

介護不安の軽減策：不安の構造・要因分析からの考察

－ 当研究所「介護の不安に関する調査」から －

渡辺 直紀

生活設計研究部 研究員

要旨

1. 当研究所が2014年に実施した「介護の不安に関する調査」(対象者数6,195人)から、「自分が将来介護する場合と介護される場合を想定」したときの不安について、①介護不安がどのような構造をしているか、②介護不安の大きさや個々の具体的な不安の有無に外部要因がどのように関連しているか、を統計学的手法により分析した。
2. 介護不安の構造については、以下の分析結果が得られた。
 - 具体的な不安には、「介護態勢」「介護費用・準備」「介護支援」「介護ストレス」の4つ(介護される場合では「介護態勢」「介護ストレス」が一体化して3つ)の共通因子が存在し、個々の不安の有無に影響していた。
 - 介護する場合は、特に「経済的な準備不足」や「介護する相手との人間関係」、「介護疲れによるうつ」について不安があると、ほぼ全ての側面で介護不安が大きかった。一方、介護される場合は、特に「経済的な準備不足」や「介護費用」について不安があると、全ての側面で介護不安が大きかった。介護不安の軽減には、「経済的な準備不足」の不安を無くすことが重要である。
3. 介護不安の関連要因については、以下の分析結果が得られた。
 - 介護サービスの利用を想定している人は、想定していない人と比べ、介護不安が大きく具体的な不安がある割合が高かった。介護不安があるので介護サービスの利用を想定しているものと考えられる。
 - 介護の経済的準備を預貯金でしている人は、それ以外の人(経済的準備をしていない人・預貯金以外のみで準備している人)と比べ、①介護される場合では「経済的負担」についての不安が小さく、「経済的な準備不足」の不安がある割合が低かった。一方、②介護する場合は全ての側面で介護不安の大きさに差がなく、「経済的な準備不足」の不安がある割合が高かった。介護する場合は、経済的準備をすることで介護不安は軽減されるが、②の結果から、預貯金以外の経済的準備手段(終身保障の民間介護保険や個人年金保険等)を検討する必要があると考える。
 - 世帯貯蓄額が500万円以上の人は、500万円未満の人と比べ、「経済的負担」についての不安が小さく「経済的な準備不足」の不安がある割合が低かった。「経済的な準備不足」の不安を無くすためには、貯蓄は500万円以上必要と考える。
 - 介護に備えた人間関係づくりができていない人は、できていない人に比べ、介護不安が小さく具体的な不安がある割合が低かった。介護について家族・親族とよく話し合い、相談相手・手助けしてくれる人(保険会社もその役割を担い得る)を見つけておくことが、介護不安の軽減に大きく役立つと考える。

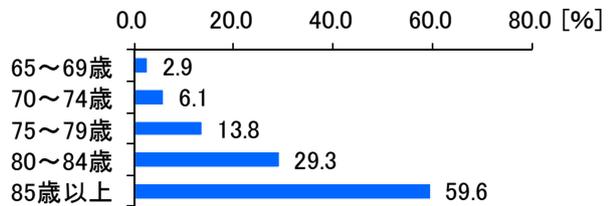
はじめに

日本人の平均寿命(0歳児平均余命)は、2013年には男性80.21歳、女性86.61歳に達し、男女ともに過去最高を記録した(厚生労働省「平成25年簡易生命表」)。また、年齢別に要介護・要支援認定率(要介護・要支援認定者数の年齢別人口比)を見ると、65~69歳では2.9%、70~74歳では6.1%だが、75歳以降急激に上昇し、85歳以上では59.6%に達する(図表1)。

こうした中、介護する場合・される場合に生じる介護費用等の「不安」の内容やその順位については、いくつかの調査がある。しかし、介護不安の大きさ、具体的な内容、構造や各種要因の相互の関連性等を統計学的に分析した上で、介護不安を軽減するための方策を科学的に考察した研究は、筆者の知る限りまだない。

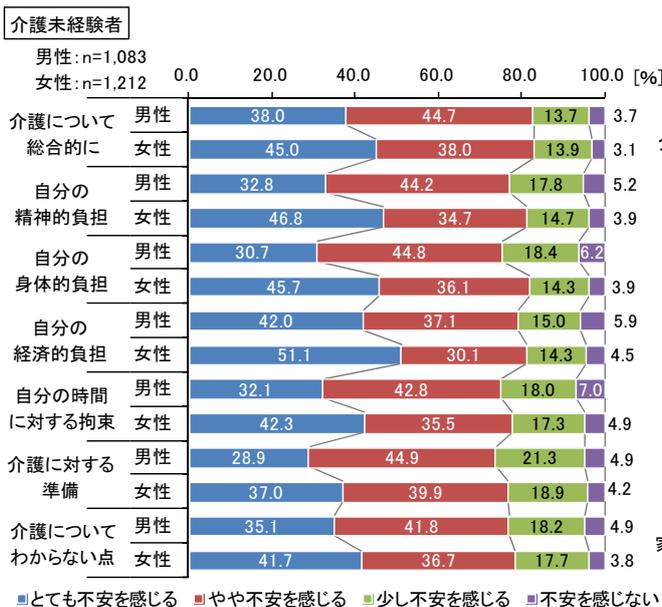
そこで当研究所は、上記の点を中心に「介護の不安に関する調査」を実施した。同調査の集計(http://www.myilw.co.jp/life/enquete/care_and_uneasy.html)からは、全般的に女性の介護不安が高いこと、介護する場合・される場合ともに「介護費用」「認知症・物忘れ」に対して不安な人が多いこと等が明らかになっている(図表2~図表5)。

図表1 年齢別の要介護・要支援認定率



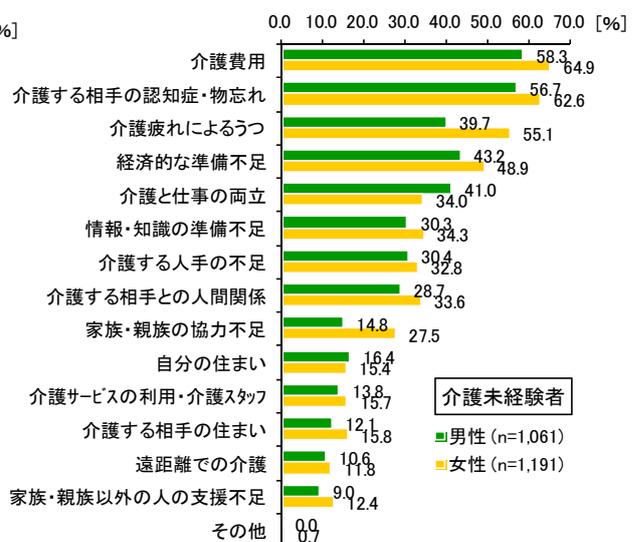
出所：厚生労働省「介護給付費実態調査(平成26年3月)」・総務省「人口推計(平成26年3月)」から筆者作成

図表2 将来介護するとした場合の不安の大きさ

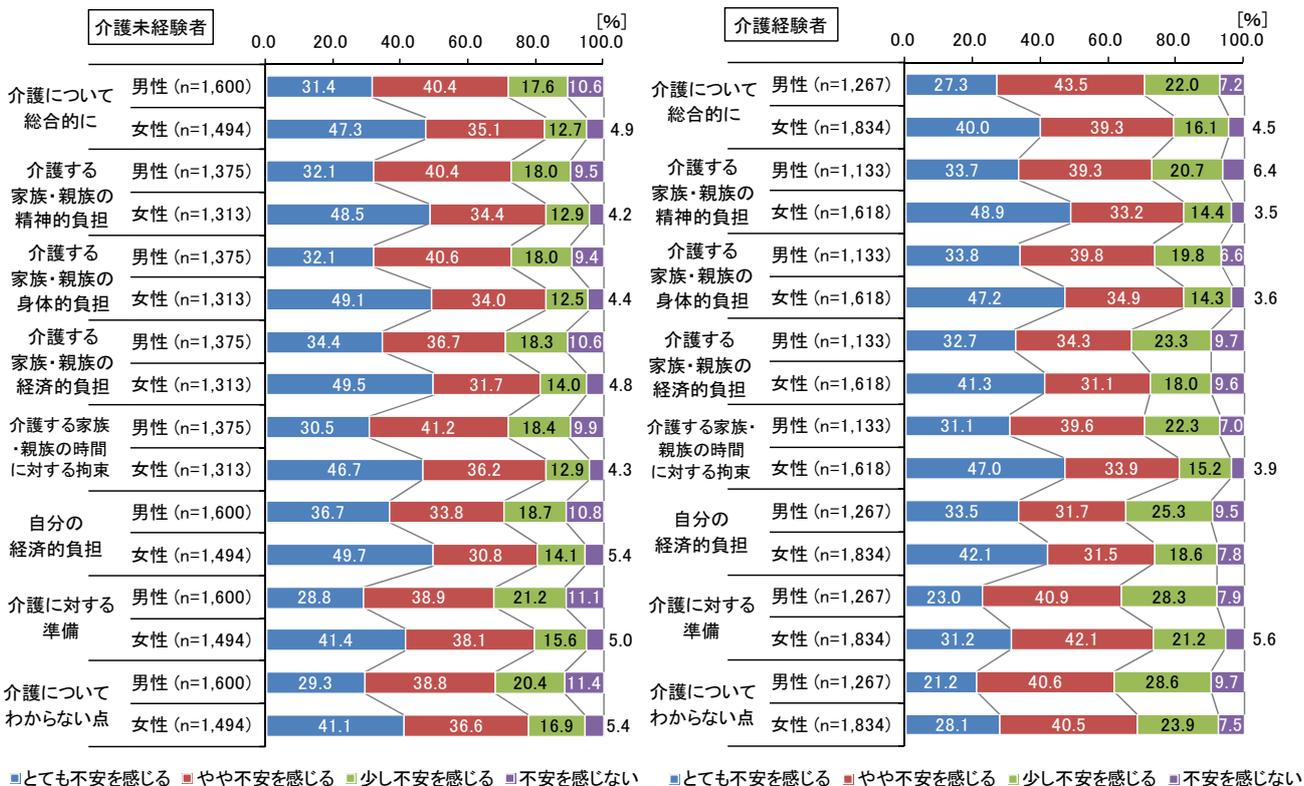


出所：図表2から図表5まで当研究所「介護の不安に関する調査」(2014年3月)から筆者作成

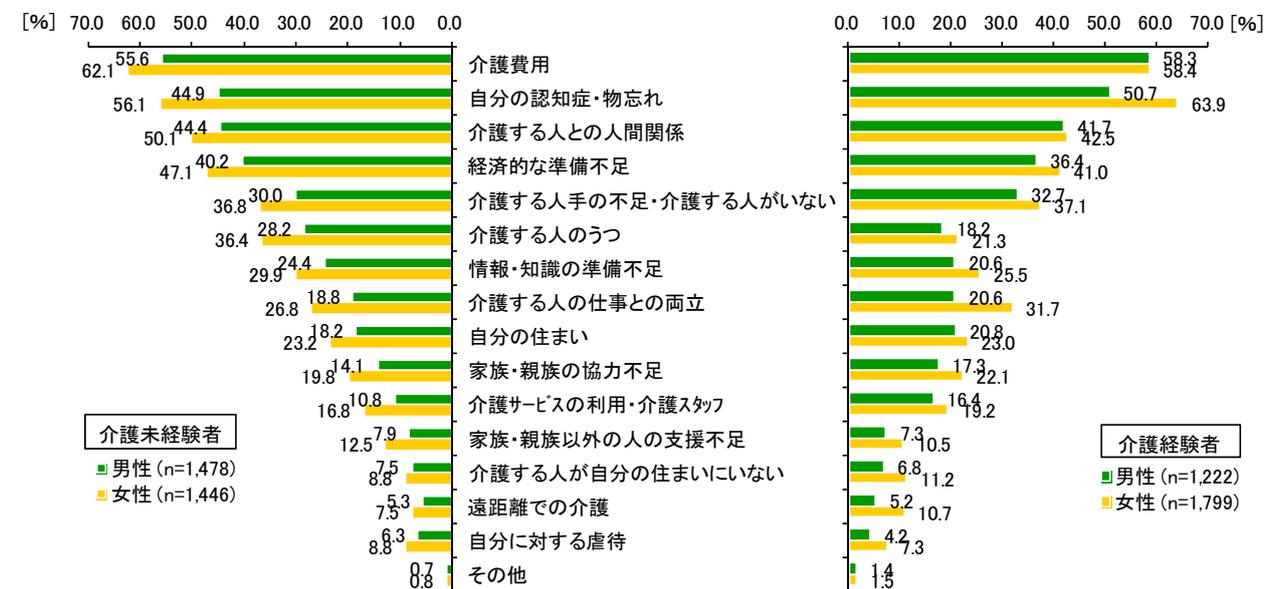
図表3 将来介護するとした場合の具体的な不安の内容(複数回答)



図表4 将来介護されるとした場合の不安の大きさ



図表5 将来介護されるとした場合の具体的な不安の内容（複数回答）



本研究では、①介護不安の構造（具体的な不安に共通する潜在的な要因〔以下、「因子」〕は何か、どのような具体的な不安が介護不安の「大きさ」に作用しているのか）、②「外部要因」が、具体的な不安の有無や介護不安の大きさに対し、どのように関連しているのかについて、上記調査のデータを統計学的手法に基づき分析する。

これにより、「介護不安の実態」を明らかにするとともに、どのような方策が介護不安

を軽減し得るかについての示唆を得ることを本研究の目的とする。

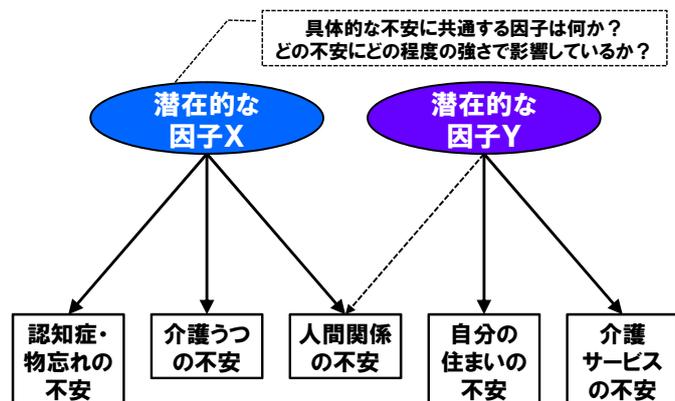
I 分析①:介護不安の構造についての分析

1. 具体的な不安に共通する因子についての分析

(1) 分析目的・方法

介護する場合・される場合のそれぞれについて、具体的な不安（図表3・図表5参照）に共通する因子を探索するため、「因子分析」という手法を用い分析した。これは、図表6のように、具体的な不安の背後に直接観測できない潜在的な共通因子が存在すると仮定した上で、①いくつかの因子が存在し、②各因子がどの具体的な不安にどの程度の強さで影響していると考えられるかを、回答データから計算するものである（注1）。

図表6 具体的な不安に共通する因子についての分析イメージ



出所：筆者作成

分析対象者は、それぞれ、将来「介護する」場合に何らかの不安がある2,252人（介護未経験者のみ）、将来「介護される」場合に何らかの不安がある5,945人（介護経験者および未経験者）である。分析には、IBM® SPSS® Statistics Ver.20を用いた（以下全て同じ）。

（注1）本研究では、各因子は互いに無関係なものではなく、それぞれ相関しているものと考えた。そのため、因子間の相関を前提とする分析手法（因子抽出法：最尤法、回転法：プロマックス回転）を用いた。詳しくは、参考文献2）を参照いただきたい。

(2) 分析結果

分析を行なったところ、介護する場合の具体的な不安には4つの因子（「介護態勢」「介護費用・準備」「介護支援」「介護ストレス」）、介護される場合の具体的な不安には3つの因子（「介護状態」「介護費用・準備」「介護支援」）があった（図表7・図表8）。これらの因子は、同じ因子の「因子負荷量」（注2）が大きい具体的な不安の組み合わせから導き出したものである。

（注2）因子が具体的な不安にどの程度の強さで影響しているかを示す数値であり、図表7・8には具体的な不安と各因子とが交わる点に記載している。因子負荷量が1または-1に近いほど、因子の影響が強い。なお、図表中の「因子間相関」とは、因子同士にどの程度の相関があるかを示す値であり、1に近いほど相関が強い。

図表7 介護する場合の具体的な不安に共通する潜在的な因子（因子分析）

	第1因子 「介護態勢」	第2因子 「介護費用・準備」	第3因子 「介護支援」	第4因子 「介護ストレス」
介護する相手の住まい	.762	.002	-.077	.014
自分の住まい	.655	.037	-.007	-.073
遠距離での介護	.394	.019	.060	-.070
介護サービスの利用・介護スタッフ	.212	.099	.130	.124
経済的な準備不足	-.028	.688	.077	-.085
介護費用	-.014	.498	-.127	.165
情報・知識の準備不足	.045	.476	.116	-.057
介護と仕事の両立	.082	.285	-.079	.182
家族・親族以外の人の支援不足	.002	-.009	.741	-.025
家族・親族の協力不足	-.003	.023	.575	.063
介護する相手の認知症・物忘れ	-.114	.030	-.037	.584
介護疲れによるうつ	-.016	.079	.033	.462
介護する人手の不足	.101	.040	.118	.337
介護する相手との人間関係	.216	-.206	.091	.255
因子間相関				
第1因子	-			
第2因子	.404	-		
第3因子	.546	.532	-	
第4因子	.549	.457	.497	-

図表8 介護される場合の具体的な不安に共通する潜在的な因子（因子分析）

	第1因子 「介護状態」	第2因子 「介護費用・準備」	第3因子 「介護支援」
自分の認知症・物忘れ	.440	.071	-.117
介護する人のうつ	.437	.072	-.052
自分の住まい	.432	.052	.019
介護サービスの利用・介護スタッフ	.415	.052	.078
介護する人手の不足・介護する人がいない	.393	.036	.068
遠距離での介護	.384	-.064	.067
介護する人が自分の住まいにいない	.373	-.053	.112
介護する人との人間関係	.358	-.122	.053
介護する人の仕事との両立	.329	.173	-.041
自分に対する虐待	.253	.002	.217
経済的な準備不足	-.142	.789	.028
介護費用	.099	.394	-.061
情報・知識の準備不足	.127	.368	.118
家族・親族以外の人の支援不足	-.039	-.015	.790
家族・親族の協力不足	.072	.044	.515
因子間相関			
第1因子	-		
第2因子	.549	-	
第3因子	.647	.494	-

出所：図表7・図表8とも当研究所「介護の不安に関する調査」（2014年3月）から筆者作成

2. 不安の大きさと具体的な不安の有無との関連についての分析

(1) 分析目的・方法

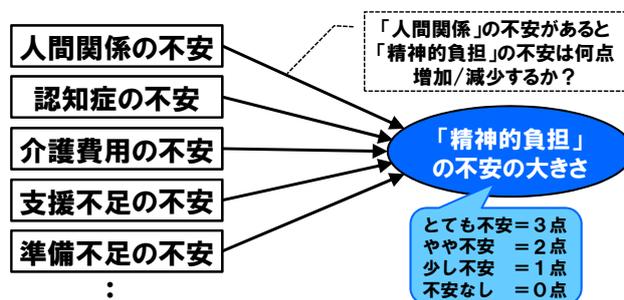
介護する場合・される場合のそれぞれについて、「介護全般」「精神的負担」「身体的負担」等の不安の「大きさ」（「とても不安を感じる」「やや不安を感じる」「少し不安を感じる」「不安を感じない」の4段階。図表2・図表4参照）が、「介護費用」や「介護する相手の認知症・物忘れ」等の具体的な不安個々（図表3・図表5参照）の存在の「有無」とどう関連しているかを探るため、「重回帰分析」という手法を用い分析した。これは、図表9に示すように、特定の具体的な不安の有無によって**不安の大きさの得点**（注

3) がどう増減するかを計算し、関連の強さ(注4)を測るものである。

(注3) 「とても不安を感じる」を3点、「やや不安を感じる」を2点、「少し不安を感じる」を1点、「不安を感じない」を0点とした。

(注4) 重回帰分析では、具体的な不安相互の関連による影響を取り除いた関連の強さを分析できる。なお、将来介護される場合の不安についての分析では、介護経験の有無も分析に加え、介護経験の有無と具体的な不安の有無との関連による影響を取り除いている。

図表9 具体的な不安の有無と不安の大きさとの関連についての分析イメージ



出所：筆者作成

分析対象者は、それぞれ、将来介護する場合に何らかの不安がある2,252人(介護未経験者のみ)、将来介護される場合に何らかの不安がある5,945人(介護経験者および未経験者)である。

(2) 分析結果

分析を行なったところ、図表10・図表11に示す結果が得られた。両図表は、縦軸の「経済的な準備不足」「介護費用」等の具体的な不安があると、横軸の「介護について総合的に」「自分の精神的負担」等の不安の大きさの得点(以下、「不安得点」)が何点増減するかを記載したものである。数値の表記がない欄は、その具体的な不安があっても不安得点が増減しない可能性が5%以上あることを意味する(以降の図表についても同様)。

介護する場合には、縦軸の具体的な不安の中で特に「経済的な準備不足」や「介護する相手との人間関係」、「介護疲れによるうつ」について不安があると、横軸のほぼ全ての不安得点の増加が大きかった。また、介護される場合には、特に「経済的な準備不足」や「介護費用」について不安があると、全ての不安得点の増加が大きかった。

図表10 介護する場合に具体的な不安があることによる不安得点の増減(重回帰分析)

	介護について総合的に	自分の精神的負担	自分の身体的負担	自分の経済的負担	自分の時間に対する拘束	介護に対する準備	介護についてわからない点
介護する相手の住まい							
自分の住まい							
遠距離での介護							
介護サービスの利用・介護スタッフ		-107		-118	-105		
経済的な準備不足	.254	.180	.189	.520	.228	.256	.245
介護費用	.122	.078	.094	.306		.079	
情報・知識の準備不足	.078			-103			.210
介護と仕事の両立	.078			.092	.167		
家族・親族以外の人の支援不足							
家族・親族の協力不足		.173	.111				
介護する相手の認知症・物忘れ	.075						
介護疲れによるうつ	.169	.295	.311	.163	.234	.191	.157
介護する人手の不足		.116	.154	.087	.140	.085	.097
介護する相手との人間関係	.194	.270	.230	.194	.284	.232	.180

<増減の大きさ> ■ :第1位 ■ :第2位 ■ :第3位

図表 11 介護される場合に具体的な不安があることによる不安得点の増減（重回帰分析）

[点]

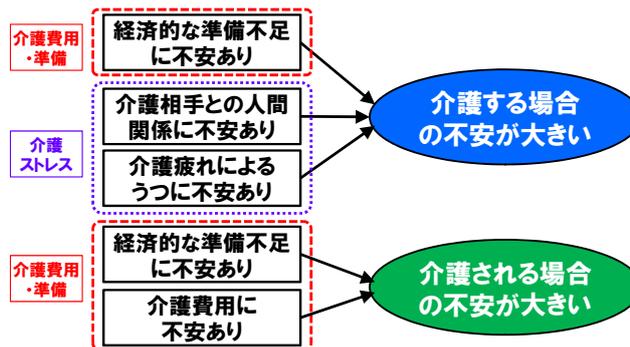
	介護について総合的に	介護する家族・親族の精神的負担	介護する家族・親族の身体的負担	介護する家族・親族の経済的負担	介護する家族・親族の時間に対する拘束	自分の経済的負担	介護に対する準備	介護についてわからない点
自分の認知症・物忘れ	.103	.133	.149		.114			
介護する人のうつ	.080	.207	.182	.173	.159	.081	.126	.113
自分の住まい						.082	.074	.059
介護サービスの利用・介護スタッフ					-.156	.114		
介護する人手の不足・介護する人がいない	.190	.130	.118	.133	.154	.166	.165	.145
遠距離での介護					.125			
介護する人が自分の住まいにいない								
介護する人との人間関係	.161	.138	.133	.142	.150	.121	.121	.147
介護する人の仕事との両立		.146	.148	.163	.182			
自分に対する虐待	.142				.100		.142	.104
経済的な準備不足	.233	.198	.197	.449	.225	.508	.300	.192
介護費用	.218	.196	.204	.394	.216	.405	.233	.193
情報・知識の準備不足					-.093	.123	.069	.257
家族・親族以外の人の支援不足								
家族・親族の協力不足			.066					

<増減の大きさ> ■ :第1位 ■ :第2位 ■ :第3位

出所：図表 10・図表 11 とも当研究所「介護の不安に関する調査」（2014年3月）から筆者作成

以上の結果をまとめると、介護する場合には、特に「経済的な準備不足」や「介護する相手との人間関係」、「介護疲れによるうつ」について不安があると、ほぼ全ての側面で介護不安が大きい。一方、介護される場合では、特に「経済的な準備不足」や「介護費用」について不安があると、ほぼ全ての側面で介護不安が大きい。また、介護する場合・される場合とも、「介護費用・準備」の因子が介護不安に影響している（図表 12）。

図表 12 介護する場合・される場合の不安の大きさに関連している具体的な不安



出所：筆者作成

Ⅱ 分析②:介護不安の関連要因についての分析

1. 不安の大きさと外部要因との関連についての分析

(1) 分析目的・方法

介護する場合・される場合のそれぞれについて、介護全般や経済的負担等の不安の「大きさ」（図表 2・図表 4 参照）が、性別・年齢・世帯収入・相談相手・経済的準備等の外部要因とどう関連しているかを探るため、図表 13 のように重回帰分析を行なった。これは、外部要因が特定の状態（例えば、経済的準備を「していない」）だと「介護全般」や「経済的負担」等の側面の不安得点が何点増減するかを計算することで、関連の強さを測るものである。

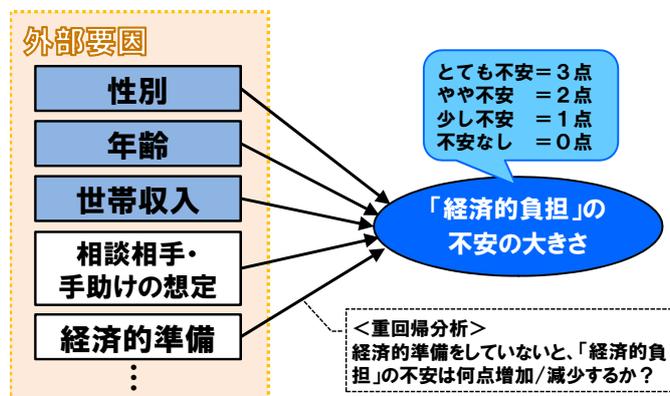
分析対象者は、介護する場合では介護相手を想定できる 2,295 人（介護未経験者のみ）、

介護される場合では自分を介護する家族・親族を想定できる6,195人（介護経験者および未経験者）である。

なお、全ての外部要因を分析に用いると意味のある結果が出力されなかった。そのため、図表14に示すように、性別・年齢・世帯収入額のように基本的な属性は必ず分析に用い、その他の外部要因は分析に用いても役に立たない確率が10%以上のものを分析から除いた（注5）。

（注5）変数減少法を用いた。詳しくは、参考文献2）を参照いただきたい。

図表13 不安の大きさの関連要因についての分析イメージ



出所：筆者作成

図表14 介護不安の関連要因についての分析に用いた外部要因

	介護する場合	介護される場合
基本的な属性 (必ず用いる)	性別、年齢、家族構成、世帯収入額、世帯貯蓄額	
	最も介護する相手の想定	最も自分を介護する人の想定、介護経験
その他の外部要因 (分析に用いても役に立たない確率が10%以上のものは除く)	公的介護保険サービス・公的介護保険以外の介護サービスの利用意思、介護費用の負担手段の想定、負担する介護費用の想定額、経済的準備の状況、介護に関する手助け・相談相手の想定、介護に備えた家族・親族との話し合い状況	
	介護する相手の住まいの想定、介護する相手との仲の良さ	自分の住まいの想定、自分を介護する人との仲の良さ

出所：筆者作成

(2) 分析結果

分析を行なったところ、図表15・図表16に示す結果が得られた。なお、それぞれの外部要因の単位が異なる（例えば、性別は男性／女性の2区分、年齢は1歳刻みである）ため、データの平均値および分散を同一に換算して単位を揃えた（注6）。

（注6）図表15・図表16には、いずれかの不安得点の増減に関連している外部要因のみを掲載した。また、図表中に記載した数値は「標準偏回帰係数」と言い、相対的な関連の大小を示す値である。詳しくは、参考文献2）を参照いただきたい。

図表15・図表16から読み取れる主な傾向は、以下のとおりである。

【基本的な属性について】

- ① 女性は、介護する場合の多くの側面・介護される場合の全ての側面で不安が大きい。
- ② 世帯貯蓄（預貯金以外の金融資産を含む）額が500万円以上の人は、介護する場合・される場合ともに「経済的負担」についての不安が小さい。

【介護サービスの利用について】

- ③ 公的介護保険または保険外のサービスの利用を想定している人は、介護する場合・される場合ともにほぼ全ての側面で不安が大きい。

【介護費用の負担と準備について】

- ④ 介護する場合の介護費用を自世帯の仕事の収入・公的年金・借り入れで負担すること

を想定している人は、「自分の経済的負担」についての不安が大きい。一方、預貯金で負担することを想定していることと上記の不安とは関連がない。

- ⑤ 介護される場合の介護費用を子世帯の預貯金・仕事の収入・借りで負担することを想定している人は、多くの側面で不安が大きい。
- ⑥ 介護の経済的準備を預貯金でしている人は、それ以外の人（経済的準備をしていない人・預貯金以外のみで経済的準備をしている人）と比べ、介護される場合では「経済的負担」についての不安が小さい。一方、介護する場合では介護不安の大きさに差がない。
- ⑦ 介護の経済的準備を預貯金以外の資産（有価証券・不動産等）でしている人は、それ以外の人に比べ、介護する場合では全ての側面で不安が小さい。また、介護される場合でも、「経済的負担」についての不安が小さい。

【介護に備えた人間関係づくりについて】

- ⑧ 介護に関する相談相手・手助けしてくれる人がいると思う人は、全ての側面で不安が小さい。特に介護される場合に、他の外部要因に比べ不安が小さい傾向が強い。
- ⑨ 介護に備えた家族・親族との話し合いをしている人は、介護する場合は全ての側面で不安が小さい。介護される場合でも、介護についての総合的な不安・「経済的負担」についての不安を除き不安が小さい。
- ⑩ 自分が介護すると思われる人との関係が良い人は、全ての側面で不安が小さい。自分を介護すると思われる人との関係が良い人は、介護についての総合的な不安・自分の経済的負担についての不安・介護に対する準備についての不安が小さい。

図表 15 外部要因による介護する場合の不安得点増減の相対比較（重回帰分析）

	介護について総合的に	自分の精神的負担	自分の身体的負担	自分の経済的負担	自分の時間に対する拘束	介護に対する準備	介護についてわからない点
性別（女性）		.089	.115	.053	.094	.059	.
年齢	-0.067	-0.074					-0.072
配偶者がいる	.083	.111		.078			
子がおらず将来も持たないと思う	.082		.077	.069		.079	.083
世帯収入額が500万円以上							-0.069
世帯貯蓄額が500万円以上			-0.069	-0.145			
最も介護する相手は配偶者だと思う						-0.148	
公的介護保険のサービスを利用すると思う	.076	.055	.080				
公的介護保険以外のサービスを利用すると思う（※1）					.074	.063	.048
介護費用を自世帯の預貯金で負担すると思う		.053	.051				
介護費用を自世帯の仕事の収入で負担すると思う				.079	.053		
介護費用を自世帯の公的年金で負担すると思う				.049			
介護費用を自世帯が金融機関から借り入れて負担すると思う				.061			
介護する経済的な準備を預貯金以外の資産でしている	-0.081	-0.081	-0.073	-0.133	-0.078	-0.083	-0.055
介護に関する相談相手・手助けしてくれる人がいると思う	-0.075	-0.110	-0.133	-0.060	-0.085	-0.076	-0.072
介護に備えた家族・親族との話し合いをしている	-0.051	-0.055	-0.049	-0.092	-0.067	-0.089	-0.078
自分が介護すると思われる人との関係が良い	-0.069	-0.116	-0.092	-0.093	-0.109	-0.092	-0.050

（※1）「自分の時間に対する拘束」「介護についてわからない点」についての不安に対しては、「サービスを利用するか否かわからない」を含む。

図表 16 外部要因による介護される場合の不安得点増減の相対比較（重回帰分析）

〔単位なし〕

	介護について総合的に	介護する家族・親族の精神的負担	介護する家族・親族の身体的負担	介護する家族・親族の経済的負担	介護する家族・親族の時間に対する拘束	自分の経済的負担	介護に対する準備	介護についてわからない点
性別（女性）	.110	.141	.138	.081	.148	.096	.111	.065
年齢	-.091			-.102				
配偶者がおらず将来も結婚しないと思う	.114							
世帯貯蓄額が500万円以上				-.111	-.082	-.111		
最も自分を介護する人は配偶者だと思う		.207						
最も自分を介護する人は娘だと思う		.261				.198		
公的介護保険のサービスを利用すると思う	.063	.075	.116	.100	.107	.118		
公的介護保険以外のサービスを利用すると思う		.094		.068				.115
介護費用を子世帯の預貯金で負担すると思う	.081	.078	.084	.114	.089	.073	.084	.091
介護費用を子世帯の仕事の収入で負担すると思う	.084	.092	.092	.153	.093	.078	.100	.072
介護費用を子世帯が金融機関から借り入れて負担すると思う		.058	.058				.096	
介護を受ける経済的な準備を預貯金でしている				-.087		-.076		
介護を受ける経済的な準備を預貯金以外の資産でしている				-.132		-.135	-.082	
介護に関する相談相手・手助けしてくれる人がいると思う	-.153	-.150	-.137	-.155	-.135	-.119	-.131	-.157
介護に備えた家族・親族との話し合いをしている		-.062	-.063		-.066		-.064	-.085
自分を介護すると思われる人との関係が良い	-.060					-.070	-.061	

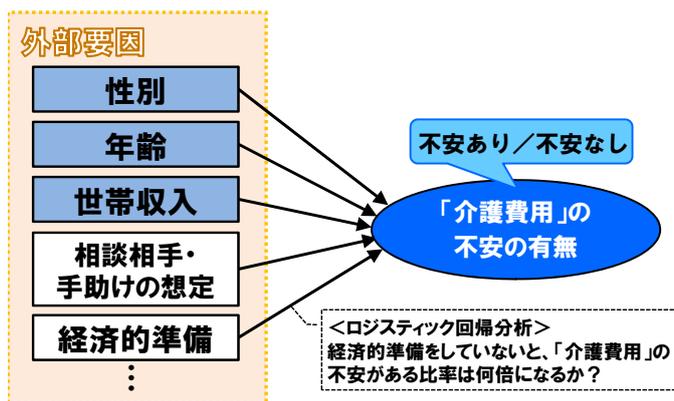
出所：図表 15・図表 16 とも当研究所「介護の不安に関する調査」（2014年3月）から筆者作成

2. 具体的な不安の有無と外部要因との関連についての分析

（1）分析目的・方法

具体的な不安個々（図表 3・図表 5 参照）の「有無」が外部要因とどう関連しているかを探るため、介護する場合・される場合のそれぞれについて、「ロジスティック回帰分析」という手法を用い分析した（注7）。これは、図表 17 のように、外部要因が特定の状態だと具体的な不安がある比率（不安がある割合とない割合の比）が何倍になるかを計算し、関連の強さを測るものである。

図表 17 具体的な不安の有無の関連要因についての分析イメージ



出所：筆者作成

（注7）不安の「大きさ」のように選択肢と選択肢の間が想定できる場合は、重回帰分析を用いることが多い。一方、具体的な不安個々の「有無」のように「あり」「なし」のいずれかで中間がない場合は、重回帰分析が使えないため、ロジスティック回帰分析等の応用的な分析手法を用いる。ロジスティック回帰分析も重回帰分析と同じく、外部要因相互の関連による影響を取り除いて分析することができる。

分析対象者は、それぞれ、将来介護する場合に何らかの不安がある 2,252 人（介護未経験者のみ）、将来介護される場合に何らかの不安がある 5,945 人（介護経験者および未経験者）である。この分析でも、基本的な属性は必ず分析に用い、その他の外部要因は分析に用いても役に立たない確率が 10%以上のものを分析から除去した（注 8）。

（注 8）尤度比による変数減少法を用いた。詳しくは、参考文献 3）を参照いただきたい。

（2）分析結果

分析を行なったところ、それぞれ図表 18・図表 19 に示す結果が得られた（注 9）。

（注 9）図表 18・図表 19 には、介護する場合・される場合に多かった上位各 3 つの具体的な不安（図表 3・図表 5 参照）と、不安得点の増加に大きく関連していた具体的な不安（図表 12 参照）、およびいずれかの具体的な不安がある比率の増減に関連している外部要因のみを掲載した。

図表 18・図表 19 から読み取れる主な傾向は以下のとおりである。

【基本的な属性について】

- ① 女性は、介護する場合の「介護疲れによるうつ」の不安、介護される場合の「自分の認知症・物忘れ」の不安がある割合が高い。
- ② 世帯収入額が 500 万円未満の人は、介護する場合の「介護費用」の不安、介護される場合の「介護費用」「経済的な準備不足」の不安がある割合が高い。
- ③ 世帯貯蓄（預貯金以外の金融資産を含む）額が 500 万円以上の人は、介護する場合の「経済的な準備不足」の不安、介護される場合の「介護費用」「経済的な準備不足」の不安がある割合が低い。

【介護サービスの利用について】

- ④ 介護サービスの利用を想定している人は、介護する場合の「介護する相手の認知症・物忘れ」「介護する相手との人間関係」の不安、介護される場合の「介護費用」「経済的な準備不足」の不安がある割合が高い。

【介護費用の負担と準備について】

- ⑤ 介護する場合の介護費用を、自世帯の仕事の収入や公的年金で負担することを想定している人は、「介護費用」「介護する相手の認知症・物忘れ」「介護疲れによるうつ」「経済的な準備不足」の不安がある割合が高い。
- ⑥ 介護される場合の介護費用を、自世帯の預貯金や預貯金以外の資産（有価証券・不動産等）もしくは公的年金、または子世帯の仕事の収入か借り入れで負担することを想定している人は、「自分の認知症・物忘れ」の不安がある割合が高い。
- ⑦ 介護の経済的準備を預貯金でしている人は、それ以外の人（経済的準備をしていない人・預貯金以外のみで経済的準備をしている人）と比べ、介護される場合では「経済的な準備不足」の不安がある割合が低い。一方、介護する場合では「経済的な準備不足」の不安がある割合が高い。
- ⑧ 介護の経済的準備をしていない人は、何らかの経済的準備をしている人と比べ、介護する場合に「介護費用」「経済的な準備不足」の不安がある割合が高い。

【介護に備えた人間関係づくりについて】

- ⑨ 介護に関する相談相手や手助けしてくれる人がいると思う人は、介護する場合には「介護疲れによるうつ」「経済的な準備不足」の不安、介護される場合には「介護費用」の不安

がある割合が低い。

- ⑩ 介護に備えた家族・親族との話し合いをしている人は、介護する場合には「介護費用」「介護する相手の認知症・物忘れ」「経済的な準備不足」の不安、介護される場合には「介護費用」「経済的な準備不足」の不安がある割合が低い。
- ⑪ 自分が介護すると思われる人との関係が良い人は、「介護疲れによるうつ」「介護する相手との人間関係」の不安がある割合が低い。自分を介護すると思われる人との関係が良い人は、「介護する人との人間関係」の不安がある割合が低い。

図表 18 外部要因による介護する場合の具体的な不安がある比率の変化（ロジスティック回帰分析）

[倍]

	介護費用	介護する相手の認知症・物忘れ	介護疲れによるうつ	経済的な準備不足	介護する相手との人間関係
性別（女性）	.	.	1.908	.	.
年齢（1歳高い）	.	.	.986	.	.979
配偶者がいる	.	.611	.	.	.
世帯収入額が500万円未満	1.484
世帯貯蓄額が500万円以上597	.
最も介護する相手は義理の父親だと思う	2.888
最も介護する相手は義理の母親だと思う	2.946
公的介護保険のサービスを利用すると思う	.	1.485	.	.	.
公的介護保険以外のサービスを利用すると思う	1.723
介護費用を自世帯の預貯金で負担すると思う	1.667	1.525	1.320	.	.
介護費用を自世帯の仕事の収入で負担すると思う	1.266	1.348	1.426	1.292	.
介護費用を自世帯の公的年金で負担すると思う	1.419	1.676	1.380	1.437	.
介護費用を自世帯の民間保険で負担すると思う	1.413	.	.	1.774	.
介護費用を自世帯が金融機関から借り入れて負担すると思う	.	.	.	3.626	.
介護する経済的な準備を預貯金でしている	.	.	.	1.535	.
介護する経済的な準備を生命保険・損害保険（介護保障以外）でしている	.	.	.462	.	.
介護する経済的な準備をしていない	1.384	.	.	2.335	.
介護に関する相談相手・手助けしてくれる人がいると思う（※1）	.	.	.604	.624	.
介護に備えた家族・親族との話し合いをしている（※2）	.845	.789	.	.741	.
自分が介護すると思われる人との関係が良い（※3）	.	.	.799	.	.597

（※1）相談相手・手助けしてくれる人が「いるかどうかわからない」を含む。

（※2）「よく話し合っている」「まあまあ話し合っている」「あまり話し合っていない」「ほとんど・まったく話し合っていない」の4段階で、頻度が1段階高まるごとの値。

（※3）「とても良い」「やや良い」「あまり良くない」「まったく良くない」「関係が途絶えている」の5段階で、関係が1段階良くなるごとの値。

図表 19 外部要因による介護される場合の具体的な不安がある比率の変化（ロジスティック回帰分析）

[倍]

	介護費用	自分の認知症・物忘れ	介護する人との人間関係	経済的な準備不足
性別（女性）	.	2.068	.	.
年齢（1歳高い）	.	.	.980	.
息子がいる	.	.	1.446	.
世帯収入額が500万円未満	1.908	.	.	1.982
世帯貯蓄額が500万円以上	.629	.	.	.527
公的介護保険のサービスを利用すると思う	1.649	.	.	1.636
介護を受ける間は主に有料老人ホームに住むことになると思う	.688	.	1.470	.606
介護費用を自世帯の預貯金で負担すると思う	1.396	1.535	1.630	.
介護費用を自世帯の預貯金以外の資産で負担すると思う	.	2.157	.	.
介護費用を自世帯の公的年金で負担すると思う	.	1.340	.	.
介護費用を子世帯の仕事の収入で負担すると思う	1.739	1.457	.	.
介護費用を子世帯が金融機関から借り入れて負担すると思う	.	12.521	.	.
介護を受ける経済的な準備を預貯金でしている671
介護に関する相談相手・手助けしてくれる人がいると思う	.664	.	.	.
介護に備えた家族・親族との話し合いをしている（※1）	.823	.	.	.753
自分を介護すると思われる人との関係が良い（※2）	.	.	.673	.

（※1）「よく話し合っている」「まあまあ話し合っている」「あまり話し合っていない」「ほとんど・まったく話し合っていない」の4段階で、頻度が1段階高まるごとの値。

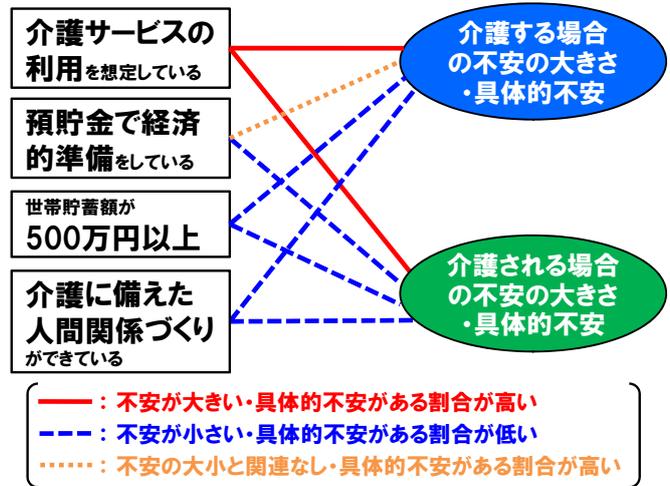
（※2）「とても良い」「やや良い」「あまり良くない」「まったく良くない」「関係が途絶えている」の5段階で、関係が1段階良くなるごとの値。

出所：図表 18・図表 19 とも当研究所「介護の不安に関する調査」（2014年3月）から筆者作成

介護不安の主な関連要因についての分析結果をまとめると、次のようになる（図表 20）。

- ①介護サービスの利用を想定している人は、介護する場合・される場合ともに不安が大きく、具体的不安がある割合が高い。
- ②介護の経済的準備を預貯金でしている人は、介護される場合では「経済的負担」についての不安が小さく、「経済的な準備不足」の不安がある割合が低い。一方、介護する場合では不安の大小と関連せず、「経済的な準備不足」の不安がある割合が高い。
- ③世帯貯蓄額が 500 万円以上の方は、介護する場合・される場合ともに「経済的負担」についての不安が小さく、「経済的な準備不足」の不安がある割合が低い。
- ④介護に関する相談相手・手助けの想定や家族・親族との話し合いなど、介護に備えた人間関係づくりができていない人は、介護する場合・される場合ともに不安が小さく、具体的不安がある割合は低い。

図表 20 介護不安の主な関連要因



出所：筆者作成

Ⅲ 考察—介護不安を軽減し得る方策について

以上の分析結果を考察し、どのような方策が介護不安を軽減し得るかについて述べる。

1. 介護不安の構造について

介護する場合の不安の背後には「介護態勢」「介護費用・準備」「介護支援」「介護ストレス」の 4 因子、介護される場合の不安の背後には「介護状態」「介護費用・準備」「介護支援」の 3 因子が存在していた。

そして、介護する場合の不安は、「経済的な準備不足」の不安や「介護する相手との人間関係」「介護疲れによるうつ」の不安があると大きい。一方、介護される場合の不安は、「経済的な準備不足」「介護費用」の不安があると大きい。

介護する場合・される場合の不安の「大きさ」と、具体的な不安の「有無」との関係は、後者が前者に影響を与えていると思われる。とすれば、図表 21 に示す不安を無くすことで、介護不安を小さくすることができると考える。介護する場合・される場合ともに、「経済的な準備不足」

図表 21 介護不安を小さくするために、無くす必要があると考える不安

介護する場合	介護される場合
「経済的な準備不足」	
「介護相手との人間関係」 「介護疲れによるうつ」	「介護費用」

出所：筆者作成

の不安を無くすことが重要である。

2. 介護不安の関連要因について

分析により介護不安の関連要因が明らかになったが、介護に関する想定および介護に対する準備との関係については、どちらがどちらに影響を与えているのか慎重に検討しなければならない。図表 22 に示す①～⑥の全ての影響関係が考えられるからである。

(1) 介護サービスの利用想定について

「介護サービスの利用を想定している人は、介護する場合・される場合ともに不安が大きく、具体的な不安がある割合が高い」との結果については、介護不安があるので介護サービスの利用を想定しているのではないかと考える（図表 22 の②）。

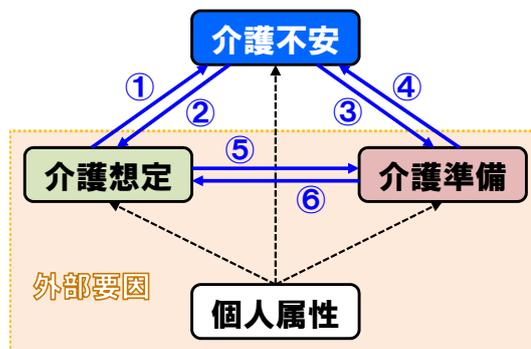
(2) 預貯金での経済的準備について

「介護の経済的準備を預貯金でしている人は、介護される場合では『経済的負担』についての不安が小さく、『経済的な準備不足』の不安がある割合が低い。一方、介護する場合では不安の大小と関連せず、『経済的な準備不足』の不安がある割合が高い」との結果については、「介護の経済的準備をしていない人は、何らかの経済的準備をしている人と比べ、介護する場合に『経済的な準備不足』の不安がある割合が高い」との結果とあわせて解釈する。

まず、介護不安により経済的準備が促されるという関係（図表 22 の③）と、経済的準備により介護不安が軽減されるという関係（同④）があると考えられる。そして、介護される場合には、預貯金で経済的準備をすると④の影響関係が機能し介護不安が軽減されると考える。一方、介護する場合には、何らかの手段で経済的準備をすると④の影響関係が機能し介護不安が軽減されるが、準備の手段に預貯金が含まれる場合は預貯金以外のみの場合と比べ不安軽減の効果が大幅に小さいものと考える。介護される場合とする場合とで預貯金の作用が異なるのは、介護の長期化により準備した預貯金が底をつく事態を想定する際、介護される場合には子などの家族・親族または行政が援助してくれる（究極的には、自分が死亡に至れば問題は解決する）と達観できる一方、介護する場合には自分の生活のための貯蓄・収入を拠出しなければならなくなることを懸念するであろうことが一因ではないか、と思われる。

「経済的な準備不足」の不安を無くすためには、介護する場合には上記のような預貯金の弱点を踏まえ、介護の長期化に耐え得る預貯金以外の経済的準備手段を検討する必要があると考える。

図表 22 介護想定・介護準備・介護不安の関連についての考察



出所：筆者作成

(3) 世帯貯蓄額について

「世帯貯蓄額が 500 万円以上の人は、介護する場合・される場合ともに『経済的負担』についての不安が小さく、『経済的な準備不足』の不安がある割合が低い」との結果については、貯蓄による準備により経済的な介護不安が軽減しているものとする（図表 22 の④）。

実際に介護する場合・される場合に十分な額とは異なると思われるが、「経済的な準備不足」の不安を無くすという観点からは、**貯蓄は 500 万円以上必要である**と考える。

(4) 介護に備えた人間関係づくりについて

「介護に備えた人間関係づくりができていない人は、介護する場合・される場合ともに不安が小さく、具体的不安がある割合が低い」との結果については、支援の想定や話し合い等による準備により介護不安が軽減しているものとする（図表 22 の①④）。

これを前提に、『経済的な準備不足』の不安を無くす」という点について考えると、世帯貯蓄額が 500 万円未満であっても、介護する場合・される場合ともに家族・親族との話し合いの程度を 2 段階高めれば（例：「ほとんど・まったく話し合っていない」→「まあまあ話し合っている」）、不安がある比率はほぼ変化しない（注 10）。また、介護する場合には、介護に関する相談相手・手助けを想定できることのみで、不安がある比率の増加はほぼ帳消しになる（注 11）。

従って、**家族や親族と介護についてよく話し合い、介護について相談に乗ってくれたり手助けしてくれたりする人を見つけておくことが、介護不安の軽減に大きく役立つ**と考える。

（注10）図表 18・図表 19 から、世帯貯蓄額が 500 万円未満であることによる「経済的な準備不足」の不安がある比率は、同 500 万円以上の場合に比べ、介護する場合は $1 \div 0.597 = 1.675$ 倍、介護される場合は $1 \div 0.527 = 1.898$ 倍。話し合いの程度を 2 段階高めると、介護される場合は $0.741^2 = 0.549$ を乗じて 0.920 倍、介護される場合は $0.753^2 = 0.567$ を乗じて 1.076 倍となり、ほぼ 1 倍である。

（注11）注 10 と同じく、世帯貯蓄額が 500 万円未満であることによる「経済的な準備不足」の不安がある比率は、同 500 万円以上の場合に比べ 1.675 倍。介護に関する相談相手・手助けを想定できると、0.624 を乗じて 1.045 倍となり、ほぼ 1 倍である。

おわりに

本研究により、介護不安を軽減するためには

- ・「経済的な準備不足」の不安を無くすことが重要であること
- ・介護する場合には、介護の長期化に耐え得る預貯金以外の経済的準備手段を検討する必要があること
- ・介護不安軽減のために貯蓄は 500 万円以上必要なこと
- ・介護に備えた人間関係づくりが介護不安を大きく軽減し得ること

が明らかになった。

分析によると、介護する場合は有価証券や不動産等の資産で経済的な準備をすれば不安は一定程度軽減され得るとの結果が出ているが、それらの手段で準備をするのは通常は一定程度の資産を有する場合と想定されることから、終身保障の民間介護保険や個人年金保険等で準備するのが現実的と考える。保険会社が、民間介護保険等の販売やそのアフターフォローにおいて、保険加入者や加入を検討している人に対しさらに「介護について相談に乗ってくれたり手助けしてくれたりする人」としての役割を担えば、介護不安を幅広く軽減することができると思う。

【参考文献】

- 1) 公益財団法人生命保険文化センター「平成 25 年度 生活保障に関する調査」(2013 年)
- 2) 村瀬洋一・高田洋・廣瀬毅士「SPSS による多変量解析」(オーム社、2007 年)
- 3) 内田治「SPSS によるロジスティック回帰分析」(オーム社、2011 年)

【調査の概要】

- (1) 調査対象：全国の 20 歳以上 69 歳以下の男女
- (2) 調査方法：WEB アンケート調査 (株式会社マクロミルの登録モニター対象)
- (3) 調査時期：2014 年 3 月 18 日～3 月 20 日
- (4) 回収数：6,195 人 (うち、過去 10 年以内に自身の家族・親族を介護した経験がある人 3,101 人、経験がない人 3,094 人)
- (5) 対象の属性 (上段：人数[人]、下段：介護経験者または未経験者計に対する割合[%])

	介護経験者			介護未経験者		
	男性	女性	計	男性	女性	計
20 歳代	54 (1.7%)	115 (3.7%)	169 (5.4%)	294 (9.5%)	272 (8.8%)	566 (18.3%)
30 歳代	113 (3.6%)	165 (5.3%)	278 (9.0%)	384 (12.4%)	362 (11.7%)	746 (24.1%)
40 歳代	162 (5.2%)	223 (7.2%)	385 (12.4%)	343 (11.1%)	328 (10.6%)	671 (21.7%)
50 歳代	365 (11.8%)	542 (17.5%)	907 (29.2%)	291 (9.4%)	263 (8.5%)	554 (17.9%)
60 歳代	573 (18.5%)	789 (25.4%)	1,362 (43.9%)	288 (9.3%)	269 (8.7%)	557 (18.0%)
計	1,267 (40.9%)	1,834 (59.1%)	3,101 (100.0%)	1,600 (51.7%)	1,494 (48.3%)	3,094 (100.0%)

【注】割合は小数第二位を四捨五入して表記しているため、各セルの数値の合計と計欄とが一致しない場合がある。

(6) 標本設計

本調査では、介護経験者および未経験者をそれぞれ約 3,000 人ずつ調査することとした上で、総務省「平成 22 年国勢調査」等の統計資料から性・年齢階級別構成率を算出し、性・年齢階級別に必要標本数を割り当てた。