

日本と中国における認知症高齢者の家族介護者の ストレスマネジメントについての検討 —— ストレスマネジメントスタイルと介護負担感の関係 ——

深山つかさ、小野塚元子、奥野茂代

I. はじめに

我が国の高齢化率は年々上昇し、認知症を有する高齢者も増加の一途をたどっている。厚生労働省(2013)によると、2012年度の65歳以上の高齢者のうち、認知症の人は推計15%で、約462万人とされている。中でも、介護保険を利用している認知症高齢者数(認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上)は305万人であり、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になる2025年には470万人になると推計されている。さらに、2010年時点での認知症高齢者の居場所の50%が居宅である。これらのことから、認知症を抱えながら、地域で在宅生活を続ける高齢者は、今後も増加することが予測される。

認知症高齢者の在宅生活を支援するサービスとして、認知症対応型通所介護などの居宅系サービスや、認知症対応型共同生活介護(認知症高齢者グループホーム)などの施設住居系サービスがあり、徐々にその内容も整備されてきている。

しかし、認知症高齢者を介護する家族にとって、「(認知症高齢者の)理解しがたい突然の行動への対処に困惑する」「24時間目が離せずコミュニケーションが難しい」などの状況が、介護負担やストレスとなっている。これは、介護する家族が毎日の生活の中で体験していることである。認知症高齢者の Quality of Life (以下 QOL)を維持・向上するには、介護する家族の QOL が重要であるといわれている。このことを念頭におき介護する家族の支援を考えると、介護サービスの量・質の整備だけでなく、介護する家族自身が介護に関することを肯定的に評価でき、ストレスをマネジメントする力を高める行動を身につけるなどの教育的介入の支援をすることも、家族介護者の QOL にとって重要である。

また、同じくして中国でも高齢化が進行し、認知症高齢者の問題に関心が寄せられている。本研究では中国 A 省医院と共同研究として行った認知症高齢者を介護する家族に関する研究から、介護負担により発生するストレスに対するマネジメントの現状と介護負担感の関係を明らかにし、家族支援のあり方について検討することを目的とする。

II. 研究方法

1. 研究対象

日本：A県において認知症高齢者を在宅で介護している家族介護者(介護保険サービスを利用している家族介護者)252人。

中国：B省都市部で認知症高齢者を在宅介護している家族介護者(B省医院及び老人クラブを利用中)250人。

2. データ収集期間

2009年7月～2010年1月

3. 調査方法

質問紙による郵送留め置き法。

4. 調査項目

1) 属性(性別、年齢、介護状況、本人との関係など)

2) 介護負担感(Zarit Caregiver Burden Interview by Zarit/ 荒井ら、1997)22項目(以下 ZBI)。各項目の配点は0点(介護を全く負担と思わない)から、4点(非常に大きな負担である)の5段階から成り、総得点は88点である。

3) ストレスマネジメントスタイル(Care's Assessment of Managing Index by Nolan 1995/ 山田ら日本語訳、2004)38項目(以下 CAMI)。この尺度は、介護によるストレスに対する対処方法がどの程度役立っているか問うもので、「ほとんどしない」「あまり役に立たない」「かなり役立つ」「非常に役立つ」の4段階の選択肢の中から最も近いものを選択してもらう。また各項目は問題解決対処行動、情緒的対処行動、ストレス対処行動の3つの下位尺度から構成されている(表1)。

なお、中国の質問紙は日本語版を中国出身の大学所属研究者によるバックトランスレーションを行い、翻訳の信頼性を高めた。

5. 分析方法

1) ZBI については各項目の総和を算出した。

2) CAMI 各項目について「非常に役立つ」「かなり役に立つ」と回答したものを対処群、「あまり役に立たない」「ほとんどしない」と回答したものを非対処群とし、日本と中国の差異を検討するため2×2のカイ二乗検定を行い有意水準は5%とした。

3) SPSSVer19使用。

6. 倫理的配慮

質問紙は無記名とし、研究参加の自由意思、個人情報保護、データの目的外不使用について書面・口頭で説明し、回答をもって同意を得られたものとして判断した。また、京都橘大学看護学部倫理審査委員会の承認を得て行った(2009年5月18日09-01号)。

Ⅲ. 結 果

回収数(有効回答率)は日本105人(41.7%)、中国138人(55.2%)であった。

1. 研究対象者の背景(表2)

介護者の属性として、性別は日本(男性18.4%、女性81.6%)、中国(男性29.0%、女性71.0%)でともに女性の方が多く、日本の方が割合がより高い傾向にあった($1 < p < .05$)。また、平均年齢は日本62.6(± 10.0)歳、中国50.7(± 11.4)歳で日本の方が有意に高かった($p < .01$)。平均介護期間は日本が5.8(± 4.8)年、中国が3.3(± 3.2)年で日本の方が有意に長かった($p < .01$)。

要介護者の属性として、性別は日本(男性26.7%、女性73.3%)、中国(男性54.3%、女性45.7%)で両国間に違いがみられた($p < .01$)。平均年齢は、日本83.8(± 9.0)歳、中国76.2(± 7.5)歳で日本が有意に高かった($p < .01$)。

2. ZBIについて

ZBIの合計平均は、日本38.2(± 15.9)、中国32.7(± 13.3)で、日本が有意に高かった($p < .01$)。

3. CAMIの活用状況について

CAMI38項目の中で、日本と中国で有意差がみられたものは29項目であった(表3)。そのうち、27項目において、中国の方が日本よりも対処群の割合が多かったが、「4. 自分自身のために使える自由時間を持つ」と「12. 日々一日をすごしていく」は、日本が中国に比べ対処群が有意に多かった。

4. CAMIとZBIの関係

CAMIとZBIの関係では、日本の場合6項目(1項目は有意な傾向)、中国の場合14項目(2項目は有意な傾向)で有意な関係がみられた。

日本では、項目「4. 自分自身のために使える自由時間を持つ」「14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする」「21. 気分転換に役立つことをする」「38. 介護以外のことに興味を持つ」で対処群は非対処群よりZBIのスコアが有意に低かった($p < .05$)。また、項目「36. 家族会に参加する」で対処群は非対処群よりZBIのスコアが低い傾向にあった($1 < p < .05$)。これらの項目はストレス対処行動が4つ、問題解決対処行動が1つであった。しかし、

項目「8. 歯を食いしばりそれに耐えぬく」は情緒的対処行動であるが対処群は非対処群より ZBI のスコアが有意に高かった($p<.01$) (表4)。

中国では、項目「6. 状況の良い側面を見出す」「9. 要介護者と以前に良いときを持っていたことを思い出す」「14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする」「15. 家の環境を介護しやすいように整える」「16. 状況は過去より現状がよりよくなることがわかる」「21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする」「30. 一番良い解決方法が見出せるように試みる」「35. 歩いたり、水泳をしたり、運動をして力を得る」「36. 家族会に参加する」「37. リラクゼーションをとり入れる」で対処群は非対処群より ZBI のスコアが有意に低かった($p<.01$)。また、「23. 問題が事前に起こるのを防ぐ」「24. しっかりした信念をもつ」で対処群は非対処群より ZBI のスコアが低い傾向にあった($1<p<.05$)。これらの項目はストレス対処行動が4つ、問題解決行動が4つ、情緒的対処行動が4つであり、中国の方が、3領域に渡って対処行動を多用していた。しかし、項目「2. 叫んだりわめいたりする」「19. 辛くて泣いたりする」はストレス対処行動であるが、対処群は非対処群より ZBI のスコアが有意に高かった($p<.05$) (表5)。

これらのことから、対処群の方が非対処群よりも ZBI のスコアが有意に低かった項目は、日本が5項目(1項目は低い傾向)、中国が12項目(2項目は低い傾向)で、中国の方が多かった。

IV. 考 察

1. 日本と中国におけるストレスマネジメントスタイルの活用状況の比較

日本と中国の CAMI の活用状況を比較すると、29項目において有意差が見られ、その中でも日本は27項目において非対処群が多かった。このことから、日本は中国に比べストレスに対する対処行動を取っていない可能性が考えられた。また、このことは、日本の方が介護負担感からくるストレスを感じた際に適切な対応が取れず、ストレスを抱え込みやすいということが予測される。「もっともよくみられる心理的ストレス反応は抑うつと不安であるが、それらは程度がひどいか長引く場合は不安障害やうつ病をきたす」(坪井、2010a)といわれており、介護のような終わりが見えない状態においては、ストレスを抱えた状態が長引くことが予測される。その結果、抑うつ状態となり、家族介護者自身の健康状態が悪化し介護破綻につながりかねないといえる。はじめにでも述べたが、認知症高齢者が住みなれた在宅で生活を継続するための重要な要素の一つは、家族介護者の健康である。認知症高齢者がその人らしく健康に過ごすためにも介護者がストレスマネジメントを行い、介護負担感を軽減できることが望ましいと考える。

CAMI の項目は、それぞれの項目が問題解決行動、情緒的対処行動、ストレス対処行動の3種類の対処行動に分類される。日本が対処行動として中国よりも有意に活用していた項目「12. 日々一日をすごしていく」は情緒的対処行動の一つである。また、「4. 自分自身のた

めに使える自由時間を持つ」はストレス対処行動の一つである。しかし、それ以外の項目としては中国の方が多く CAMI を有効としており、3種類のストレス対処行動を使っている可能性が考えられた。

中国の方がストレスマネジメントスタイルを多様に活用している家族介護者が多かったが、この背景には、大陸文化で生き抜いてきた中国の国民性として自己主張が強く個人主義といわれることが影響しているのではないかと考える。介護に関するストレスに対して各自が様々なことを試み対処行動を起こすことが自己主張の機会でもあり、様々なストレスマネジメントスタイルの活用に繋がったのではないかと考えられるが、今後更なる調査が必要であると考えられる。

2. 日本と中国におけるストレスマネジメントと介護負担感の関係

介護負担感是中国の方が日本より有意に低かった。まず、日本の CAMI と介護負担感の関係において、日本では項目「4. 自分自身のために使える自由時間を持つ」「14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする」「21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする」の3つの項目の対処群が非対処群よりも介護負担感が低かった。これらは、ストレス対処行動と問題解決行動であるが、日本の介護者はこの3つの対処行動で介護負担感を低下させていることがわかった。また、項目「36. 家族会に参加する」の対処群の介護負担感は、非対処群よりも低い傾向にあった。よって、家族会などの同じ境遇にある家族に出会うことや、そこでの繋がりは介護負担感を軽減する可能性が考えられた。

一方、「8. 歯をくいしばり、それに耐えていく」項目の対処群は非対処群よりも介護負担感が高かった。この項目は情緒的対処行動の一つであるが、この項目を活用していると答えた介護者は介護負担感が高い状況であるといえる。介護が辛い状況であったときにただ耐えるということは、介護負担感を高める可能性が示唆された。

次に、中国の CAMI と介護負担感の関係において、12項目「6. 状況の良い側面を見出す」「9. 介護している高齢者と以前に良い時を持っていたことを思い出す」「14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする」「15. 家の環境を介護しやすいように整える」「16. 状況は過去より現状がよりよくなるのがわかる」「21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする」「23. 問題が事前に起こるのを防ぐ」「24. しっかりした信念をもつ」「35. 歩いたり、水泳をしたり、運動をして、力を得る」「30. 一番良い解決法が見出せるように、試みる」「36. 家族会に参加する」「37. リラクゼーションをとり入れる」において対処群が非対処群よりも介護負担感が低かった。これらの項目は問題解決行動、情緒的対処行動、ストレス対処行動の3種類が含まれていたが、これらの項目を活用することで介護負担感が軽減する可能性が示唆されたと考えられる。

一方、2項目「2. 叫んだり、わめいたりして、気を紛らわす」「19. つらくて泣いたりする」は対処群の方が非対処群よりも介護負担感が高かった。この項目はストレス対処行動の一つであるが、この項目を活用している介護者は介護負担が高い状況であるといえる。介護が辛

い状況において叫んだりわめくことや、泣いたりするという対処行動が必ずしも介護負担感軽減につながる行動ではないということが考えられた。

前項でも述べたが、CAMI の対処行動においては、27項目で中国の方が日本よりも対処群が多く、ストレスマネジメントを活用していると考えられる。そのことが、結果的に中国の方が日本よりも介護負担感が低かったということの要因なのではないかと考える。

また、介護負担感については、ストレスマネジメントに加え日中の文化的背景の違いや、介護期間や要介護高齢者の年齢なども影響すると考えられる。本調査では介護期間が中国の方が日本よりも有意に短く、また要介護高齢者の年齢も中国の方が日本よりも有意に低かったことなどが影響している可能性が考えられるが、今後更なる検討が必要であると考ええる。

3. 家族介護者の支援のあり方について

坪井(2010b)が、「コーピングのあり方というのは、どれが良いというだけでなく、バランスよく使っていくことが重要な鍵である」というように、家族介護者が介護の関する負担からストレスを抱えた際は、様々なストレスマネジメントスタイルを状況に合わせてバランスよく使い分けることが大切になる。日本は、中国よりもストレスマネジメントスタイル自体の活用状況が低く介護負担感も高かったことから、日本の家族介護者の支援においては多様なストレスマネジメントスタイルを活用できるようなアプローチをすることが重要であると考ええる。

現在の日本は、介護を社会全体で担うという目的で介護保険法が整備されている。介護保険法は、介護は家族が行うものというこれまでの日本の介護の考え方を変えた革新的な制度である。介護者が身体的、精神的に介護負担から開放されることによってストレスが軽減すれば、家族介護者の認知症高齢者への対応も変化し、虐待予防にも繋がる可能性も考えられる。しかし、CAMI の項目「8. 歯をくいしばり、それに耐えていく」の対処群が日本は多かったという結果は、日本ではいまだに介護は家族が行うものであり、弱音を吐くことはタブーであるというような考え方が根強く残っていることを示唆していると考ええる。したがって、家族介護者の介護に対する思いや考え方にも配慮した上で、介護保険制度も必要な場合は適切なタイミング、内容で活用してもらい、介護負担の軽減に努めることが重要であると考ええる。また、「36. 家族会に参加する」の対処群の方が非対処群と比べて介護負担感が日本は低い傾向、中国は優位に低かった。前述したように、家族会とは、同じ境遇にある家族介護者が、同じ立場で様々な悩みを共有し、思いを表出する機会となり、精神的な安定を得られる場になっていたものと考えられる。したがって、家族会に参加できるよう家族介護者を支援することも重要なアプローチであると考ええる。

介護者の身体的介護負担が軽減し、精神的に余裕ができれば、介護者は認知症高齢者の心の拠り所、安心できる存在として支援し続けることができるのではないかと考える。このことは認知症高齢者、介護者の両者の QOL 向上につながる大切なことであると考ええる。

一方、現代の中国における高齢者対策の現状を考えると、その家族構造の特徴を理解する

必要がある。1979年に始まった一人っ子政策により「夫婦共働き、子ども1人」が一般的になっており、そこに高齢者を介護する余裕がない。それにもかかわらず、介護施設は十分になく、ましてや介護保険制度もない中、老後に不安を抱く中国人が多いと言われている。同時に、家族介護者への支援も十分ではないということが推測される。このような社会情勢であるが、2013年7月に独居高齢者の増加に伴い「高齢者權益保障法」が施行され、その中には介護人材の育成などサービス体制強化も盛り込まれている(独立行政法人労働政策研究・研修機構、2013)。今後中国においても、社会で高齢者を支援する体制が整えられていくことが望まれる。中国の介護負担感が日本よりも低かった背景として、介護期間が日本よりも有意に短かったことについて考えたが、いつまで続くかわからず終わりの見えない介護生活が介護負担感に与える影響は大きく、今後も寿命の延伸が予測される中国においても家族介護者へのアプローチは重要であると考えられる。

V. 結 論

1. CAMIの対処行動においては、中国の方が日本よりも、ストレスマネジメントを活用していると考えられる。そのことが、結果的に中国の方が日本よりも介護負担感が低かった要因の可能性が考えられる
2. 日本と中国のCAMIと介護負担感の関係で、CAMIの対処群が、非対処群よりも介護負担感が低かった項目は中国の方が多く、対処行動を多く活用し介護負担が軽減している介護者が多かった。
3. 日本の家族介護者の支援においては、多様なストレスマネジメントスタイルを活用できるようなアプローチをすることが重要であると考えられる。
4. 介護者の身体的介護負担が軽減し、精神的に余裕ができれば、介護者は認知症高齢者の心の拠り所、安心できる存在として支援し続けることができるのではないかと考える。このことは認知症高齢者、介護者の両者のQOL向上につながる大切なことであると考えられる。

本研究の限界

今回の研究では、なぜ中国の方がストレスマネジメントスタイルを多様に活用しているかを明らかにすることができなかった。今後は、中国においてストレスマネジメントスタイルを活用してきた背景について明らかにできるようなデータ収集方法を検討する必要がある。また、研究協力者数も少なく、限られた地域でのサンプリングのため一般化するには限界がある。今後は研究協力者を増やし検討していきたい。

本研究は平成21年度～23年度文部科学省科学研究費補助金基盤研究(C)(課題番号21592931)「認知症高齢者の介護準備状態にある家族介護者を対象にした研修モデルの開発と検証」(研究代表者：小野塚元子)による分担研究の一部で、26th International Conference of Alzheimer's Disease Internationalにおいて一部発表したものである。

参考文献

荒井由美子・細川徹(1997)：在宅高齢者・障害者を介護する者の負担感—日本語版評価尺度の作成—，第3回「健康文化」研究助成論文集，1-6。

独立行政法人労働政策研究・研修機構(2013)：「高齢者權益保障法」が7月に施行—「喜憂半々」の受け止め 期待と不安と，2014年9月4日
http://www.jil.go.jp/foreign/jihou/2013_7/china_05.htm

厚生労働省(2013)：認知症施策について 配布資料，2014年10月14日
http://www.mhlw.go.jp/houdou/kouhou/kaiken_shiryou/2013/dl/130607-01.pdf

Mike Nolan, John Keady, Gordon Grant(1995)：CAMI: a basis for assessment and support with family carers, British Journal of Nursing, 4(14), 824.

坪井康次(2010a)：ストレスコーピング 自分でできるストレスマネジメント，心身健康科学，6(2)，59。

坪井康次(2010b)：前掲，61。

表1. CAMI (ストレスマネジメントスタイル)38項目

1. いつもどおりの介護のやり方をきめて、それを守っていく	P:問題解決対処行動
2. 叫んだり、わめいたりして、気を紛らわす	DS:ストレス対処行動
3. 信頼できる人と問題について話しあう	P:問題解決対処行動
4. 自分自身のために使える自由時間を持つ	DS:ストレス対処行動
5. 前もって計画し、物事を行う	P:問題解決対処行動
6. 状況の良い側面を見出す	EC:情緒的対処行動
7. 私よりもっと悪い状況の人がいることを考える	EC:情緒的対処行動
8. 歯をくいしばり、それに耐えていく	EC:情緒的対処行動
9. 介護している高齢者と以前に良い時を持っていたことを思い出す	EC:情緒的対処行動
10. 問題解決のための情報を集める	P:問題解決対処行動
11. 介護している高齢者が非難されるべきでないことを悟る	EC:情緒的対処行動
12. 日々一日を過ごしていく	EC:情緒的対処行動
13. 家族から実際的な支えを得る	P:問題解決対処行動
14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする	P:問題解決対処行動
15. 家の環境を介護しやすいように整える	P:問題解決対処行動
16. 状況は過去より現状がよりよくなるのがわかる	EC:情緒的対処行動
17. できるだけ専門職者や他のサービス提供者の支援を得るようにする	P:問題解決対処行動
18. 問題の解決方法について考える	P:問題解決対処行動
19. つらくて泣いたりする	DS:ストレス対処行動
20. 現状をありのままに受け入れる	EC:情緒的対処行動
21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする	DS:ストレス対処行動
22. 問題を無視し、良くなると考える	EC:情緒的対処行動
23. 問題が事前に起こるのを防ぐ	P:問題解決対処行動
24. しっかりした信念をもつ	EC:情緒的対処行動
25. この状態に対処できる力があると信じる	EC:情緒的対処行動
26. ちょっと空想にふけり、自分自身の問題について考えるのを忘れる	EC:情緒的対処行動
27. 感情や狭い考えをコントロールする	EC:情緒的対処行動
28. 食べたり、お酒やたばこで気分転換をする	DS:ストレス対処行動
29. 自分自身の経験を立て直す	P:問題解決対処行動
30. 一番良い解決法が見出せるように、試みる	P:問題解決対処行動
31. 何を優先すべきか考える	P:問題解決対処行動
32. それぞれの状況で最も前向きな考えをする	EC:情緒的対処行動
33. 介護している高齢者に自分が何を期待しているか伝える	P:問題解決対処行動
34. 物事について、誰も非難されることはないことがわかる	EC:情緒的対処行動
35. 歩いたり、水泳をしたり、運動をして、力を得る	DS:ストレス対処行動
36. 家族会に参加する	DS:ストレス対処行動
37. リラクゼーションをとり入れる	DS:ストレス対処行動
38. 介護以外のことに興味を持つ	DS:ストレス対処行動

表2. 研究対象者の背景

項目		日本(n=105)	中国(n=138)	有意差
性別	女性	84(81.6%)	98(71.0%)	(1<p<.05)
	男性	19(18.4%)	40(29.0%)	
年齢	平均	62.6(±10.0)	50.65(±11.4)	(p<.01)
	範囲	31歳~82歳	24歳~87歳	
要介護者年齢	平均	83.8(±8.9)歳	76.2(±7.5)歳	(p<.01)
	範囲	60歳~102歳	60歳~102歳	
介護期間	平均	5.8(±4.8)年	3.3(±3.2)年	(p<.05)
	範囲	(2ヶ月~25年)	(1ヶ月~15年5ヶ月)	

表3. 日本と中国におけるCAMI対処率の比較

			中国	日本	合計
1. いつもどおりの介護のやり方をきめて、それを守っていく	非対処群	度数	33	36	69
		国の%	24.3%	39.1%	30.3%
		合計	136	92	228
	対処群	度数	103	56	159
		国の%	75.7%	60.9%	69.7%
		合計	136	92	228
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2=5.7$		p=0.017*
2. 叫んだり、わめいたりして、気を紛らわす	非対処群	度数	66	89	155
		国の%	52.4%	89.0%	68.6%
		合計	126	100	226
	対処群	度数	60	11	71
		国の%	47.6%	11.0%	31.4%
		合計	126	100	226
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2=34.7$		p=0.000***
3. 信頼できる人と問題について話しあう	非対処群	度数	35	44	79
		国の%	25.4%	43.6%	33.1%
		合計	138	101	239
	対処群	度数	103	57	160
		国の%	74.6%	56.4%	66.9%
		合計	138	101	239
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2=8.7$		p=0.003**
4. 自分自身のために使える自由時間を持つ	非対処群	度数	71	28	99
		国の%	51.4%	26.9%	40.9%
		合計	138	104	242
	対処群	度数	67	76	143
		国の%	48.6%	73.1%	59.1%
		合計	138	104	242
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2=14.8$		p=0.000***
5. 前もって計画し、物事を行う	非対処群	度数	31	34	65
		国の%	22.6%	34.0%	27.4%
		合計	137	100	237
	対処群	度数	106	66	172
		国の%	77.4%	66.0%	72.6%
		合計	137	100	237
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2=3.8$		p=0.052

		中国	日本	合計
6. 状況の良い側面を見出す	非対処群	度数 国の%	17 12.3%	46 26.8%
	対処群	度数 国の%	121 87.7%	51 31.2%
	合計	度数 国の%	138 100%	97 100%
			$\chi^2 = 35.8$	p=0.000***
7. 私よりもっと悪い状況の人がいることを考える	非対処群	度数 国の%	58 42.0%	48 31.2%
	対処群	度数 国の%	80 58.0%	54 37.2%
	合計	度数 国の%	138 100%	102 74.4%
			$\chi^2 = 0.60$	p=0.438
8. 歯をくいしばり、それに耐えていく	非対処群	度数 国の%	27 19.6%	82 54.2%
	対処群	度数 国の%	111 80.4%	18 11.8%
	合計	度数 国の%	138 100%	100 72.6%
			$\chi^2 = 91.1$	p=0.000***
9. 介護している高齢者と以前に良い時を持っていたことを思い出す	非対処群	度数 国の%	16 11.6%	63 42.2%
	対処群	度数 国の%	122 88.4%	39 25.8%
	合計	度数 国の%	138 100%	102 74.4%
			$\chi^2 = 66.8$	p=0.000***
10. 問題解決のための情報を集める	非対処群	度数 国の%	33 24.3%	40 26.5%
	対処群	度数 国の%	103 75.7%	58 39.5%
	合計	度数 国の%	136 100%	98 71.0%
			$\chi^2 = 7.3$	p=0.007**
11. 介護している高齢者が非難されるべきでないことを悟る	非対処群	度数 国の%	38 28.1%	41 30.3%
	対処群	度数 国の%	97 71.9%	54 40.0%
	合計	度数 国の%	135 100%	95 70.3%
			$\chi^2 = 5.6$	p=0.018*
12. 日々一日を過ごしていく	非対処群	度数 国の%	97 70.8%	39 29.2%
	対処群	度数 国の%	40 29.2%	49 36.3%
	合計	度数 国の%	137 100%	88 65.5%
			$\chi^2 = 15.7$	p=0.000***

日本と中国における認知症高齢者の家族介護者のストレスマネジメントについての検討

			中国	日本	合計
13. 家族から実際的な支えを得る	非対処群	度数	17	44	61
		国の%	12.4%	42.7%	25.4%
	対処群	度数	120	59	179
		国の%	87.6%	57.3%	74.6%
合計	度数	137	103	240	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=28.5$ p=0.000***
14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする	非対処群	度数	23	38	61
		国の%	17.0%	39.2%	26.3%
	対処群	度数	112	59	171
		国の%	83.0%	60.8%	73.7%
合計	度数	135	97	232	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=14.3$ p=0.000***
15. 家の環境を介護しやすいように整える	非対処群	度数	11	30	41
		国の%	8.0%	29.7%	17.2%
	対処群	度数	126	71	197
		国の%	92.0%	70.3%	82.8%
合計	度数	137	101	238	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=19.2$ p=0.000***
16. 状況は過去より現状がよりよくなるのがわかる	非対処群	度数	25	57	82
		国の%	18.2%	62.0%	35.8%
	対処群	度数	112	35	147
		国の%	81.8%	38.0%	64.2%
合計	度数	137	92	229	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=45.7$ p=0.000***
17. できるだけ専門職者や他のサービス提供者の支援を得るようにする	非対処群	度数	27	14	41
		国の%	19.7%	13.6%	17.1%
	対処群	度数	110	89	199
		国の%	80.3%	86.4%	82.9%
合計	度数	137	103	240	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=1.6$ p=0.212
18. 問題の解決方法について考える	非対処群	度数	26	39	65
		国の%	19.0%	40.6%	27.9%
	対処群	度数	111	57	168
		国の%	81.0%	59.4%	72.1%
合計	度数	137	96	233	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=13.2$ p=0.000***
19. つらくて泣いたりする	非対処群	度数	83	83	166
		国の%	60.6%	83.8%	70.3%
	対処群	度数	54	16	70
		国の%	39.4%	16.2%	29.7%
合計	度数	137	99	236	
	国の%	100%	100%	100%	
					$\chi^2=14.9$ p=0.000***

		中国	日本	合計	
20. 現状をありのままに受け入れる	非対処群	度数 国の%	54 39.7%	36 35.6%	90 38.0%
	対処群	度数 国の%	82 60.3%	65 64.4%	147 62.0%
	合計	度数 国の%	136 100%	101 100%	237 100%
			$\chi^2 = 0.41$	$p = 0.524$	
21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする	非対処群	度数 国の%	36 26.3%	20 19.4%	56 23.3%
	対処群	度数 国の%	101 73.7%	83 80.6%	184 76.7%
	合計	度数 国の%	137 100%	103 100%	240 100%
			$\chi^2 = 1.54$	$p = 0.214$	
22. 問題を無視し、良くなると考える	非対処群	度数 国の%	71 51.8%	82 85.4%	153 65.7%
	対処群	度数 国の%	66 48.2%	14 14.6%	80 34.3%
	合計	度数 国の%	137 100%	96 100%	233 100%
			$\chi^2 = 28.3$	$p = 0.000^{***}$	
23. 問題が事前に起こるのを防ぐ	非対処群	度数 国の%	33 24.4%	40 40.4%	73 31.2%
	対処群	度数 国の%	102 75.6%	59 59.6%	161 68.8%
	合計	度数 国の%	135 100%	99 100%	234 100%
			$\chi^2 = 6.8$	$p = 0.009^{**}$	
24. しっかりした信念をもつ	非対処群	度数 国の%	27 19.7%	40 40.4%	67 28.4%
	対処群	度数 国の%	110 80.3%	59 59.6%	169 71.6%
	合計	度数 国の%	137 100%	99 100%	236 100%
			$\chi^2 = 12.1$	$p = 0.001^{**}$	
25. この状態に対処できる力があると信じる	非対処群	度数 国の%	30 22.2%	58 59.2%	88 37.8%
	対処群	度数 国の%	105 77.8%	40 40.8%	145 62.2%
	合計	度数 国の%	135 100%	98 100%	233 100%
			$\chi^2 = 33.0$	$p = 0.000^{***}$	
26. ちょっと空想にふけり、自分自身の問題について考えるのを忘れる	非対処群	度数 国の%	56 40.6%	84 86.6%	140 59.6%
	対処群	度数 国の%	82 59.4%	13 13.4%	95 40.4%
	合計	度数 国の%	138 100%	97 100%	235 100%
			$\chi^2 = 50.1$	$p = 0.000^{***}$	

日本と中国における認知症高齢者の家族介護者のストレスマネジメントについての検討

			中国	日本	合計
27. 感情や狭い考えをコントロールする	非対処群	度数	28	51	79
		国の%	40.0%	53.1%	47.6%
	対処群	度数	42	45	87
		国の%	60.0%	46.9%	52.4%
合計	度数	70	96	166	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 2.8$		p=0.095
28. 食べたり、お酒やたばこで気分転換をする	非対処群	度数	77	69	146
		国の%	61.1%	68.3%	64.3%
	対処群	度数	49	32	81
		国の%	38.9%	31.7%	35.7%
合計	度数	126	101	227	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 1.27$		p=0.26
29. 自分自身の経験を立て直す	非対処群	度数	27	67	94
		国の%	19.7%	72.8%	41.0%
	対処群	度数	110	25	135
		国の%	80.3%	27.2%	59.0%
合計	度数	137	92	229	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 64.2$		p=0.000***
30. 一番良い解決法が見出せるように、試みる	非対処群	度数	20	40	60
		国の%	14.6%	40.4%	25.4%
	対処群	度数	117	59	176
		国の%	85.4%	59.6%	74.6%
合計	度数	137	99	236	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 20.2$		p=0.000***
31. 何を優先すべきか考える	非対処群	度数	32	30	62
		国の%	23.2%	31.3%	26.5%
	対処群	度数	106	66	172
		国の%	76.8%	68.8%	73.5%
合計	度数	138	96	234	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 1.89$		p=0.17
32. それぞれの状況で最も前向きな考えをする	非対処群	度数	25	35	60
		国の%	18.2%	36.5%	25.8%
	対処群	度数	112	61	173
		国の%	81.8%	63.5%	74.2%
合計	度数	137	96	233	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 9.8$		p=0.002**
33. 介護している高齢者に自分が何を期待しているか伝える	非対処群	度数	34	80	114
		国の%	24.8%	80.8%	48.3%
	対処群	度数	103	19	122
		国の%	75.2%	19.2%	51.7%
合計	度数	137	99	236	
		国の%	100%	100%	100%
			$\chi^2 = 72.1$		p=0.000***

			中国	日本	合計
34. 物事について、誰も非難されることはないことがわかる	非対処群	度数 国の%	55 40.1%	56 61.5%	111 48.7%
	対処群	度数 国の%	82 59.9%	35 38.5%	117 51.3%
	合計	度数 国の%	137 100%	91 100%	228 100%
			$\chi^2 = 10.0$		p=0.002**
35. 歩いたり、水泳をしたり、運動をして、力を得る	非対処群	度数 国の%	37 26.8%	57 58.2%	94 39.8%
	対処群	度数 国の%	101 73.2%	41 41.8%	142 60.2%
	合計	度数 国の%	138 100%	98 100%	236 100%
			$\chi^2 = 23.5$		p=0.000***
36. 家族会に参加する	非対処群	度数 国の%	23 16.8%	86 87.8%	109 46.4%
	対処群	度数 国の%	114 83.2%	12 12.2%	126 53.6%
	合計	度数 国の%	137 100%	98 100%	235 100%
			$\chi^2 = 115.7$		p=0.000***
37. リラクゼーションをとりいれる	非対処群	度数 国の%	6 7.2%	70 73.7%	76 42.7%
	対処群	度数 国の%	77 92.8%	25 26.3%	102 57.3%
	合計	度数 国の%	83 100%	95 100%	178 100%
			$\chi^2 = 80.0$		p=0.000***
38. 介護以外のことに興味を持つ	非対処群	度数 国の%	33 24.3%	34 34.7%	67 28.6%
	対処群	度数 国の%	103 75.7%	64 65.3%	167 71.4%
	合計	度数 国の%	136 100%	98 100%	234 100%
			$\chi^2 = 3.03$		p=0.08

P: 問題解決対処行動

DS: ストレス対処行動

EC: 情緒的対処行動

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

表4. 日本の家族介護者の ZBI と CAMI の関連

項目		N	ZBI 平均値	標準偏差	有意確率
1. いつもどおりの介護のやり方をきめて、それを守っていく	非対処群	35	38.29	15.05	
	対処群	53	38.53	16.27	
2. 叫んだり、わめいたりして、気を紛らわす	非対処群	83	37.59	14.12	
	対処群	9	42.89	22.03	
3. 信頼できる人と問題について話しあう	非対処群	43	39.58	17.60	
	対処群	50	38.36	14.16	
4. 自分自身のために使える自由時間を持つ	非対処群	27	46.59	17.16	0.001 **
	対処群	69	35.28	14.10	
5. 前もって計画し、物事を行う	非対処群	33	40.97	15.85	
	対処群	60	37.02	15.21	
6. 状況の良い側面を見出す	非対処群	45	40.07	15.40	
	対処群	45	37.33	15.86	
7. 私よりもっと悪い状況の人がいることを考える	非対処群	47	37.43	15.61	
	対処群	47	39.43	16.22	
8. 歯をくいしばり、それに耐えていく	非対処群	78	35.77	14.38	0.000 ***
	対処群	15	51.67	14.10	
9. 介護している高齢者と以前に良い時を持っていたことを思い出す	非対処群	58	38.02	17.00	
	対処群	36	39.47	14.22	
10. 問題解決のための情報を集める	非対処群	36	37.08	16.70	
	対処群	55	40.38	15.37	
11. 介護している高齢者が非難されるべきでないことを悟る	非対処群	38	37.68	16.86	
	対処群	50	38.36	15.02	
12. 日々一日を過ごしていく	非対処群	38	36.53	15.32	
	対処群	45	39.33	16.31	
13. 家族から実際的な支えを得る	非対処群	41	39.02	17.45	
	対処群	54	37.98	14.72	
14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする	非対処群	38	45.39	15.62	0.000 ***
	対処群	52	33.60	14.91	
15. 家の環境を介護しやすいように整える	非対処群	29	41.00	17.15	
	対処群	64	37.55	15.23	
16. 状況は過去より現状がよりよくなることがわかる	非対処群	52	39.44	16.91	
	対処群	33	35.76	15.80	
17. できるだけ専門職者や他のサービス提供者の支援を得るようにする	非対処群	14	34.71	17.38	
	対処群	81	39.31	15.50	
18. 問題の解決方法について考える	非対処群	37	40.86	17.02	
	対処群	52	37.23	14.49	
19. つらくて泣いたりする	非対処群	78	37.55	15.66	
	対処群	13	43.38	15.63	
20. 現状をありのままに受け入れる	非対処群	35	41.60	17.03	
	対処群	58	36.83	14.95	
21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする	非対処群	17	48.59	16.87	0.002 **
	対処群	78	35.91	14.52	
22. 問題を見向き、良くなるを考える	非対処群	77	38.40	16.27	
	対処群	13	40.62	10.16	
23. 問題が事前に起こるのを防ぐ	非対処群	38	39.63	14.99	
	対処群	53	37.70	16.02	
24. しっかりした信念をもつ	非対処群	34	40.59	16.38	
	対処群	57	37.30	15.68	

項目		N	ZBI 平均値	標準偏差	有意確率
25. この状態に対処できる力があると信じる	非対処群	51	40.27	15.90	
	対処群	39	37.26	16.09	
26. ちょっと空想にふけり、自分自身の問題について考えるのを忘れる	非対処群	80	39.01	15.54	
	対処群	10	33.90	16.18	
27. 感情や狭い考えをコントロールする	非対処群	47	38.15	15.35	
	対処群	42	38.31	16.00	
28. 食べたり、お酒やたばこで気分転換をする	非対処群	61	38.89	15.26	
	対処群	32	38.34	17.14	
29. 自分自身の経験を立て直す	非対処群	61	38.95	16.89	
	対処群	25	38.04	15.04	
30. 一番良い解決法が見出せるように、試みる	非対処群	37	40.22	17.32	
	対処群	54	37.89	15.15	
31. 何を優先すべきか考える	非対処群	29	35.72	15.01	
	対処群	60	39.43	15.82	
32. それぞれの状況で最も前向きな考えをする	非対処群	34	40.18	16.15	
	対処群	55	37.65	15.48	
33. 介護している高齢者に自分が何を期待しているか伝える	非対処群	72	39.10	16.35	
	対処群	19	34.95	12.22	
34. 物事について、誰も非難されることはないことがわかる	非対処群	52	38.87	16.56	
	対処群	33	37.88	14.69	
35. 歩いたり、水泳をしたり、運動をして、力を得る	非対処群	51	39.25	15.39	
	対処群	40	35.30	14.80	
36. 家族会に参加する	非対処群	81	38.96	15.26	0.061
	対処群	10	29.30	14.80	†
37. リラクゼーションをとり入れる	非対処群	65	38.11	15.98	
	対処群	23	37.48	15.17	
38. 介護以外のことに興味を持つ	非対処群	31	44.19	16.30	0.001
	対処群	59	33.78	13.07	**

□ P:問題解決対処行動 □ DS:ストレス対処行動 □ EC:情緒的対処行動
† 1<p<.05 *p<.05 **p<.01 ***p<.001

表5. 中国の家族介護者の ZBI と CAMI の関連

項目		N	ZBI 平均値	標準偏差	有意確率
1. いつもどおりの介護のやり方をきめて、それを守っていく	非対処群	31	35.45	13.50	
	対処群	84	31.71	13.21	
2. 叫んだり、わめいたりして、気を紛らわす	非対処群	58	29.78	11.54	0.018
	対処群	55	35.60	14.13	
3. 信頼できる人と問題について話しあう	非対処群	33	35.73	13.76	
	対処群	83	31.45	12.98	
4. 自分自身のために使える自由時間を持つ	非対処群	52	33.38	13.16	
	対処群	64	32.08	13.47	
5. 前もって計画し、物事を行う	非対処群	29	35.10	13.69	
	対処群	86	31.77	13.19	
6. 状況の良い側面を見出す	非対処群	15	39.20	7.94	0.041
	対処群	101	31.69	13.67	
7. 私よりもっと悪い状況の人がいることを考える	非対処群	53	31.28	11.78	
	対処群	63	33.83	14.43	
8. 歯をくいしばり、それに耐えていく	非対処群	26	33.35	12.96	
	対処群	90	32.47	13.45	
9. 介護している高齢者と以前に良い時を持っていたことを思い出す	非対処群	13	42.00	13.38	0.007
	対処群	103	31.49	12.87	
10. 問題解決のための情報を集める	非対処群	25	33.60	13.16	
	対処群	89	32.60	13.36	
11. 介護している高齢者が非難されるべきでないことを悟る	非対処群	33	32.94	13.26	
	対処群	80	32.85	13.42	
12. 日々一日を過ごしていく	非対処群	80	31.95	12.56	
	対処群	36	34.25	14.85	
13. 家族から実際的な支えを得る	非対処群	15	35.87	14.46	
	対処群	100	31.81	12.62	
14. 介護している高齢者をできるだけ活動的であるようにする	非対処群	22	38.00	14.33	0.021
	対処群	91	30.90	12.33	
15. 家の環境を介護しやすいように整える	非対処群	11	41.00	13.08	0.018
	対処群	104	31.42	12.57	
16. 状況は過去より現状がよりよくなることがわかる	非対処群	24	37.63	13.09	0.023
	対処群	91	30.95	12.52	
17. できるだけ専門職者や他のサービス提供者の支援を得るようにする	非対処群	24	35.17	13.81	
	対処群	91	31.59	12.59	
18. 問題の解決方法について考える	非対処群	23	35.91	13.53	
	対処群	92	31.45	12.63	
19. つらくて泣いたりする	非対処群	78	30.71	12.34	0.048
	対処群	37	35.78	13.47	
20. 現状をありのままに受け入れる	非対処群	51	30.20	12.33	
	対処群	63	34.00	13.24	
21. 本を読んだりテレビをみたりなど、気分転換に役立つことをする	非対処群	35	37.43	12.13	0.005
	対処群	80	30.11	12.63	
22. 問題を見向きし、良くなるを考える	非対処群	66	31.85	12.19	
	対処群	49	33.00	13.84	
23. 問題が事前に起こるのを防ぐ	非対処群	28	36.61	13.51	0.063
	対処群	87	31.24	13.03	
24. しっかりした信念をもつ	非対処群	24	36.92	12.15	0.078
	対処群	92	31.55	13.41	

項目		N	ZBI 平均値	標準偏差	有意確率
25. この状態に対処できる力があると信じる	非対処群	28	33.39	14.14	
	対処群	87	32.61	13.05	
26. ちょっと空想にふけり、自分自身の問題について考えるのを忘れる	非対処群	51	33.55	12.10	
	対処群	65	31.97	14.20	
27. 感情や狭い考えをコントロールする	非対処群	27	32.59	12.31	
	対処群	37	31.73	15.22	
28. 食べたり、お酒やたばこで気分転換をする	非対処群	69	31.58	13.05	
	対処群	45	34.84	13.48	
29. 自分自身の経験を立て直す	非対処群	26	32.65	12.78	
	対処群	90	32.67	13.50	
30. 一番良い解決法が見出せるように、試みる	非対処群	20	38.10	12.04	0.044 *
	対処群	96	31.53	13.31	
31. 何を優先すべきか考える	非対処群	28	34.96	11.76	
	対処群	88	31.93	13.72	
32. それぞれの状況で最も前向きな考えをする	非対処群	23	35.57	12.50	
	対処群	92	31.96	13.52	
33. 介護している高齢者に自分が何を期待しているか伝える	非対処群	31	35.42	13.07	
	対処群	84	31.67	13.38	
34. 物事について、誰も非難されることはないことがわかる	非対処群	54	33.72	13.39	
	対処群	62	31.74	13.24	
35. 歩いたり、水泳をしたり、運動をして、力を得る	非対処群	33	37.88	12.53	0.007 **
	対処群	83	30.59	13.08	
36. 家族会に参加する	非対処群	22	39.68	13.72	0.005 **
	対処群	94	31.02	12.71	
37. リラクゼーションをとり入れる	非対処群	6	43.33	7.17	0.022 *
	対処群	62	30.52	13.10	
38. 介護以外のことに興味を持つ	非対処群	29	32.97	12.19	
	対処群	86	32.80	13.60	

□ P:問題解決対処行動 □ DS:ストレス対処行動 □ EC:情緒的対処行動
† 1<p<.05 *p<.05 **p<.01 ***p<.001