

論文

# 遠距離介護をする女性就労者の生活と意識の変化 —ケアを踏まえた生活の構築プロセス—

永野 淳子 (佐久大学信州短期大学部)

## Changes in Life and Consciousness of Female Workers who Provide the Long-distance caregiving

—The process of life to care for elderly parents—

Junko Nagano

(Department of Shinshu Junior College at Saku University)

**Abstract:** 【Purpose】 The purpose of this study was to reveal the changes in the lifestyle and awareness of those working women engaging in long-distance caregiving for their old parents in their effort to satisfy both their job and care. 【Method】 A semi-structured interview was performed with three working women who were conducting long-distance caregiving. The interview was done twice with each of the working women according to an interview guide. A word-for-word record was prepared based on the contents of these interviews for their analysis using open coding. 【Results and Discussion】 From the results of such survey, eight large categories, twenty-five categories, forty-two sub-categories and eighty-five codes were identified. The working women made changes for “double lives” such as their own life and old parent’s life by obtaining the understanding of their workplace and securing enough time to visit the house of their old parents. Also, it was found that the working women chose to travel a long distance to engage in care for their old parent in order not to give up their own life. It was suggested that long-distance caregiving provided by working women was related to the enrichment of their own life as well as for the purpose of maintain the autonomy of their life with keeping healthy relationships with their old parents.

**Key words:** working woman, long-distance caregiving, autonomy

### 1. 研究背景と目的

近年、家族の介護・看護のために離職した女性を年齢ごとに比較すると、55歳から59歳までが最も多いことが報告されている<sup>1)</sup>。また、女性就労者は、男性就労者と比較して主な介護の担い手になりやすい<sup>2)</sup>ことから、女性就労者が仕事と老親のケア<sup>注1)</sup>を両立させることは、中年期の女性にとって、仕事のキャリア形成など自分の生活について改めて考えさせることになる。

一方で、高齢者と成人子の同居が減少し、近居や遠居といった高齢者と成人子が別居する居住形態が増加している<sup>3)</sup>。また、30~50歳台の正社員の就労者については、同居による介護を担う者と比較して別居による介護を担う者の人数が上回っていることが報告されており<sup>4) 注2)</sup>、従来からの同居の長男夫婦が老親のケアを担うという老親扶養のあり方から、別居の子が老親のケアを担うことが一般的になりつつある。そのため、女性による老親の

ケアの担い方は、就労の有無や老親との居住距離などから多様化しているといえる。このような状況の中、女性就労者が別居の老親のケアを担うことになった場合、仕事とケアを両立した生活をどのように構築しているのかについては把握されていない。

家族介護者が離れて暮らす老親に行うケアは、主に買い物や掃除などの家事<sup>5) 6)</sup>である。排泄や食事の介護といった日常的に老親の身体に触れるケアは、介護保険制度の介護等サービスや近隣住民のサポートが支えており<sup>5)</sup>、家族介護者とフォーマルサービス、インフォーマルサービスとの間で役割分担がされている。また、家族介護者は、サービス利用の方針決定や手続の実施<sup>5)</sup>、高齢者と福祉の支援者をつなぐ「媒介的機能」<sup>7)</sup>を担い、老親の生活全体をマネジメントしている。

別居の家族による老親ケアの特徴に、老親宅へ通うという行為があげられる。就労しながら別居の老親のケアをしている家族介護者は、老親宅へ通う時間とケアする

時間を確保するために、有給休暇を利用し<sup>8)</sup>、老親宅でケアを行うためのまとまった時間を確保している。

老親宅へ通うための時間の確保が難しい、あるいは負担であるという場合、老親と成人子が別居から近居あるいは同居へと居住形態を変えることも考えられる。しかし、家族介護者が別居によるケアを継続することについて、中川（2004）<sup>9)</sup>による遠距離介護を行っている家族介護者へのインタビューからは、家族介護者が、同居や近居による介護への移行を考えながらも、老親や家族介護者自身の生活状況等を踏まえ、家族規範との言説的な交渉から親と同居しないという関わりの折り合いをつけて、遠距離介護を継続していることが報告されている。そのため、別居の老親をケアする女性就労者が、仕事とケアを両立した生活を構築するプロセスにも、女性就労者あるいは老親の生活拠点の変更を思案しながらも、それぞれの生活拠点を変えることなく別居によるケアを選択するプロセスが含まれていることが推測される。

生活の中にケアが加わる中で家族介護者は、介護等サービスを利用して趣味や友人との付き合い、自由時間の確保や仕事を行う等、家族介護者自身の生活のための時間を作っている<sup>10)</sup>。家族介護者が、就労（継続）や趣味などの余暇活動への参加により介護と自分の生活のバランスを取り<sup>11)</sup>、自分の生活に目を向けることは、介護ストレスの軽減を図ることにつながる<sup>12)</sup>。他方、介護保険制度による介護等サービスの利用により、家族介護者の介護時間は減少しているが<sup>13)</sup> <sup>14)</sup>、老親のケアを担う40-50代の女性就労者は、介護をしていない女性よりも生理的生活時間、収入労働時間、社会的文化的活動時間等が短い<sup>15)</sup>。また、越智ら（2011）<sup>16)</sup>は、家族介護者がケアを担うことにより、「仕事と介護と家事により自分の生活がない」「介護と仕事で自分の健康管理が後まわしになる」といった、自分の生活についての意向が叶わないという思いを抱くことを報告している。家族介護者が、仕事とケアの両立をはかる上では、家族介護者自身の生活意向の充実が必要であるといえる。そのため、別居の老親をケアする女性就労者は、就労を継続しながら老親のケアをする中で、自らの生活の充実をはかるための行動をとって就労とケアの継続ができていないのではいかと考えられる。

上述のことから、別居の老親をケアする生活を構築する中では、自らが担うケア役割の決定とケアのためのまとまった時間の確保、別居によるケアを行う事を選択、自らの生活の充実をはかるために、女性就労者の意識と行動に変化が起っていると推測される。特に、女性就労

者が老親との居住距離が遠く離れている遠距離介護を担った場合、同居あるいは近居によるケアと比較して、日頃の老親を見守ることができないことやケアのためのまとまった時間の確保に時間を要することなどから、様々な葛藤を抱えた中で、意識と行動の変化をもって生活を再構成しケアに取り組んでいると考えられる。そのため、本研究では、別居の老親のケアの中でも、遠距離介護を行っている女性就労者に着目する。そして、老親の遠距離介護を行う女性就労者の意識と行動がどのようにケアと仕事、自分に向けた生活行動を繋げているのかを把握することは、今後増加することが予測される遠居によるケアを担う女性就労者が、仕事とケアを行う生活の充実をはかることへの示唆を含んでいると考える。

本研究では、遠距離介護<sup>注3)</sup>を行う女性就労者のケアを踏まえた生活を構築するプロセスの把握から、女性就労者が仕事とケア、自分に向けた生活行動のバランスをはかるにあたっての行動と意識及びそれらの変化について明らかにする。

## II. 研究方法

### 1. 調査対象者

調査対象者は、要介護認定を受けた老親の遠距離介護を1年以上行っている女性就労者3名であった（表1）。調査対象者の選定にあたっては、本研究の調査対象に該当する者について、家族介護者の会を運営する特定非営利活動法人理事及び研究者の知人から紹介を受けた。

調査対象者3名は、全員が主介護者として在宅の実親をケアする娘であった。また、調査対象者全員が公共交通機関を利用して片道2時間以上かかる両親の自宅に訪問していた。第1回目の調査時点における調査対象者の概要は、次のとおりであった。

No.1は、両親のケアを行っていた。老親のケアが始まってから、働き方を週1回テレワークに変更していた。老親宅では、掃除と通院介助等を行い、老親宅の家計管理、諸手続きの代行を行っていた。また、毎日安否確認の電話をかけ、1週間に1回は、ケアマネジャーと電話で打ち合わせを行っていた。

No.2は、独居の父親のケアを行っていた。母親は、在宅生活が困難となり、ショートステイに長期入所していた。老親宅では、掃除と調理、排泄介助、衣類着脱介助、通院介助、家計管理、諸手続きの代行などを行っていた。ケアが始まってからも働き方に変化はなかった。

No.3は、独居の母親をケアしていた。ケアが始まる

表 1. 調査対象者の属性\*1

No.	年代	同居 家族	ケア歴*2	老親の概要 (世帯、続柄、年齢、要介護度、認知症の有無他)	職種	働き方	訪問頻度
						上段: ケア開始時 下段: 調査時点	
1	50 代前半	夫	1 年	高齢夫婦世帯	事務職	フルタイム	月 1 回 (週末)
				父 (78 歳) (要支援 2、身障手帳 4 級)		フルタイム (週 1 回テ レワーク)	
				母 (75 歳) (要支援 1) 脳血管性認知症.			
2	50 代後半	独身	3 年	高齢夫婦世帯	事務職	フルタイム	月 1 回 (週末 .2-3 日滞在) 有給休暇利用
				父 (85 歳) (要介護 2) アルツハイマー型認知症.		フルタイム	
				母 (88 歳) (要介護 4) アルツハイマー型認知症.			
3	50 代後半	夫	5 年	単身世帯	専門職	フルタイム	週 1 回 (3 日滞在)
				父 (既に死去)		有期雇用 (週 2 日)	
				母 (80 歳) (要介護 2) アルツハイマー型認知症.			

調査対象者は、全員主介護者（ケアの実施とキーパーソン（緊急時の第一連絡先、専門職が要介護者の意思の代理を求める際の連絡先）としての役割を担っている）。

※ 1.No.1 から No.3 の表内の情報は、初回面接時の状況。

※ 2. ケア歴: ケア体制の整え等を行い始めた時から調査実施までの期間。

以前は、フルタイムで就業していたが、ケアが始まってからは、就業先は変わらないが有期雇用へと変更した。老親宅では、見守り、外出介助、家計管理、諸手続きの代行などを行っていた。

## 2. データ収集の方法

調査対象者には、インタビューガイドに従って半構造化面接を実施した。インタビューは一人 2 回実施した。インタビュー時間は、約 80 分から約 140 分までであった。

1 回目のインタビューでは、老親のケアを行うに至った経緯及びケア開始後の老親の生活状況、就労状況などを中心に話しを聞いた。2 回目のインタビューでは、1 回目のインタビュー以降のケア状況と老親との関係、ケア開始後の女性就労者自身の生活の変化を中心に話しを聞いた。インタビュー内容は、IC レコーダーに録音後、逐語録としてまとめた。

インタビューガイドとして、1) ケアを行うことになったきっかけ、2) 仕事を続けようと思った理由、3) ケアを行うために職場や親族など、周りの人たちと、ケアの分担や仕事の調整をどのように行ったのか、4) 自分の生活の変化について、5) 仕事をしながらも自分が望むケアを老親に十分できている或いはできていたと思うか、6) 介護サービスや相談支援といった地域のサービス、インフォーマルな支援者の有無、7) 同居について考えたりすることはないのか、8) 今、振り返って、仕事を続けてよかったと思う事、9) ケアすることにより老親との関係は変わったか、という 9 項目を設定し、質問をした。

## 3. 調査期間

調査期間は、2017 年 12 月及び 2019 年 1 月から 10 月までであった。

## 4. 分析方法

逐語録の内容についてオープンコーディングを行った。オープンコーディングの実施手順は、逐語録を精読した後、分析視点に関連すると考えられる文章を抽出し、それらにコードをつけた。そして、コード間で関連性が高いもの同士をカテゴリーとしてまとめ、名称をつけた。カテゴリーを作成していく中では、カテゴリー間の共通性にも着目してカテゴリー同士をまとめることも行った。分析の視点は、「女性就労者が遠方に住む老親のケアを踏まえた生活を構築するために、意識を含めてどのような行動をとってきたか」とした。

オープンコーディングを行うにあたっては、質的研究に詳しい研究者からアドバイスを受けた。

## 5. 倫理的配慮

インタビューを行うにあたり、調査対象者には口頭及び文書にて、本研究の概要と目的、個人情報保護、インタビュー内容の録音と結果公表についての承諾等について説明を行い、研究への協力について文書にて承諾を得た。また、本研究は、日本赤十字秋田看護大学・日本赤十字秋田短期大学研究倫理審査委員会の承認（承認番号 :29-016）及び、大正大学研究倫理委員会の承認（承認番号 :18-036）を得て実施した。



### Ⅲ. 結果

インタビューの逐語録を分析した結果、8つの大カテゴリと25のカテゴリ、42のサブカテゴリ、85のコードが抽出された。

#### 1. 意識と生活の変化のストーリーライン

分析結果からストーリーラインが作成された(図1)。尚、ストーリーライン及び図1に記されている記号は、カテゴリの分類を示す。大カテゴリは墨付き括弧(【】)、カテゴリは山括弧(〈〉)、サブカテゴリは角括弧([ ])で表している。

##### 1) ストーリーライン

女性就労者が遠方に居住する老親のケアを行うこととなるきっかけは、【老親の現状を目の当たりにする】ことである。具体的には、[認知症の進行にショックを受ける][老親の衰えを悲しむ][老親の容体がきになる]といった〈老親の変化に対する動揺〉と、〈老親の生活実態の把握〉をすることである。そして、老親が生活を営むためには、ケアが必要であることを把握し、老親のケアが開始される。

老親のケアを始めた中で、女性就労者は、【就労継続への不安】を抱いていた。〈仕事とケアの両立に自信がない〉という思いをもつ一方で、経済的理由や就業継続の意向、職場を変えることは考えていないといった〈ケアが始まっても就労継続の意思がある〉。就労の継続については、〈仕事を続けるように助言を受ける〉こともあった。また、老親のケアを行おうとする際、〈家族に頼れない〉ことや、[ケアに関する情報にアクセスできない][サービス導入のタイミングを失う][老親がサービスを利用してくれない]ことから、フォーマル及びインフォーマルな〈支援者とつながれない〉という、女性就労者が一人で老親のケアを担う【ケアの抱え込みの危機】もある。しかし、〈専門職を通じた老親の生活の整え〉と〈インフォーマルな支援者の助け〉、女性就労者自身が〈サービスと分担されたケア役割をもつ〉ことから老親の生活の整えがされる。

【老親の生活を整える】にあたり、〈ケア体制を整えるための介護休暇の取得〉や〈職場の人たちから協力を得る〉といった【職場の協力を得る】ことを行う。そして、【職場の協力を得る】ことにより、【職場の対人関係の変化】が起こる。職場では、〈職場の人たちに気をつかう〉〈ケアにより自分のイメージが変わることを気にする〉

など、職場への気づかいを行う一方で、老親のケアをしていることを職場で話すことにより、それまでにはなかった〈ケアをとおした人とのつながりができる〉。

職場の協力を得ながら老親の生活の整えをすることにより、〈ケアの生活時間への組み込み〉が行われる。女性就労者は、自分の生活の中で老親のケアを[定期的な老親宅への訪問]として[ケアを週末に集中して行う]。老親のケアを行う中では、〈親の日頃の様子がわからないことへの不安〉〈ケアすることに疲れる〉〈仕事とケアの気持ちの切り替えに時間がかかる〉といった【遠距離介護による負担感】も感じる。〈老親宅からの帰宅時間が気持ちの切り替えに役立つ〉〈サービス利用がケアストレスの軽減になる〉が、ケアの負担感については、〈ケアから自由になる時間を確保する〉ことで対処をしている。また、女性就労者は、〈ケアから自由になる時間を確保する〉ことによる負担感への対処の他に、〈ケアをとおして自分自身について考える〉〈自分の生活を考えると同居は望まない〉〈生活に余裕があればケアの関わりを増やしたい〉という考えをもつなど【自分の生活について考える】ことになる。

#### 2. 8つの大カテゴリの概要

##### 1) 老親の現状を目の当たりにする

【老親の現状を目の当たりにする】には、〈老親の変化に対する動揺〉〈知らなかった老親の生活に立ち入る〉という2つのカテゴリが含まれた。また、〈老親の変化に対する動揺〉には、[認知症の進行にショックを受ける][老親の衰えを悲しむ][老親の容体がきになる]の3つのサブカテゴリが含まれた。

##### 2) 就労継続への不安

【就労継続への不安】には、〈ケアが始まっても就労継続の意思がある〉という一方で、〈仕事とケアの両立に自信がない〉という思いと、〈仕事を続けるように助言を受ける〉という3つのカテゴリが含まれ、〈ケアが始まっても就労継続の意思がある〉には、[経済的理由から仕事を続けたい][働きたいという思いは変わらない][ケアのために職場を変えることは考えていない]の3つのサブカテゴリが含まれた。

##### 3) ケアの抱え込みの危機

【ケアの抱え込みの危機】には、〈家族に頼れない〉ことと、〈支援者とつながれない〉という2つのカテゴリが含まれた。また、〈支援者とつながれない〉には、



[ケアに関する情報にアクセスできない] [サービス導入のタイミングを失う] [老親がサービスを利用してくれない] の3つのサブカテゴリーが含まれた。

#### 4) 老親の生活を整える

【老親の生活を整える】には、老親自身のケアを踏まえた生活を整えるにあたり、〈専門職を通じた老親の生活の整え〉を行うと共に、〈インフォーマルな支援者の助け〉を得たこと、女性就労者自身が〈サービスと分担された役割を持つ〉という3つのカテゴリーが含まれた。

〈サービスと分担された役割を持つ〉には、[自分が行うケア役割が決まっている] [離れていても親の様子を確認する] [自分が訪問した際は、サービスを利用しない] の3つのサブカテゴリーが含まれた。

#### 5) 職場の協力を得る

【職場の協力を得る】には、支援を受けることができないため、職場の制度を利用して〈ケア体制を整えるための介護休暇の取得〉〈職場の人たちから協力を得る〉という2つのカテゴリーが含まれた。〈職場の人たちから協力を得る〉には [ケアをしていると言っても仕事に影響ない] [協力的な発言、態度をしてくれる] [協力をつもの] [働き方を変える] の4つのサブカテゴリーが含まれた。

#### 6) 職場の対人関係の変化

【職場の対人関係の変化】には、親のケアを行うことにより、〈職場の人たちに気をつかう〉〈ケアにより自分のイメージが変わることを気にする〉〈ケアをとおした人とのつながりができる〉といったケアすることを職場の人たちへ伝えることにより、職場の人たちとの関係が変わるという3つのカテゴリーが含まれた。また、〈職場の人たちに気をつかう〉には、[休むことを受け入れられるか心配] [気を遣って職場から帰る] [同僚に仕事を振ることに抵抗感がある] 3つのサブカテゴリーが含まれた。〈ケアにより自分のイメージが変わることを気にする〉には、[ケアしていることを気の毒がられる] [ケアの話は一部の人にしかしない] 2つのサブカテゴリーが含まれた。

#### 7) 遠距離介護による負担感

【遠距離介護による負担感】には、離れて暮らす親に対して、〈老親の日頃の様子がわからないことに不安がある〉ことや、〈ケアすることに疲れる〉〈仕事とケアの

気持ちの切り替えに時間がかかる〉といった仕事とケアを行う生活に対するストレスに関する3つのカテゴリーが含まれた。また、〈老親の日頃の様子がわからないことに不安がある〉には、[不安感の解消のために老親のもとへ通う] [生活の全てを把握できないことへの心配がある] [見守れないことへの不安がある] [いざという時にかけつけられない] という4つのサブカテゴリーが含まれた。〈ケアすることに疲れる〉には、[ケアの疲労感を感じる] [ケアで疲れた状態で働く] [経済的精神的負担を感じる] [老親の変化をみるのがストレス] の4つのサブカテゴリーが含まれた。

#### 8) 自分の生活について考える

【自分の生活について考える】には、〈ケアをとおして自分自身について考える〉〈自分の生活を考えると同居は望まない〉〈ケアから自由になる時間を確保する〉〈生活に余裕があればケアの関わりを増やしたい〉という4つのカテゴリーが含まれた。また、〈生活に余裕があればケアの関わりを増やしたい〉以外のカテゴリーには、3つのサブカテゴリーが含まれた。〈ケアをとおして自分自身について考える〉には、[自分自身の老後について考える] [自分の健康について考える] [これまでの生活に意識がむく] の3つのサブカテゴリーが含まれた。〈自分の生活を考えると同居は望まない〉には、[同居ケアを行う能力はない] [同居により自分の生活に不満をいだきたくない] [ケアとの向き合い方として「通う」のがよいと思う] の3つのサブカテゴリーが含まれ、〈ケアから自由になる時間を確保する〉には、[趣味を行いストレス解消をする] [自分だけの時間をもつ] [仕事とケアが落ち着くと、自分の時間をもとうと思う] の3つのサブカテゴリーが含まれた。

### IV. 考察

本研究の目的は、遠距離介護で老親をケアする女性就労者のケアを踏まえた生活を構成するプロセスの把握から、女性就労者の仕事とケアを両立するにあたっての生活と意識の変化について明らかにすることであった。

#### 1. 女性就労者の生活の変化

女性就労者の生活における変化として【職場の対人関係の変化】と【老親の生活を整える】のカテゴリーにある〈サービスと分担されたケア役割をもつ〉こと、そし



て、〈ケアの生活時間への組み込み〉がされていることが明らかになった。

【職場の対人関係の変化】は、【老親の生活を整える】うえで【職場の協力を得る】ことと関連していた。女性就労者は、【職場の対人関係の変化】の категорияに含まれている〈職場の人たちに気をつかう〉〈ケアにより自分のイメージが変わることを気にする〉一方で、ケアするための時間を得るためにも協力を求め、〈職場の人たちから協力を得る〉だけではなく、〈ケアをとおして新たな人とのつながりができる〉といった、老親をケアすることから新たな人間関係を形成していた。就労者がケアの担い手になることにより職場の人たちに対して気遣いを行うことは、先行研究<sup>16)</sup>においても報告されている。また、職場の理解や同僚らによる支援は、仕事とケアの両立に影響する要因とされ<sup>17)</sup>、効果的な支援でもある<sup>18)</sup>。遠距離介護を行う女性就労者も、老親のケアを進めるために、これまでの職場における対人関係を変化させ職業生活を送ることになっていた。

女性就労者は、【老親の生活を整える】中で〈サービスと分担されたケア役割をもつ〉ことをしていた。本研究の調査対象者の分担されたケア役割として、身体介護、家事援助、家計管理などを担っていた。また、〈ケアの生活時間への組み込み〉のサブカテゴリーである家庭での「家事労働の集中化」と「ケアを週末に集中して行う」ことにより、「定期的な老親宅への訪問」を行い、「ケアに集中する時間をもつ」ことをしていた。こうした週末に老親宅へ行きケアを行うことは、鍋山(2010)<sup>8)</sup>による仕事を持つ遠距離介護者へのインタビューにおいても語られている。女性就労者は、【就労継続への不安】を抱く中で、集中的に老親のケアを行う時間を確保する一方で、仕事をするこれまでの生活時間をもつことにより、「自分のスケジュールにケアが加わる」[自分の生活にケアがつけ加わったと思う]といった〈ケアの生活時間への組み込み〉がされているといえる。

女性就労者は、自らの生活について、老親宅で過ごす集中的な時間を確保するために職場の人間関係を変化させ、家庭での家事労働を集中的に行なうことから、ケアを含めた生活へと変化させていた。また、老親の生活を整えるための役割分担として、老親の家計管理、諸手続きの代行など生活全体をマネジメントすることにより、老親の生活に変化を与えると同時に、自分の生活にケアを組み込むことから、老親と女性就労者の2つの生活構築を担っているといえる。

## 2. 女性就労者の意識の変化

女性就労者が老親のケアを行う中での意識の変化として、【遠距離介護による負担感】と【自分の生活について考える】ことがあげられた。

【遠距離介護による負担感】については、カテゴリーに〈親の日頃の様子がわからないことへの不安〉があげられた。老親と同居する子と比較して別居の子は、「親を介護するために親の家に通うことが大変なこと」「親に何かあった時につけられないこと」に不安を感じている<sup>19)</sup>。本研究においても、別居の老親をケアするにあたり同様の意識がもたれていることが明らかとなった。また、仕事でも老親が気になって仕事に集中できないという〈仕事とケアの気持ちの切り替えに時間がかかる〉ことがあげられた。介護疲労や精神的な介護ストレスと職場における「工作中的イライラ」「気分の落ち込み」「不注意による仕事のミス」との関連が報告されている<sup>20)</sup>。気持ちの切り替えに時間がかかるというのも、介護疲労や介護ストレスを女性就労者が抱えていることと関係していることが推測できる。遠距離介護の場合、老親宅への訪問回数が少なくても、老親宅への移動時間が長く、短期間の中で集中的にケアを行うことが求められている。〈老親宅からの帰宅時間が気持ちの切り替えに役立つ〉と語られる一方で、〈ケアすることに疲れる〉のサブカテゴリーとして、「ケアの疲労感を感じる」[ケアで疲れた状態で働く] [経済的・精神的負担を感じる]が抽出されたことからしても、こうした集中的なケアとケアすることの疲労感は、仕事に影響していると考えられる。

【自分の生活について考える】のカテゴリーには、〈自分の生活を考えると同居は望まない〉という女性就労者が老親との遠距離介護を継続する意思を持っていることが明確に示された。【遠距離介護による負担感】のカテゴリーに〈親の日頃の様子がわからないことへの不安〉がある一方で、女性就労者が同居をしないという考えに至った理由として、「同居ケアを行う能力はない」[同居により自分の生活に不満をいだきたくない] [ケアとの向き合い方として「通う」のがよいと思う]といった女性就労者が自身のケア能力を考えたり、ケアが日常生活に含まれることにより生活への不満を抱きたくないという思いがカテゴリーに現れている。同居ではなく離れて暮らしているからこそ老親と良好な関係が維持できているという考えは、中川(2004)<sup>9)</sup>の遠距離介護者へのインタビューにおいても同様に語られており、本調査においても老親との良好な関係を女性就労者は維持しようと

していることがわかった。

ケアを必要とする老親と同居することは、老親にとって経済的援助、情緒的援助、身辺介護を受けることができるというメリットがある一方で、老親と家族介護者の両者にとって、プライバシーの侵害と情緒的葛藤の顕在化が存在し<sup>21)</sup>、「同居による自律の欠如（プライバシーの侵害など）のように、特定の居住関係選択にはコストも存在する」<sup>22)</sup>ことから、要介護状態となった老親との別居を継続することは、女性就労者の自律の欠如についてのリスクの回避でもあると考えられる。また、住環境研究所（2011）<sup>23)</sup>による近居介護<sup>注4)</sup>を行う家族介護者への調査においても、近居介護を選択した理由として、「親がまだ自立して生活できる」ことよりも、「同居よりは気がねがない」ことが最も多くあげられていることから、老親との居住距離は、女性就労者が老親との関係を崩さないようにすることと、女性就労者自身の生活の自律性の保持をするための「物理的な境界線」にもなっていると考えられる。そして、同居を望まない理由として、同居することにより生活に不満を抱きたくないという思いを持つことを踏まえると、老親との関係を崩さず、自らの生活の自律性を維持する遠距離介護であることが生活の充実にもつながると考えられているのではないかといえる。

女性就労者は、「趣味を行いストレス解消をする」[自分だけの時間をもつ] [仕事とケアが落ち着くと、自分の時間をもとうと思う] といった〈ケアから自由になる時間を確保する〉ことをしていた。要介護高齢者のADLがある程度保たれている場合は、自由になる時間を確保するといった気分転換は、介護による燃え尽きを減少させる<sup>24)</sup>ことから、ケアによる負担感を増加させないようにすることも意識して生活をしていることが把握された。そして、「自分自身の老後について考える」[自分の健康について考える] [これまでの生活に意識がむく] といった〈ケアをとおして自分自身について考える〉ことが行われていた。老親へのケアをとおして、改めて女性就労者は自らの生活などを客観的に振り返る機会を持つことになっていたと考えられる。

女性就労者が遠距離介護を選択することは、ケアによる負担感を増加させないこと、老親との関係を良好に保つ上での「ほどよい距離」を置くことであり、女性就労者のケアを踏まえた生活の構築において、老親との関係と女性就労者自身の生活の維持が意識されていることが把握された。

## V. 結論

女性就労者は、遠方に居住する老親のケアを踏まえた生活を構築していく中で、週末などにまとまった時間を確保し、自らの生活だけではなく老親の生活も踏まえた「二つの生活」を変化させていた。また、ケアを踏まえた生活を構築するにあたり、女性就労者は、自らの生活の充実をはかるために、老親へのケアを遠距離介護として行うことを選択していることがわかった。遠距離介護を行うことは、女性就労者と老親との関係を崩さず、女性就労者の生活の自律性の維持を保つためであるとともに、女性就労者の生活の充実をはかることにも関係していることが推測された。

本研究は、遠距離介護を行う調査対象者3名に限られている。また、遠距離介護を継続することを選択するに至った老親との関係について十分把握することができなかった。そのため、今後は、調査対象者の人数を増やし、老親との関係性についてさらに詳細な調査を進めようとする。

## 謝辞

ご多忙な中、インタビューにご協力いただいた三人には、深謝いたします。

本研究は、平成29年度「学校法人日本赤十字学園教育・研究及び奨学金基金」（学長裁量事業）の助成により実施した調査の一部である。

## 注

1. ケア概念について、広井（1997）<sup>25)</sup>は、最も狭義で介護ないし看護といった意味、中間的な意味としての世話、広義では配慮、気遣いという意味と説明している。本研究では、広井（1997）の概念を採用し、女性就労者が老親に行う介護や世話をケアと呼ぶ。また、本文内の引用部分においては、引用文献で述べられているようにそのまま介護を用いている。
2. 介護の対象については、高齢者と限定されていない。介護をしている中間の年齢層（30歳から50歳台）の正社員で、「自宅内で介護している人は2001年時点の男女計で47.7万人に対し、自宅外で介護している人は40.9万人であった。つまり2001年時点では自宅内で介護をしている人のほうが多かったが、2011



年には 56.1 万人（自宅内）と 58.3 万人（自宅外）と、自宅外で家族の介護をする人のほうが増えている。」（黒田,2014）。

3. 「遠距離介護」については、「片道 1 時間以上かけて要介護者のもとを訪れ、継続的にケアを行うこと」と定義した。
4. 近居介護について、「電車・車で 30 分以内に行ける距離での介護」と定義されている（住環境研究所,2011）。

### 引用文献

- 1) 総務省統計局 . 平成 29 年就業構造基本調査結果,2018.
- 2) 明治安田生活福祉研究所 . 仕事と介護の両立と介護離職—明治安田生活福祉研究所とダイヤ財団が初の共同調査 .2014.
- 3) 千年よしみ . 近年における世代間居住関係の変化 . 人口問題研究,2013,69.4:4-24.
- 4) 黒田祥子 . 中間の年齢層の働き方 : 労働時間と介護時間の動向を中心に (特集中間年齢層の労働問題) . 日本労働研究雑誌,2014,56.12:59-74.
- 5) 米増直美, 松下光子 . 過疎地域に居住する高齢者の「通い家族」の現状と支援のあり方 . 岐阜県立看護大学紀要,2009,9.2:53-59.
- 6) 松下光子, 米増直美, 大井靖子 . 過疎地域に暮らす高齢者世帯への別居の子どもによる通い介護の現状と必要な支援の検討 (地域看護活動報告) . 日本地域看護学会誌,2007,10.1:106-112.
- 7) 中川敦 . 遠距離介護者は何をしているのか : 提案の判断と離れて暮らす家族の知識 . 総合政策論叢,2015,29:29-44.
- 8) 鍋山祥子 . 仕事を持つ別居子による遠距離介護の実践 . 山口経済学雑誌,2010,58.5:109-124.
- 9) 中川敦 . 遠距離介護と親子の居住形態 . 家族社会学研究,2004,15.2:89-99.
- 10) 濱島淑恵 . (2015) . 就労する家族介護者の「生活運営」と介護保険制度の課題 . 人間関係学研究,20 (1),37-49.
- 11) 大宮朋子 . 在宅療養者を介護する家族介護者における介護認識プロセスと社会活動の変容 ; 就労と余暇活動に注目して . 日本赤十字看護大学紀要,2012,26:20-29.
- 12) 桜井志保美, 河野由美子, 平井真理 . 要介護者と同居する家族介護者のストレス解消方法の特徴 . 日本在宅ケア学会誌,2015,19.1:68-73.
- 13) 清水谷諭, 野口晴子 . 長時間介護はなぜ解消しないのか?—要介護者世帯への介護サービス利用調査による検証— . ESPRI Discussion Paper Series70, 2003.
- 14) 杉浦立明, 荒山裕行 . 労働統計にみる男性の働き方・女性の働き方 (31) 介護者と非介護者の仕事と家事の時間 . 産政研フォーラム,2013,100:29-36.
- 15) 伊藤純 . 生活時間に見る中高年期男女の家族介護の現状とワーク・ライフ・バランスをめぐる課題 - 「平成 23 年社会生活基本調査」の利用を通じて . 學苑,2013,869:14-22.
- 16) 越智若菜, 田高悦子, 臺有桂, 河原智江, 田口理恵, 糸井和佳 . 中年期就労介護者の介護と仕事の両立の課題に関する記述的研究 . 日本地域看護学会誌,2011,13.2:140-145.
- 17) 直井道子, 宮前静香 . 女性の就労と老親介護 . 東京学芸大学紀要, 第 3 部門, 社会科学,1995,46:265-276.
- 18) BERNARD,Miriam;PHILLIPS,JudithE.Working carers of older adults:what helps and what hinders in juggling work and care?.Community,Work and Family,2007,10.2:139-160.
- 19) 水野映子 . 親の介護に対する 40・50 代の不安と準備 : 親の世帯形態・親の住まいとの距離による違い . Life design report,2015,213:11-20.
- 20) 労働政策研究・研修機構 . 働く介護者の健康状態が仕事に及ぼす影響, 労働政策研究報告書 NO.170 仕事と介護の両立 .2015.
- 21) 森岡清美, 望月嵩 . 四訂新しい家社会学 . 培風館,1997. 森岡清美, 望月嵩 .
- 22) 田淵六郎 . 少子高齢化の中の家族と世代間関係 . 家族社会学研究,2012,24.1:37-49.
- 23) 住環境研究所 (2011) 「近居介護の実態調査」 . [https://www.jkk-info.jp/files/topics/33\\_ext\\_05\\_0.pdf](https://www.jkk-info.jp/files/topics/33_ext_05_0.pdf) (2018.10.30)
- 24) 岡林秀樹, 杉澤秀博, 高梨薫, 中谷陽明, 杉原陽子, 深谷太郎, 柴田博 . 障害高齢者の在宅介護における対処方略のストレス緩衝効果 . 心理学研究,2003,74.1:57-63.
- 25) 広井良典 . ケアを問い直す < 深層の時間 > と高齢化社会 .1997.