

## ケアマネジャーからみた遠距離介護 －別居子と老親をつなぐ地域包括ケアシステム－

鍋 山 祥 子

はじめに

1. ケアマネジャーにとっての遠距離介護
  - 1-1 既存研究
  - 1-2 調査概要
2. 遠距離介護とケアマネジャー
  - 2-1 調整役としての別居子の特徴
  - 2-2 別居子との調整において重要なポイント
3. 遠距離介護の継続に必要なこと
  - 3-1 介護保険外サービス
  - 3-2 遠距離介護の継続に必要なもの

終わりに

はじめに

2000年の介護保険制度開始にともなって、高齢者と介護サービスをつなぐ要として「ケアマネジャー」という専門職種が創設された。文字通り、利用者にふさわしいケアサービスを組み立てる、つまりケアをマネジメントする役割を担っており、正式名称は「介護支援専門員」である。ケアマネジャーは、高齢者やその家族の状況を把握し、連絡を取り、必要なケアサービスの種類や頻度を見極め提案し、事業者と利用者である高齢者をつなぎ調整をする。高齢者ケアの中心となる制度が介護保険である現在、介護保険サービスの利用開始から継続、そしてその終了までに立ち会う専門職であるケアマネジャーは、地域における高齢者ケアの現状を最もよく知る人々といえる。

また、介護保険制度も開始から20年が経ち、さまざまな問題は指摘されながらも、認知度や利用度からみても、制度として円熟してきた。現在政府は、この介護保険制度を中心にしながら、高齢者の医療・住まい・生活支援

などを一体的に提供する地域包括ケアシステムの2025年までの導入を、各市町村に求めている。

こうした地域における高齢者ケア体制の整備が進められるなか、高齢者の暮らしは変化し続けており、「国民生活基礎調査」によると2019年の時点で高齢者の60.0%が夫婦のみか一人で暮らしている。それに伴い、同居していない子ども、つまり別居子が老親の生活を心配し、離れていながら老親の介護体制を支援するという遠距離介護が増加している。

本稿では、今後も増加するであろう遠距離介護をケアマネジャーの目を通して考察する。ケアマネジャーは遠距離介護をどう捉えており、ケアマネジメントへの影響はあるのか、そして、遠距離介護にとっての地域包括ケアシステムの意義について検討する。

## 1. ケアマネジャーにとっての遠距離介護

### 1-1 既存研究

これまで、遠距離介護に着目して研究を継続するなかで、別居子が遠距離介護をどのように継続しているのかを仕事と介護の両立方法に焦点をあてて考察したり（鍋山 2010）、遠距離介護にとって必要不可欠な介護サービスの利用を拒否する高齢者をセルフ・ネグレクト概念から分析してきた（鍋山 2021）。また、別居子の立場からだけではなく、遠距離介護の始まりに立ち会うことの多い、病院に勤める医療ソーシャルワーカーに聞き取り調査を実施し、別居子へのアセスメントの難しさや特徴、そして、地域包括ケアシステムに高齢者をつなぐ場合のポイントなどを明らかにした（鍋山 2020）。

今回は、地域包括ケアシステムの中で、高齢者や別居子に継続的に関わるケアマネジャーを対象として、遠距離介護への対応についての考察を進める。別居子とケアマネジャーとの関連を調査した数少ない既存研究としては、「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」（松下・米増・大井 2007）や「ケアマネジャーによる通い介護家族への援助における課題と援助方法の検討」（松下・米増 2011）

という、看護学の領域における専門職に求められる遠距離介護支援についての検討がある。そこでは、ケアマネジャーや保健師からの聞き取り調査をもとに、遠距離介護を支援する場合に特有の難しさや、介護保険だけではなく多様なサービスの必要性が指摘されている。これらは、前述の拙稿（鍋山2020）においても、同様の結果が得られており、別居子による遠距離介護の特徴や難しさは、ある程度、類型化できるといえる。

## 1-2 調査概要

本論文で検討するのは、ケアプランを作成しているケアマネジャーを対象として筆者が2020年10月に実施した「地域包括ケアシステムが遠距離介護に与える影響に関するケアマネジャー調査」である。全国のケアマネジャーから得られた有効回答100件<sup>1)</sup>を分析する。100件のうち9.0%は、調査時点でケアマネジャーを辞していたが、過去の経験について回答をしてもらった。

### 1-2-1 回答者

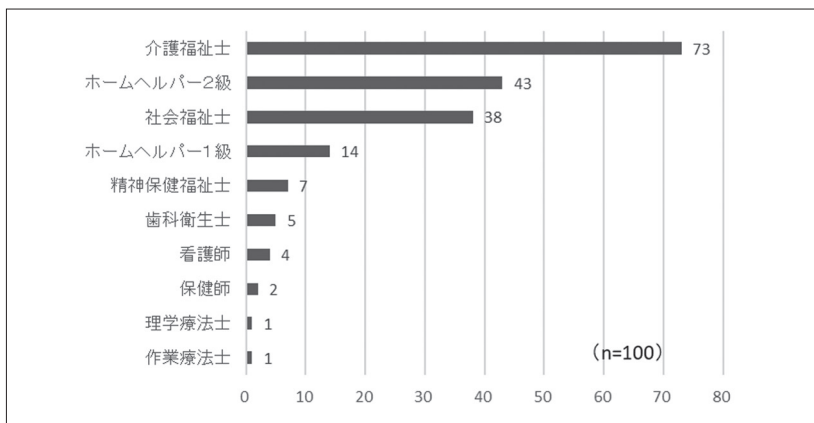
回答者の居住地は北海道から沖縄まで、広く全国に分布しており、偏りはない。ケアマネジャーとしての通算勤務年数は、最長20年から最短1年であり、平均値は8.93年である。雇用形態は、ほとんどが正規職員（95.0%）であり、フルタイムの非正規職員が4.0%、短時間の非正規職員が1.0%である。

ケアマネジャーとして仕事をするには、介護支援専門員の資格が必要であり、その受験要件として「介護・医療・福祉分野の資格を持ち5年以上の実務経験」が求められる。そこで、回答者が保有している介護支援専門員以外の資格について、複数回答を得た。その結果は図表1-1のようになり、介護福祉士が73.0%と最も多く、次にホームヘルパー2級が43.0%、社会福祉士が38.0%と続く。介護支援専門員以外に、複数の資格を所有しているケースが66.0%と、過半数を超えている。

---

1) 調査は、株式会社クロス・マーケティングに委託の上、webアンケートとして実施した。まず、職業がケアマネジャーである543名の登録会員に対して調査依頼を配信し、有効な回答が得られた106件の中から、ランダムに100件を抽出したものを分析した。

図表1-1 保有資格（複数回答）

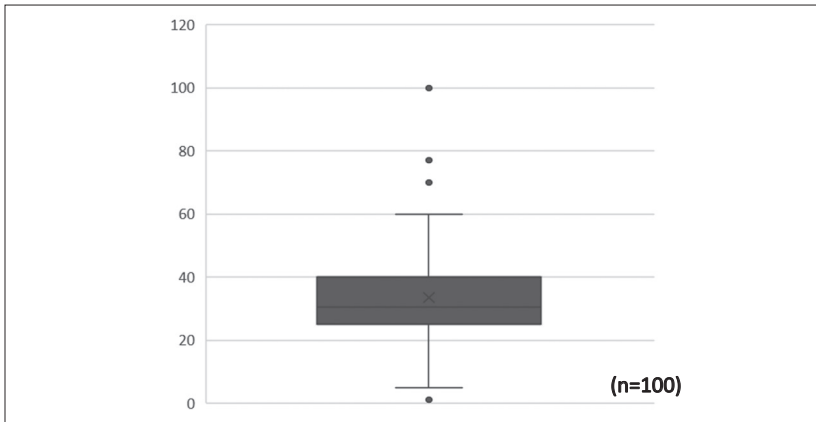


### 1-2-2 遠距離介護の取り扱い状況

「はじめに」で、遠距離介護が増加していると述べたが、実際に現在、高齢者ケアの最前線で要介護高齢者とその介護の状況を把握しているケアマネジャーは、遠距離介護の実態をどう捉えているのだろうか。

厚生労働省による全国調査によると、ケアマネジャーの平均担当件数は、2020年の実態調査でケアマネジャー（常勤換算）一人あたり39.4件である。（厚生労働省 2020：14）本調査でも担当件数についてたずねており、その結果、図表1-2に示す通り担当件数の平均は33.5であり、全国調査との近い数値が出ている。

図表1-2 担当ケース数



さらに「担当ケースのうち、要介護者と離れて暮らす子ども（別居子）と調整をおこなっているケース数」について回答を求めたところ、平均値は11.4となり、担当しているケースのなかの約3分の1は遠距離介護にあたるものと推察される。

次に、ケアマネジャーがケアプランの作成やモニタリングにあたって、別居子が調整役であるときに感じる同居家族との違いを自由回答で求めた。

## 2. 遠距離介護とケアマネジャー

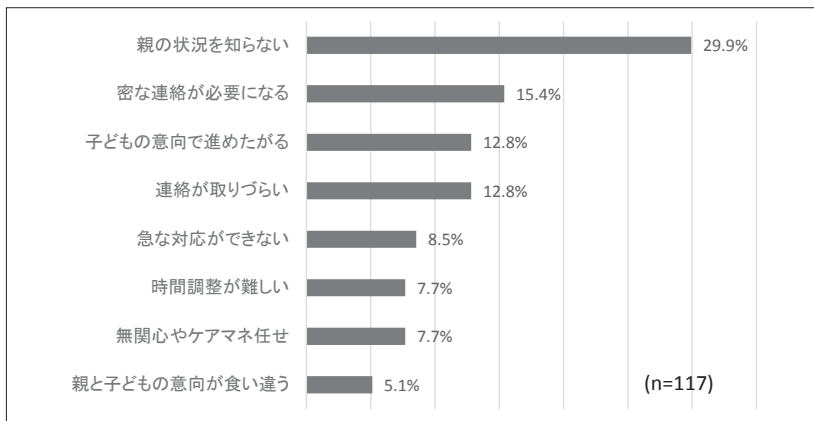
### 2-1 調整役としての別居子の特徴

#### ①親の状況についての無理解

これまでの研究でも、遠距離介護の場面での別居子の特徴を明らかにしてきた。その一例として、医療ソーシャルワーカーへの聞き取り調査によって、別居子は一緒に住んでいないがゆえに親の生活実態や金銭事情がわかっていないという傾向を指摘した。（鍋山 2020）今回の調査では、ケアマネジャーが要介護高齢者のケアプランを立て、日常生活のモニタリングをおこなうなかで、調整役となっている別居子の特徴を、自由回答として挙げてもらった。得られた回答を要素別に抽出した結果、117要素が確認でき、それ

らを類型化したものを図表2-1に示している。

図表2-1 別居子の特徴



やはり、もっとも多かったのが、既存研究と同様に「親の状況を知らない」29.9%というものである。具体的な回答としては、「状態把握が出来ていないので、話をしても伝わらない事がある。(40歳：2/20)<sup>2)</sup>」「本人の状況を正確に把握していないため、必要なサービスが理解されにくい。(59歳：25/26)」また、「子どもが別居であるため要介護者本人の状態を理解・把握していないのにケアマネやサービス担当者に的外れな意見や希望を出す場合がある。(47歳：8/21)」など、親の状況がわからないがゆえに、適切な利用サービスについての理解もスムーズに進まないというものである。

## ②ケアプランへの関与

さらに、こうした別居子の親の状況についての無知や無理解は、ケアプランを立てるうえで、相反する二つの特徴になって表れている。図表2-1の分類では、一つは「子どもの意向で進めたがる」12.8%で、もう一つは「無関

2) 自由回答の文末には、回答者の年齢と受け持ち件数に対する遠距離介護のケース数を記している。

心やケアマネ任せ」7.7%である。

前者については、拙稿「遠距離介護を困難にする一要因としての介護拒否－セルフ・ネグレクト概念による考察－（鍋山 2021）」で明らかにしたように、別居子としては親の生活に必要な不可欠にみえるサービスの導入を親が拒否する理由の一つに、子どもにとっての「親に使って欲しいサービス」と親にとっての「自分に必要なサービス」とのズレがあった。親の生活を実際にアセスメントしているケアマネジャーによって「親の生活をよく知らない別居子が自分の思いでサービスを入れようとする」と指摘されるのは、こうした状況を指していると判断できる。

具体的には「要介護者本人の意向ではなく、別居子を中心として物事を進める傾向がある。(54歳：11/30)」や、「漠然と不安に思っており、過剰なサービスを希望される。(54歳：20/33)」 「本人の状態や希望を理解できていないのに、サービスだけを過剰に求めてくる。(47歳：3/30)」 また「時として利用者本位の支援が家族の意向により損なわれるケースもある。(61歳：8/35)」 などである。これらのケースにおいて、別居子とはとにかく心配が先に立ち、親の意向や現状分析よりも、自分の安心のために過剰なサービス導入を求めているともいえる。

こうした別居子の要求は、親の状況を実際に把握する立場にあるケアマネジャーにとっては、別居子は「親と子どもの意向が食い違う」5.1%（図表2-1）傾向にあると理解されたり、その対応として「本人の意向と、別居子の意向が違う場合の擦り合わせや、落としどころの見極め（54歳：11/30）」が必要だという対策方法につながったりしている。

一方、別居子は「無関心やケアマネ任せ」の傾向があるという場合の具体的な回答例としては、「細かなことはおっしゃらずに任せる感じが強い気がします。(48歳：6/9)」 「離れている分、お任せ感が大きい。(50歳：20/30)」 などがある。

つまり、親の暮らしについてよく把握できていないという別居子の特徴が、ケアプランへの関与において、不安を解消するための過剰なサービス欲

求という形で表れるのか、関与そのものを避けるという態度に向かうのか、どちらにせよケアマネジャーには両極端にみえている。それは、「(別居子は)必要以上に心配されるか無関心か差が大きい。(45歳：6/35)」という回答にも表れている。

### ③連絡業務への影響

今回の調査で興味深いのは、日常生活を共にしていないことで、親の生活や身体の状態がわからないという別居子の特徴が、ケアマネジャーの業務に対して与える影響も多く挙げられていたことである。実際の回答をみながら、考察を進める。

まず、「密な連絡が必要になる」15.4%という回答の具体例を挙げる。「要介護者の現状を知らない場合が多い。自分が思う親のイメージと現状がかけ離れている場合が多く、実態を受け入れられなかったり、理解できないパターンが多い。そして、それを理解してもらうためにはじっくり時間をかけて話し合う必要がある。(47歳：3/20)」また、「要介護者が自宅で暮らす困難さを実感しにくく、どのようなサービスが、どのくらい必要か分からないため、説明が難しい。(48歳：15/25)」さらに、「親が身近にいない分、より詳しく状況報告をして、課題を導き、サービスを提案するなどの調整が必要。(50歳：20/30)」などの回答からは、ケアプランを立て、サービスを導入するにあたって、まず親の生活状況や心身の衰え状況などから丁寧に説明をしなくては、サービスの必要性やケアプランの妥当性について、別居子に理解してもらうのが難しいという問題が指摘されている。

こうした、電話やメール、郵便などの連絡ツールを駆使した密な連絡の必要性に加えて、図表2-1にある「連絡が取りづらい」12.8%というものや、身体の不調を訴える親を急いで病院に連れていかなくてはならないときなどに別居子では「急な対応ができない」8.5%という別居子の特徴は、ケアマネジャーの業務に対しては、「時間調整が難しい」7.7%という負の影響を与えることになる。具体的な回答としては、「(別居子が)仕事をしている場合

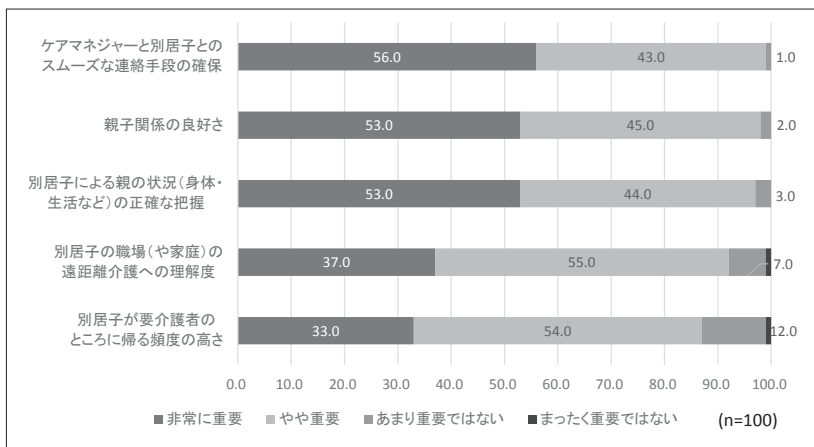


が多いので、日勤の時間帯に連絡を取ったり会ったりする事が難しい場合が多々ある。勤務終了後の遅い時間帯や土日の休みに仕事として家族と連絡・面会する事もあり、ストレスを感じる。(47歳：8/21)」また「電話をする時間が夜間になりがち。(45歳：6/35)」など、別居子のニーズに合わせる必要から、ケアマネジャーの働き方への負荷が大きくなる事への不満が語られている。さらに、連絡のための時間調整だけでなく、「入院時などすぐに動いてもらえない時、家族代わりに対応することがある。(51歳：2/48)」など、ケアマネジャーが緊急措置として家族の代替役割をすることもある。そして、こうした丁寧な対応は、時間だけでなく、通信料の負担増などに直結する。通信料については、「プランの捺印等で郵送のやり取りが多くなり通信料がかかる。(38歳：10/30)」と、別居子への対応における金銭的負担も表明されている。

## 2-2 別居子との調整において重要なポイント

前項において、ケアマネジャーが思う別居子の特徴やその対応の難しさについての自由回答を分析した。ここからは、別居子が調整役である場合に、スムーズなケアプランの作成やモニタリングにあたって重要だと思われる事項をみていく。調査では、図表2-2にある5つのポイント（ケアマネジャーと別居子とのスムーズな連絡手段の確保・親子関係の良好さ・別居子による親の状況の正確な把握・別居子の職場の遠距離介護への理解度・別居子が要介護者のところに帰る頻度の高さ）を挙げ、それぞれについて重要だと考えるか否かを4段階で回答してもらった。

図表2-2 別居子が調整役の場合のスムーズなケアマネジメントにとって重要な項目



回答結果を全体としてみると、5つすべてのポイントで「非常に重要」と「やや重要」の合計が9割近くからほぼ100%に達しており、ケアマネジャーのスムーズな業務の遂行にとって、別居子の親のケアへの関与度の高さが、好ましく思われていることがわかる。「非常に重要である」という回答に着目すると、ケアマネジャーの半数以上が「スムーズな連絡手段の確保」56.0%、「親子関係の良好さ」53.0%、「親の状況の把握」53.0%を挙げており、これは、前項で明らかにした別居子の特徴が与えるケアマネジメント業務への負の影響を軽減するものと一致する。

また、「非常に重要」よりも「やや重要」という回答の方が多かったのは、「別居子の職場の遠距離介護への理解度」37.0%と「別居子が帰省する頻度の高さ」33.0%であり、これらはどちらも、別居子がより多く親元に通うことによる直接的な親への関与が望ましいという意見だと理解できる。しかし、今後、子ども家族と同居する高齢者はますます減少し、介護保険を利用し始めるときに、サービスの導入や契約などで別居子が重要な役割を担うケースは確実に増加する。そのとき、親とは別の生活圏で仕事や家族を持つ別居子に、なるべく同居家族と同じような直接的な関与を求めるのは、明ら

かに難しい。では、その難しさをどのような新しい方策によって埋めるのか。その方策の柱として、現在、それぞれの地域で整備が進められている地域包括ケアシステムについての考えを訊いた。

### 3. 遠距離介護の継続に必要なこと

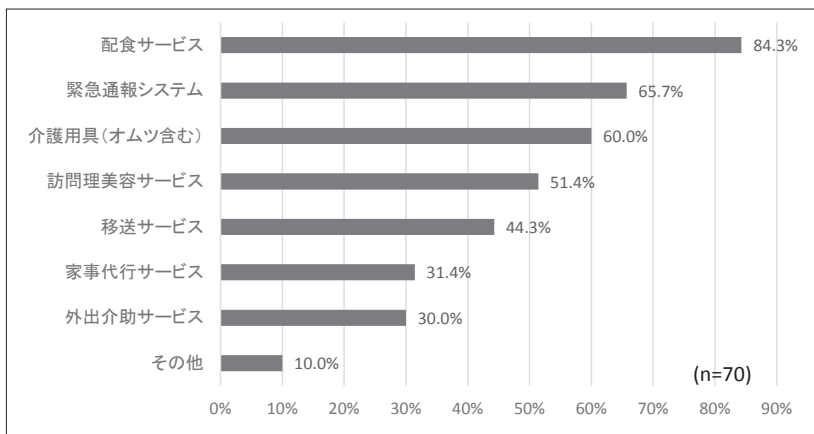
#### 3-1 介護保険外サービス

##### 3-1-1 ケアマネジャーによる介護保険外サービスの紹介

拙稿で「遠距離介護の実践においては、老親の生活を維持するために必要な『ちょっとした支援』を離れて暮らす子どもが担うことが難しい。それゆえ、老親みずからが遂行することが難しくなってきた（中略）『具体的なサービスの提供』を老親が受け入れてくれることが、遠距離介護をおこなうにあたっての必須条件となる」（鍋山 2021：23）と述べた。つまり、遠距離介護の継続には、介護保険によるサービスの他にも、同居していれば日常生活の延長として家族が遂行可能な「ちょっとした支援」を、サービスとして外部から受け入れる必要が生じる。つまり、要介護高齢者の健康状態や暮らしを把握し、適切な介護保険サービスを組み立てる役割を担っているのがケアマネジャーであるならば、このような介護保険外で必要なサービスもまた、ケアマネジャーにはよく見えてくるのではないかと推察できる。そこで、ケアマネジャーに対して、こうした介護保険外のサービスの取り扱いについて尋ねた。

設問の条件として、過去ではなく、現在担当しているケースのなかで、介護保険外のサービスの紹介実績（利用の有無は問わない）を訊いた。現在、ケアマネジャーをしている91人を100%とすると、介護保険外のサービスを紹介したケースを持っているというケアマネジャーが76.9%，紹介していないのは23.1%であった。紹介したというケアマネジャーに、実際に紹介した介護保険外サービスを尋ねたところ、図表3-1のようになった。

図表3-1 紹介した介護保険外サービス



紹介した割合が高いサービスから「配食サービス」が84.3%、「緊急通報システム」が65.7%、「介護用具」が60.0%、「訪問理美容サービス」が51.4%と続いている。この設問では、介護保険外サービスが何を指すのかという細かい条件は付けていないが、これらの選択肢のなかには、民間が提供するサービスも自治体が高齢者福祉事業としておこなうサービスも入っている。例えば「配食サービス」の場合、民間の会社が栄養面に配慮した弁当や料理を定期的に自宅に配送するサービスもあれば、自治体が65歳以上の独居や夫婦のみ世帯などという条件をつけて、弁当を配達するケースもある。調査結果からもわかるように、多くのケアマネジャーは、要介護高齢者の生活状況や経済状況をみながら、介護保険のサービスに加えて、こうしたさまざまなサービスを組み合わせることで、要介護高齢者のよりよい暮らしをマネジメントしている。

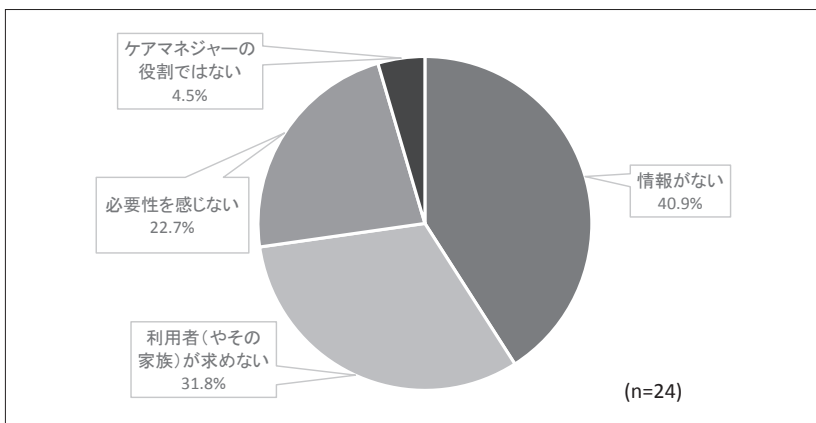
このように、介護保険制度によるサービスだけでなく、自費で購入するサービスや自治体から提供されるサービス、また、離れて暮らす家族の通いによって満たされるニーズやボランティアや近所の人たちによる手助けなど、要介護高齢者の暮らしを地域にあるいろいろな資源によって支えることこそ、地域包括ケアシステムが機能している姿である。

### 3-1-2 介護保険外サービスを紹介しない理由

一方、介護保険外のサービスを紹介していないというケアマネジャーに、その理由を聞いた。図表3-2をみると、約4割が「情報がない」という回答であり、みずからが活動している地域で利用できる介護保険外のサービスについての情報がないと答えている。確かに、民間業者によるサービスを網羅的に把握するのは、たとえその地域の居住者であっても難しいかもしれない。しかし、先ほども述べたとおり、介護保険外のサービスについては、民間業者だけでなくそれぞれの自治体がおこなっているものもある。少なくとも、自治体を取り扱っているサービスの種類と利用条件などについては、利用者に提供しうる有益な情報として把握すべきであろう。

以前、筆者がおこなった遠距離介護の実践者へのインタビュー調査では、地域情報へのアクセスに苦勞する別居子たちの様子が明らかになった。インターネットで地域情報を得たり、地域に住む親類縁者に情報を募ったりする他に、有料での市報の発送サービスを受けるなど、なんとか有益な情報を得ようとしていた。(鍋山 2010 : 117-119)

図表3-2 介護保険外のサービスを紹介していない理由

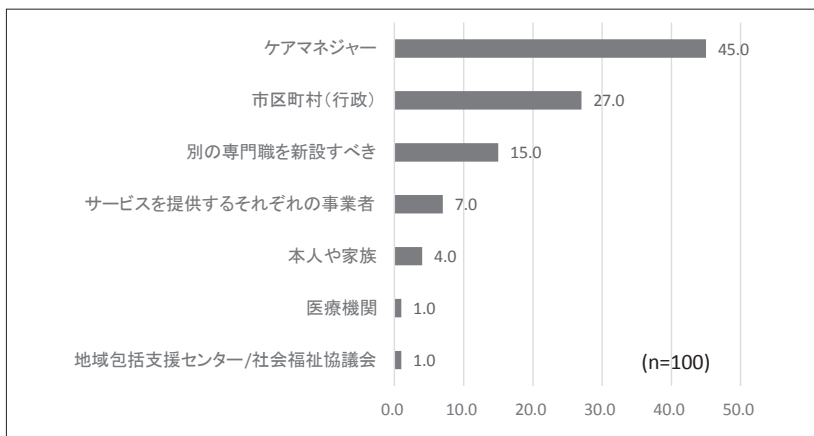


次に多かった理由は、「利用者（やその家族）が求めない」が33.3%，またケアマネジャー自身も「必要性を感じない」が23.8%と続く。最後に「ケアマネジャーの役割ではない」という回答について、次項で掘り下げてみる。

### 3-1-3 介護保険外サービスの取り扱い

調査では、「今後、要介護高齢者の暮らしを，介護保険サービスだけでなく，地域包括ケアシステムのなかで支えるために，介護保険外のサービスの紹介は誰がおこなうべきだと思いますか？」という文言によって，介護保険外サービスの必要性を前提として，要介護高齢者にサービスを紹介する役割を誰が担うべきだと考えるかを訊いた。

図表3-3 介護保険外サービスの紹介をする役割



回答は図表3-3のようになり，ケアマネジャーという回答がもっとも多く45.0%，次に市区町村が27.0%，また，新たに別の専門職を創設すべきという意見が15.0%と続いた。介護保険外サービスの紹介をケアマネジャーの役割だと自認している割合は約半分である。前述のように76.9%のケアマネジャーが介護保険外サービスの紹介をしたことがあるにも関わらず，今後，

運用が本格化する地域包括ケアシステムのなかで、介護保険内外を問わず、広く地域で提供されているサービスをコーディネートする役割をケアマネジャーが担うべきかどうか、についてのケアマネジャー自身の迷いがみてとれる<sup>3)</sup>。

先述のとおり、地域包括ケアシステムをうまく機能させるために必要なこのサービスのコーディネートを誰に任せるのかというのは、非常に重要な問題である。仮に、コーディネートをケアマネジャーに任せるのであれば、ケアマネジャー自身の役割意識に迷いがあるという現状を把握し、決してケアマネジャー個々人の意識と資質に頼るのではなく、ケアマネジャーの役割として正式に規定する必要があるだろう。加えて、その場合にも例えば、介護保険外サービスの情報などを市区町村とケアマネジャーが共有できるような新たなしくみをつくり、システム全体として多様なサービスを育て、利用を促進することが求められる。

### 3-2 遠距離介護の継続に必要なもの

最後に、「別居から遠距離介護をできるだけ継続するためのアドバイスを求められた場合、どのように回答されますか？」という質問をした。100人のうち約4分の1に当たる27人は「わからない」「ない」という回答であったため除外して、73人から得られた自由回答を分析する。設問において想定していたのは、遠距離介護を継続するために必要な要素をケアマネジャーはどのように捉えているのか、という回答であった。ほとんどの回答は遠距離介護に前向きな意見であったが、いくつかの後ろ向きの意見も挙げられていた。

先に、少数であるが、遠距離介護に後ろ向きな回答を取り上げる。「現実問題として難しい（40歳：2/20）」という回答からは、現状の地域にある介

3) 図表3-3を介護保険外サービスを紹介したことがある74人と紹介したことがない26人で比較すると、介護保険外サービスの紹介はケアマネジャーの役割であると回答した割合はそれぞれ47.3%と38.5%となる。この約1割の差から、役割意識が実際のケアマネジメントのやり方に影響を与えている可能性も指摘できるだろう。

護体制では遠距離介護という選択は難しいという認識がみてとれる。しかし、これまでの研究結果が示しているように、遠距離介護という選択は、施設介護や同居介護など、次の介護体制への移行期間におこなわれることが多い（鍋山 2010）。その移行期間をできるだけ長くすることは無理ではないし、その精神こそが地域包括ケアシステムという発想に他ならない。また、専門職の意見でありながら「本人を1人にするのが心配なら、一緒に暮らなさい（39歳：15/50）」という回答からは、日本に残る同居介護信奉の強さがうかがえる。しかし、生活の支援が必要になった親も、離れた土地で暮らしている子どもも、その両方の生活を維持しつつ、できるだけ長く暮らす方策として地域包括ケアシステムの整備が進められている。現実問題として、子ども家族と暮らしている高齢者がわずかに1割しかいない（厚生労働省 [online:/02.pdf](https://www.mhlw.go.jp/content/002200000_02.pdf)）という事実を正面から受け止め、同居介護こそが日本の高齢者介護の基準であるという認識を改めなければ、新たな地域包括ケアシステムの構築を展望することはできない。

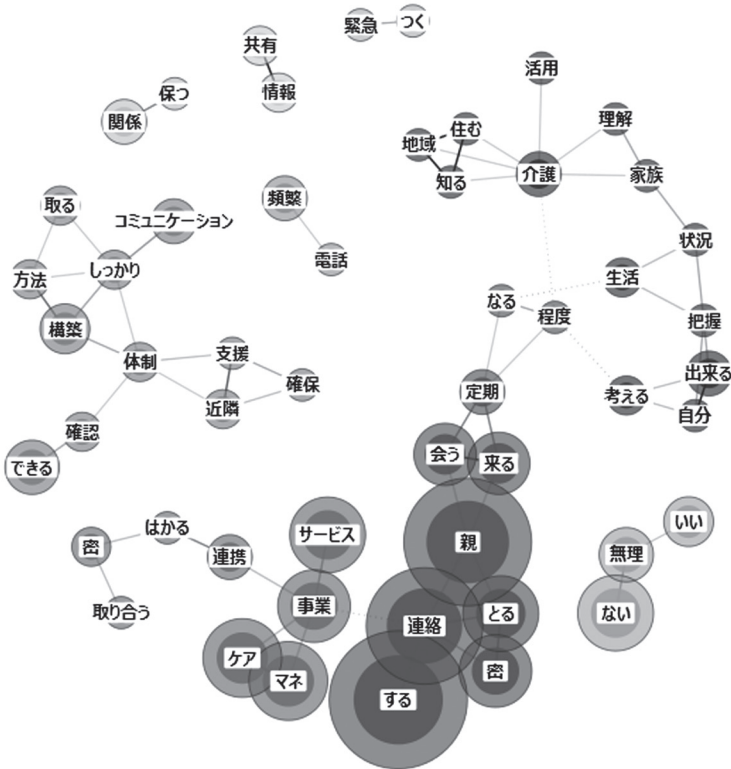
ではここから、遠距離介護に対する前向きなアドバイスを中心に考察を進める。自由回答の統計分析には、KH Corderを用いたテキストマイニングを使用する。分析をするのは、遠距離介護に対して前向きなアドバイスである85項目<sup>4)</sup>である。回答に現れる語句同士の関連を視覚的に表すことができる共起ネットワークでは、使用頻度の高い語句は円の大きさと、また、関連性の強さは線の太さで示される。

---

4) 一人の回答者が複数項目を挙げていることがあるため、回答者数と項目数は同一ではない。



図表3-4 遠距離介護の継続へのアドバイス



図表3-4をみると、出現数の多い名詞は親<sup>5)</sup>と連絡であり、続けてサービス事業者やケアマネ、つまりケアマネジャーと続く。語句同士の関連を加味すると、ケアマネジャーのアドバイスとしては、大きく4つに分類できる。1つ目は「親に対してもそうだが、ケアマネジャーやサービス事業者と連絡を密に取り合い連携する」こと。2つ目は「親に定期的に会いに来て、生活を把握する」こと。そして3つ目に「親の住む地域のことを知り、親の近隣に住む人の支援を確保する」ことである。また、4つ目として「無理をしない」

5) 実際の回答では、ケアマネジャーにとってサービス利用者である高齢者を「本人」と表現しているケースも多かったが、コーディングによって「親」と読み替えて分析した。

という回答も多かった。それぞれの具体的な回答を示すと以下になる。

#### ①密な連絡

「ケアマネやサービス提供事業者への連絡をこまめに行う、また連絡が取れやすいようにしておく (47歳：4/33)」

「本人と密に連絡を撮り、生活の状況を正しく把握する (54歳：15/35)」

#### ②親元への定期的な訪問

「職場や他の家族に介護していることを理解してもらい、定期的に訪問する (47歳：3/30)」

「親子の関係性を保ちつつ、本人の状態変化に対して確認ができる様に定期的な訪問やサービス事業所との連携を出来るだけ取る様にしてもらい、必要に応じて情報共有が出来る様にする (41歳：9/9)」

#### ③地域の把握

「住んでいる街の介護サービスをもう少し詳しく知る (45歳：2/2)」

「本人の近隣者との友好な関係作り (56歳：11/30)」

「訪問する機会が少なくてもこまめに連絡を取り、近隣者の支援体制を構築しておく (44歳：5/25)」

#### ④無理をしない

「頑張らない介護が大切 (43歳：10/50)」

「介護者が疲れてつぶれないように、ほどほどでいい。無理に帰らなくてもいい (47歳：8/21)」

「自分達でできる事、できない事をきちんと把握し、できない事は家族の代わりにできる状況を作る (62歳：10/39)」

このように、遠距離介護を継続するうえで別居子がおこなった方がいいとケアマネジャーが思っていることを分析すると、その根本にあるのが、ケアを受ける本人である親の状況の正確な把握の重要性であることがわかる。そのために、本人やケアの従事者へのこまめな連絡が有効であるし、できることならば、直接の訪問ができるに越したことはない。そして、離れて暮らしているがゆえに不可能な直接的なサービスの提供のために、親の住む地域にある使えるサービスを把握したり、近隣の住民との間に支援体制を構築することなどをアドバイスしている。同時に、長期化する介護において、遠距離介護の継続のためには無理をしないことも重要になってくる。そのためにも「家族だからやらなくてはいけない」と思いながらも、その遂行が難しいことを、別居子に代わってやれる「他の誰か」を、親の住む地域に見つけなくてはならない。ケアマネジャーが別居子に「無理をしないでいい」とアドバイスをするとき、それを可能にするものこそが、地域包括ケアシステムが機能している状態なのである。

## おわりに

本稿では、ケアマネジャーからみた遠距離介護についての調査を実施し、別居子の特徴とそれに対応するために必要となるケアマネジャーの業務について分析した。調査では、緊密な連絡の重要性が繰り返し語られるとともに、そのためにケアマネジャー側が払うことになる通信料や書類の郵送料、そして時間調整についての負担感が明らかになった。同時に、遠距離介護の継続にとって不可欠である介護保険外サービスの紹介を誰がおこなうべきかという点については、ケアマネジャー自身に迷いがあるという現状がわかり、地域包括ケアシステムにとって最も重要であるともいえるサービスのコーディネートが誰がするのかというポイントを早急に定める必要があるという指摘をおこなった。

### 参考文献

- 厚生労働省 2021「令和2年度介護事業経営実態調査結果」[https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kaigo/jittai20/dl/r02\\_kekka.pdf](https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kaigo/jittai20/dl/r02_kekka.pdf) (2021.7.7確認)
- 厚生労働省 2020「2019年国民生活基礎調査の概況」<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa19/dl/02.pdf> (2021.7.7確認)
- 松下光子, 米増直美, 大井靖子 2007「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」『日本地域看護学会誌』 Vol.10, No.1, pp.106-112
- 松下光子, 米増直美 2011「ケアマネジャーによる通い介護家族への援助における課題と援助  
方法の検討」『日本地域看護学会誌』 Vol.14, No.1, pp.78-84
- 鍋山祥子 2007「別居子による老親ケアと地域福祉力 - 遠距離介護を可能にする地域ケア  
システムに関する調査より -」『東アジア研究』第5号, 山口大学大学院東アジア研究科,  
pp.1-17
- 鍋山祥子 2010「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』 山口大学経  
済学会, 第58巻 第5号, pp.109-124
- 鍋山祥子 2020「別居子が向き合う地域包括ケアシステム-医療機関によるアセスメントに  
着目して-」『山口経済学雑誌』 山口大学経済学会, 第68巻 第4号, pp.15-29
- 鍋山祥子 2021「遠距離介護を困難にする一要因としての介護拒否-セルフ・ネグレクト概  
念による考察-」『山口経済学雑誌』 山口大学経済学会, 第69巻 第5号, pp.21-39