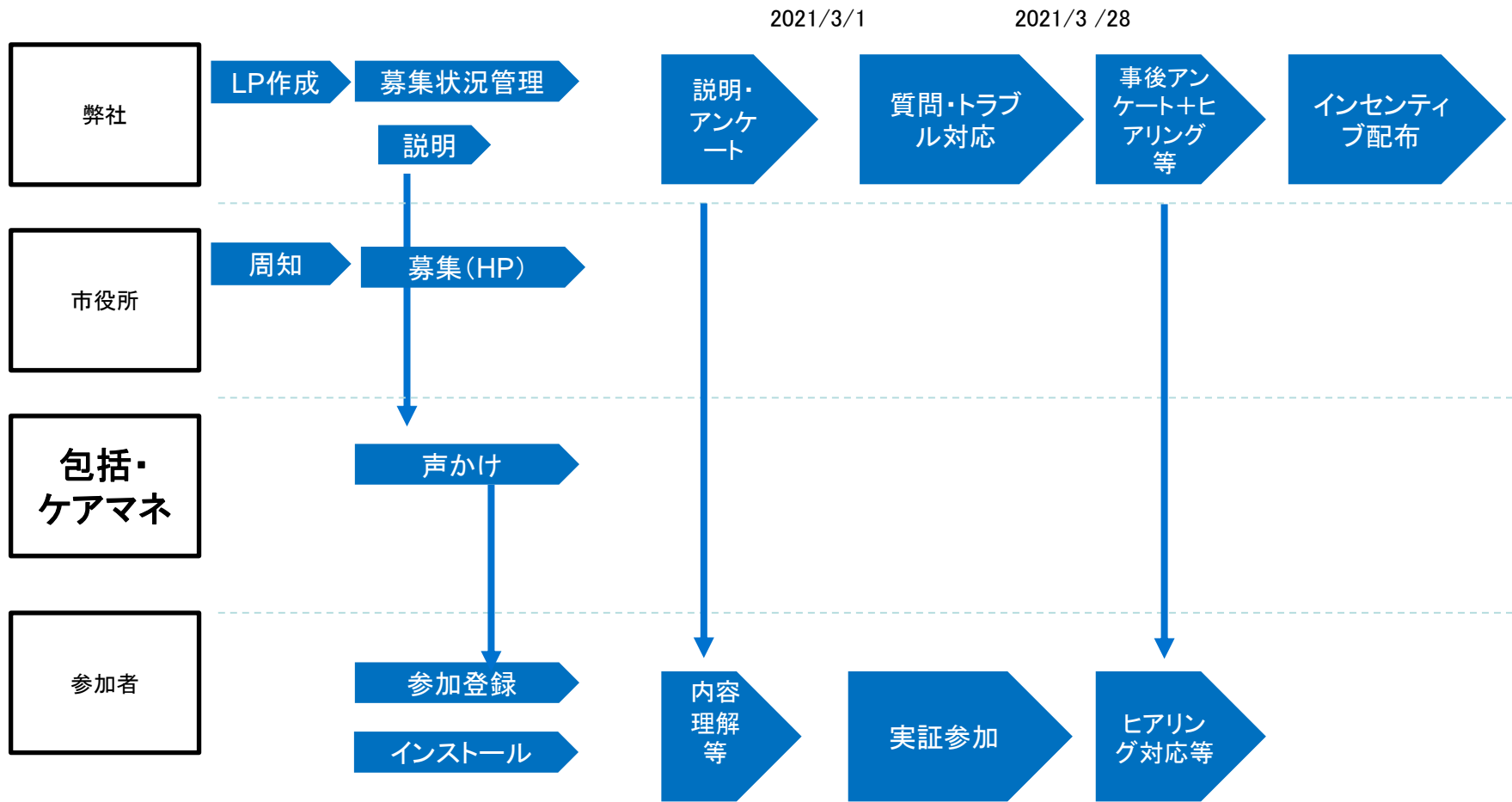


機能1-C:(途中段階の)実証結果について(天理市)

天理市途中実証の内容・スケジュール

➤ 実証期間：3月1日(月)～3月28日(日)



- ✓ Zaritアンケート
- ✓ CareWizの利用（動画視聴等）
- ✓ Zaritアンケート
- ✓ 在宅介護時のユマニチュードの実践
- ✓ ヒアリング

- 参加者のご負担
 - ✓ 端末でのアプリ利用に悪化するインターネット通信料

- 実証参加による参加者のメリット（想定）
 - ✓ 認知症のご家族への対応・介護の仕方がわかる。
 - ✓ 介護状況を記録することにより日々の介護・生活の振り返りができる

- 謝礼：全ての実証にご参加いただいた方
 - ✓ Amazonギフトカード 3,000円分（メールで送付予定）
 - ✓ ユマニチュード講座の受講（オンライン視聴予定）

途中実証時の情報等の取扱いについて

➤ 個人情報

- 実証以外での使用はしない。
- 結果については実証関係者以外には共有しない。
- 第三者への提供などは一切なし

➤ 情報の保管

- データ情報はアクセス権限者のみが閲覧できるよう保管。
- 紙による情報は、鍵のついたロッカーにて保管。

① I.K.さん_40代

② I.K.さん_20代

③ O.さん_70代

④ I.C.さん_40代

計 4 名

介護者と被介護者の属性

質問項目	回答
介護者年代	40代
介護者が同居しているご家族	子ども
被介護者との関係	自身の母親, 自身の父親
被介護者の年代	70代
被介護者と直接お会いになる頻度	月1回程度
被介護者の健康管理に気を付けていますか？	気にはかけていますが、話を聞く程度です
被介護者に病院に行くことを勧めることはありますか？	たまにある
被介護者が過去10年以内に大きな病気やケガをしたことがある傷病名	父がパーキンソン病です
介護者のお子さまの年代	10代の次男と同居で、一人暮らしの長男20代、寮生活の10代娘
介護者とお子さまと直接お会いになる頻度	月1回程度
あなたは平均すると、月にいくつくらいスマートフォンでアプリをダウンロードされますか？	月1-3個程度
現在、あなたがスマートフォンでよく利用している「ご自身でダウンロードしたアプリ」はおおよそいくつありますか？	10個以上

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0~4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	実証開始前	実証終了後	差分
あなたが介護している方は、必要以上に世話を求めてくると思いませんか	0	0	0
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いませんか	3	1	-2
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず「ストレスだな」と思うことがありますか	0	0	0
あなたが介護している方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	1	0	-1
あなたが介護している方のそばにいと腹がたつことがありますか	0	0	0
介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると思いませんか	0	1	1
あなたが介護している方が将来どうなるのか不安になることがありますか	1	1	0
あなたが介護している方があなたに頼っていると思いませんか	2	1	-1
あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと思いませんか	0	0	0
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	0	0	0
介護があるので自分のプライバシーを保つことができないと思いませんか	—	0	—
介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	0	0	0
あなたが介護している方が家にいるので、友達を自宅に呼びたくても呼べないと思ったことがありますか	0	1	1
あなたが介護している方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	0	1	1
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕はないと思うことがありますか	0	0	0
介護にこれ以上の時間はさけないと思うことがありますか	0	0	0
介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと思うことがありますか	0	0	0
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	0	1	1
あなたが介護している方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	1	1	0
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	4	4	0
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	2	1	-1
全体を通してみると、介護をするということはどうくらい自分の負担になっていると思いませんか	0	0	0

事後ヒアリング結果

動画内容について高い評価をしており、サービスの更なる普及に価値を感じている。

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">実践する価値のあるコンテンツが一定数以上存在する。認知症の人の介護をする家族が知っているべき内容が凝縮されており、まるで認知症介護の教科書であるような内容である。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待	<ul style="list-style-type: none">家族に加えて、介護施設職員にも適当な内容だと思うので、自治体全体に普及すると良いと思う。高齢者と言っても幅広いので、その年齢に基づいて適当な動画をレコメンドしてくれると更に良い。相談窓口機能は、日中の時間の設定が難しい場合もあり、メールやLINE等別の相談手段があった方がありがたい。
その他	

介護者と被介護者の属性

質問項目	回答
介護者年代	20代
介護者が同居しているご家族	自身の母親, 自身の父親, 姉
被介護者との関係	祖母
被介護者の年代	70代
被介護者と直接お会いになる頻度	週5回以上
被介護者の健康管理に気を付けていますか？	気をつけている
被介護者に病院に行くことを勧めることはありますか？	たまにある
被介護者が過去10年以内に大きな病気やケガをしたことがある傷病名	高血圧症
介護者のお子さまの年代	現在いらっしゃらない
介護者とお子さまと直接お会いになる頻度	—
あなたは平均すると、月にいくつくらいスマートフォンでアプリをダウンロードされますか？	月1-3個程度
現在、あなたがスマートフォンでよく利用している「ご自身でダウンロードしたアプリ」はおおよそいくつありますか？	10個以上

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0~4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	実証開始前	実証終了後	差分
あなたが介護している方は、必要以上に世話を求めてくると感じますか	3	3	0
介護のために自分の時間が十分にとれないと感じますか	1	0	-1
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず「ストレスだな」と感じることがありますか	2	4	2
あなたが介護している方の行動に対し、困ってしまうと感じることがありますか	3	3	0
あなたが介護している方のそばにいと腹がたつことがありますか	3	4	1
介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると感じますか	2	0	-2
あなたが介護している方が将来どうなるのか不安になることがありますか	1	1	0
あなたが介護している方があなたに頼っていると感じますか	4	2	-2
あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと感じますか	1	3	2
介護のために、体調を崩したと感じることがありますか	0	0	0
介護があるので自分のプライバシーを保つことができないと感じますか	0	0	0
介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと感じることがありますか	2	0	-2
あなたが介護している方が家にいるので、友達を自宅に呼びたくても呼べないと感じることがありますか	0	0	0
あなたが介護している方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	4	0	-4
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕はないと感じることがありますか	0	0	0
介護にこれ以上の時間はさけないと感じることがありますか	1	1	0
介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと感じることがありますか	2	1	-1
介護を誰かに任せたいと感じることがありますか	4	4	0
あなたが介護している方に対して、どうしていいかわからないと感じることがありますか	2	3	1
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと感じることがありますか	1	1	0
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと感じることがありますか	1	0	-1
全体を通してみると、介護をするということはどうくらい自分の負担になっていると感じますか	3	3	0

事後ヒアリング結果

動画内容について高い評価をしており、サービスの更なる普及に価値を感じている。

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">• 多数の動画を見た上で、(自身が働く)介護施設職場でユマニチュードを実践したところ、良い効果が見られた。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待	<ul style="list-style-type: none">• (自分の場合は)家族に対してはどうしても感情が入ってしまうので、ユマニチュードを行うことに難しさを感じる側面がある。• 介護者と被介護者の関係は多様であり、「関係性が良い」パターンだけでなく、「関係性が良くない」パターンもあると更に良い。
その他	<ul style="list-style-type: none">• 周囲にはヤングケアラーが多いが、その中には介護の経験のない方もいる。こうした人たちも含めてより幅広い方々にマニチュードを知ってもらうことは社会的な価値があることだと感じる。

介護者と被介護者の属性

質問項目	回答
介護者年代	70代
介護者が同居しているご家族	配偶者, 自身の母親
被介護者との関係	自身の母親
被介護者の年代	80代以上
被介護者と直接お会いになる頻度	週5回以上
被介護者の健康管理に気を付けていますか？	気をつけている
被介護者に病院に行くことを勧めることはありますか？	たまにある
被介護者が過去10年以内に大きな病気やケガをしたことがある傷病名	高血圧症
介護者のお子さまの年代	40代
介護者とお子さまと直接お会いになる頻度	月1回程度
あなたは平均すると、月にいくつくらいスマートフォンでアプリをダウンロードされますか？	アプリはめったにダウンロードしない
現在、あなたがスマートフォンでよく利用している「ご自身でダウンロードしたアプリ」はおおよそいくつありますか？	4-6個程度

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0~4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	実証開始前	実証終了後	差分
あなたが介護している方は、必要以上に世話を求めてくると思いますか	1	1	0
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	0	2	2
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず「ストレスだな」と思うことがありますか	1	1	0
あなたが介護している方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	2	1	-1
あなたが介護している方のそばにいと腹がたつことがありますか	1	1	0
介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	1	1	0
あなたが介護している方が将来どうなるのか不安になることがありますか	2	1	-1
あなたが介護している方があなたに頼っていると思いますか	3	1	-2
あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	2	1	-1
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	0	1	1
介護があるので自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	0	1	1
介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	1	1	0
あなたが介護している方が家にいるので、友達を自宅に呼びたくても呼べないと思ったことがありますか	1	0	-1
あなたが介護している方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	3	1	-2
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕はないと思うことがありますか	3	2	-1
介護にこれ以上の時間はさけないと思うことがありますか	1	1	0
介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと思うことがありますか	2	1	-1
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	1	1	0
あなたが介護している方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	1	1	0
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	0	0	0
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	0	0	0
全体を通してみると、介護をするということとはどれくらい自分の負担になっていると思いますか	2	1	-1

事後ヒアリング結果

ユマニチュードの実践により、心の負担やストレスが軽減されるのを感じた。

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">• 動画のコンテンツは在宅介護において日常的に生じるお困りごとの場面をよくとらえている。• 文字とイラストの活用や、場面ごとのフォーカスの仕方等の工夫がされており、わかりやすい動画が多かった。• 「優しく接する」、「正面から接して話す」といったユマニチュードの実践は効果があった。• 総じて、アプリの活用により、心の負担やストレス軽減にはつながった感覚はある。• 動画事例を通じて、他の人も同様に困っていることを感じられ、安心した。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待	<ul style="list-style-type: none">• 家族が寝たきり状態になった場合はよりユマニチュードを学べるこのアプリは役に立つものになると感じる。• 「心の天気」の記録について、判断基準の設定が難しかった。• アプリをiPadで使用したが、文字入力方法がPCと同じような文字列になるのでづらさを感じた。
その他	<ul style="list-style-type: none">• ユマニチュードの理念にはとても共感できた。

介護者と被介護者の属性

質問項目	回答
介護者年代	40代
介護者が同居しているご家族	配偶者, 子ども
被介護者との関係	自身の母親
被介護者の年代	70代
被介護者と直接お会いになる頻度	月2-3回程度
被介護者の健康管理に気を付けていますか？	気をつけている
被介護者に病院に行くことを勧めることはありますか？	たまにある
被介護者が過去10年以内に大きな病気やケガをしたことがある傷病名	高血圧症
介護者のお子さまの年代	20代
介護者とお子さまと直接お会いになる頻度	同居中
あなたは平均すると、月にいくつくらいスマートフォンでアプリをダウンロードされますか？	アプリはめったにダウンロードしない
現在、あなたがスマートフォンでよく利用している「ご自身でダウンロードしたアプリ」はおおよそいくつありますか？	10個以上

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0～4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	実証開始前	実証終了後	差分
あなたが介護している方は、必要以上に世話を求めてくると思いますか	1	0	-1
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	0	1	1
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず「ストレスだな」と思うことがありますか	1	0	-1
あなたが介護している方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	—	0	—
あなたが介護している方のそばにいと腹がたつことがありますか	3	0	-3
介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	0	1	1
あなたが介護している方が将来どうなるのか不安になることがありますか	2	1	-1
あなたが介護している方があなたに頼っていると思いますか	2	1	-1
あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	2	0	-2
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	0	0	0
介護があるので自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	0	0	0
介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	0	0	0
あなたが介護している方が家にいるので、友達を自宅に呼びたくても呼べないと思ったことがありますか	0	1	1
あなたが介護している方は「あなただけが頼り」というふうに見えますか	0	1	1
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕はないと思うことがありますか	1	0	-1
介護にこれ以上の時間はさけないと思うことがありますか	0	0	0
介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと思うことがありますか	0	0	0
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	2	1	-1
あなたが介護している方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	2	1	-1
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	1	4	3
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	0	1	1
全体を通してみると、介護をするということはどうれくらい自分の負担になっていると思いますか	2	0	-2

事後ヒアリング結果

家族が認知症の初期であり、コミュニケーションをとること自体を諦めていたところがあったが、そんなことはないと思直した。

項目

意見

CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット

- 家族が認知症の初期であり、コミュニケーションをとること自体を諦めていたところがあったが、そんなことはないと思直した。
- 「声かけ」の仕方など学ぶところが多かった。

CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待

- UI上の文字が少し多すぎる。
- 動画検索機能が欲しい。
- 「学ぶ」以外にも項目があるのでよい。
- 日記機能も網羅的に記載するだけではなく、一つの事項にフォーカスして記載できて良いと思う。

その他

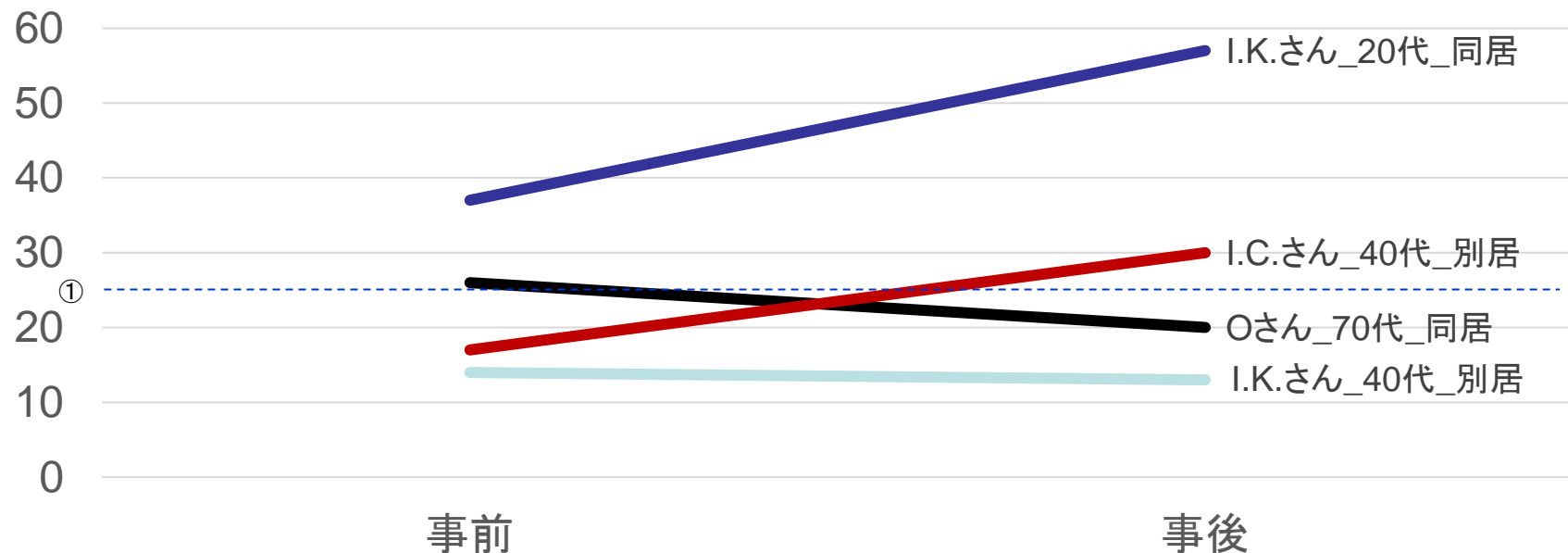
- 最近在宅介護をし始めた友人に対して、本アプリの活用を勧めた。

Zarit各項目のアンケート結果について（項目別全体版）

介護負担感質問	I.K.さん_40代	I.K.さん_20代	Oさん_70代	I.C.さん_40代	軽減されたと思う人数
あなたが介護している方は、必要以上に世話を求めてくると感じますか	0	0	0	-1	1
介護のために自分の時間が十分にとれないと感じますか	-2	-1	2	1	2
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず「ストレスだな」と感じることがありますか	0	2	0	-1	1
あなたが介護している方の行動に対し、困ってしまうと感じることがありますか	-1	0	-1	—	2
あなたが介護している方のそばにいと腹がたつと感じますか	0	1	0	-3	1
介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると感じますか	1	-2	0	1	1
あなたが介護している方が将来どうなるのか不安になると感じますか	0	0	-1	-1	2
あなたが介護している方があなたに頼っていると感じますか	-1	-2	-2	-1	4
あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと感じますか	0	2	-1	-2	2
介護のために、体調を崩したと感じることがありますか	0	0	1	0	0
介護があるので自分のプライバシーを保つことができないと感じますか	—	0	1	0	0
介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと感じることがありますか	0	-2	0	0	1
あなたが介護している方が家にいるので、友達を自宅に呼びたくても呼べないと感じることがありますか	1	0	-1	1	1
あなたが介護している方は「あなただけが頼り」というふうに見えますか	1	-4	-2	1	2
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕はないと感じることがありますか	0	0	-1	-1	2
介護にこれ以上の時間はさけないと感じることがありますか	0	0	0	0	0
介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと感じることがありますか	0	-1	-1	0	2
介護を誰かに任せてしまいたいと感じることがありますか	1	0	0	-1	1
あなたが介護している方に対して、どうしていいかわからないと感じることがありますか	0	1	0	-1	1
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと感じることがありますか	0	0	0	3	0
本当は自分はもっとうまく介護できるのになあと感じることがありますか	-1	-1	0	1	2
全体を通してみると、介護をするということはどれくらい自分の負担になっていると感じますか	0	0	-1	-2	2

- 1人以上の方が「負担の軽減」を肯定した項目数は18（22項目中）あり、アプリの活用・ユマニチュードの実践が多方面からの介護負担の軽減を実現する可能性を感じる結果となった。
- 「あなたが介護している方があなたに頼っていると感じますか」については、4名の参加者全員が負担軽減について肯定的であった。また、「介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと感じることがありますか」等の質問についても2名の方が負担軽減について肯定的であった。こちらについては、ヒアリング結果等を踏まえると、ユマニチュードの実践を通じた介護者と被介護者間の総合的なコミュニケーションの改善が一定の影響を与えているものと考えられる。

Zarit介護負担尺度事後変化（個人別比較：線グラフ比較）



①要介護高齢者と同居している家族介護者に抑うつ症状を呈するカットオフポイント(閾値)：25点

Schreiner, A.S., Morimoto, T., Arai, Y., et al.: Assessing Family Caregiver's Mental Health Using a Statistically Derived Cutoff Score for the Zarit Burden Interview. Aging Ment Health 10(2):107-111,2006.

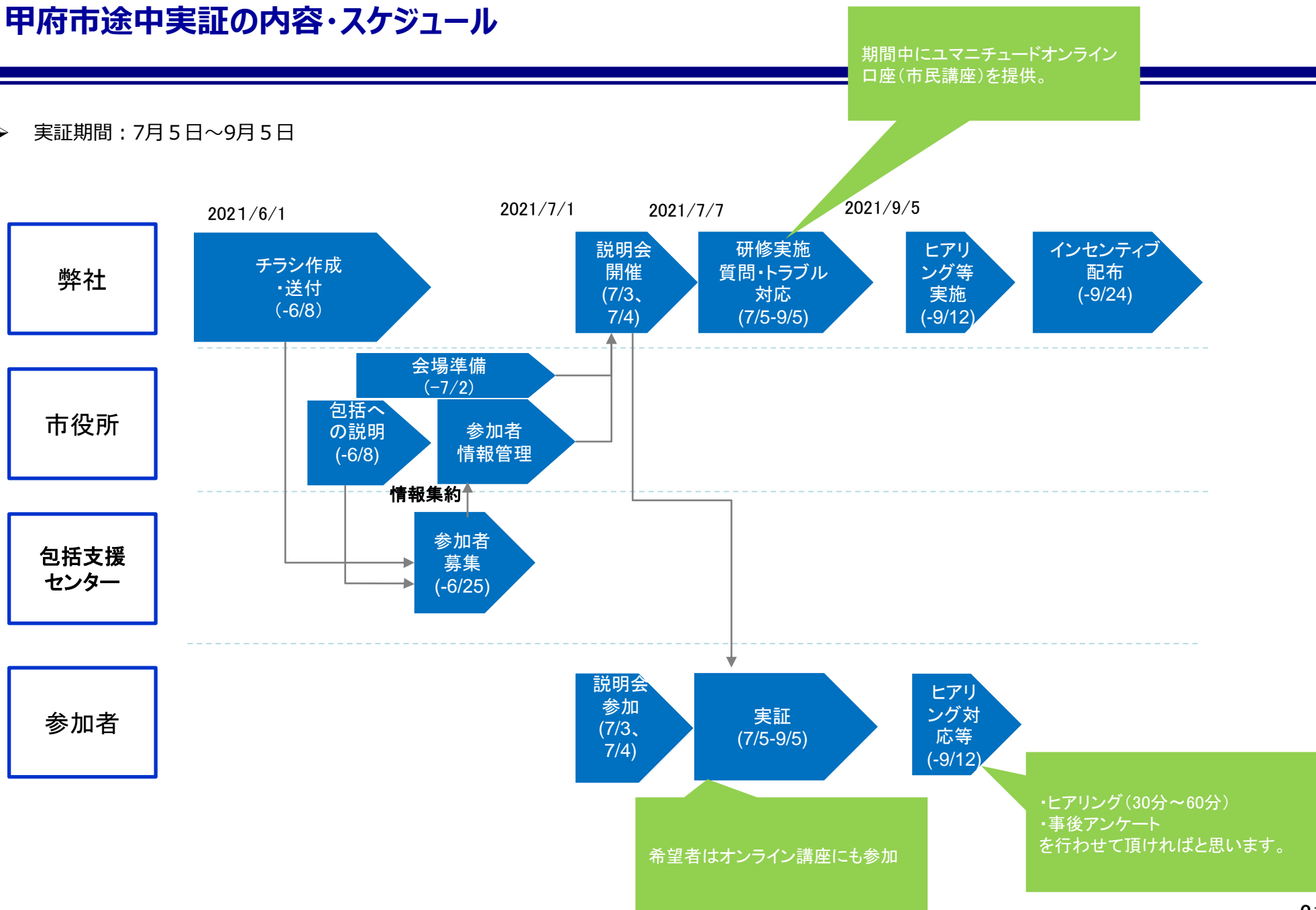
※ I.C.さん及びI.K.さんについては、それぞれ1項目のアンケート回答漏れがある。

- 4名のうち2名については状況の改善が見られたが、その他の2名については負担感が改善されないという結果になった。
- 実証期間内の感染症拡大状況等の社会的環境等が介護負担感にも少なくない影響を与えることが見込まれるとともに、サンプル数が4名かつ実証期間が一月程度であったため、直ちに統計的な示唆を得ることは困難である。

機能1-C: (途中段階の)実証結果について(甲府市)

甲府市途中実証の内容・スケジュール

➤ 実証期間：7月5日～9月5日



コロナ禍でも届けられるように、ユマニチュード入門コース研修をオンラインで開催

オンライン開催における変更点とメリット

※ユマニチュードのフランス本部、イヴ・ジネスト氏に、研修オンライン化における内容を監修いただいております

- ▶ 全国どこからでも、移動することなくご参加いただくことができます。
- ▶ 従来の大人数制の会場集合型から、少人数制(定員20名)の個人参加型に変更することで、お一人お一人にフォーカスできる体制と、個々にご自分が集中できる環境での受講が可能となり、より密度の濃い研修を実現します。
- ▶ マイクオン、カメラオンでの参加をお願いし、ディスカッション、チャット、グループワークなどを活用した、これまで以上にインタラクティブ(双方向)な構成に変更します。
- ▶ リアルタイムにインストラクターと対話、質問をしながら、自身のケア疑問点を納得いくまで深めることができます。



- * 入門コース以外も一部オンラインで開催中
- * その他講座も順次オンラインで提供予定

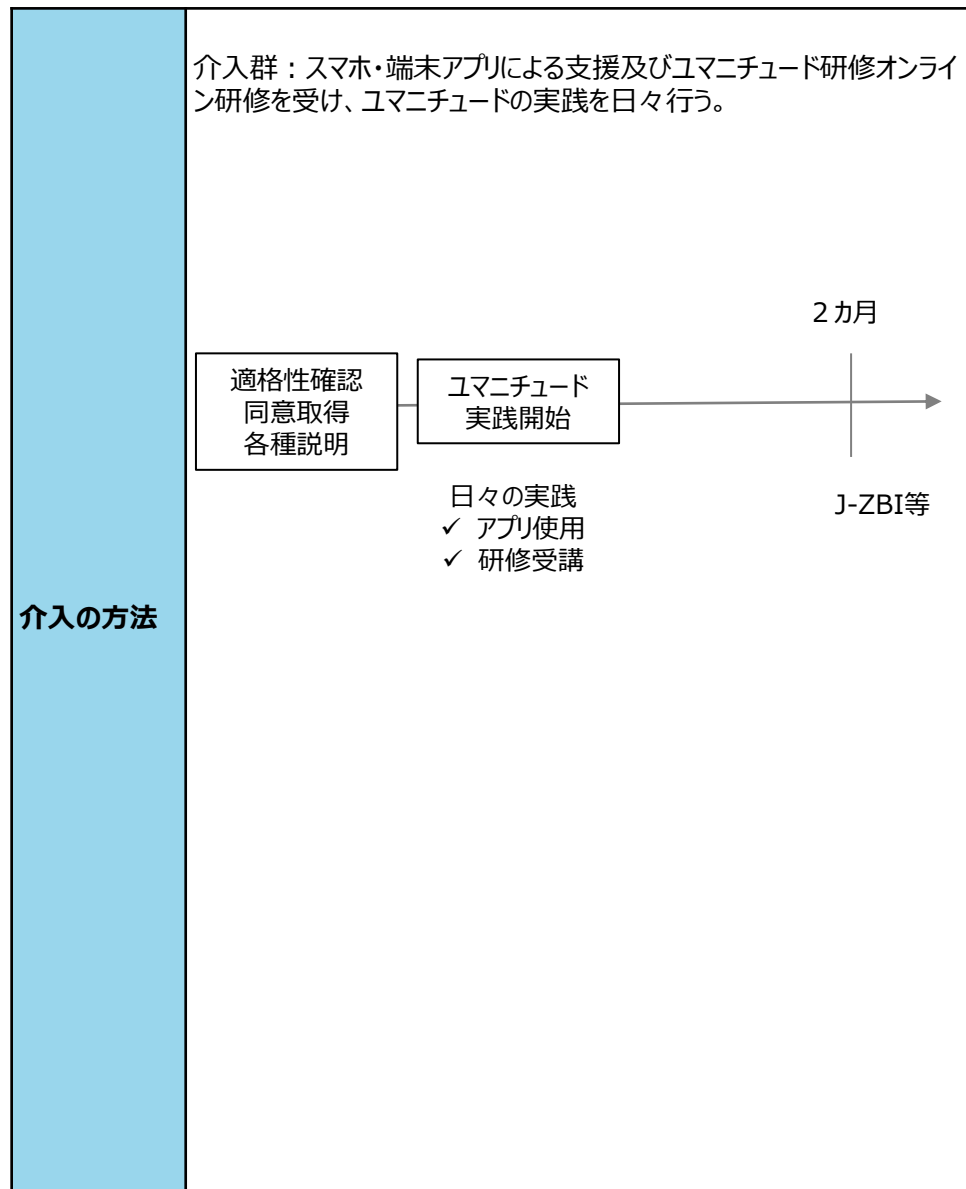


実証枠組みについて ①

想定参加者数	10名程度
参加者の確保方法	参加者の確保方法 ・包括支援センターからの適格者への直接的呼び込み

実証枠組みについて ②

<p>評価項目</p>	<p>主要評価項目：J-ZBI</p> <p>副次評価項目： ✓ BPSD現出頻度（月別）</p>
<p>選択基準・除外基準</p>	<p>選択基準： ✓ 認知機能の低下がみられる人に対して日常的に介護を行う方及び本人 ✓ 文書により個人情報の取り扱いを含めた本人の実証参加意思が確認できる方（本人についてはこの限りではない）</p> <p>除外基準： ✓ 職業として介護を行う方 ✓ 一定程度以上の身体的・精神的不調がある方</p>



- 参加者のご負担
 - ✓ 端末でのアプリ利用に悪化するインターネット通信料

- 実証参加による参加者のメリット（想定）
 - ✓ 認知症のご家族への対応・介護の仕方がわかる。
 - ✓ 介護状況を記録することにより日々の介護・生活の振り返りができる

- 謝礼：全ての実証にご参加いただいた方
 - ✓ Amazonギフトカード 3,000円分（メールで送付予定）
 - ✓ ユマニチュード講座の受講（オンライン視聴予定）

➤ 個人情報

- 実証以外での使用はしない。
- 結果については実証関係者以外には共有しない。
- 第三者への提供などは一切なし

➤ 情報の保管

- データ情報はアクセス権限者のみが閲覧できるよう保管。
- 紙による情報は、鍵のついたロッカーにて保管。

① K.M.さん_50代

② M.さん_60代

③ H.I.さん_70代

④ S.K.さん_50代

計4名

介護者と被介護者の属性

ユマニチュード市民講座参加者

質問項目	回答
あなたの性別をおうかがいします	女性
あなたの現在のご年齢は何歳ですか	50代
あなたと介護をしている家族の方は同居していますか	はい
介護をしている家族の方とのご関係を教えてください	嫁(姑にケアしている)
あなたは家族の中で主な介護者ですか	はい
これまで家族を介護している期間を教えてください	1年ー2年未満
あなたは毎日どのくらい(何時間)介護をしていますか	15時間以上
あなたが介護をしている家族の方の性別をおうかがいします	女性
あなたが介護をしている家族の方のご年齢を教えてください	80代
あなたが介護をしている方の要介護度を教えてください	要介護1
現在あなたが介護をしている家族は介護保険の居宅サービスを1週間にどのくらい(何時間)利用していますか	0時間

被介護者の認知症に関する行動心理状況（BPSD）

質問項目	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
あなたが介護をしている方の認知症の状況を教えてください	認知症ランクⅡ	認知症ランクⅡa	1
物を盗られたなどと被害的になる	3	1	-2
作話	2	3	1
泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる	3	3	0
昼夜の逆転がある(ある場合は1)	1	3	2
しつこく同じ話をする	4	4	0
大声をだす	3	2	-1
介護に抵抗する	2	2	0
「家に帰る」等と言い落ち着きがない	3	1	-2
一人で外に出たがり目が離せない	0	1	1
いろいろなものを集めたり、無断でもってくる	0	0	0
物を壊したり、衣類を破いたりする	0	0	0
ひどい物忘れ	4	4	0
意味もなく独り言や独り笑いをする	3	4	1
自分勝手に行動する	2	2	0
話がまとまらず、会話にならない	2	4	2

*「認知症の状況」は、認知症高齢者日常生活自立度にもとづいて示している。当該自立度については、9段階(IからM(ⅡとⅢについては、各3段階の区分が設けられている))の区分が設けられており、数値が高いほど自立性は低い

* 認知症に関する行動心理状況(BPSD)は認知症に伴う行動・心理状態を意味する。質問の選択肢は0:なし、1:ごくまれにある、2:ときどきある、3:よくある、4:いつもそうだ、の5段階で、0~4点まで症状や行動を表す頻度が多いほど高得点になるように配点されている。

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0～4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
介護を受けている方は、必要以上に世話を求めてくるとおもいますか	1	3	2
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	1	1	0
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず、「ストレスだな」と思うことがありますか	0	1	1
介護を受けている方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	2	3	1
介護を受けている方のそばにいと腹が立つことがありますか	1	1	0
介護があるので、家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	3	1	2
介護を受けている方が将来どうなるのか不安になることがありますか	1	3	2
介護を受けている方は、あなたに頼っていると思います	3	3	0
介護を受けている方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	3	1	-2
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	2	1	-2
介護があるので、自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	1	1	0
介護があるので、自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方が家にいるので、友達を自宅によびたくてもよべないと思ったことがありますか	4	2	-2
介護を受けている方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	1	2	1
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕がないとおもうことがありますか	1	1	0
介護にこれ以上の時間は割けないと思うことがありますか	1	1	0
介護が始まって以来、自分の思いどおりの生活ができなくなったと思うことがありますか	4	2	-2
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	2	4	2
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	1	2	1
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	1	1	0

事後ヒアリング結果

ユマニチュードを知るとは、介護ニーズが発生する前の心の準備段階にも役立つと思われる。

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">自分が感じている悩みが自分だけの悩みごと・困りごとではないことを確認できたのが良かった。(ユマニチュードのポイントである)ノックと視線を合わすことを知れて良かった。短期間での利用ではあったが、動画視聴・ユマニチュードの実践は在宅介護に役に立つと感じた。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待	<ul style="list-style-type: none">時間制約がない相談の手段があって欲しい。動画の被介護者の現実感が乏しい(もっと現実に近い癩癩の起こし方だと共感できると思う)。認知症が進行していない、もしくは初期の被介護者(要介護度1ぐらいまで)と一緒に見れる動画があるとよい。家族は認知症の診断に絶望しており、死にたいとか口に出すので、認知症になっても悲観することはなく、楽しめることもあるとのメッセージが伝えられるとよい。デイサービスを利用したがないので、デイサービスを活用したいと行動を促す動画もあるとよい。
その他	<ul style="list-style-type: none">ユマニチュードを知るとは、介護ニーズが発生する前の心の準備段階にも役立つと思われる。

介護者と被介護者の属性

質問項目	回答
あなたの性別をおうかがいします	男性
あなたの現在のご年齢は何歳ですか	60代
あなたと介護をしている家族の方は同居していますか	いいえ
介護をしている家族の方とのご関係を教えてください	その他
あなたは家族の中で主な介護者ですか	はい
これまで家族を介護している期間を教えてください	1年未満
あなたは毎日どのくらい(何時間)介護をしていますか	3時間－5時間未満
あなたが介護をしている家族の方の性別をおうかがいします	女性
あなたが介護をしている家族の方のご年齢を教えてください	80代
あなたが介護をしている方の要介護度を教えてください	要介護1
現在あなたが介護をしている家族は介護保険の居宅サービスを1週間にどのくらい(何時間)利用していますか	13

被介護者の認知症に関する行動心理状況（BPSD）

質問項目	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
あなたが介護をしている方の認知症の状況を教えてください	認知症ランク I	認知症ランク I	—
物を盗られたなどと被害的になる	1	0	-1
作話	1	1	0
泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる	0	0	0
昼夜の逆転がある(ある場合は1)	0	0	0
しつこく同じ話をする	1	2	1
大声をだす	0	0	0
介護に抵抗する	0	0	0
「家に帰る」等と言い落ち着きがない	0	0	0
一人で外に出たがり目が離せない	0	0	0
いろいろなものを集めたり、無断でもってくる	0	0	0
物を壊したり、衣類を破いたりする	0	0	0
ひどい物忘れ	1	2	1
意味もなく独り言や独り笑いをする	0	0	0
自分勝手に行動する	0	0	0
話がまとまらず、会話にならない	0	1	1

*「認知症の状況」は、認知症高齢者日常生活自立度にもとづいて示している。当該自立度については、9段階(IからM(ⅡとⅢについては、各3段階の区分が設けられている))の区分が設けられており、数値が高いほど自立性は低い

* 認知症に関する行動心理状況(BPSD)は認知症に伴う行動・心理状態を意味する。質問の選択肢は0:なし、1:ごくまれにある、2:ときどきある、3:よくある、4:いつもそうだ、の5段階で、0~4点まで症状や行動を表す頻度が多いほど高得点になるように配点されている。

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0~4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
介護を受けている方は、必要以上に世話を求めてくるとおもいますか	1	0	-1
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	1	0	-1
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず、「ストレスだな」と思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	2	1	-1
介護を受けている方のそばにいと腹が立つことがありますか	2	1	-1
介護があるので、家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	1	0	-1
介護を受けている方が将来どうなるのか不安になることがありますか	2	2	0
介護を受けている方は、あなたに頼っていると思います	3	3	0
介護を受けている方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	1	1	0
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	0	0	0
介護があるので、自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	0	0	0
介護があるので、自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	0	0	0
介護を受けている方が家にいるので、友達を自宅によびたくてもよべないと思ったことがありますか	0	0	0
介護を受けている方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	0	1	1
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕がないとおもうことがありますか	0	0	0
介護にこれ以上の時間は割けないと思うことがありますか	0	0	0
介護が始まって以来、自分の思いどおりの生活ができなくなったと思うことがありますか	0	1	1
介護を誰かに任せてしまいたいと思うことがありますか	2	1	-1
介護を受けている方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	1	1	0
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	0	1	1
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	0	1	1

事後ヒアリング結果

ユマニチュードの実践を通じて、被介護者の心情・状況が理解でき、ストレスは格段に軽減した

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">ユマニチュードの実践を通じて、被介護者の心情・状況が理解でき、ストレスは格段に軽減した。動画で示されていた対応方法はとても参考になった。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点および今後への期待	<ul style="list-style-type: none">要介護度の状況に応じて、更に細かくコンテンツが設けられると更に良い。在宅介護に係る将来に対して前向きになれるコンテンツがあると更に良い。
その他	<ul style="list-style-type: none">人によっては介護負担の軽減には必ずしも至らないかもしれないが、対応方法や被介護者についての理解に役に立つので、介護をしている友人には薦めたい。

介護者と被介護者の属性

ユマニチュード市民講座参加者

質問項目	回答
あなたの性別をおうかがいします	女性
あなたの現在のご年齢は何歳ですか	70代
あなたと介護をしている家族の方は同居していますか	はい
介護をしている家族の方とのご関係を教えてください	夫 (事実上の配偶者も含む)
あなたは家族の中で主な介護者ですか	はい
これまで家族を介護している期間を教えてください	5年以上
あなたは毎日どのくらい(何時間)介護をしていますか	15時間以上
あなたが介護をしている家族の方の性別をおうかがいします	男性
あなたが介護をしている家族の方のご年齢を教えてください	70代
あなたが介護をしている方の要介護度を教えてください	要介護5
現在あなたが介護をしている家族は介護保険の居宅サービスを1週間にどのくらい(何時間)利用していますか	42

被介護者の認知症に関する行動心理状況（BPSD）

質問項目	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
あなたが介護をしている方の認知症の状況を教えてください	認知症ランクⅢa	認知症ランクⅢa	—
物を盗られたなどと被害的になる	0	0	0
作話	0	0	0
泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる	0	1	1
昼夜の逆転がある(ある場合は1)	0	0	0
しつこく同じ話をする	0	0	0
大声をだす	0	0	0
介護に抵抗する	0	0	0
「家に帰る」等と言い落ち着きがない	0	0	0
一人で外に出たがり目が離せない	0	0	0
いろいろなものを集めたり、無断でもってくる	0	0	0
物を壊したり、衣類を破いたりする	0	0	0
ひどい物忘れ	1	1	0
意味もなく独り言や独り笑いをする	0	0	0
自分勝手に行動する	0	0	0
話がまとまらず、会話にならない	0	0	0

*「認知症の状況」は、認知症高齢者日常生活自立度にもとづいて示している。当該自立度については、9段階(IからM(ⅡとⅢについては、各3段階の区分が設けられている))の区分が設けられており、数値が高いほど自立性は低い

* 認知症に関する行動心理状況(BPSD)は認知症に伴う行動・心理状態を意味する。質問の選択肢は0:なし、1:ごくまれにある、2:ときどきある、3:よくある、4:いつもそうだ、の5段階で、0~4点まで症状や行動を表す頻度が多いほど高得点になるように配点されている。

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0~4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
介護を受けている方は、必要以上に世話を求めてくるとおもいますか	0	0	0
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	2	1	-1
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず、「ストレスだな」と思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方のそばにいと腹が立つことがありますか	0	0	0
介護があるので、家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	1	1	0
介護を受けている方が将来どうなるのか不安になることがありますか	2	2	0
介護を受けている方は、あなたに頼っていると思います	3	0	-3
介護を受けている方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	1	0	-1
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	1	1	0
介護があるので、自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	1	0	-1
介護があるので、自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	2	1	-1
介護を受けている方が家にいるので、友達を自宅によびたくてもよべないと思ったことがありますか	1	1	0
介護を受けている方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	4	0	-4
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕がないとおもうことがありますか	0	0	0
介護にこれ以上の時間は割けないと思うことがありますか	1	0	-1
介護が始まって以来、自分の思いどおりの生活ができなくなったと思うことがありますか	1	1	0
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	0	0	0
介護を受けている方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	1	0	-1
自分は今以上にもっと頑張るべきだと思うことがありますか	0	0	0
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	0	0	0

事後ヒアリング結果

本アプリが介護が必要な家庭に役に立つことは間違いがないと思う。

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">• 動画の内容がよい。• 本アプリが介護が必要なご家庭に役に立つことは間違いはないと思う。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待	<ul style="list-style-type: none">• 要介護5、介護生活10年以上なので、動画から新しく得た知見はなかったが、介護が必要になった初期のご家庭、行政、介護専門職、ボランティアなどにも動画を見て欲しいと強く思う。• アンドロイド版も開発して欲しい、簡単スマホでも利用できるようにしてほしい。• 要介護度5を想定した動画もあればよい
その他	<ul style="list-style-type: none">• 介護生活を10年以上続けているので、ユマニチュードの精神は体現できていると思っている。主人が脳梗塞で倒れたタイミングで知っているよかった。• ケアマネさん、包括さん、ボランティアさんなどにユマニチュードを広めて欲しい。• 介護に関係しているひとすべて、甲府市でユマニチュード及び本アプリの普及のための取組を行ってほしい。

介護者と被介護者の属性

質問項目	回答
あなたの性別をおうかがいします	女性
あなたの現在のご年齢は何歳ですか	50代
あなたと介護をしている家族の方は同居していますか	はい
介護をしている家族の方とのご関係を教えてください	娘
あなたは家族の中で主な介護者ですか	はい
これまで家族を介護している期間を教えてください	1年－2年未満
あなたは毎日どのくらい(何時間)介護をしていますか	3時間未満
あなたが介護をしている家族の方の性別をおうかがいします	女性
あなたが介護をしている家族の方のご年齢を教えてください	80代
あなたが介護をしている方の要介護度を教えてください	要支援1
現在あなたが介護をしている家族は介護保険の居宅サービスを1週間にどのくらい(何時間)利用していますか	7

被介護者の認知症に関する行動心理状況（BPSD）

質問項目	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
あなたが介護をしている方の認知症の状況を教えてください	認知症ランク I	認知症ランク I	—
物を盗られたなどと被害的になる	0	0	0
作話	1	1	0
泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる	0	0	0
昼夜の逆転がある(ある場合は1)	0	1	1
しつこく同じ話をする	4	4	0
大声をだす	0	0	0
介護に抵抗する	1	1	0
「家に帰る」等と言い落ち着きがない	0	0	0
一人で外に出たがり目が離せない	0	0	0
いろいろなものを集めたり、無断でもってくる	0	0	0
物を壊したり、衣類を破いたりする	0	0	0
ひどい物忘れ	1	1	0
意味もなく独り言や独り笑いをする	1	0	-1
自分勝手に行動する	1	1	0
話がまとまらず、会話にならない	1	0	-1

*「認知症の状況」は、認知症高齢者日常生活自立度にもとづいて示している。当該自立度については、9段階(IからM(ⅡとⅢについては、各3段階の区分が設けられている))の区分が設けられており、数値が高いほど自立性は低い

* 認知症に関する行動心理状況(BPSD)は認知症に伴う行動・心理状態を意味する。質問の選択肢は0:なし、1:ごくまれにある、2:ときどきある、3:よくある、4:いつもそうだ、の5段階で、0~4点まで症状や行動を表す頻度が多いほど高得点になるように配点されている。

CareWiz利用前後の介護負担感（Zarit）

*質問の選択肢は

0: 思わない(全く負担ではない)、1: たまに思う(多少負担に思う)、2: 時々思う(世間なみの負担である)、3: よく思う(かなりの負担である)、4: いつも思う(非常に大きな負担である)、の5段階で、0~4点まで負担度が大きいほど高得点になるように配点されている。

介護負担感質問	アプリ利用前	アプリ利用後	差分
介護を受けている方は、必要以上に世話を求めてくるとおもいますか	0	0	0
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	1	1	0
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず、「ストレスだな」と思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方のそばにいと腹が立つことがありますか	3	2	-1
介護があるので、家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	0	0	0
介護を受けている方が将来どうなるのか不安になることがありますか	4	3	-1
介護を受けている方は、あなたに頼っていると思います	2	2	0
介護を受けている方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	3	3	0
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	3	3	0
介護があるので、自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	0	0	0
介護があるので、自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	0	0	0
介護を受けている方が家にいるので、友達を自宅によびたくてもよべないと思ったことがありますか	0	0	0
介護を受けている方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	0	1	1
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕がないとおもうことがありますか	4	4	0
介護にこれ以上の時間は割けないと思うことがありますか	1	1	0
介護が始まって以来、自分の思いどおりの生活ができなくなったと思うことがありますか	0	0	0
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	1	1	0
介護を受けている方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	1	2	1
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	1	0	-1
本当は自分をもっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	1	0	-1

BPSDに関するアンケート結果について（全員分）

BPSD質問	K.M.さん_50代	Mさん_60代	H.I.さん_70代	S.K.さん_50代	BPSDを現出する頻度が少なくなった人数
物を盗られたなどと被害的になる	-2	-1	0	0	2
作話	1	0	0	0	0
泣いたり、笑ったりして感情が不安定になる	0	0	1	0	0
昼夜の逆転がある(ある場合は1)	2	0	0	1	0
しつこく同じ話をする	0	1	0	0	0
大声をだす	-1	0	0	0	1
介護に抵抗する	0	0	0	0	0
「家に帰る」等と言い落ち着きがない	-2	0	0	0	1
一人で外に出たがり目が離せない	1	0	0	0	0
いろいろなものを集めたり、無断でもってくる	0	0	0	0	0
物を壊したり、衣類を破いたりする	0	0	0	0	0
ひどい物忘れ	0	1	0	0	0
意味もなく独り言や独り笑いをする	1	0	0	-1	1
自分勝手に行動する	0	0	0	0	0
話がまとまらず、会話にならない	2	1	0	-1	1

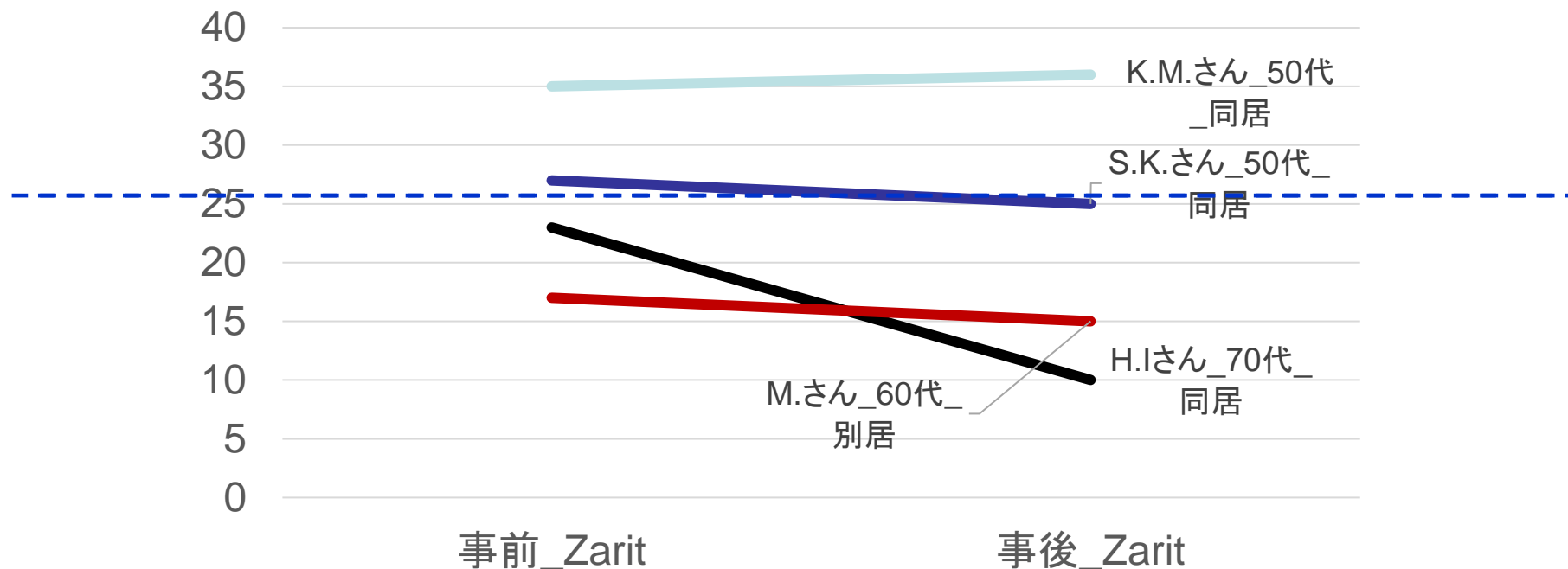
- 4名の参加者のご家族のうち、延べ6項目についてBPSDの現出状況の改善が見られた。
- 「物を取られたなどと被害的になる」については、2名の方について状況改善が示される結果となったが、こちらはユマニチュードに実践を通じた介護者と被介護者のコミュニケーションの改善等がその一因となっていることも考えられる。

Zarit各項目のアンケート結果について（項目別全体版）

介護負担感質問	K.M.さん _50代	Mさん_60代	H.I.さん_70代	S.K.さん _50代	軽減された と思う人数
あなたが介護している方は、必要以上に世話を求めてくると思いますか	2	-1	0	0	1
介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか	0	-1	-1	0	2
介護のほかに、家事や仕事などもこなしていかなければならず「ストレスだな」と思うことがありますか	1	0	0	0	0
あなたが介護している方の行動に対し、困ってしまうと思うことがありますか	1	-1	0	0	1
あなたが介護している方のそばにいと腹がたつことがありますか	0	-1	0	-1	2
介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっていると思いますか	2	-1	0	0	1
あなたが介護している方が将来どうなるのか不安になることがありますか	2	0	0	-1	1
あなたが介護している方があなたに頼っていると思いますか	0	0	-3	0	1
あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと思いますか	-2	0	-1	0	2
介護のために、体調を崩したと思ったことがありますか	-2	0	0	0	1
介護があるので自分のプライバシーを保つことができないと思いますか	0	0	-1	0	1
介護があるので自分の社会参加の機会が減ったと思うことがありますか	0	0	-1	0	1
あなたが介護している方が家にいるので、友達を自宅に呼びたくても呼べないと思ったことがありますか	-2	0	0	0	1
あなたが介護している方は「あなただけが頼り」というふうにみえますか	1	1	-4	1	1
今の暮らしを考えれば、介護にかかる金銭的な余裕はないと思うことがありますか	0	0	0	0	0
介護にこれ以上の時間はさけないと思うことがありますか	0	0	-1	0	1
介護が始まって以来、自分の思い通りの生活ができなくなったと思うことがありますか	-2	1	0	0	1
介護を誰かに任せたいと思うことがありますか	0	-1	0	0	1
あなたが介護している方に対して、どうしていいかわからないと思うことがありますか	2	0	-1	1	1
自分は今以上にもっと頑張って介護するべきだと思うことがありますか	1	1	0	-1	1
本当は自分はいっとうまく介護できるのになあと思うことがありますか	0	1	0	-1	1

- 1人以上の方が「負担の軽減」を肯定した項目数は20（22項目中）あり、アプリの活用・ユマニチュードの実践が多方面からの介護負担の軽減を実現する可能性を感じる結果となった。
- 「介護のために自分の時間が十分にとれないと思いますか」、「あなたが介護している方のそばにいと腹がたつことがありますか」、「あなたが介護している方のそばにいと、気が休まらないと思います」については、それぞれ2名の方が負担軽減について肯定的であった。こちらについては、ヒアリング結果等を踏まえると、ユマニチュードの実践を通じた介護者と被介護者間の総体的なコミュニケーションの改善だけでなく、動画の閲覧等によって、「同様の悩みを抱えているのがじぶんだけではないことを理解する」ことなどが一定の影響を与えているものと考えられる。

Zarit介護負担尺度事後変化（個人別比較：線グラフ比較）



要介護高齢者と同居している家族介護者に抑うつ症状を呈するカットオフポイント(閾値): 25点

Schreiner, A.S., Morimoto, T., Arai, Y., et al.: Assessing Family Caregiver's Mental Health Using a Statistically Derived Cutoff Score for the Zarit Burden Interview. *Aging Ment Health* 10(2):107-111,2006.

- 4名のうち3名については状況の改善が見られたが、その他の1名については、負担感が改善されないという結果になった。
- 実証期間内の感染症拡大状況等の社会的環境等が介護負担感にも少なくない影響を与えることが見込まれるとともに、サンプル数が4名と少数であることを踏まえると直ちに統計的な示唆を得ることは困難であるが、天理市の実証結果と比較し、実証期間が2ヶ月と相対的に長期間だったことが、H.I.さんの大幅な状況の改善につながった可能性も示唆される。

ユマニチュードを学んでから、被介護者に共感ができるようになり、介護についてのイライラを解決できました。

項目	意見
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)を通じて感じたメリット	<ul style="list-style-type: none">• 朝、デイサービスに行きたがらなかったが、ノックからの声掛け、アイコンタクトで円滑な起床ができるようになり、デイサービスへもスムーズに行くようになった。朝のイライラは解消された。• ユマニチュードの実践を通して、在宅介護の負担軽減に繋がった• 動画を通じて父親の行動の背景が理解できたので、怒らずに見守れるようになった。• 動画は初めて知ることも多く大変参考になった。動画を参考にして接し方が変わり、負担軽減の効果もあった。
CareWiz家族支援の活用(ユマニチュードの実践を含む)における留意点及び今後への期待	<ul style="list-style-type: none">• 日記をつけねばと思い、プレッシャーとなりストレスを感じた。選択肢が5つあるのも悩む原因となった。3つぐらいでいいのでは。• 相談については、平日の日中は仕事をしているため、時間が合わない。• アンドロイド版があるとよい。
その他	<ul style="list-style-type: none">• 介護を始めたばかりの市民の皆さんには紹介したい。• 甲府市には本アプリ・ユマニチュードの普及を支援してもらいたい。

2つの途中実証を通じて確認された事項（まとめ）

【総論】

- アンケート結果・ヒアリングを通じて本アプリの動画コンテンツ・ユマニチュードの実践が在宅介護負担の軽減の可能性があることは示唆されたものと考えられる。実証参加者に対するヒアリング時における具体的な声としては、「ユマニチュードの実践を通じて、被介護者の心情・状況が理解でき、ストレスは格段に軽減した」、「（収録されている動画コンテンツは）認知症の人の介護をする家族が知っているべき内容が凝縮されており、まるで認知症介護の教科書であるような内容である」等の声が上がっており、特に在宅介護を始める（前の）段階の人・在宅介護歴が浅い人などに対して、自治体等が中心となって普及を進めるべきとの意見もあった。
- また、Zaritによる実証参加前後の介護負担感に係るアンケート比較からは、サンプル数の少なさなどから確定的なことは言えないものの、8名中5名の方が介護負担感の軽減の旨を回答し、また、10点以上の負担軽減を示す事例も見受けられるなど、今後の同内容での実証を通じて、本アプリを通じたユマニチュードの実践の有効性を更に確認・検証していくことは有意義であると考えられる。
- 他方で、本アプリに対する種々の改良点が示されたことも事実である。その一例としては、介護に係る具体的な状況・被介護者の状況の多様性に応じた更なるコンテンツの拡充の必要性や、相談サービスへのアクセシビリティに係る課題、アンドロイド版の開発の重要性等が指摘されたところである。

【本アプリについて改善点として示された主な事項】

- ✓ アンドロイド版の開発
- ✓ 介護対応に係る動画コンテンツの拡充
- ✓ 相談サービスへのアクセシビリティ
- ✓ 認知症診断後の人生や在宅介護に希望を持つための関連テーマのコンテンツの供給
- ✓ UIデザインの改良
- ✓ 動画検索機能の追加 等