

## 研究報告

# 脳血管障害者にとってのピアサポートの捉え

## Understanding Peer Support for Patients with Cerebrovascular Disabilities

野 中 美 希 (Miki Nonaka)\*<sup>1</sup>      井 筒      迅 (Jin Izutsu)\*<sup>2</sup>  
伊 藤 万由美 (Mayumi Ito)\*<sup>3</sup>      金 子 朋 子 (Tomoko Kaneko)\*<sup>4</sup>  
西 山 日 菜 (Hina Nishiyama)\*<sup>5</sup>      小 澤 若 菜 (Wakana Ozawa)\*<sup>6</sup>

### 要 約

本研究の目的は、地域で生活する脳血管障害者の日々の生活の充実につながるような組織づくりを目指し、脳血管障害者にとってピアサポートとはどのようなものか明らかにすることである。その結果、脳血管障害者にとってのピアサポートの捉えとして【よりどころとなる】【気持ちを通じ合える】【生活の工夫を共有し、取り入れられる】【生活の張り合いとなる】【共に成長できる】【グループへの理想の姿がある】が抽出された。6つのカテゴリーから、基盤となるピアサポートの捉えには、支え合いと分かち合いの場としてのピアサポートがみられた。この2つを基盤に、生活のなかでのピアサポート、成長につながるピアサポートが波及している。以上のことを踏まえ、地域で脳血管障害者が自分らしい生活を送るためには、支え合いと分かち合いを育む支援や障害者のニーズを発揮する支援が重要であることが考えられた。

キーワード：脳血管疾患    セルフヘルプグループ    ピアサポート

### I. は じ め に

昭和40年代以降、脳血管疾患による死亡数は着実に減少しているが、内閣府（2017）の平成29年版高齢社会白書によると、脳血管疾患発症後の後遺症により要介護となる割合は高い状況である。脳血管疾患を発症した人々は、後遺症によってあまり活動的な生活はできておらず、生活の満足度も高くないとされている（村田ら、2006；笹原，2005）。そこで保健師の役割としては、脳血管障害者のニーズを把握し、参加しやすい地域づくりを実現化していくことが重要である。しかし、病気になって様々な課題を抱えた人は、心理的に孤立しやすく、この孤立感を支えるには、専門職の支援よりも生活者で同じ辛い痛みを経験をした仲間が存在が大きいと述べている（高畑，2012）。このような同じ課題をもつ仲間同士が共感し合うことを基盤に、生活

の質を高めるエンパワメントと権利擁護を両輪とする活動として、セルフヘルプグループがある。そして、その活動の中の一つの機能として、仲間同士の支え合いとなるのがピアサポートである。山谷ら（2016）によると、ピアサポートとは、福祉や教育分野で発展してきたものであり、ピア（peer）つまり、当事者仲間による支援・援助のことである。医療現場においても近年、ピアサポートが注目されており、ピアサポートによる支え合いは、対等な立場で本音を語り合える仲間ができ、病気とともにある自分の人生を再構築する機会となる。

ピアサポートの構成要素として、高畑（2009）は、同じ課題をもつ仲間同士が分かり合うなかで「われわれ感覚」を重視し、仲間という意識をもち、仲間のこころの孤立感を支えると述べており、ピアサポートには情緒的な関わり、つまり感情交流が含まれると考えられる。また、

\*<sup>1</sup>高知県立大学大学院看護学研究科

\*<sup>2</sup>杉並区役所

\*<sup>3</sup>田原市役所

\*<sup>4</sup>山口県庁

\*<sup>5</sup>香川県庁

\*<sup>6</sup>高知県立大学看護学部

ピアサポートによる仲間との出会いでは、主体的な学習が得られ、医療や生活の選択基準を主体的に構築することなど、認知の再構築が促され、体験や日常生活での工夫を同病の患者から教わるという知識の共有を行っている(小野ら、2007)。さらに、大江ら(2012)は、ピアサポートにはグループメンバーとしての充実感があることや、阿部ら(2015)は、居場所がよりどころとなると述べており、ピアサポートには所属意識が含まれると考えられる。これらのことから、ピアサポートには感情交流、知識の共有、所属意識の3つの要素があると考えられる。

以上のことを踏まえ、本研究では、地域で生活する脳血管障害者が、セルフヘルプグループに参加することによって、ピアサポートをどのように捉えているのかを明らかにする。そして日々の生活の満足度の向上につながるような組織づくりへの示唆を得たいと考える。

## II. 研究の目的

地域で生活する脳血管障害者は、ピアサポートをどのように捉えているのかを明らかにする。

## III. 用語の定義

地域で生活する脳血管障害者のピアサポートの捉えとは、感情交流、知識の共有、所属意識を認識することであると考えられる。

感情交流：自らの疾病や障害体験を仲間とのグループ活動を通して、同じ体験をした人々が語り、仲間という感覚、孤独感からの解放、共通体験を分かち合うこと。

知識の共有：主体的な学習、先輩や仲間からの体験的知識を得る、医療や生活の選択基準を主体的に構築すること。

所属意識：グループメンバーとしての充実感を感じ、よりどころとなること。

## IV. 研究方法

### 1. 研究デザイン

質的記述的研究デザイン

### 2. 研究協力者

地域で生活し、セルフヘルプグループに参加する脳血管疾患発症後1年以上経つ障害者で口頭でのコミュニケーションが可能で30分から1時間程度のインタビューが可能な人、6名程度を対象とする。疾患発症後1年以上経過した者を対象とする理由は、精神的・身体的な負担が減少し生活が安定しており、ピアサポートによる効果が得られる段階と考慮したためである。

### 3. データ収集方法

セルフヘルプグループの代表者に研究目的・方法を説明し、承諾を得たうえで、代表者に6名の選定を依頼した。研究の枠組みを基にインタビューガイドを作成し、研究協力者1名に対し研究者2名で半構成的面接法を行った。インタビューの内容は、グループの一員として感じる時や参加してからの気持ちの変化について、その理由なども踏まえながら質問をおこなった。インタビュー時には、研究協力者は疾患をもっている方であるため、体調に配慮しながら言動、態度に注意し、負担にならないように様子にも配慮した。

### 4. データ収集期間

2018年8月10日から9月9日

### 5. データ分析方法

研究協力者の同意を得た上で録音した内容から逐語録を作成し、その中から脳血管障害者にとってのピアサポートとはどのようなものかを抽出し、簡潔な一文に表現を書き改め、研究協力者の一つひとつの言葉に注目し、カテゴリー化を行った。その後、研究協力者の背景や発言、考え、捉え方を考慮し、類似している内容ごとにまとめ、それぞれのカテゴリーの本質を表す言葉を用いて、ネーミングを行った。分析にあたっては、研究指導者の指導を受けながら行い、研究結果の真実性、分析の妥当性を高めるように努力した。

### 6. 倫理的配慮

本研究は高知県立大学看護研究倫理審査委員会の承認を得て実施した(看研倫18-23)。当該

グループの代表者及び研究協力者に対し、研究への参加は研究協力者の自由意思であり、研究参加の可否による不利益を及ぼさないことを伝え、同意を得た。また、データの匿名性を保持し、守秘義務の遵守や研究発表の公表に対する同意を得て行った。

## V. 結 果

### 1. セルフヘルプグループの概要

研究対象となるセルフヘルプグループは、脳血管障害者が自ら集まり悩みや喜び、気づきを共有し合いながら活動することを目的に開始されたグループである。セルフヘルプグループは、X県内に数か所あり、それぞれ月に1回程度開催されており、脳血管疾患をもつ者だけでなく誰でも、どのグループにでも自由に参加することができる。参加者は、10名前後が参加しており、セルフヘルプグループ活動ではお互いの発言を批判しないなどのメンバー同士で決めたルールがあり、そのルールを守りながら自主的に活動している。

### 2. 研究協力者の概要

研究協力者は表1に示した6名である。研究協力者は6名全員が男性で家族と同居しており、職業についている者は5名であった。

### 3. 脳血管障害者にとってのピアサポートの捉え

脳血管障害者にとってのピアサポートの捉えとして、【よりどころとなる】、【気持ちを通じ合える】、【生活の工夫を共有し、取り入れられる】、【生活の張り合いとなる】、【共に成長できる】、【グループへの理想の姿がある】の6つのカテゴリー

が抽出された(表2)。以下、大カテゴリーは【】、中カテゴリーは《》で示す。研究協力者の発言は「」で示す。

#### 1) 【よりどころとなる】

【よりどころとなる】とは、自分たちのグループという感覚があり、その中で期待された役割を果たすことや互いに助け合うこと、大事にしていることをお互いに守ることで、安心感が得られ、気軽に訪ねられる場所となっていることである。【よりどころとなる】の大カテゴリーには、《自分たちのグループという感覚がある》《気軽に訪ねられる場である》《互いに助け合える》《自分に期待された役割を果たすことで必要とされていると思える》《大事にしていることをお互いに守る》の5つの中カテゴリーが含まれる。

#### (1) 《自分たちのグループという感覚がある》

《自分たちのグループという感覚がある》とは、自分たちがメンバーの一員として集まり、みんなでグループを運営していこうという気持ちをもっていることである。「完全に自分たちで(グループ活動の進行を)段取りしなければいけないという頭で動いています。; A氏」と話しており、誰か一人が中心となって運営していくのではなく、メンバーが自主的に集まり、グループを運営しているという感覚をもっていた。

#### (2) 《気軽に訪ねられる場である》

《気軽に訪ねられる場である》とは、様々な人が参加することができ、日常という当たり前の感覚が生まれ、気軽に参加することができることである。「(グループが)日常になっている、だからこのEさんとかBさんとかは本当に私にとって大事な仲間というか友達になっています。; A氏」と話しており、グループが日常の一部となっており、気兼ねなく訪ねられる場となっ

表1 対象者の概要

対象者	年齢	参加年数	発症からの年数	職業	インタビュー時間
A氏	60代	5年	16年	無	1時間23分
B氏	50代	5年	6年	有	1時間35分
C氏	50代	3年	7年	有	1時間23分
D氏	50代	2年	8年	有	1時間10分
E氏	60代	3年	14年	有	1時間13分
F氏	40代	2年	2年	有	1時間

表2 脳血管疾患をもつ障害者にとってのピアサポートの捉え

大カテゴリー	中カテゴリー	小カテゴリー
よりどころとなる	自分たちのグループという感覚がある	自ら集まり自分たちでやっているという感覚がある
		みんなでグループを運営しているという気持ちをもつ
		みんなですることのできたことでの誇りや自信をもつことができる
		グループをよりよくしていこうと思う
	気軽に訪ねられる場である	気軽に行けて楽しめる
		日常になっていると感じられる
		いつでも様々な人が参加できる
	互いに助け合える	みんなの役に立ちたいと思える
	自分に期待された役割を果たすことで必要とされていると思える	失敗するのは仕方がないので、助ける
		話をすることで役に立っていると気づける
		自分が必要とされていると思える
		役割をもつことができる
		全体の中で自分の役割を考える
期待された役割を果たす		
大事にしていることをお互いに守る	役割を与えられたことに感謝する	
	みんなで決めたルールを守る	
	一番大事なものを決め、共有できる	
	自分が大事にしていることを発揮できる	
	自分が大切にしたいと思うことを共有できる	
気持ちが通じ合える	同じ気持ちや体験を分かち合い、気持ちが楽になる	当事者だからこそ同じ気持ちや体験を分かち合える
		気持ちに寄り添うことで楽になる
	みんながいるという安心感がある	自分のことを知ってもらいたい
		言いたいことがきちんと話せる
		障害をもった人とつながれる
生活の工夫を共有し、取り入れられる	生活についての知識を共有する	一人ではないという安心感がある
		声をかけやすい仲間ができる
	障害に合わせて生活する	生活についての知識を得ることができる
		生活での工夫を伝え合うことができる
生活の張り合いとなる	生活の中の楽しみとなる	生活の工夫などを聞いて、取り入れ合える
		障害に合わせて活動している
		次のグループで話すことについて考える機会ができる
	生活に満足感が得られる	一人ひとりの話を聞いてもらえる機会があり楽しみになっている
		みんなで楽しむ楽しみがある
		一緒に笑い合える仲間ができる
共に成長できる	一緒に一歩ずつ前進できる	自分たちなりの生活を充実させることができる
	生き方の幅が広がる	生きがいややりがいを感じさせてくれる
	周りの人からの気づきによって自分を見つめなおす	仲間の経験を聞いて、乗り越えられる力がつく
		前向きな気持ちになる
グループへの理想の姿がある	これからの目指す姿がある	いろいろな経験を通して生き方が幅広くなる
		障害の捉え方が変わる
	この病気について広く理解してもらおう	自分を物差しで測ることで見つめなおすことができる
		周りの人が自分の頑張りや変化、成長などに気づいてくれる
一緒に成長できる仲間を増やしたい	年齢に応じた情報交換ができるようにしたい	
	障害を受けた人へのサポートをする	

ていた。

### (3) 《互いに助け合える》

《互いに助け合える》とは、みんな同じような状況であるため、失敗をカバーしたり、その

人のためになることをしたりとみんなの役に立ちたいという思いになることである。「(疾患によって頼んだことを忘れてしまうなどの失敗をすることは)仕方がないので、私がカバーしようっ

て。; C氏」と話しており、自分がみんなの役に立ちたいと思い、お互いの失敗を補いながら活動していた。

(4) 《自分に期待された役割を果たすことで必要とされていると思える》

《自分に期待された役割を果たすことで必要とされていると思える》とは、自分に期待された役割や全体を見渡したうえで必要だと考えた自分の役割を果たすことで役に立っている、自分が必要とされていると思えることである。「一つの役割を与えられていることが嬉しいという生きがいを感じますね。; E氏」と話しており、グループの活動の中で役割を得たり、ほかのメンバーに役割を与えたりすることで、お互いに必要とされているという感覚を得ながら活動していた。

(5) 《大事にしていることをお互いに守る》

《大事にしていることをお互いに守る》とは、みんなで大事なものを決め、そのうえでグループ活動のルールを決めて守ることや、自分が大事にしていることを発揮することができ、お互いに大切にしてくれることである。「ちゃんと書いたルールも大事だけど、何をしても一番大事なものを決める。; E氏」と話しており、みんなで決めたルールを守りながら、メンバーそれぞれの大事にしている価値観を尊重し合っていた。

## 2) 【気持ちを通じ合える】

【気持ちを通じ合える】とは、脳血管障害者だからこそその気持ちや体験を分かち合うことができることである。【気持ちを通じ合える】の大カテゴリーには、《同じ気持ちや体験を分かち合い、気持ちが楽になる》《みんながいるという安心感がある》の2つの中カテゴリーが含まれる。

(1) 《同じ気持ちや体験を分かち合い、気持ちが楽になる》

《同じ気持ちや体験を分かち合い、気持ちが楽になる》とは、脳血管障害者だからこそ時には言葉にしなくても、気持ちや体験を共有し、分かち合うことができ、寄り添うことで気持ちが楽になることである。「自分としては、みんなが（生活の大変さを）わかってくれるメンバー。健常者の人にはわかってもらえない、全然。; C氏」と話しており、同じ障害をもったからこそ

自分の悩みや葛藤をわかってもらうことができ、楽な気持ちになっていた。

(2) 《みんながいるという安心感がある》

《みんながいるという安心感がある》とは、障害をもった人とつながることで、線を守りながら遠慮せずに話し合える家族のような存在ができ、一人ではないと安心できることである。「いつ行っても仲間。だって同じ病気だから。それを否定する人はないからね、絶対。; F氏」と話しており、同じ障害をもった仲間同士で集うことで、遠慮なく話すことができ、メンバーを家族のような存在だと感じていた。

3) 【生活の工夫を共有し、取り入れられる】

【生活の工夫を共有し、取り入れられる】とは、脳血管障害者となり、変化した生活をより良くしていくために、メンバー同士で生活についての工夫を教え合い、それを参考にし、自分の障害に合わせて生活を送ることである。【生活の工夫を共有し、取り入れられる】の大カテゴリーには、《生活についての知識を共有する》《障害に合わせて生活している》という2つの中カテゴリーが含まれる。

(1) 《生活についての知識を共有する》

《生活についての知識を共有する》とは、脳血管障害者となり、変化した生活をより良くしていくために、メンバー同士で生活についての工夫を教え合うことである。「こんな（背中を楽にふくことができる）大きいタオルもあるよって。そういうのも、メンバーから教えてもらって。; D氏」、と話しており、生活についての知識や工夫を発見した際に、みんなで教え合っていた。

(2) 《障害に合わせて生活する》

《障害に合わせて生活する》とは、脳血管疾患による障害の程度に合わせて、自分の生活を変化させていることである。「みんなの意見を聞いて、そのままするっていうことは、まずない。みんな障害が違う、その中で、取り入れられる意見は取り入れていく。; F氏」と話しており、メンバーのアドバイスを聞き、自分がもった障害を補いながら活動していた。

## 4) 【生活の張り合いとなる】

【生活の張り合いとなる】とは、生活の中の楽しみとなり、生活に満足感を得られ、生き生きとした気持ちになることである。【生活の張り合いとなる】の大カテゴリーには、《生活の中で楽しみがある》《生活に満足感が得られる》の2つの中カテゴリーが含まれる。

## (1) 《生活の中の楽しみとなる》

《生活の中の楽しみとなる》とは、一人ひとりの話を聞いてもらえる機会や次のグループ活動で話すことについて考える機会があることなどが、生活の中で楽しみとなっていることである。「今度は（グループ活動で）こんなことを話したらどうかとか（考えることが楽しい）。；D氏」と話しており、グループ活動に参加して話をすることや、外出する機会があることを楽しみにしていた。

## (2) 《生活に満足感が得られる》

《生活に満足感が得られる》とは、自分たちなりの生活を充実させることができたり、生きがいを感じさせてくれたりと生き生きとした気持ちになることである。「（このグループは）生きがいを感じさせてくれる場所かな。；D氏」と話しており、グループに参加することで前向きな気持ちや生き生きとした気持ちになり、生活が充実していた。

## 5) 【共に成長できる】

【共に成長できる】とは、メンバーと共に活動することで、自分を見つめなおすことができ、活動や生き方の幅が広がり、一歩ずつ前進することができることである。【共に成長できる】の大カテゴリーには、《一緒に一歩ずつ前進できる》《生き方の幅が広がる》《周りの人からの気づきによって自分を見つめなおす》の3つの中カテゴリーが含まれる。

## (1) 《一緒に一歩ずつ前進できる》

《一緒に一歩ずつ前進できる》とは、仲間の経験を聞くなどグループに参加することを通して自分の障害と向き合うことができ、積極的な気持ちを持ち、一歩ずつ前に進もうと思えることである。「（仲間のいろいろな経験を聞くことで）今までだったらくじけてしまっていたことも、乗り越えられる力がついている。；A氏」と

話しており、仲間の話を聞くことで、前に進もうという積極的な気持ちになっていた。

## (2) 《生き方の幅が広がる》

《生き方の幅が広がる》とは、いろいろな経験を通して、障害の捉え方が変わり、活動や生き方の幅が変化することである。「自分が障害をもったからこそわかることもあったし、本当にいいご縁だ。こっちは動かないとか足が悪いとかそういうのはちょっとした個性。；F氏」と話しており、グループに参加し、幅広い経験を積むことで、障害を前向きに捉えるようになっていた。

## (3) 《周りの人からの気づきによって自分を見つめなおす》

《周りの人からの気づきによって自分を見つめなおす》とは、人の頑張りを見ることで自分も頑張ろうという思いになったり、他者を見て前向きな気持ちになったりと、自分を物差しで測ることで見つめなおす機会となることである。また、他者が自分を見て、評価し、声をかけてくれることで自分の変化や成長、頑張りなどを見つめなおす機会ができることも含まれる。「それ（自分の変化）が一人だったらわからない。だから、ああいう当事者が集まって言われたら、ああ、そうかなあと思うよね。；B氏」と話しており、ほかのメンバーを見て自分も頑張ろうと努力することができ、またメンバーと自分を比べたり、メンバーが自分の成長や変化に気づいてくれることで、自分を再認識していた。

## 6) 【グループへの理想の姿がある】

【グループへの理想の姿がある】とは、グループと一緒に築いていくことで、成長できる仲間を増やしたい、年齢に応じた情報交換ができるようにしたいなど、今後行っていきたいことに対する思いがあり、目指す姿をもっていることである。グループ活動への理想と固有の集団としてのグループそのものへの理想の姿をもつことである。

【グループへの理想の姿がある】の大カテゴリーには、《これからの目指す姿がある》という中カテゴリーが含まれる。

## (1) 《これからの目指す姿がある》

《これからの目指す姿がある》とは、グルー

ブに参加していく中で、どのようなグループにしていきたいのかという志を高くもつことである。「人間としての喜びとか生きる意味とかを障害を受けた人に、もう少しサポートしていきたい。：F氏」と話しており、グループに対してそれぞれが目指す姿をもち、活動していた。

## VI. 考 察

結果より、ピアサポートの特徴として、基盤となるピアサポートについて考察する。また、考察より脳血管障害者の捉えるピアサポートの全体像を述べる。

### 1. 基盤となるピアサポート

#### 1) 支え合いの場としてのピアサポート

阿部ら（2015）は、高次脳機能障害家族のストレス軽減のプロセスの中で、ピアサポートがよりどころとなり、日々の生活が支えられ、変化が生じていることを明らかにしている。大江ら（2012）は、セルフヘルプグループのような当事者同士が出会い、語り合うことのできる場は、限られているため、そのような場が、重要な意味をもっていることを示している。このようにピアサポートは、サポートを受ける側だけが支えてもらうのではなく、サポーター自身も支えられている（大野，2011）。本研究でも、A氏が「（グループが）日常になっている、だからこの人が本当に私にとって大事な仲間というか友達になっています。」と発言しており、このグループが疾患や障害、それに伴う生活を仲間と分かち合える居場所になっていることがわかる。山崎（2004）によると、従来の援助者－被援助者という関係性の枠組みにおいては、援助の担い手に対する受け手という構図が常にあるが、セルフヘルプグループにおける当事者同士の関係性では、メンバーは援助を受けるだけでなく、他のメンバーに対して与える立場にもなりうる。つまり、メンバー同士が《互いに助け合える》という関係性を築いている。《互いに助け合える》という関係によって、自分が相手に対して役に立つという自尊感情や自己有用感などを高めることができる（山崎，2004）。

以上のことから、より一層グループが脳血管

障害者にとって【よりどころ】となっていると考えられる。

#### 2) 分かち合いの場としてのピアサポート

小野ら（2007）は、当事者が仲間からの共感を得ることによって、心を開くきっかけとなり、精神的安定を得る結果、生きていこうという気力の回復にもつながると述べている。本研究でも、F氏は「寄り添って話を聞いて、それで気が楽になるということが一番大事だなと。こういうピアサポートみたいな団体は本当に価値がある。」、C氏は「それ（自分の体験）を言って共感してもらえる、障害者じゃないと言えないこともあるし。」と話している。これらの発言から、脳血管障害者はグループに参加し、同じ障害をもつ仲間と、健常者には分かってもらえない苦労や生活の困難さを分かち合うことができていると考える。脳血管障害者は、突然の発症により、今までの生活や役割を喪失する体験をしている。この喪失感、健常者には分からない感覚である。高畑（2012）は、患者は患者会に出会い、先輩体験者の存在を知り、一人ではないことを知り、自分も生きていいんだとの暖かな心の繋がり、人の輪の存在を実感すると述べている。したがって、脳血管障害者にとって、このような同じ体験をしてきた仲間との出会いはとても価値があり、同じ病気であるということだけで、一体感や家族のような感覚を得ていると考える。その中で、障害者にしか分からない気持ちや体験を分かち合うことで安心感を得られ、【気持ちが通じ合える】という感覚につながっていくと考えられる。

#### 2. 脳血管障害者の捉えるピアサポートの全体像

研究協力者全員に共通してみられた【よりどころとなる】、【気持ちが通じ合える】というピアサポートが基盤にあると考える。この2つが基盤となり、【生活の工夫を共有し、取り入れられる】、【生活の張り合いとなる】、【共に成長できる】、【グループへの理想の姿がある】というピアサポートに発展している。【生活の工夫を共有し、取り入れられる】ことで、自分なりに生活を充実させることができ、【生活の張り合いとなる】ことにつながる。【生活の工夫を共有し、

取り入れられる】また【生活の張り合いとなる】というピアサポートを通し、前向きな気持ちになり、【共に成長できる】につながる。この体験から、さらに一緒に成長できる仲間を増やしたいといったグループの発展を考えるようになり、【グループへの理想の姿】をもつようになる。これが、さらなる成長にもつながり、【共に成長できる】と【グループへの理想の姿】をもつことが、相互に作用している。脳血管障害者の捉えるピアサポートの全体像を図1に示す。

### 3. 看護への示唆

本研究ではピアサポートを通して障害者同士での交流により体験や気持ちを分かち合うことができ、孤立感からの解放につながる事がわかった。そのため、同じ疾患や悩みをもつ人同士がつながるグループづくりの支援が必要である。そこで、保健師は積極的に受け持ち地区に出向き、どのような人が生活し、どのような資源が存在するのかを把握する必要がある。さらに、現在活動しているグループの活動を理解したうえで、グループのメンバーに、自分たちのグループ活動の大切さに気づき、自信につながるような働きかけも必要である。そうすることで、メンバーがグループに対する誇りを再確認する機会となり、新たなメンバーの参加を呼びかける行動につながると思う。

また、細谷(2017)は、障害のある人のニーズや必要な対策が一番わかっているのは、障害のある人自身であると述べている。本研究でも、脳血管障害者にしかわからない気持ちや体験があることがわかった。そこで保健師は、メンバーが意見を出しやすいような雰囲気づくりを行い、グループから出た意見を大切にし、施策化につながるように、時にはメンバーの代弁者として、計画づくりのなかで活動することが必要である。

### VIII. 研究の限界と課題

本研究では、研究協力者が6名と少ないこと、インタビューが1人1回であり、高次脳機能障害によって、話す内容や量に偏りがあり、一般化には限界がある。そのため、研究協力者を拡大し、様々な状況にあるグループに参加する脳血管障害者を対象とし、対象理解を深め、研究を積み重ねることで一般化していく必要がある。

謝辞：本研究にご協力いただきました研究協力者の皆様に心より感謝申し上げます。なお、本研究は高知県立大学看護研究論文に加筆・修正を加えたものである。

利益相反：本稿について、開示すべき利益相反は存在しない。

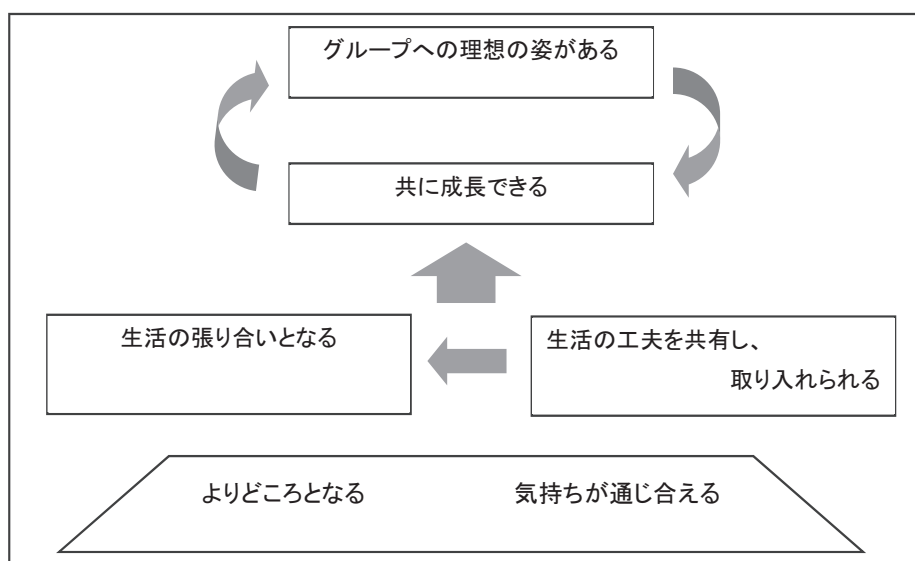


図1 脳血管障害者の捉えるピアサポートの全体像



<引用・参考文献>

- 阿部順子, 岡田由香, 吉川雅博 (2015): 高次脳機能障害家族のストレス軽減のプロセスピアサポートに焦点をあてて, 岐阜医療科学大学紀要, 9号, Page1-10.
- 細谷紀子 (2017): 公衆衛生看護学 (第2章健康課題の特性に応じた活動論, I 障害児者保健福祉活動, 4. 障害児者への支援活動), 第2版, Page167-390, 日本看護協会出版会.
- 厚生労働省: 平成27年 (2015) 人口動態統計 (確定数) の概要.  
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei15/>, 2018, 3, 18.
- 村田伸, 津田彰 (2006): 在宅障害後期高齢者の家庭内役割とQOLとの関連, 行動医学研究, Vol.12, No.1, Page8-14.
- 内閣府平成29年版高齢社会白書.  
[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/zenbun/29pdf\\_index.html](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/zenbun/29pdf_index.html), 2018, 3, 18.
- 小野美穂, 高山智子, 草野恵美子ら (2007): 病者のピア・サポートの実態と精神的健康との関連-オストメイトを対象に, 日本看護科学会誌, Vol.27, No.4, Page23-32.
- 大江真人, 長谷川雅美 (2012): セルフヘルプグループに参加しているうつ病者の体験, 日本精神保健看護学会誌, Vol.21, No.2, Page11-20.
- 大野裕美 (2011): がんピアサポートの有用性について, 看護実戦の科学, Vol.36, No.2, Page82-85.
- 笹原千穂 (2005): 脳血管障害をもつ壮年期の人々の在宅生活に関わる願望の内容, 日本地域看護学会誌, Vol.8, No.1, Page24-30.
- 高畑隆 (2009): ピアサポート-体験者でないと分からない, 埼玉県立大学紀要, 11巻, Page79-84.
- 高畑隆 (2012): 患者会とピアサポート活動, 埼玉県立大学紀要, 14巻, Page121-128.
- 山崎理央 (2004): セルフ・ヘルプ・グループの研究に関する概観と展望, 福山大学人間文化学部紀要, 第4巻, Page11-18.
- 山谷佳子, 小野寺敦志, 亀口憲治 (2016): がん治療後, 日常生活に戻っていくがん体験者の心理とピアサポートの意義, 国際医療福祉大学学会誌, 21巻1号, Page54-65.