担」があり、継続的な支援を希望した場合、対等な立場の関係を保つために、何らかの「お返し」をしたいという希望があった。

そこで、有償による家事援助サービスという活動が各地で広がってきた。

財団法人さわやか福祉財団の調べによると、1992年の統計では、全国において有償で行われるたすけあい活動、いわゆる家事援助サービス（在宅で高齢者の方

への身辺のお世話をするサービス。活動内容として、食事・買い物・掃除・話し相手・病院等への付き添いが一般的）を行う団体は、388団体であった。

家族の支えとなる団体の数では、決して多いとは言えず、むしろ、数は足りない状況である。

だが、この団体の数は年々増え、最近のデータでは、2005年1月現在、全国で2500団体余りになっている。

ただし、家事援助サービスを行う団体の数であり、この他に、高齢者に対しての食事のお世話をする給食・配食サービス、医療機関等への移動を行う送迎・移送サービス、日中独居の方をお世話するミニディサービス等は、この数には含まれていなく、合わせると、5000団体・10000団体存在するとされている。

また、2000年以降、団体は本来事業として行ってきた家事援助サービスと合わせて、ＮＰＯ法人格を取得し介護保険事業所として訪問介護を行う団体も各地で誕生してきた。

こうした背景は、団体と家族との信頼関係から介護保険事業を開設した団体も多く、長年培ってきた、たすけあい活動のもつノウハウが介護保険事業でも充分に対応できるマンパワーを育成してきたことにあると考えられる。

市民が市民団体を選ぶ理由には、家族が安心して在宅で高齢者のお世話を依頼できる顔のわかる対応が望まれる。

また、地域で高齢者をケアすることは、家族の身体や心を支えることであり、家族の望む介護をいかに団体が実践できるかが信頼関係となっていく。

そこでたすけあい活動を行う団体の多くは、団体を立ち上げるきっかけとして、家族の介護を経験した方やヘルパー研修を終え現場実績を積んだ方が立ち上げている。

また、団体の中では、家族に対して独自研修プログラムを用意している団体もある。

介護の現場をたすけあい活動のヘルパーが担っている間、介護を担っている家族の方に集まっていただき、お互いの情報交換や日々の生活を通したアイデア紹介などを話し合う等、工夫をしている団体も多い。

介護の社会化になったとはいえ、まだまだ、家族の介護にかかることは多く、「介護者」である「妻」「嫁」「娘」「夫」等家庭内の役割と自分自身のケアという考え方は意外と結びつかなく、自分の介護領域から出られなくなったり、他に介護を押し付けている現状を打破するためには、このような、ボランティア団体の担う

役割は大きな存在となっている。

介護経験は、直接身体の介護を行うだけが必要とされるのではなく、むしろ、高齢者の心理や高齢者をとりまく家族・血縁の関係など、かかわり方には深いものがある。

資格・認定という基準で介護サービスを行うことも大切だが、経験をいかに次につながる者への伝承とし、支援側になれるかが大切である。

このような視点から、家族支援を行うボランティア養成の必要は大いに期待され、アラジンの行ってきた「家族」に着眼点をおき、研修体制を確立してきたことは効果があると思われる。

4－3　ケアフレンドの今後にむけて

NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン　牧野史子

ここでは、ケアフレンド事業の本来の目的と意義、事業開始から3年間を振りかえる中での課題をふまえ、今後の事業展開についての提言を述べたい。

2001年にアラジンが事業として「ケアフレンド」という介護者にむけてのサポーターを創出しようと考えたのは、在宅での介護者が、ともすれば地域社会から遊離した閉塞的な状況に陥りやすい存在であることを問題視したという背景がまずあることを明記しなければならない。

今なお介護者の7～8割は妻や娘、嫁など女性が占めているといわれる。一般的に家族の誰かに介護が必要になったとき、面倒を看る人＝主たる介護者の役割を引き受けるのが、もともと生活の軸足を家庭内に置いているという理由で妻や嫁や娘などに決まるのがごく自然な流れである。だとしたら、仮に介護する過程で介護者が、地域社会から孤立したひきこもり状況になったとしても、いわゆる現在社会問題となっているひきこもりの層とは違い、このことの問題の社会認識がなされないという現況にあるのではないだろうか。結果として、虐待や殺人という目にみえる事件が起こってはじめて、家庭内で介護者の抱える問題が社会に顕在化する。その事態を引き起こす大きな要因のひとつが介護者の孤立ではないかと私は考える。その場合でも多くはきわめて特殊な家庭的な問題と原因を個人に起因して解釈され、片付けられてしまうことが多いのではと懸念する。

そのような見地に立ち、介護者の地域での孤立やひきこもりを防ぐひとつの方策として、2002年に介護者のために特化したサポーターを創出する事業を始めた。ゆえに当初考えた「ケアフレンド」の役割としては3つある。

一つは、介護者の心の負担を傾聴やリラクゼーションを通して軽減すること、二つめは、地域の社会資源などの情報を提供すること、三つめには、地域とつながりを持てるよう介護者の支援をすること、である。

特に一つめの目的のために、心身を疲弊している介護者の緊張感と疲れをほぐすためアロマテラピーのハンドケアを用いる場合もある。肌を通しての直接的なふれあいが生まれた結果、コミュニケーションを円滑にし、利用者とケアフレン

ドと友好的な信頼関係をつくる作用も果たす。

人材育成講座プログラムの概要は次のとおりである。介護者の社会的および心理的問題をより広い見地からとらえられるため多角的な視点を取り入れているのが特徴である。基本的にはボランティアとして現場に赴くための知識とリラクゼーションのための演習の2本柱で成り立っている。

座学のポイントとしては、1）介護保険制度などの時事問題　2）認知症の初歩的な理解と対応　3）介護家族の心理　4）カウンセリングの基礎理論　5）たすけあい活動やNPOの考え方　の5項目である。またリラクゼーション演習としては、民間療法を用いアロマセラピー・リフレクソロジー・カラーセラピーなどを導入してきた。

これまでの修了生によるケアフレンド活動では、当初の目的のうち一つめを重点課題とし、取り組んできた。専門医のスーパーバイズをいただきながらの隔月定例開催での事例検討会でも、その点を中心に議論を深めてきた。

しかしながらこの間の活動では、介護者と社会へのつながりをつくるきっかけづくりや継続的な支援、あるいは本当にケアフレンドの存在を必要とされる介護者の掘り起こしと社会参加へのつなぎの役割を担う実践は積み残したままである。その理由としては、1）組織の立ち上げの経緯から活動そのものが地域を限定したものではなく、広域であったこと。2）ケアフレンドの派遣を直接的に希望する介護者がなかなか現れないこと。3）派遣先の地域情報についての知識をケアフレンドが必ずしも持ち合わせていないこと。4）介護者が日常的に通い参加できる受け入れ機関としての家族会などが会員介護者の近隣にほとんどなく、その情報を届けることができないこと。などが考えられる。

また、これまでの修了生の動向をみるとケアフレンドとして登録し、アラジンからの依頼により訪問派遣活動に参加するという形の他に、自分の住む地域で、介護者を支えるさまざまな活動を始めるなど拠点としての活動スタイルに転化していった事例が多く存在した。（第3章を参照）

もともと「ケアフレンド」は地域のたすけあいとして介護者にとってフレンドリーな存在としての市民活動に位置づけることを指向していた。結果としてこのような地域に根ざしたさまざまな活動のきっかけをつくり、種を蒔けたことはひとつの大きな成果であったといえる。

これまでの課題を踏まえ、18年度は2つの派遣スタイルを考えている。

ひとつは、ケアフレンドを介護者の会や家族会を基点として行う。もうひとつ

は特定の地域ブロックの中で、行政と協働しながら人材の養成・派遣とたまり場づくりを平行して行う。という形態である。家族会では、介護がより重度になり参加できなくなるケースは多い。その際に馴染みと信頼関係をベースに家族会のスタッフとケアフレンドが連携して訪問するという活動である。現在もすでに若年性痴呆家族会と共同で数例を実践しており、会として補完しあいながら派遣の効果を得ている。また次年度は杉並区において人材養成プログラムを実施する一方で、在宅介護支援センターをベースに、「介護者教室」などを契機とした潜在的な介護者ニーズの掘り起こしを行い、受け皿としての「介護者の会」を立ち上げ、そこにまずは、会のサポーターとしてケアフレンドを派遣することを想定している。そこから個人へ訪問派遣するコーディネートを行えるかは次のステップになる。このような一連の事業を行政と協働しながら行い「ケアフレンド地域協働モデル」を試行する。ダイレクトに個人をサポートすることの困難さを克服するためのひとつの段階的な施策を考えている。

まとめ　家族支援人材育成のための今後の展開

浴風会　認知症介護研究・研修東京センター　小野寺敦志

本事業は、認知症高齢者の家族介護者を支援するための「家族支援ボランティア育成講座」の有効性を検証した。その結果、講座受講修了者が、それぞれの地域において家族支援活動を展開していることが明らかとなり、講座の有効性が示された。

まとめでは、本事業の成果を踏まえ、今後の家族支援人材育成のための今後の展望を述べる。

1）今後求められるもの

ｉ）家族支援の重要性

包括的地域ケア支援が、「2015 年の高齢者介護」（平成 15 年 6 月，高齢者介護研究会．厚生労働省老健局長の私的研究会報告書）においても重点的テーマとして取り上げられている。現在の認知症ケアの現状を振り返ると、介護保険によるサービス利用はあるが、介護の主役はやはりまだ家族が中心である。認知症ケアをさらに推し進め、包括的な地域ケアを展開していくためには、家族への支援の方策を具体的に検討していくことが求められる。

ii）介護家族のメンタルケア

家族支援の方法は様々であろうが、現在不足しているものが、家族介護者へのメンタルケアである。具体的なサービス支援による介護負担の軽減は必須であるが、同時に心理的負担の軽減を行うことが求められる。

iii）地域で支えあう住民参加型のシステムの構築

さらに、地域ケア、独居高齢者への支援には、まさに地域の再活性化が必要である。ここでの再活性化は、高齢者福祉におけるものに限定されるが、地域の住民が地域を支えあうシステムを構築していくことが求められる。

2）地域が地域を支える方策としての家族支援の意義

ｉ）高齢者が地域で生活するための支援

本事業で展開した「家族支援ボランティア養成講座」は、上記の目的を実現する方法のひとつとして、家族支援ボランティアを育成することで、介護家族をサポートし、認知症高齢者等の介護を必要とする高齢者が長く地域で暮していくことを支

援するものである。

ii）地域の介護力の向上

地域住民が地域を支えることの重要性を踏まえ、支えあう地域を作っていくためにはボランティア育成が必要不可欠である。その過程で、認知症ケアの理解を深め、相互に援助しあう必要性と、そのための知識や自覚ならびに技術・方法を身につけることが求められる。それが地域の介護力の向上につながる。

iii）介護予防としての介護者支援

家族が相互に支えあう、ボランティアが支援することは、社会学習、生涯学習の意味合いを持つ。高齢社会の現代において、老いと介護の問題は不可避の問題である。これに早くから取り組むことは、自分がその高齢者になった時に少なからず役立つ。これは知識面や社会活動としての介護予防の側面を有する。

3）家族支援を具体的に展開していくために

i）介護保険サービスと民間サービスの連携の促進

介護保険が定着してきたが、介護保険サービスのみで、これからの高齢者福祉の様々な問題に対処していくことは不可能である。

例えば、年間のイベント的な行事として介護教室、家族教室などが実施されているが、地域の啓発活動にまではなっていない。継続的な活動として展開していくことが、地域の啓発活動に引き上げていく要因のひとつである。そのためには、それに関する人材やノウハウを有する民間団体と提携し展開していくという方法が考えられる。このように介護保険事業所と NPO 法人などの民間サービスや、地域におけるインフォーマルな活動が、より積極的に連携を取り合っていくことが重要である。

ii）自治体によるマネジメントの促進

上記の連携を促進していくためには、そのマネジメントが必要である。その役を十二分に担いうるものは、介護保険者であり、地域ケアの施策を担当する自治体である。民間サービスが地域において活動する場合、その信用度が問題になる。自治体が、適正な民間サービスに対しては、その信用を担保にし、介護保険事業所等の公的サービスとの連携と協働を促進していくならば、より多様なサービスの展開が可能になるといえる。

「家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証事業」
委員名簿

委　員

渡辺　俊之*	高崎健康福祉大学　健康福祉学部　保健福祉学科 教授
木原　勇	財団法人　さわやか福祉財団 組織づくり支援事業プロジェクトリーダー
牧野　史子	NPO 法人　介護者サポートネットワークセンター・アラジン 理事長
渡辺　道代	上智社会福祉専門学校 専任講師
小野寺　敦志	社会福祉法人　浴風会　認知症介護研究・研修東京センター 研究企画主幹

以上　委員　5名
（うち　委員長　1名を含む）
*　委員長

研究協力

中島　由利子	NPO 法人　介護者サポートネットワークセンター・アラジン 事務局長
岡田　華織	ソシアルコードデザイン事務所　　コーディネーター
三具　淳子	一橋大学大学院　社会学研究科　博士後期課程
中浦　芳明	NPO 法人　介護者サポートネットワークセンター・アラジン 常任理事

報告書名

平成 16 年度老人保健健康増進等事業報告書
(介護保険制度の適正な実施及び質の向上に寄与する調査研究事業)
地域での各種サービスのあり方とサービスの質の確保に関する研究
「家族支援ボランティア養成研修講座プログラムの効果検証事業」
報告書

発行元

社会福祉法人　浴風会
認知症介護研究・研修東京センター
(旧　高齢者痴呆介護研究・研修東京センター)
TOKYO Dementia Care Research and Training Center
〒168-0071
東京都杉並区高井戸西 1-12-1
電話：03　3334　2173　FAX：03　3334　2718
URL　http://www.dcnet.gr.jp/

発行年月

平成 17 年（2005 年）3 月