

親による自身の介護に向けた備え

— 1人暮らしの親がいる別居子へのアンケート調査から —

主任研究員 北村 安樹子

目次

1. はじめに	20
2. 親による自身の介護に向けた準備状況	21
3. 親による意思表示の実態	25
4. 親による準備への評価	29
5. まとめ	30

- ① 親に介護が必要になった場合、親が自身の介護環境についてどのような考えをもち、介護等に備えてどのような準備を行ってきたのかは親子双方の生活設計において重要な問題となる。本稿では、自宅で1人暮らしをする親がいる40～60代男女を対象とするアンケート調査から、親による自身の介護に向けた備えの実態をみた。
- ② 親が1人暮らしになった経緯では、「配偶者と死別して独居」が76.4%を占めた。このような人では、親が独居化した際の自身の年齢が40代（35.7%）の人が最も多かった。子世代の生活設計という視点で親の介護問題を捉える場合、40代は親の死やそれに伴う親の独居化を経験する人が多い時期だと考えられる。
- ③ 1人暮らしの親に介護等が必要な状況を経験した人の6割弱は、親が自身の介護に必要な費用を準備をしていた・いると思うと答えた。費用を準備している親では、それ以外の面に関しても準備をしている割合が高かった。
- ④ 親が行っていた準備のなかで、その親に実際に介護が必要になって以降に家族が最も助かったこととしては、「経済的準備」と「意思表示」があげられた。
- ⑤ これからの時代は、将来1人暮らしになって介護を必要とする状況を迎える可能性があることを誰もが想定し、資金面での準備と合わせて、自身が希望する介護の方向性を周囲に伝える準備を進めていくことが重要になる。

キーワード：1人暮らし、親、介護

1. はじめに

(1) 高齢期の独居化と介護をめぐる問題

高齢化の進展とともに、1人暮らしや夫婦2人だけで暮らす高齢者の増加が見込まれている。筆者はかつて持家の自宅に夫婦2人で暮らす60歳以上の男女に対して、将来自身に介護が必要になった場合に、どのような環境で介護を受けたいのかをたずねる調査を行ったことがある。その結果、将来1人暮らしになった場合を想定した回答では、夫婦2人暮らしでいる間に比べて、施設等の利用意向や、家族ではなくホームヘルパーなど外部資源中心の介護を志向する人の割合が高まる傾向が確認された（北村 2013）。これらの結果は、「独居化」という世帯形態の変化が、夫婦2人暮らしの高齢者が自身の将来を考える上で大きな影響力をもつ環境の変化であることをうかがわせる。また、実際に自宅に1人で暮らす高齢者を対象に行った別の調査からは、自身が希望する将来の介護環境等について、多くは家族を含めた周囲の人に相談したり、自分の希望について意思表示を行う必要性を感じながらも、実際にはそれらがほとんど行われていない実態も明らかになった（北村 2014）。

一方、1人暮らしをする家族に介護が必要になった場合には、本人はもちろんのこと、介護生活の支援等をめぐって、離れて住む家族の生活にも大きな影響を及ぼすことがある。当研究所が40～50歳代の男女を対象に行った「40・50代の不安と備えに関する調査」でも、夫婦2人で暮らす親がいる人では、将来の親の1人暮らしに不安を感じると答えた人が7割超を占めていた（第一生命経済研究所 2014）。これらの結果から、将来1人暮らしになって介護が必要になった場合に希望する介護環境等について、親が自身の考えを家族に伝えたり、親子が話し合っておくことは、親子双方の生活設計において重要なテーマになると考えられる。

以上の背景をふまえ、本稿では筆者が2013年12月に実施した「親の介護に関するアンケート調査」*1から、自宅で1人暮らしをする65歳以上の親がいる（いた）子どもからみて、親が自身に介護が必要になった場合に向けてどのような準備を行っていたのかを明らかにする。これにより子世代の生活設計において親の介護問題をどのように想定しておく必要があるのか、また、自身に介護が必要になった場合を見据えた準備や意思決定について考える機会をもつことの重要性について考察する。

(2) 調査概要と回答者の主な属性

調査対象者は、65歳以上の親が現在自宅で1人暮らしをしているか、過去にしていた経験をもつ全国の40～69歳の男女495名である。

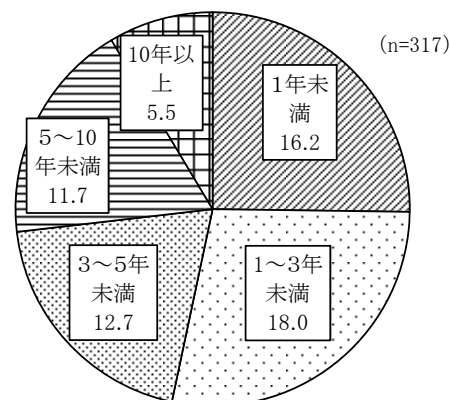
回答者の性別構成は、男性が269名（54.3%）、女性が226名（45.7%）である。また、年齢構成については、40～49歳が95名（19.2%）、50～59歳が198名（40.0%）、60～69歳が202名（40.8%）であった。

なお、回答者全体の64.0%にあたる317名は、その親がすでに亡くなっている場合も含めて、1人暮らしの親に介護等（手助けや見守りを含む、以下同じ）が必要になった経験をもっていた。このような経験をもつ人の半数近くは、親に介護等が必要になった期間が3年以上にわたっていた（図表1）。

一方、残りの178名（36.0%）は、現在65歳以上の1人暮らしの親がいるか、過去に65歳以上で1人暮らしをしていた親がいるものの、その親に介護等が必要になった経験をもたない人々である。

図表1 親に介護等が必要になった期間

（単位：%）



2. 親による自身の介護に向けた準備状況

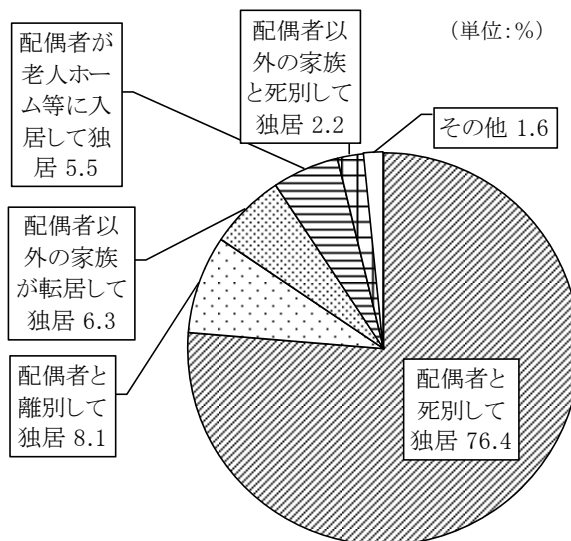
(1) 親が独居化した経緯

はじめに、回答者の親が1人暮らしになった経緯をみる（図表2）。最も多かった回答は「配偶者と死別して独居」であり、76.4%を占めた。この結果からみると、子どもからみて親が独居化するきっかけとして最も多いのは、両親の一方が亡くなり、残された親が1人暮らしになるパターンだと考えられる。

なお、親が「配偶者と死別して独居」と答えた人に限定した場合、親が独居化した際の回答者の年齢は40代（35.7%）が最も多く、50代（30.7%）、30代（18.5%）、60代（8.5%）、29歳以下（6.6%）の順であった（図表省略）。40～60代の男女を対象とする今回の調査結果からは、40代は親の死や独居化を経験する人が多い時期だと考えられる。なお、配偶者との死別以外の経緯で親が独居化した人は2割強であった。

図表2 親が独居化した経緯

（単位：%）



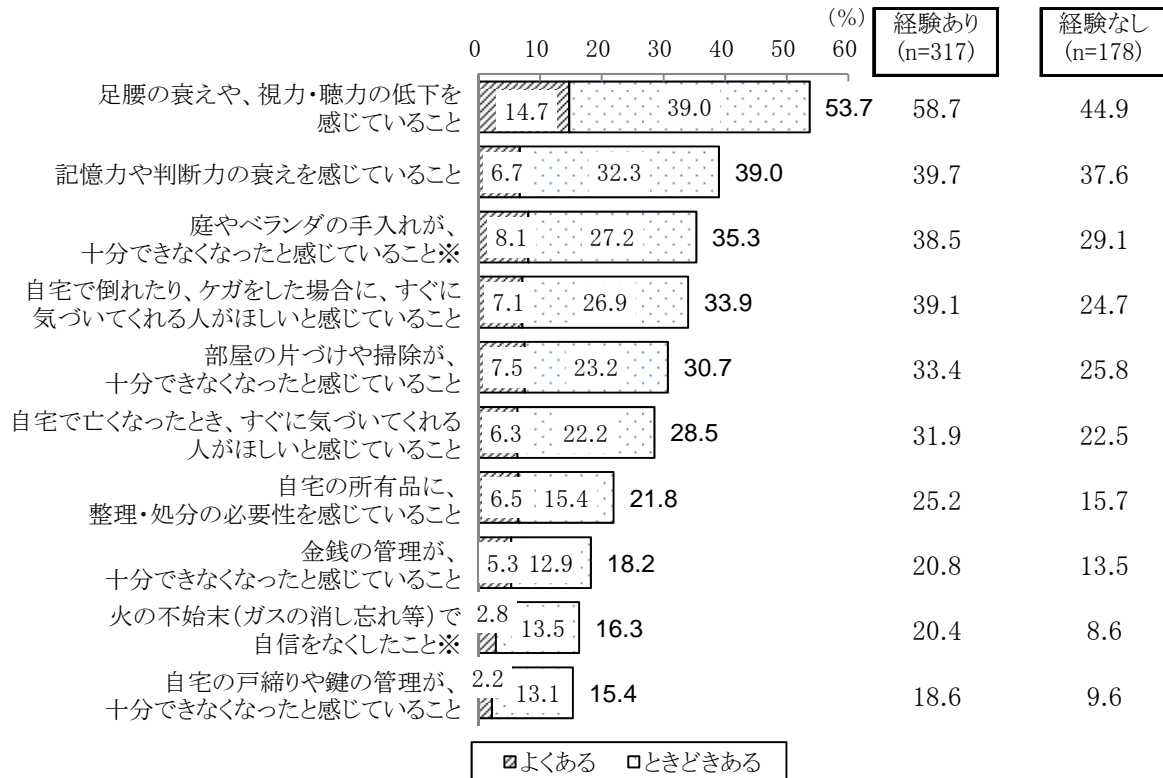
(2) 独居生活をめぐる親の不安意識

次に、1人暮らしをする親が日々の生活にどのような不安を感じているのかを、子どもへの相談の実態という視点からみてみよう（図表3）。

回答者が親から相談を受けた経験が最も多かったのは「足腰の衰えや、視力・聴力の低下を感じていること」であり、53.7%の子どもが相談された経験がある（「よくある」「ときどきある」の合計、以下同じ）と答えた。次いで多かったのは「記憶力や判断力の衰えを感じていること」（39.0%）であり、「庭やベランダの手入れが、十分にできなくなったと感じていること」（35.3%）、「自宅で倒れたり、ケガをした場合に、すぐに気づいてくれる人がほしいと感じていること」（33.9%）、「部屋の片づけや掃除が、十分にできなくなったと感じること」（30.7%）がこれに続いた。

これらの回答を親に介護等が必要になった経験の有無別にみた場合、親に介護等が必要になった経験がある人の回答割合は、そうした経験がない人をすべての項目で上回った。なかでも両者に10ポイント以上の差がみられたのは、「自宅で倒れたり、ケガをした場合に、すぐに気づいてくれる人がほしいと感じていること」（経験あり：39.1%、経験なし：24.7%）、「足腰の衰えや、視力・聴力の低下を感じていること」（同58.7%、44.9%）、「火の不始末（ガスの消し忘れ等）で自信をなくしたこと」（同20.4%、8.6%）の3項目であった。介護等が必要になると、突然の体調不良やケガに直面する事態や心身の衰えに関する不安を、親が子どもに相談する機会が増えるためだと考えられる。ただし、親に介護等が必要になった経験がない人においても一定の割合で親からさま

図表3 子どもへの相談状況からみた独居生活をめぐる親の不安
（全体、親に介護等が必要になった経験別）



注：設問文は「その親は1人暮らしをしているとき、あなたに次のような相談をすることがありましたか。現在その親が1人暮らしをしている方は、現在のことについてお答えください」。※の項目については、非該当者を除外して集計

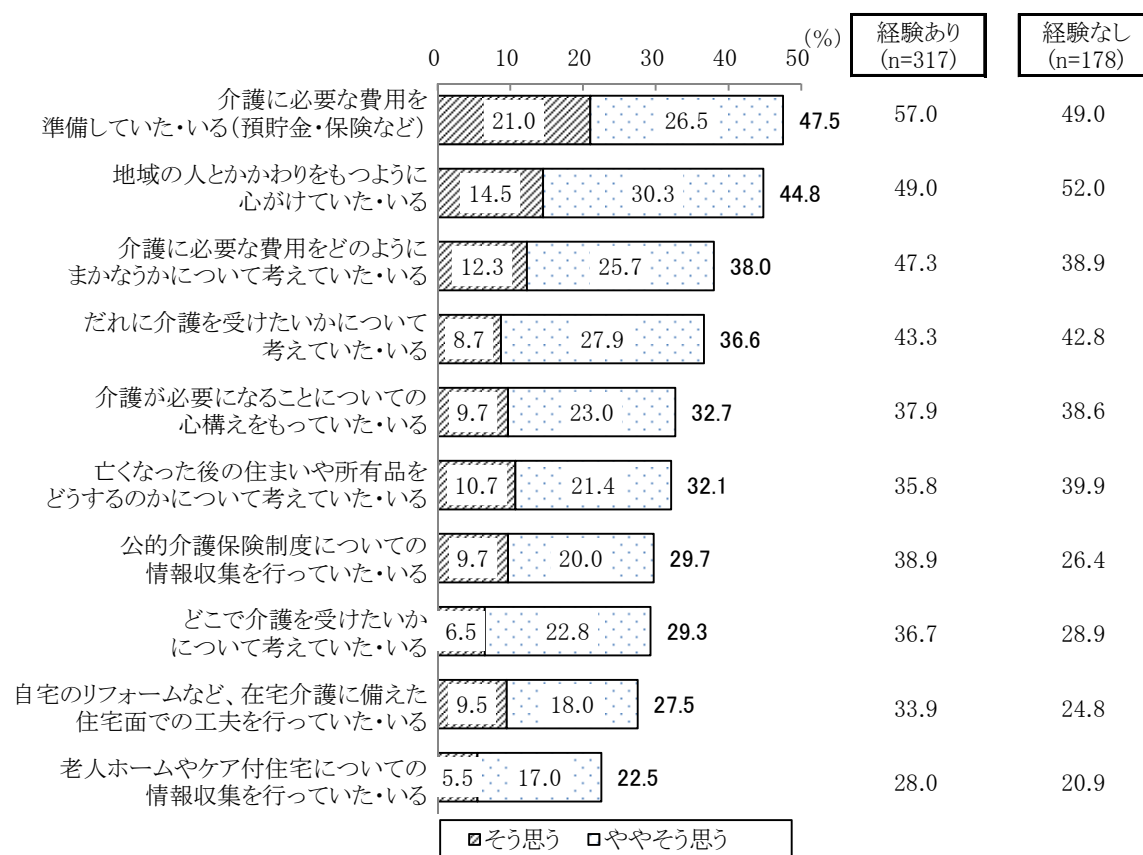
ざまな相談を受けており、親に介護等が必要な状況を迎えていない場合にも、そうした親の不安や相談を子どもが受け止めていることがうかがえた。

以上の結果から、1人暮らしの親が感じているさまざまな不安の相談相手として、また突然の体調不良をはじめ、親が独居生活を続けていくなかで生じるさまざまな変化の兆候を察知する上で、別居の子が一定の役割を果たしている様子が確認された。

(3) 親による自身の介護に向けた準備状況

続いて、1人暮らしをする親の介護をめぐる準備状況を見る(図表4)。回答者である子どもからみて、親が準備していた・いると思う(「そう思う」「ややそう思う」の合計割合、以下同じ)と答えた割合が最も高かったのは「介護に必要な費用を準備していた・いる」(47.5%)であり、「地域の人とかかわりをもつように心がけていた・いる」(44.5%)と答えた割合が最も高かったのは「介護に必要な費用を準備していた・いる」(47.5%)であり、「地域の人とかかわりをもつように心がけていた・いる」(44.5%)

図表4 親による自身の介護に向けた準備状況(全体、親に介護等が必要になった経験別)



注1: 図中の数値は、「そう思う」「ややそう思う」「あまりそう思わない」「そう思わない」「わからない」の5つの選択肢のうち、「わからない」と答えた人を除外して「そう思う」「ややそう思う」と答えた人の合計割合を再集計

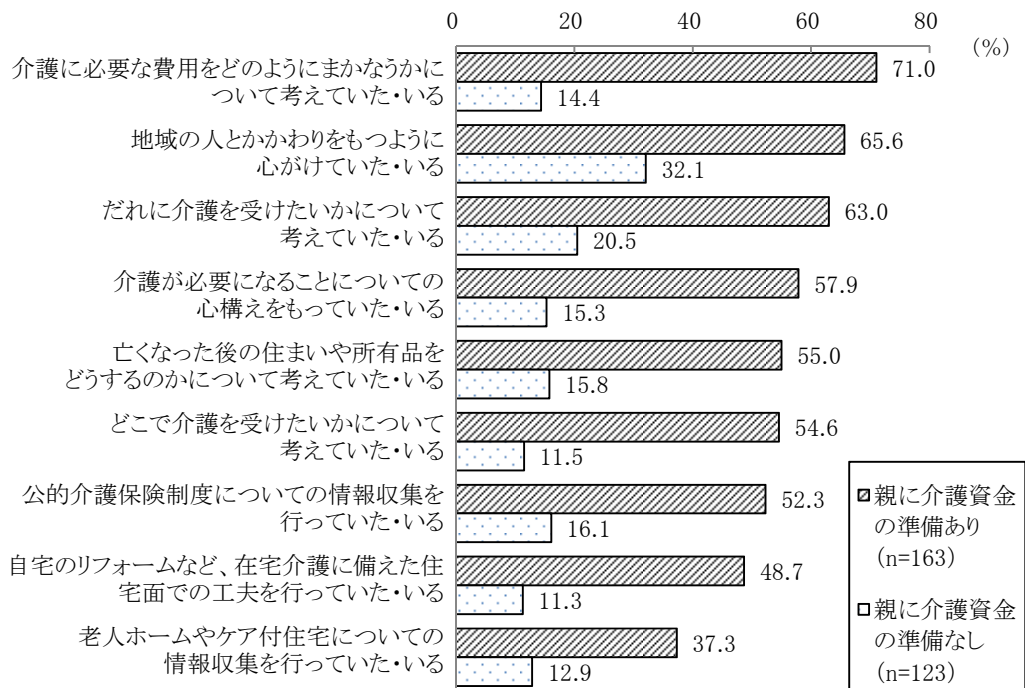
注2: 設問文は「あなたからみて、その親はご自分に介護が必要になった場合のことについて準備を行ったり、ご自分がどのようにしたいかについて考えていた(いる)と思いますか」

注3: 「経験あり」は、1人暮らしの親に介護が必要になった経験がある人、「経験なし」は、現在または過去に1人暮らしをする親はいる(いた)が、その親に介護等が必要になった経験のない人

いる」(44.8%)が僅差でこれに続いた。これらの回答を親に介護等が必要になった経験の有無別にみた場合、多くの項目において、実際に親に介護等が必要になった経験がある人の方が、そうした経験がない人の回答割合を上回っていた。例えば、「介護に必要な費用を準備していた・いる」と思うと答えた人は、経験ありの人では57.0%であったが、経験なしの人では49.0%にとどまっていた。同様に、「介護に必要な費用をどのようにまかなうかについて考えていた・いる」と答えた人は、前者が47.3%、後者が38.9%であった。費用にかかわる2項目でみられるこのような差は、実際に親に介護等が必要になってはじめて、親が準備状況を伝えたり、家族が知ることになる場合もあるためだと考えられる。

ただし、実際に親に介護等が必要になった経験がある人でも、「介護に必要な費用を準備していた・いる」以外の項目では、そう思うと答えた人の割合をそう思わないと答えた人が上回っていた。介護のための費用そのものに関しては、子どもからみて準備を行っていたと感じる親の方が多かった一方で、費用のまかない方を含むそれ以外の項目では、子どもからみて必ずしも十分な準備を行っていなかったと感じられる親の方が多いといえる。

図表5 親による自身の介護に向けた準備状況(介護資金の準備状況別)



注1: 回答者は、1人暮らしをする親に介護が必要になった経験をもつ317名のうち、親が「介護に必要な費用を準備していた・いる」について「そう思う」「ややそう思う」と答えた163名(親に介護資金の準備あり)、および「あまりそう思わない」「そう思わない」と答えた123名(親に介護資金の準備なし)

注2: 図中の数値は、「そう思う」「ややそう思う」「あまりそう思わない」「そう思わない」「わからない」の5つの選択肢のうち、「わからない」と答えた人を除外して「そう思う」「ややそう思う」と答えた人の合計割合を再集計

また、親の介護資金の準備状況別にこれらの回答結果を比較した場合、親が「介護に必要な費用を準備していた・いる」と思うと答えた人では、思わないと答えた人に比べて、親が費用そのもの以外の面に関する準備を行っていた・いると思う人の割合が高い傾向がみられた（図表5）。例えば、「地域の人とかかわりをもつように心がけていた・いる」についてみると、親に介護資金の準備ありの人では65.6%がそう思うと答えたのに対し、親に介護資金の準備なしの人では32.1%であった。

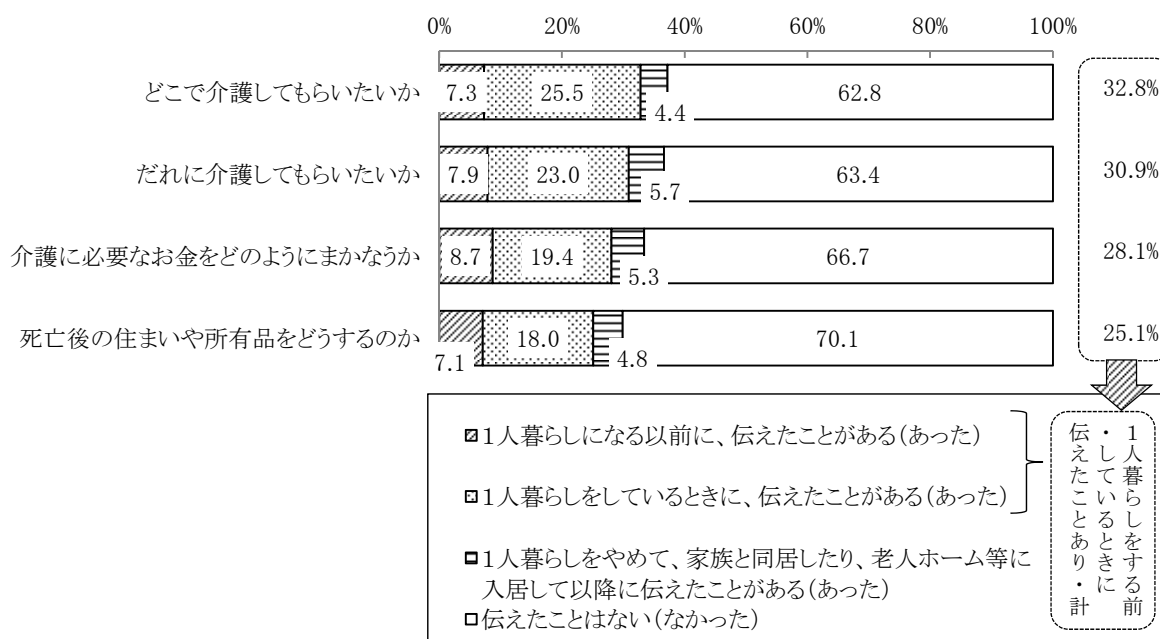
3. 親による意思表示の実態

(1) 意思表示の有無

続いて、親自身の介護等に関する意思表示の実態をみる。

調査では、「どこで介護してもらいたいか」「だれに介護してもらいたいか」「介護に必要なお金をどのようにまかなうか」「死亡後の住まいや所有品をどうするのか」という4項目について、親が自身の希望や考えをだれかに伝えた経験があるかをたずねた。その結果、どの項目でも最も回答割合が高かったのは「伝えたことはない（なかった）」であった。回答割合は、これら4項目のすべてにおいて6～7割を占めた（図表6）。

図表6 親自身の介護等に関する意思表示の有無



注：設問文は、「その親は、1人暮らしになって以降、自分の介護についての希望や考えをどなたかに伝えたことがありましたか」

これに対して、親が1人暮らしをする前・しているときに伝えたことがある（「1人暮らしになる以前に、伝えたことがある（あった）」「1人暮らしをしているときに、伝えたことがある（あった）」の合計割合、以下同じ）と答えた人はいずれの項目でも3割前後であり、最も高かった「どこで介護してもらいたいか」に関する32.8%にとどまった。

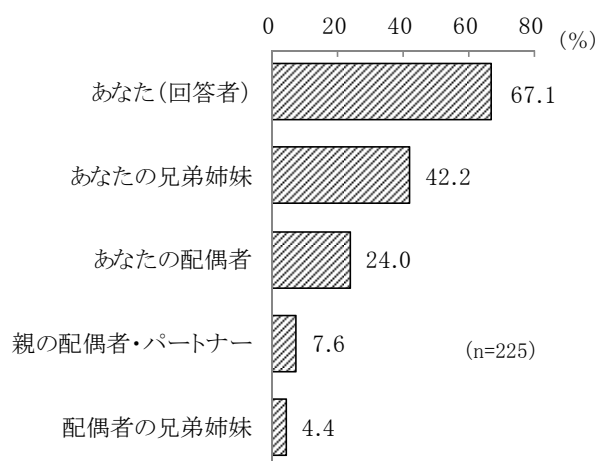
なお、4項目のすべてに関して伝えたことはない（なかった）と答えた人は54.5%（270人）であった（図表省略）。つまり、回答者の半数以上は、これらのいずれに関しても親の希望や考えを伝えられた経験をもっていないということになる。ただし、回答者が知らないだけで、親が回答者の兄弟姉妹など別のの人に意思を伝えている可能性もある。このような点に留意する必要はあるものの、1人暮らしの親がいる（いた経験をもつ）子どもの多くが、親から自身の介護環境等についての希望や考えを伝えられていない実態が浮かびあがった。

(2) 相手

次に、先の4項目のいずれかについて親から何らかの意思表示があったと答えた225名を対象に、それらの意思表示が誰を相手に行われたのかをみる。

意思表示の相手として最も多くあげられたのは「あなた（回答者、以下同じ）」（67.1%）であり、「あなたの兄弟姉妹」（42.2%）、「あなたの配偶者」（24.0%）がこれに続いた（図表7）。このほか「親の配偶者・パートナー」（7.6%）、「配偶者の兄弟姉妹」（4.4%）などもあげられたが、いずれも1割に満たなかった。回答者の兄弟姉妹や配偶者を含めて、親が意思を伝えた相手は、多くのケースで子世代に集中している。

図表7 意思表示の相手＜複数回答＞



注：該当者が10名未満の選択肢（「親しい友人」「それ以外の家族・親族」「ホームヘルパーなどの介護職員」「医師・看護師などの医療職員」「近所の人」「後見人・弁護士など信頼できる第三者」）は掲載を省略

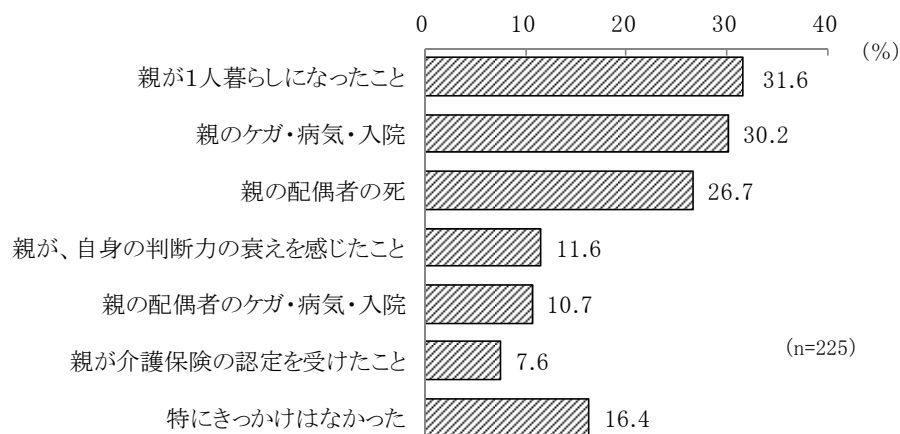
(3) きっかけ

次に、意思表示のきっかけについてみる（図表8）。

親から何らかの意思表示があったと答えた225名のうち、「特にきっかけはなかった」と答えた人は16.4%であった。つまり、自分の意思を伝えた経験を持つ親の9割近くは、何らかのきっかけがあって意思表示を行ったことがわかる。

具体的なきっかけの内容をみると、最も多くあげられたのは「親が1人暮らしになったこと」(31.6%)であり、「親のケガ・病気・入院」(30.2%)、「親の配偶者の死」(26.7%)がこれに続いた。独居化、つまり1人暮らしになったことを含むこれらの出来事によってはじめて、自分の将来の介護等についての意思や考えを周囲に伝えた親が多いことがわかる。換言すれば、そのような出来事が起こる前から、自分の将来の介護環境について考えたり、自分の考えを周囲に伝えている人は少ないといえる。

図表8 意思表示のきっかけ<複数回答>



注: 該当者が10名未満の選択肢(「親の要介護度が重度化したこと」「親族の死・ケガ・病気・入院・転居」「親しい友人の死・ケガ・病気・入院」)は掲載を省略

(4) 言葉・方法

続いて、親が自分の介護環境等についての希望や考えを、具体的にどのような言葉や方法で示したのかをみる(図表9)。

自由記述による回答からは、大きく「①自宅での介護を希望」「②施設等への入所希望」「③万が一の場合の判断の委任」「④家族介護、同居・近居、支援の要請」「⑤家族介護、同居・近居、支援の拒否」という5つの要素が見出された。このうち「①自宅での介護を希望」については、女性が母親から伝えられたケースが多くなっている。一方、「②施設等への入所希望」については、女性だけでなく、男性が伝えられたケースもみられる。また、内容には「子どもに迷惑をかけたくないので施設に入りたい」「子どもたちが遠いので施設にお世話になりたい」など、在宅生活の継続を希望することが、子どもに迷惑をかけることにつながってしまうことへのためらいが感じられる記述が含まれていた。

次に、「③万が一の場合の判断の委任」については、「もし万が一の時は、お願いね」「最終的には任せる」など、判断の内容を含めて、判断そのものをゆだねることを伝える記述が多くみられた。また、「④家族介護、同居・近居、支援の要請」については、「息子と同居したい」「長女である私と住みたい、住んでほしい」など、親子のいずれ

図表9 意思表示の言葉・方法(自由記述) <抜粋>

<p>① 自宅での介護を希望</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・とにかく田舎の自宅にいたい(57歳女性、母親) ・なるべく自宅で、費用はすべて自分が支払う(65歳女性、母親) ・自分のことができるうちは、自分の家で過ごしたい(51歳女性、母親) ・家にいたいと言っていました(62歳女性、母親) ・施設には入りたくないから最後まで家で暮らしたい(62歳女性、母親) ・病院は嫌いだからずっと家にいたい(53歳女性、母親)
<p>② 施設等への入所希望</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・1人暮らしに不安が出てきたら、老人ホームに入り、面倒をみてもらうつもり(45歳女性、母親) ・家で介護せず施設に入れてくれたらよい(44歳女性、母親) ・子どもに迷惑をかけたくないのでも施設に入りたい(65歳男性、母親) ・迷惑はかけたくないのでもダメになったらどこかのホームに入る(65歳男性、母親) ・子どもたちが遠いので施設にお世話になりたい(68歳女性、母親) ・私が要介護状態になったら、なるべく早く施設に入れてほしい(65歳男性、母親) ・今住んでいる自宅を売って老人ホームに入居させてほしい(51歳女性、母親)
<p>③ 万が一の場合の判断の委任</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・1人になって、何とかみんなに迷惑かけないように頑張っているが、もし万が一の時は、お願いね(51歳女性、母親) ・体が自分の身の回りのことができるうちは長く暮らした今の住居で暮らしたい。その後は任せる(52歳女性、母親) ・最終的には任せる(55歳男性、母親)
<p>④ 家族介護、同居・近居、支援の要請</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもと一緒に暮らしたい(65歳女性、母親) ・息子と同居したい(51歳女性、父親) ・長男と同居することを希望している(55歳女性、母親) ・長男夫婦に面倒をみてもらいたいと言われた(65歳男性、母親) ・将来1人で暮らせなくなったら、長男であるお前に面倒をみてもらいたい(63歳男性、母親) ・長女である私と住みたい、住んでほしい(56歳女性、母親) ・動けなくなったら娘にみてもらいたい。きょうだいでよく話し合ってくれ(61歳女性、母親) ・持ち家を建て直し同居してほしい(65歳女性、母親) ・住まいが私と離れていたのでも、私の家の近くにゆくゆくは転居したいと言ってきた(52歳女性、母親) ・口頭で、自宅にずっといたいので一緒に住んで欲しい。それが難しいなら子どものところに行きたい(55歳男性、母親) ・近くに行きたい(66歳女性、父親) ・兄と私以外には世話になりたくない(60歳男性、父親) ・他人に面倒はみてほしくない(45歳女性、母親) ・親の面倒をみない子どもはいない(68歳男性、母親) ・いよいよのときは面倒をみてほしい(54歳女性、母親) ・子どもに面倒をみてもらいたい(69歳男性、母親)
<p>⑤ 家族介護、同居・近居、支援の拒否</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・息子の世話になりたくない、同居を拒否した。耳が聞こえないので筆談で(62歳女性、父親) ・老人ホームに入るつもりなので、世話になるつもりはない(40歳男性、母親) ・嫁がせた娘には迷惑はかけたくないから、お互いにつらいだろうけれど、なるべくかまわないで(55歳女性、父親)

注1: 設問文は、「その親は、自分の介護についての希望や考えを、具体的にどのような言葉や方法で伝えましたか」

注2: 文末のカッコ内の表記は、回答者の年齢および性別、意思表示を行った親の続柄を示す。なお、続柄については、母親には配偶者の母親、父親には配偶者の父親を含む

注3: 回答は原則として原文のまま掲載しているが、文意を損ねない範囲で誤字・脱字等の修正や漢字表記の変更を行った箇所がある

かに転居という大きな決断を必要とする内容に加えて、「兄と私以外には世話になりたくない」「他人に面倒はみてほしくない」など、家族による世話や支援を希望する記述が含まれていた。これに対して、「⑤家族介護、同居・近居、支援の拒否」については、「息子の世話になりたくない」「なるべくかまわないで」など、子の支援を拒絶する記述が含まれていた。

4. 親による準備への評価

最後に、親によって行われた自身の介護に向けた準備のなかで、実際にその親に介護が必要になって以降に、家族が最も助かったことはどのようなことだったのかをみる（図表10）。この設問への回答者は、1人暮らしの親に介護が必要になった経験をもつ317名である。

自由記述による回答結果からは、大きく「①経済的準備」と「②意思表示」という2つの要素が見出された。なかでも「あらかじめ必要な額の貯金があった」「それなりの貯蓄をしていたこと」をはじめとする「①経済的準備」は、最も多くの人があげていた要素であった。あらためて言うまでもなく、子どもをもつ親が、自身の将来の介護に備えて取り組むことができる準備は、経済的準備だけがそのすべてではない。しかし、預貯金等をはじめ、介護のための資金を準備しておくことは、現実に関親の介護生活を支えていく必要が生じた家族に、大きな安心をもたらしたようである。

一方、「②意思表示」に関しては、「自分自身で、すべてのことを書きおきしてくれていたこと」など、意思表示の方法に関することや、「本人が健康な時に意思表示をしてくれていたので、あまり悩むこともなく対応することができた」など、意思表示の時期に関する記述がみられた。高齢者に限ったことではないが、日本では若く、元気なうちから、将来介護等が必要になった場合のことについて考えたり、そのような場合に自分がどのような環境でどのような生活を送りたいかについて、家族をはじめ、周囲に伝えることまでしている人は少ない。しかし、ふだんからそのような事態について考えたり、自分の意思を書きおくなどして家族等に伝えることは、家族に介護生活を支えてもらわなくてはならない事態が生じた場合に、家族の安心につながるようである。

なお、親自身が行った備えには該当しないものの、回答には「介護保険があったことで、1日3回もホームヘルパーをお願いできた」「介護保険料を収めていたとはいえ、それを使えたのはありがたかった」など、「医療・介護保険制度、ケアマネジャーなどのスタッフの存在」に関する記述がかなり多くみられた。また、このなかには、「デイサービスやヘルパーさんなど最初は嫌がっていたのに受け入れてくれて喜んで積極的に参加しようとしていたこと」など、親自身が外部サービスの利用を前向きに受け入

れたことをあげる記述が含まれていた。このほか、親の意思がわからない場合の意思決定に関して、親が「自分の希望を言うことはなかったなので、どうすればいいか悩むことが多かったが、ケアマネジャーや病院の相談員がよく相談にのってくれた」など、家族に対するスタッフの支援に関する記述が含まれていた。

図表10 親による準備のうち、家族が最も助かったこと(自由記述)〈抜粋〉

①経済的準備	<ul style="list-style-type: none"> ・あらかじめ必要な額の貯金があった(64歳女性、母親) ・それなりの貯蓄をしていたこと(65歳男性、母親) ・お金の準備(50歳男性、母親) ・介護に向けた資金の準備をしておいてくれたこと(62歳女性、母親) ・先に亡くなった母が預金などわかるようにしていた。その預金で行っている(56歳女性、父親) ・特にお金の心配を掛けなかったこと。肉体及び精神的な支えはいくらでもできたけど、経済面での支援が難しかったので(61歳男性、母親) ・保険に入っていたので金銭的に余裕があった(42歳男性、母親)
②意思表示	<ul style="list-style-type: none"> ・ある程度、死後に何をすればよいか書き残していた(63歳男性、父親) ・自分自身で、すべてのことを書きおきしてくれていたこと。自分の最後の介護を家族に負担にならないようにしてくれていた(64歳女性、父親) ・本人が健康な時に意思表示をしてくれていたため、あまり悩むこともなく対応することができた(46歳男性、母親) ・自分の意思で訪問サービスもデイサービスも決めたこと(60歳男性、父親)
※医療・介護保険制度、スタッフの存在	<ul style="list-style-type: none"> ・介護保険があったことで、1日3回もホームヘルパーをお願いできた(64歳女性、母親) ・介護保険料を収めていたとはいえ、それを使えたのはありがたかった(52歳女性、母親) ・デイサービスやヘルパーさんなど最初は嫌がっていたのに受け入れてくれて喜んで積極的に参加しようとしていたこと(61歳女性、父親) ・親が自分の希望を言うことはなかったため、どうすればいいか悩むことが多かったが、ケアマネジャーや病院の相談員がよく相談にのってくれた(62歳女性、父親) ・看護師さんの管理下で日常を過ごせたこと(66歳男性、母親) ・病院のソーシャルワーカーに相談できたこと(62歳男性、父親) ・ヘルパーさんやケアマネジャーさんがよく相談にのってくれた(62歳女性、母親)

注1:設問文は、「その親が行った自分の介護に向けた準備や意思表示のなかで、その親に介護が必要になって以降に、家族が最も助かったことはどのようなことでしたか」

注2・注3については図表9に同じ。なお、※「医療・介護保険制度、スタッフの存在」については、親が行った準備には該当しないものの、多くの記述がみられたため掲載した。

5. まとめ

(1)40代は、親の死や独居化を経験する時期

本稿では、自宅で1人暮らしをする65歳以上の親がいる(いた)子世代を対象とするアンケート調査から、親が1人暮らしになった経緯や、親に介護が必要になった場合に向けて、親自身がどのような準備を行っていたのかをみた。

まず、親が1人暮らしになった経緯では「配偶者と死別して独居」が76.4%を占め、

このような経緯で親が独居化した人の年代は40代が最も多かった。また、すでに亡くなった場合も含めて、親が1人暮らしをしている間に介護等が必要な状況を経験していた人は64.0%を占め、そのような経験をもつ人の半数近くでは、親に介護等が必要になった期間が3年以上にわたっていた。

一方、実際に親に介護が必要な状況を経験した人の回答から、親による自身の介護に向けた準備状況をみたところ、介護に必要な費用に関して準備していた親は6割弱であった。また、地域の人との関係構築をはじめ、介護に必要な費用以外の側面に関しては、親が準備を行っていない状況で介護等が必要になる状況を迎えていた親子の方が多かった。

以上の結果から、子世代の生活設計という視点で親の介護問題を捉える場合、40代は、親の死やそれに伴う親の独居化を経験する人が多い時期だと考えられる。このことから、親と別居する子世代は、自身が40代を迎える頃に親の死を迎えたり、親が1人暮らしになる可能性があることを意識して生活設計を行っていくことが重要になると考えられる。

(2) 将来の1人暮らしを見据えたライフデザインを

本稿では、親によって自身の介護環境等に関する希望や考えの意思表示がどの程度行われているかにも注目した。その結果、どこで介護を受けたいかやだれに介護してもらいたいのか、介護に必要なお金をどのようにまかなうのか、死亡後の住まいや所有品をどうするのかといったことについて、周囲に伝えたことがない（なかった）と答えた人がいずれも6～7割弱を占めた。また、伝えたことがある親では、自身が1人暮らしになったことや、ケガ・病気・入院などの経験、配偶者の死といった出来事をきっかけにして意思表示を行った人が多く、これらの出来事が自身の将来について考える大きな要因になったことがうかがえた。

一方、親が行っていた準備のなかで、その親に介護が必要になった場合に家族が最も助かったこととしては、主に「経済的準備」「意思決定」という2つの要素が見出された。先にも述べたように、介護に向けた準備は、経済的準備だけがそのすべてではない。しかし、預貯金等をはじめ、介護のための資金を準備しておくことは、実際に1人暮らしの親に介護が必要になった経験がある家族に大きな安心をもたらしたようである。

なお、調査結果からは、介護資金を準備していなかった親では、それ以外の面でも準備が行えていない傾向があることも浮かび上がった。現在、高齢期を迎えている親世代には、現役時代は日々の生活を送ることに精一杯で、介護が必要になった場合に向けた経済的な備えを計画的に行うための知識や、公的介護保険制度等に関する情報収集を行うための時間的余裕がなかった人も少なくないと考えられる。介護保険制度によって、介護資金をめぐる経済的リスクはかつてに比べて大きく低減したが、現実

の介護には依然、家族等による支援を必要とする面が残っている。また、介護保険制度についても、今年8月からの制度改正で一定以上の所得がある単身者はサービスを利用する際の自己負担額が1割から2割に引き上げられるなど、人々が将来の介護や老後資金への備えを考えていく上での諸条件は変化している。

個々人のライフデザインにおいて、老後の1人暮らしは、今後多くの人に共通する課題となる（北村 2015）。これからの時代は、将来1人暮らしになって介護を必要とする状況を迎える可能性があることを誰もが想定し、資金面での準備と合わせて、自身が希望する介護の方向性を周囲に伝える準備を進めていくことも重要になる。

（研究開発室 きたむら あきこ）

【注釈】

*1 調査は株式会社クロス・マーケティングに委託し、インターネット調査で行った。

【参考文献】

- ・北村安樹子, 2011, 「親孝行と、子孝行と、終の棲家と」『Life Design Focus』 (2011. 11. 17). <http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/ldi/focus/fc1111b.pdf>.
- ・北村安樹子, 2013, 「場所への愛着とケア環境の自己決定—持家に居住する高齢夫婦へのアンケート調査から—」『Life Design Report』 (Autumn 2013. 10) :16-27.
- ・北村安樹子, 2014, 「高齢期の独居化と介護に向けた準備」『Life Design Report』 (Spring 2014. 4) :16-27.
- ・北村安樹子, 2015, 「将来の1人暮らしを見据えたライフデザインを」『Life Design Focus』 (2015. 7. 15). <http://group.dai-ichi-life.co.jp/dlri/pdf/ldi/2015/fc1507.pdf>.
- ・第一生命経済研究所, 2014, 『40・50代の不安と備えに関する調査報告書—「マネー」「ヘルス」「タイム」の現状と課題—』2014年5月.