

【ポスター発表】

## 「介護良いこと日記」の記述が家族介護者の介護への態度に及ぼす影響

—被介護者との信頼関係に注目して—

○ 浦和大学 栗延 孟 (010198)

キーワード3つ：介護良いこと日記, PAC, 被介護者との信頼関係

## 1. 研究目的

我が国の高齢化が進んでいく中で、家族介護者の心理的負担を低減することは重要な課題であるが、簡便な方法の一つとして日記を書くことが挙げられる。栗延ら（2023）は、日常の介護の“良いこと”に注目する「介護良いこと日記」を書いた家族介護者は、日常の介護をについて記した「介護日記」を書いた家族介護者と比較して、精神的健康状態が改善することを示し、また介護の肯定的評価が高まることを示した。さらに、介護負担感については、どちらの日記を書いても低減することが示された。日記の記述を詳細に見てみると、被介護者との関係性によって「介護良いこと日記」の効果に違いが出る可能性も考えられた。

そこで本研究では、「介護良いこと日記」が家族介護者の精神的健康状態、介護負担感、介護の肯定的評価に与える影響について、被介護者との信頼関係がどのように影響を及ぼすのか検討することを目的とした。

## 2. 研究の視点および方法

**参加者** 現在、実父母もしくは義父母を介護している者を対象に、クラウドソーシングサービスを利用して、介護の状況や親子関係における精神的自立度尺度（水本，2018）を含むアンケートへの回答を求めた。このアンケートに回答した者から本研究の参加者を募り、27名（男性20名，女性7名）が研究に参加した。参加者を介護良いこと日記群，介護日記群にわけ、精神的自立度尺度の親との信頼関係の中央値から、信頼関係高群と低群（介護良いこと日記群：高群7名，低群8名，介護日記群：高群6名，低群6名）にわけた。  
**手続き** 調査は、調査開始前のアンケート，14日間介護についての日記，調査終了時のアンケートで構成されていた。

調査開始前に参加者は、介護についての基本情報の他、WHO-5 精神的健康状態表（WHO-5; Awata et.al., 2007）, Zarit 介護負担尺度日本語版の短縮版（J-ZBI\_8; 荒井ら，2003）, Positive Aspects of Caregiving 日本語版（PAC-J; 小山，2021）に回答した。

「介護良いこと日記」群，「介護日記」群共に google form へ14日間の日記の作成を求めた。その日一日を振り返り、「介護良いこと日記」群については、「あなたにとって介護に関わる“良いこと”と感じられたことを自由にお書きください。」、「介護日記」群については「介護に関わることを自由にお書きください。」と教示した。両群とも日記は2～3行程

度でも構わないとした。参加者が1日目のフォームに入力すると、2日目のフォームが自動送信され、これを14日間続けた。また、日記は毎日記入しなくてもよいが、4週間以内に14日分の日記を入力するよう求めた。

調査終了時のアンケートで参加者は、WHO-5、J-ZBI\_8、PAC-Jへ再度回答した。

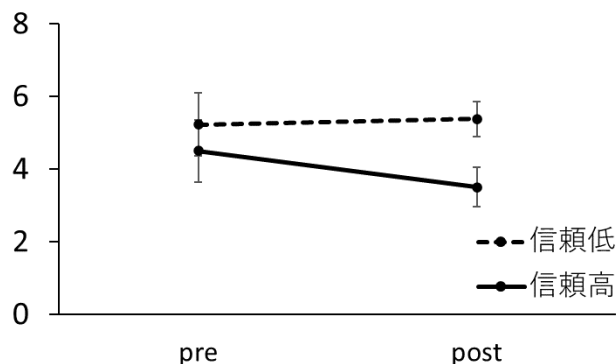
### 3. 倫理的配慮

本研究は浦和大学倫理審査委員会の承認を得て行われた。(倫理審査番号:037)

### 4. 研究結果

各尺度の得点について、時間を参加者内要因、日記の種類(日記)、信頼関係の高・低(信頼)を参加者間要因とした $2 \times 2 \times 2$ の分散分析を行った。WHO-5、PAC-Jについては、信頼関係の主効果、信頼関係と他の要因との交互作用は認められなかった。J-ZBI\_8の下位尺度であるRole Strainについて、時間 $\times$ 信頼の交互作用が有意であった( $F(1,23) = 8.65, p = .007, \eta^2_p = .273$ , 図1)。単純主効果の検定を行った結果、信頼関係が高い群は、日記開始前よりも終了後の方がRole Strainが有意に低くなっていた(mean difference = 1.86,  $SE = 0.38, t(13) = 4.94, p < .001, d = 1.32$ )。このような差は信頼関係が低い群にはみられなかった( $p > .05$ )。

図1. J-ZBI\_8 Role Strain の変化



### 5. 考察

本研究では、信頼関係が「介護良いこと日記」の効果に及ぼす影響について検討したが、WHO-5、PAC-Jについては、信頼関係が及ぼす影響は認められなかった。親子の関係に関わらず、「介護良いこと日記」の方が、これらの側面にはポジティブな効果があると考えられる。一方で介護負担感については、信頼関係が高い群が「介護者が介護をはじめたためにこれまでの生活ができなくなることによって生ずる負担」であるRole Strainが低減している。1つの可能性として、親との信頼関係が高い群は日記を書くことにより、社会参加が困難になった要因を親の介護と切り離して考えられるようになった可能性がある。

\*本演題に関連して、開示すべきCOIはない。

謝辞：本研究は科研費（基盤研究（C）23K01822）の助成により実施された。