

# ヤングケアラーについて



一般社団法人 日本ケアラー連盟 理事

中村 健治

nken112@yahoo.co.jp

ケアラー・ヤングケアラー問題

に着目したことはありますか？

ヤングケアラー支援を

ステージごとに考えていますか？

ヤングケアラー支援は

家族丸ごと支援と考えていますか？

大切な人を介護している

あなたも

大切な一人です

# 僕は僕の人生を生きていけますか？

日本ケアラー連盟

「ケアラー支援フォーラム2014」体験談より

父の介護が始まったのは高校1年

働いてきた母が帰宅するまでは、自分が介護に専念した

何らかの社会的支援に関する情報があること自体わからなかった

関係者は要介護の父には関心を持ってくれるが

介護をする側の自分には関心を持ってくれない

「誰も見てくれていないんだ」という憤りを感じていた

友人にも、父のオムツの取り換えのことなどは話せなかった

学校でも、自分は早く帰って介護をしなければならぬ

この介護はいつ終わるのか・・・、毎日をつなぐのに必死だった

だから就職という選択も描けなかった

介護を経験してみて

「僕は僕の人生を生きていけますか？」ということを誰かに聞いたかった

若者介護は、「頑張ったね、大変だったね」と美談化される気がする

# ケアラーとはどんな人？

ケアラーとは、こころやからだに不調のある人の「介護」「看病」「療育」「世話」「気づかい」など、ケアの必要な家族や近親者・友人・知人などを無償でケアする人のことです。



障害をもつ子どもを育てている



健康不安を抱えながら高齢者が高齢者をケアしている



仕事と介護でせいっぱいでほかに何もできない



仕事を辞めてひとりで親の介護をしている



遠くにひとりで住む高齢の親が心配で頻繁に通っている



目を離せない家族の見守りなどのケアをしている



アルコール・薬物依存やひきこもりなどの家族をケアしている



障害や病気の家族の世話や介護をいつも気にかけている

# ヤングケアラーとはどんな子どもたち？

ヤングケアラーとは、家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話・介護・感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもをいいます。



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



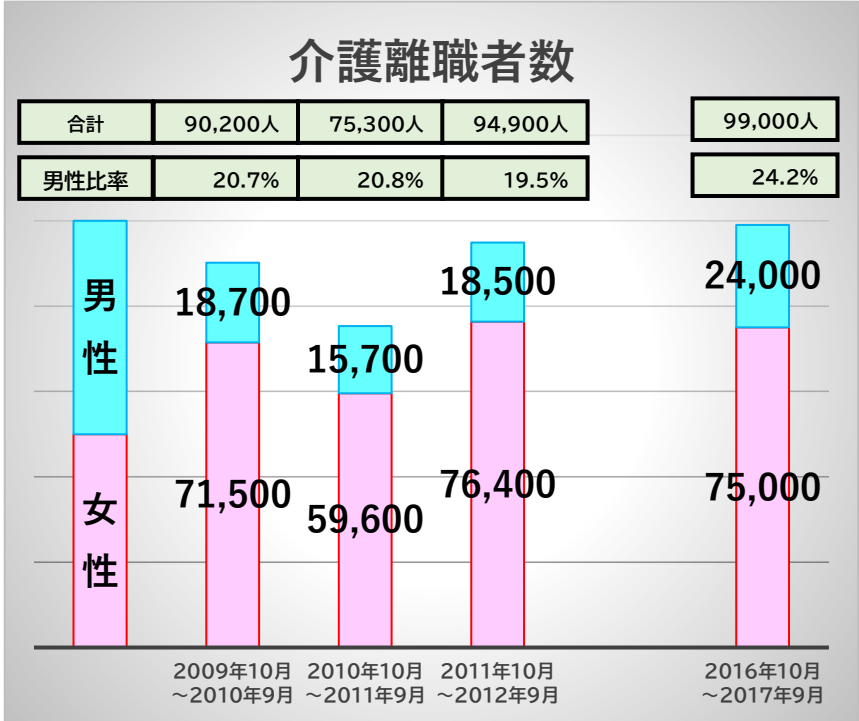
障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている

# なぜ、ケアラー支援が必要なのか？

- ケアラー(Carer/介護者)の孤独・孤立
- 介護うつ・介護ストレス・介護疲れ
- 介護殺人・介護自殺・介護心中
- 介護離職 等

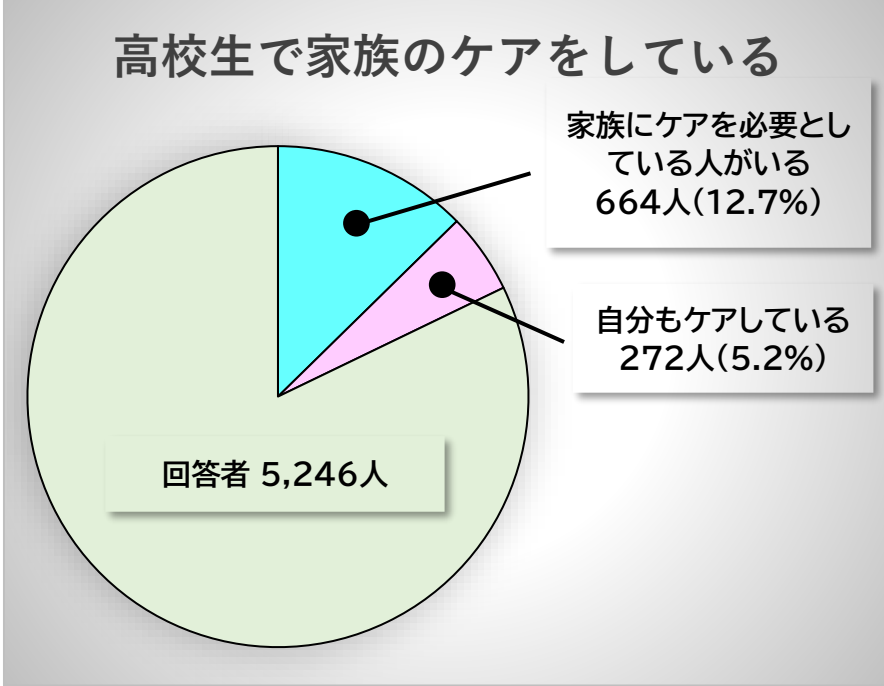


介護殺人・心中は、**ひと月に3件**おこっています  
 出典:日本福祉大学 湯原悦子氏



介護離職は**年間10万人**です  
 出典:総務省「就業構造基礎調査」

高校生のうち**20人に1人**は、家族のケアをしていると回答しています  
 出典:「高校生の家庭生活と学校生活に関する調査報告」2017年11月



# 家族介護における要介護者への「憎しみや虐待の増加」

日本労働組合総連合会が、1994年と2014年に「要介護者を抱える家族についての実態調査」を実施した。

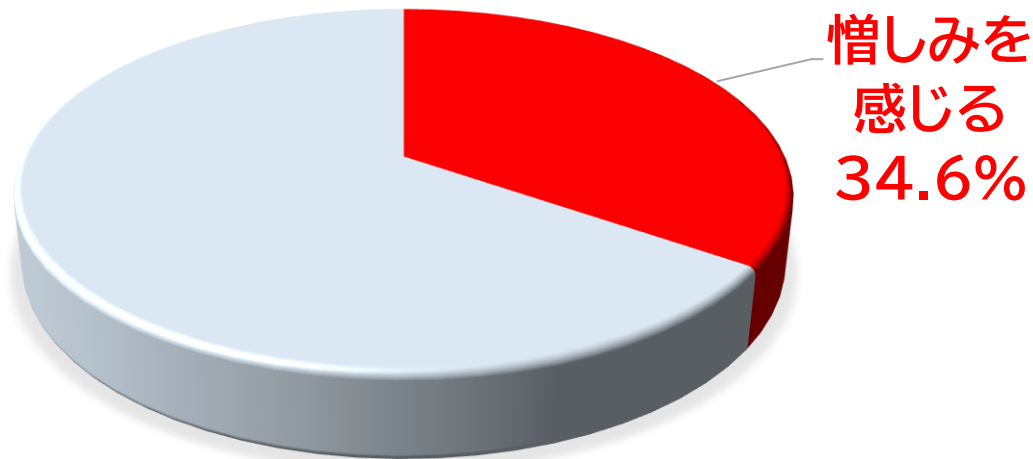
※介護保険法の創設(2000年4月1日施行)

※「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」(2006年4月1日施行)

介護保険制度や高齢者虐待防止法ができて、**約3人に1人の介護者が要介護者に「憎しみを感じる」と回答しており、介護者が置かれている実態の理解が必要。**

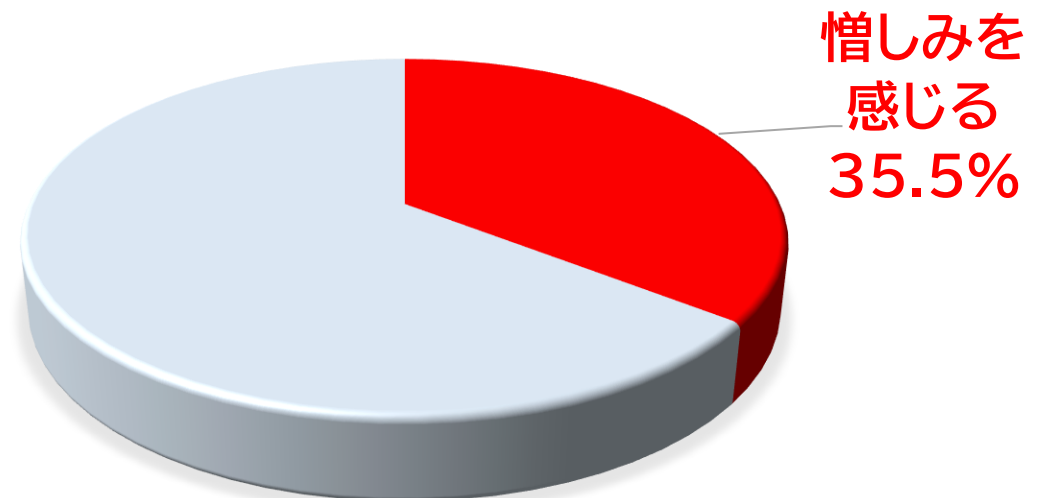
家族介護者が要介護者に憎しみを感じる

【1994年】



家族介護者が要介護者に憎しみを感じる

【2014年】





# 家族介護における要介護者への「憎しみや虐待の増加」

○虐待は傾向として増加(厚生労働省調査、2019年度) ○虐待の発生要因(複数回答)

《被虐待者》

4人に3人は**女性** **認知症の症状**

《加害者》

約4割は**息子** 2割強は**夫** 2割弱が**娘**

※家庭の要因

経済的困窮(経済的問題) 33.2%

性格や人格(に基づく言動) 54.2%

**介護疲れ・介護ストレス 48.3%**

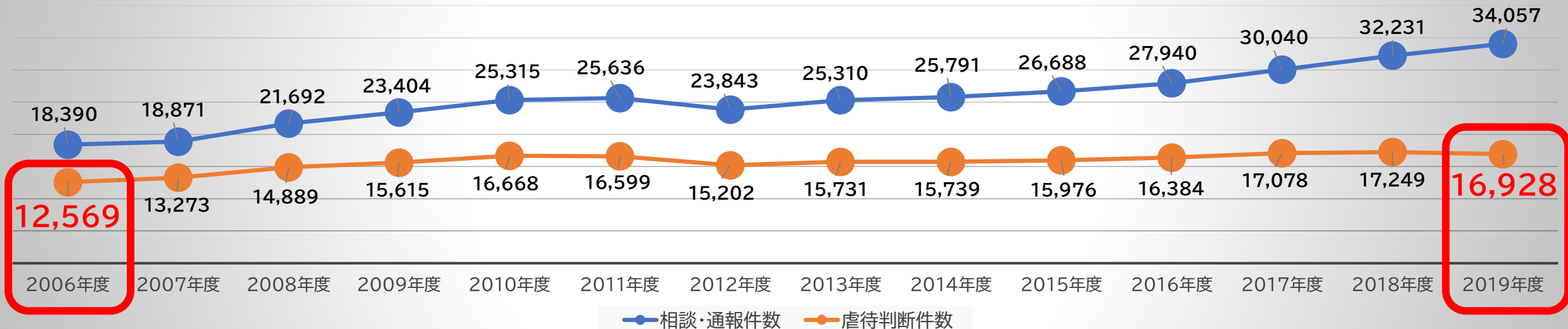
被虐待者と虐待者の虐待発生までの人間関係 44.4%

精神状態が安定していない 43.3%

理解力の不足や低下 41.6% / 知識や情報の不足 39.9%

介護力の低下や不足 39.0% / 障害・疾病 32.9%

養護者による高齢者虐待の相談・通報件数と虐待判断件数の推移



# それは私だったのかもしれない

日本ケアラー連盟

「ケアラー支援フォーラム2015」より

昨今の社会保障財源や介護保険財源の圧縮・逼迫を背景に、  
介護は在宅・地域でとの流れが主流になっている中

介護を抱える家族は大変厳しい状況におかれている。

介護で追いつめられ、孤立無援の中での介護心中や介護殺人は  
他人ごとではありません。

72歳母親  
54歳長男が殺害  
「介護に疲れてやった」

母と無理心中囚った  
46歳娘を逮捕

介護の母親殴り、  
47歳会社員逮捕  
…母は死亡

会社会長の夫殺害  
…73歳妻を逮捕  
介護疲れか

介護に疲れ  
父親を切りつける  
54歳男逮捕

# ヤングケアラー・若者ケアラーの実態

- 平成29年度総務省の就業構造基本調査で、「介護をしている人」は627万6千人で内「30歳未満(15歳～29歳)」は約21万人。(3.3%)
- 約21万人の内3万8千人は通学している。(18.1%)
- 介護離職者(介護や看護のために仕事を辞める人)は、年約10万人。  
(総務省：平成29年就業構造基本調査)
- 20歳代の介護者のうち、非就業の者(学生を含む)は、約半数。
- 就業している20歳代の介護者のうち、非正規職員の者は、46.4%。  
(労働政策研究・研修機構：『労働政策研究報告書No.170仕事と介護の両立』2015)
- 高齢者虐待をした30歳未満の擁護者のうち、就労なしは59.4%。  
(日本高齢者虐待防止学会他：養護者の高齢者虐待に至る背景要因と専門職支援の実態・課題  
～平成24年度都市型市区自治体活動と専門職の取組み事例調査より～2013)
- 学生の介護者のうち、学生生活に困難(退学の心配を含む)がある約2割。  
(森田久美子：「ケアと共に学ぶことー『ケアを担う若者調査』の結果よりー2016)
- 20歳代の介護者のうち、介護による肉体的疲労がある(59.7%)、介護による精神的ストレスがある(39.5%)  
(労働政策研究・研修機構：『労働政策研究報告書No.170仕事と介護の両立』2015)

# ヤングケアラーになることでの影響

- 日常的ケアから専門的ケア
- ケア以外の日常的な役割
- ケアは日常的・継続的、場合によっては、長期的な関り

影響

- 学校生活への影響
- 友人・人間関係への影響
- 進学・就職への影響
- 恋愛・結婚への影響
- 健康面(身体的・精神的)への影響
- 孤立・孤独の影響
- イメージによる影響

ヤングケアラーに対する社会の理解と支援が必要

# あたりまえの生活ができないケアラー

2015年度「地域支え合いに基づく介護者支援の実践と普及のための調査」から

ケアラーの「ゆっくり眠りたい」「ゆっくり風呂に入りたい」「30分の自分の時間がほしい」という切実な声が、ケアラーが自分自身の生活を犠牲にしながらかケアしていることが浮かび上がる。

## 自分のためにできるといいこと

- ◆妻ケアラー（70歳代）▶80歳代の夫をケア  
ゆっくり眠りたい
- ◆息子ケアラー（60歳代）▶80歳代の実母を同居ケア  
ゆっくり風呂に入りたい
- ◆娘ケアラー（40歳代）▶80歳代の実母をケア  
心からゆっくり休みたい。母と喧嘩をせずに接したい
- ◆娘ケアラー（50歳代）▶80歳代の両親を同居ケア  
自宅で仕事ができればよい
- ◆娘ケアラー（60歳代）▶90歳代の実父を同居ケア  
自分の健康状態の管理をする時間を確保することや、仕事と介護の両立は難しい。気分転換をする時間をもちたい

## 介護する生活の中で幸せと思うとき

- ◆妻ケアラー（80歳代）▶90歳代の夫をケア  
友達とお話ししているとき
- ◆嫁ケアラー（60歳代）▶90歳代の義母を同居ケア  
介護があるから不幸とは思わない。仕事があり、食べ物があり、家があり、寝るところがあるだけでも幸せ
- ◆母ケアラー（20歳代）▶障がいのある娘をケア  
近所の方々が子供に声をかけてくれたとき
- ◆娘ケアラー（30歳代）▶60歳代の若年性認知症の母をケア  
自分の将来設計に不安を感じない状態、やりたいことができている状態のとき
- ◆息子ケアラー（60歳代）▶80歳代実母の同居ケア  
夜寝たあと。ショートステイのとき

# ケアラー・ヤングケアラーを支援するための社会の仕組み

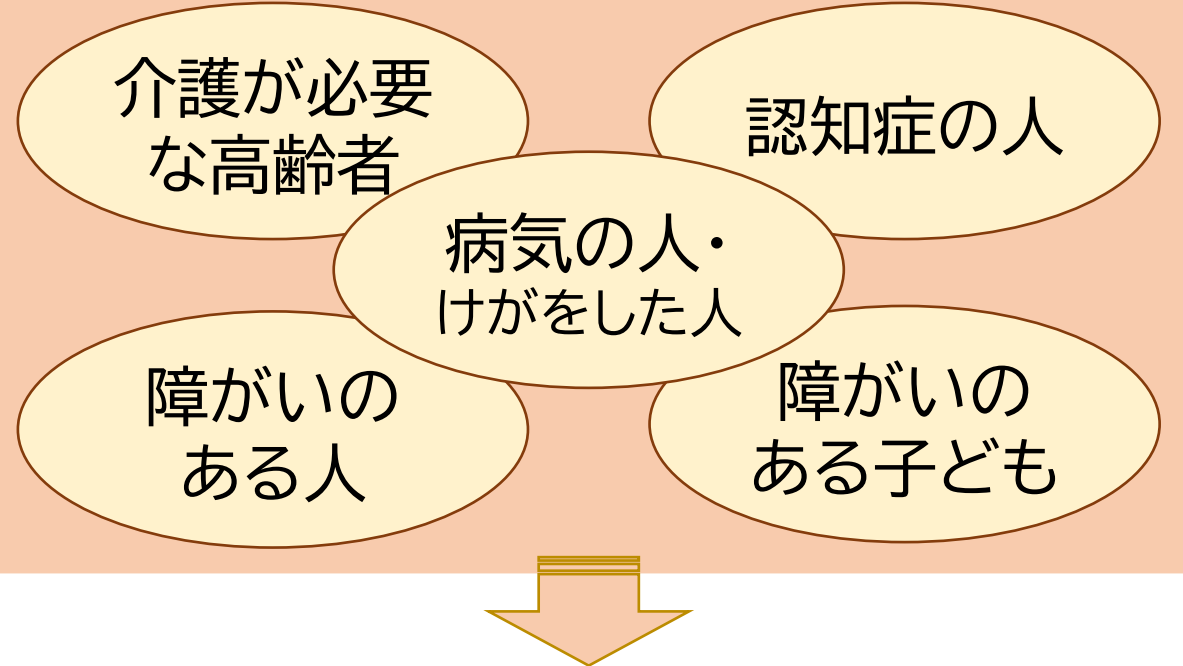
## ケアする人(ケアラー)



ケアラーはケアすることだけを求められ、自分の人生・生活・健康を奪われています。

ケアラーを支援するための法制度はない

## ケアが必要な人

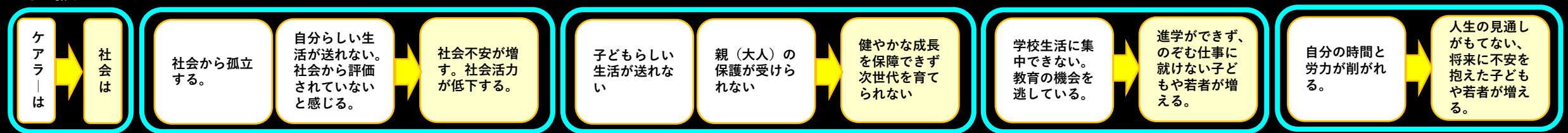


## ケアが必要な人のための法制度はある

介護保険法、老人福祉法、高齢者虐待防止法、障害者総合支援法、健康保険法 etc...

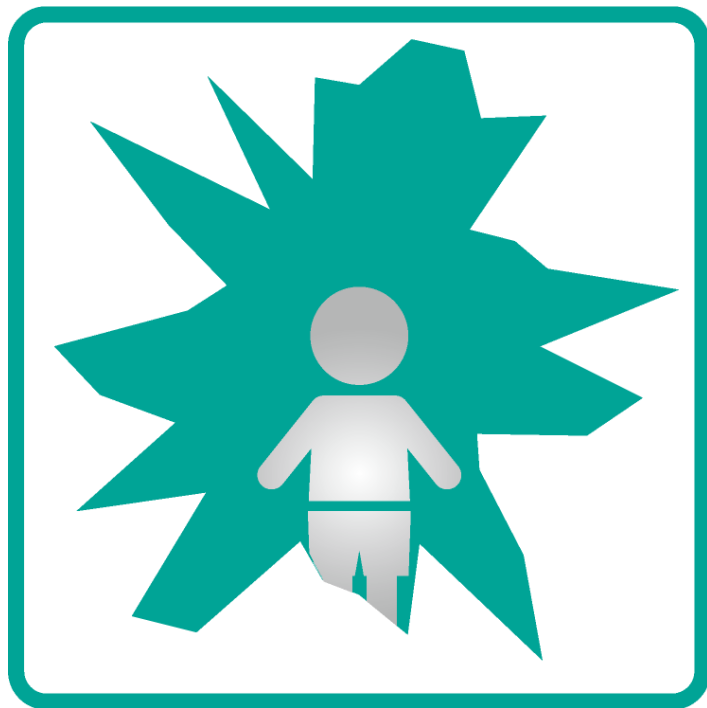
※介護保険制度によるデイサービスやショートステイは要介護者が使えるサービスであり、ケアラーの生活や人生を支援するという目的は明記されていません

## 支援がなければ...

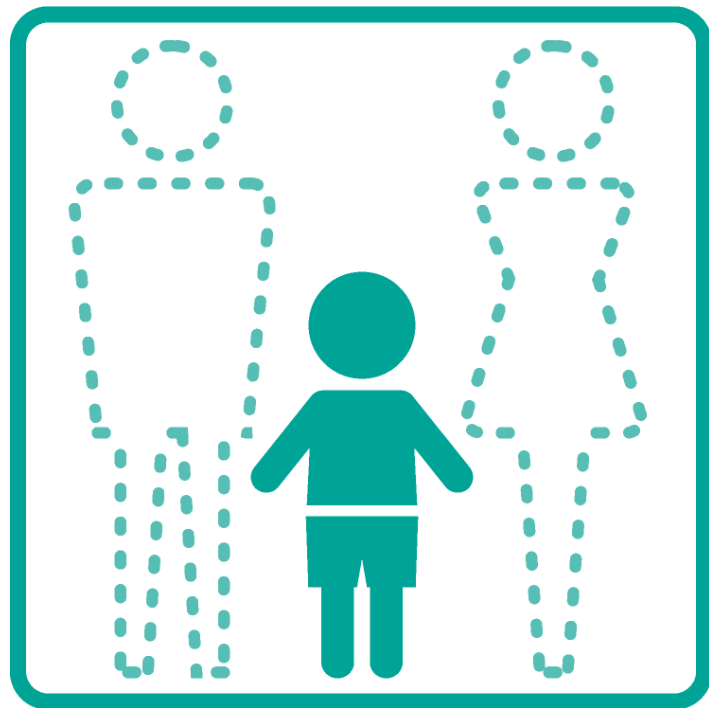


# ケアラー・ヤングケアラーに支援がなければ...

ヤングケアラーは



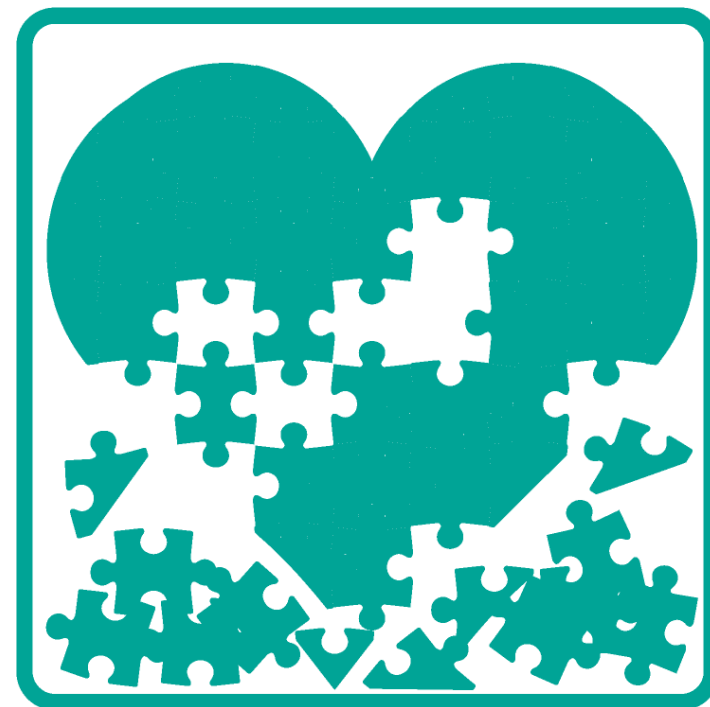
子どもらしい  
生活をおくれない



親(大人)の保護  
が受けられない



社会は



健やかな成長を  
保障できず次世代  
を育てられない

# ケアラー・ヤングケアラーに支援がなければ...

ヤングケアラーは



学校生活に  
集中できない  
教育の機会を逃し  
ている



社会は



進学ができず  
望む仕事に就けない  
子どもや若者が増える



# ケアラー・ヤングケアラーに支援がなければ...

ヤングケアラーは



自分の時間と  
労力が削がれる



社会は



人生の見通しがもてない、  
将来に不安を抱えた  
子どもや若者が増える

# 日本における介護者支援

## ◆家族介護者支援事業は介護保険制度の任意事業、義務化されていない

- ⇒ 家族介護継続支援事業：86.5%、認知症高齢者見守り事業：76.5%（厚労省2018）
- ⇒ 「家族介護者の介護離職防止」に関する市町村の取組状況：83.5%は未実施

## ◆総務省行政評価局(2018)『介護施策に関する行政評価・監視 —高齢者を介護する家族介護者の負担軽減対策を中心として—』

- ⇒ 家族介護者の負担は軽減されていない現状

## ◆政策課題としての介護者支援の推進の兆し？

- 1) 地域包括ケアシステムの強化推進
- 2) 「ニッポン一億総活躍プラン」における介護離職ゼロの実現に向けた取組み
- 3) 認知症施策における介護者支援の推進
  - ・ 新オレンジプラン（認知症施策推進総合戦略）2015年
  - ・ 認知症施策推進大綱（2019.6）

# 「ニッポン一億総活躍プラン」

2016年6月閣議決定

一億総活躍：第3の矢の目標としての**介護離職ゼロの実現**

## ◆介護する家族の不安や悩みにこたえる相談機能の強化・支援体制の充実のため

⇒「地域包括支援センター強化」「家族支援の普及」

## ◆介護を取組む家族が介護休業・介護休暇を取得しやすい職場環境の整備のため

⇒「介護休業制度の改正」「介護休業の取得促進に関する周知啓蒙の強化」

⇒育児・介護休業法2016年改正：介護休業給付分割、介護休業給付の水準アップ（賃金の40%から67%に）

## ※介護離職ゼロ ポータルサイト（厚生労働省）

⇒「企業における仕事と介護の両立支援実践マニュアル」

**地域包括支援センターの役割をどのように強化するか？**

# 新オレンジプラン(認知症施策推進総合戦略)と認知症施策推進大綱

## 新オレンジプラン(2015.1)

### (認知症施策推進総合戦略)

「介護者支援」

(7つの柱のひとつ)

#### 4. 認知症の人の介護者への支援

認知症の人の介護者への支援を行うことは、認知症の人の生活の質の改善にも繋がるため、家族など介護者の精神的身体的な負担の軽減や、生活と介護の両立を支援する取組みを推進。

#### ○認知症初期集中支援チーム等による早期診断・早期対応

認知症カフェ等の設置の推進

#### ○介護ロボット等の開発の支援

(介護者の身体的負担軽減のため)

## 認知症施策推進大綱(2019.6)

### 3. 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援

(5つの柱のひとつ「一部」に変更)

認知症の人及びその介護者となった家族等が集う認知症カフェ、家族教室や家族同士のピア活動等の取組みを推進し、家族等の負担軽減を図る。

#### (5)認知症の人の介護者の負担軽減の推進

##### ●介護休業制度の周知

- ・仕事と介護を両立しやすい環境整備に取り組む事業主を支援し、介護休業等を取得しやすくすることにより、介護離職の防止を推進

##### ●認知症カフェの普及

- ・認知症カフェを全市町村に普及(2020年度)

##### ●診断直後からの家族教室や家族同士のピア活動を推進

- ・介護者である家族の精神的支援や事前の教室によるBPSD予防のため、認知症疾患医療センター、認知症初期集中支援チーム、介護サービス事業所等における家族教室や家族同士のピア活動を推進
- ・家族・介護者対象のオンライン教育プログラムの開発、効果検証

# 「家族介護者支援マニュアル」に基づく「介護者本人の人生の支援」

- ◆ 「市町村・地域包括支援センターによる家族介護者支援マニュアル～介護者本人の人生の支援～」介護離職防止のための地域モデルを踏まえた支援手法の整備について研究（厚労省2018事業）

## ●今後の家族介護者支援施策が掲げるべき目標

「家族介護と仕事や社会参加、自分の生活を両立すること」と、「心身の健康維持と生活の質の維持・充実（ひいては人生の質の維持・充実）」の両輪が共に円滑にまわりながら、要介護者の介護の質・生活・人生の質もまた同時に確保される「家族介護者支援」を推進すること（厚労省2018、P8）

新規の取組みをしなければならないということではなく、これまで市町村、地域包括支援センターが取組んできた地域支援事業の枠組みや成果を活かしながら、新たな視点を追加して、家族介護者に対する相談支援に取り組むこと（厚労省2018、P8）

# 家族介護者支援の総合的展開の4つの考え方と手法 (家族介護者支援マニュアル)

## 1) 介護者アセスメントの導入

⇒ 家族本人のクライアントとしての支援 (手法①個別相談・支援)

## 2) 多様な専門職の支援ネットワークの形成

⇒ 要介護者本人と介護者本人へのチームアプローチ  
(手法②他機関・職種間ネットワーク)

## 3) 地域づくり・まちづくりの視点

⇒ 介護者本人を地域から孤立させない包摂支援 (手法③地域づくり)

## 4) 介護離職防止への接近

⇒ 介護者本人の仕事の継続支援 (手法④施策の企画・立案・協議)



# 家族介護者支援マニュアルの意義

1. 「**家族介護力維持**」を目標にした介護者支援から「**介護者自身の生活や人生の質**」を考慮した目標へと介護者支援の目標が転換されたこと
2. 厚労省のHPで市町村と地域包括支援センターのなすべき家族介護者支援を示したこと
3. 介護者アセスメントの必要性を明示したこと
4. 介護者アセスメント、連携、地域づくり、介護離職防止の4つの観点から総合的な展開の必要性を示したこと
5. 地域包括支援センターにおける相談・支援のフローとして、個別支援におけるアセスメントから支援提供の4つのステップを具体的に示したこと

# 家族介護者支援マニュアルの限界

1. 「家族介護者」に対象が限定されており、友人・知人などによる多様な無償の「ケアラー」を対象としていないこと
2. 高齢者の介護が前提とされており、障がいの人や病気の人へのケアが十分想定されていないこと
3. 厚労省のHPにマニュアルが示されたものの、法律の中で示されて具体的に制度化されたものではないこと
4. 新規事業などの予算化がなされておらず、これまで市町村、地域包括支援センターが取組んできた地域支援事業の枠組みや成果を活かしながら、新たな視点を追加して、家族介護者に対する相談支援に取り組むことを想定していること
5. 介護者アセスメントが任意であり、国レベルの統一された認定基準やアセスメントをもとに援助する支援体制が不整備なこと
6. 地域包括支援センターの個別相談・支援として、他の機関へつなぐことや介護支援専門員へのスーパービジョンが示されているが、地域包括支援センターの業務としてどのようにどの程度までなすべきなのか明記されていないこと



# 国際的なケアラー支援の動きとネットワーク

国	各国のケアラー支援に関する主な法律	備考
豪州	ケアラー認識法(Carer Recognition Act)(2010)	ケアラーを法律で位置づけ
英国	2014年ケアに関する法(Care Act 2014) 2014年子どもと家族に関する法 (Children and Families Act 2014)	ケアラーアセスメントを受け る権利
米国	米国RAISE家族介護者法(2018.1制定) the Recognize, Assist, Include, Support and Engage (RAISE) Family Caregivers Act	戦略策定を義務づけ
台湾	2015長期介護サービス法(2017施行)	家庭介護者支援サービス
韓国	2008老人長期療養保険制度(介護保険制度)	家族療養保護士



IACO(国際ケアラー支援組織連盟)

2015年加盟

加盟国

米国、英国、オーストラリア、カナダ、アイルランド、フランス、フィンランド、スウェーデン、台湾、ニュージーランド、イスラエル、デンマーク、香港、**日本**など

# 英国でのケアラー支援の制度化と様々な支援

- ケアラー支援国家戦略があり、それに基づく行動計画があります。
- ケアラーアセスメントが自治体に義務化されています。
- 地域にケアラー支援センターがあり、情報や支援が受けられます。
- ケアラーとケアが必要な人のウェルビーイングを高める実践がなされています。
- ケアラーの孤立を防ぐために、コミュニティの孤立防止実践の中でもケアラーを対象とした支援もあります。
- 地域、職場、学校、病院など様々な場でケアラーに気づき、支援する仕組みがあります。(ケアラーパスポートなど)
- ケアラーフレンドリーなコミュニティづくりが目指されています。

# 2014年ケアに関する法律

## ウェルビーイング(幸福・Wellbeing)概念

法の中心的な考え方

身体的・精神的・心理的なウェルビーイング  
予防的サービスの提供も義務付け

## ホールファミリーアプローチ (Whole family approach)

Step1: 家族について考える Think Family.

Step2: 全体像をつかむ Get the whole picture.

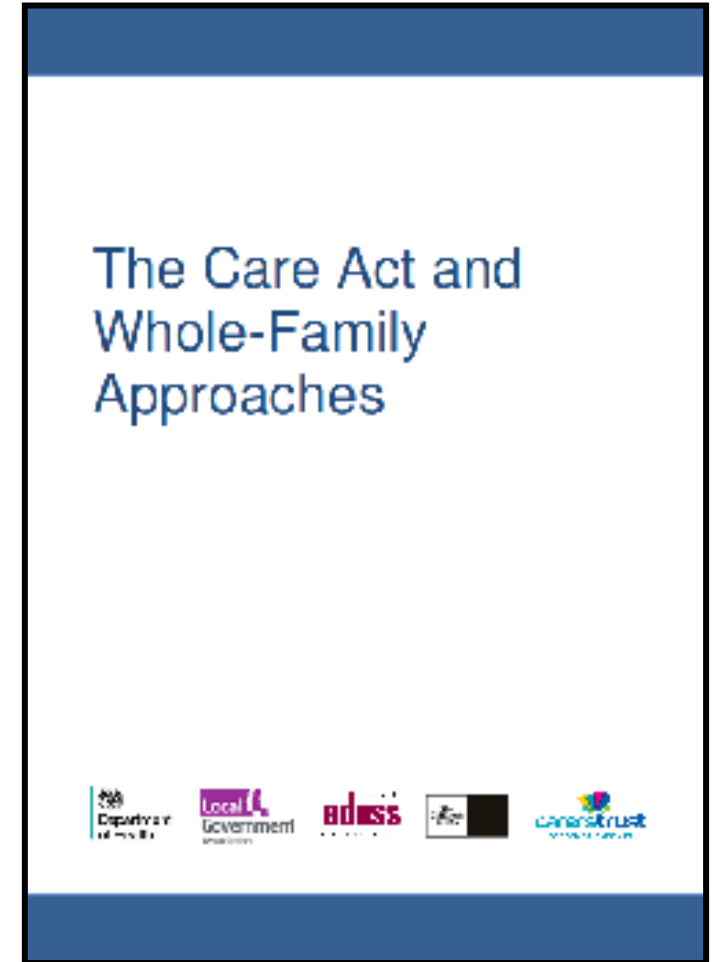
(アセスメント: 「ケアラーのアセスメントは介入でもある」)

Step3: みなにもうまくいく計画を立てる

Make a plan that works for everyone.

Step4: 家族全体にもうまくいっているか確認する

Check it's working for the whole family.



<https://www.local.gov.uk/sites/default/files/documents/care-act-snd-whole-family-6e1.pdf#search=%27The+Care+Act+and+WholeFamily+Approaches%27>

# 英国でのケアラー支援の法律の動向とケアラーアセスメント

## (1) 介護者の承認とサービスに関する1995年法

介護者を個人として認めてサービスを提供することも目的の一つに。

- ◆一定の条件を満たすケアラーは自治体に**自分自身のアセスメントを請求する権利**が認められた。

## (2) 介護者のケア 介護者のための全国戦略(1999年戦略)

介護者に介護能力及び介護持続可能に関する**アセスメント請求権**を認めた。

## (3) 介護者と障がい児に関する2000年法

地方自治体に介護者自身に支援を行う権限が付与された。

- ◆介護者アセスメントは、要介護者対象のアセスメント実施にかかわらず申請可能に

## (4) 介護者の均等な機会に関する2004年法

自治体の法的な**責務としてアセスメント請求権を介護者に知らせる義務**を規定。

## (5)21世紀の家族と地域の中心に位置する介護者

～あなたのための介護システム、あなた自身の生活～(2008年戦略)

介護者は要介護者を最もよく知るexpert care partnerであり、自身のニーズに対し支援を受けることができると位置付けた。

## (6)2014年子どもと家族に関する法(Children and Families Act 2014)

自治体に**ヤングケアラーのアセスメント義務**規定。

## (7)2014年ケアに関する法・介護法(Care Act 2014)2015.4施行

介護を受けられる人の資格を全国的に統一（資格審査制度）

介護費用に上限（72,000ポンド以上の介護費用は、国が支払う）2016.4施行

介護者に要介護者と同等の権利を保障

◆すべての介護者に**アセスメントを受け、必要な援助を受ける権利**

## 英国でのケアラーアセスメントに基づく支援

### <ケアラー向けの説明>

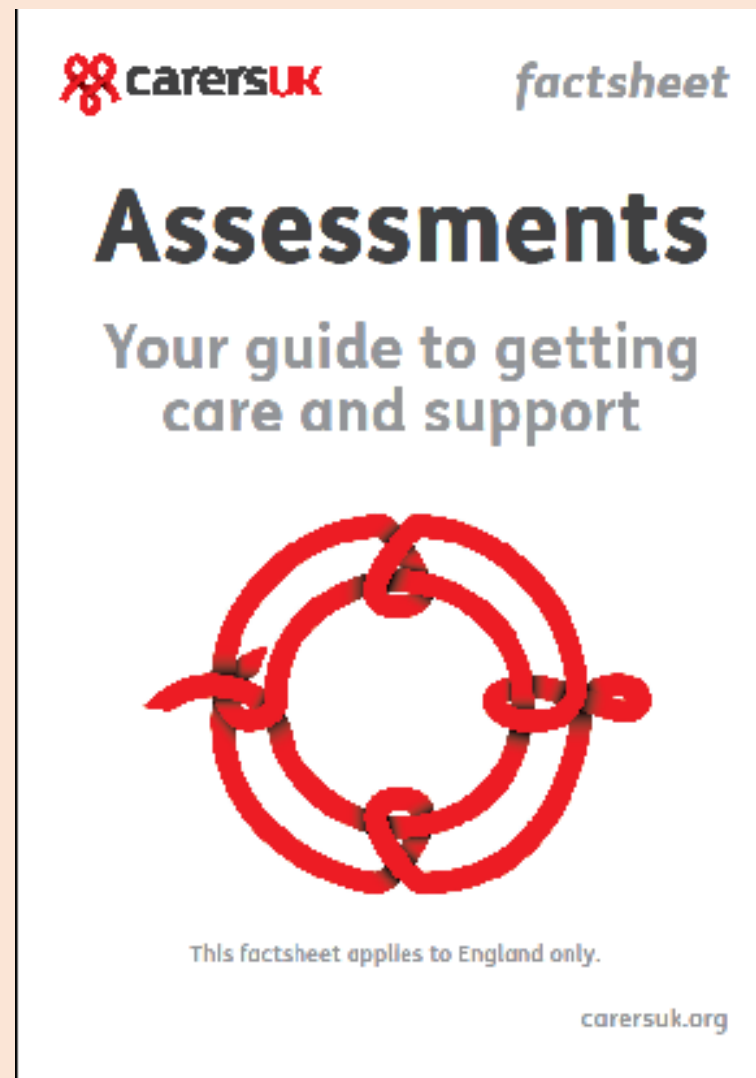
「ケアラーアセスメントはあなたと地方自治体もしくは委託された組織の研修を受けた人との話し合いによるものです。アセスメントは、あなたのウェルビーイングや日々したいことを含むあなたの人生に大切なことに対して、あなたが行っているケアや支援がどのような影響を与えるかを検討するものです。ケア役割を担いたいと思っているか、働いているか、働きたいか、学びたいか、もっと社会参加したいかなどの他の大切なことも検討します。…（中略）…地方自治体はあなたに支援ニーズがあるかどうか認定するためにアセスメントを活用し、ニーズをどう満たすかどうかを検討します。…」

# 第1段階 あなたの支援ニーズのアセスメントをする

- あなたのケア役割とそれがいかにあなたの生活とウェルビーイングに影響するか
- あなたの健康～身体面、精神面、感情面のこと
- ケアを担うことへのあなたの思いや選択
- 仕事、学業、研修、レジャー
- 関係性、社会活動、あなたのゴール
- 住宅
- 危機への対応計画（ケアラー緊急時体制など）

（CarersUK ケアラーアセスメント説明パンフレットより）

<http://www.carersuk.org/files/helpandvice/4765/factsheet-e1029--assessments-your-guide-to-getting-asre-and-support.pdf>



# 英国NHSのセルフアセスメント

## ケアラー・セルフアセスメント(NHS-CSA)

1. 支援を必要としている場合にどこに問い合わせればいいかわかりますか？
2. ケアが困難になるような身体的不調はありますか？
3. ケアが原因で夜眠れなかったり、孤独を感じたり、自分は無理だと思いませんか？
4. どのような支援があればケアをしやすくなりますか？
5. ケア役割から離れて休息時間はありますか？
6. ケア以外に生活上の困難を感じていることはありますか？  
(通学、仕事、健康、家族や友人との関係)



<http://www.nhs.uk/conditions/social-care-and-support-guide/Pages/carers-assessment.aspx>

(英国NHS)



イギリス政府が「孤独担当相」を新たに任命した際の

テリーザ・メイ前首相の言葉

「あまりに多くの人々にとって、孤独は現代の悲しい現実だ。高齢者、ケアラー、そして、愛する人を亡くした人たち～話す人がいない、考えや日々の出来事を共有する相手がない人たち～が耐え忍ぶ孤独に向き合い、解決するためのアクションを取っていききたい。」

(2018年1月17日)

# 英国)ケアラーの孤独の10の事実(2021年6月)

※ルーテル学院大学 山口麻衣教授(日本ケアラー連盟理事)資料より

- ケアラーは他の人より7倍孤独や孤立を経験していると回答(2019調査)
- 孤独もしくは社会的に孤立していると感じるケアラーは8割、週50時間以上ケアする人は86%(2017調査)
- 障がいの人のケアラーは93%、24歳未満の人は89%と孤独や孤立を感じる割合高い
- 働くケアラーの7割はケア役割があることで職場内で孤独・孤立を感じる(2015調査)
- 約半数がケアのために友人家族と交流機会減った、61%が関係への影響が心配
- 約半数がケア役割のためにパートナーとの関係困難と回答
- パンデミックにより3人に2人がより一層孤独や孤立と回答、親のケアラーは7割
- 孤独・孤立を感じるケアラーは他のケアラーよりもほぼ2倍精神的(77%)身体的(67%)ウェルビーイングの悪化を報告
- ケアで限界を感じたケアラーは2倍多く外出できないなどで孤独孤立を感じ、抑うつ傾向
- 約半数が社会的活動のための時間がないと回答、31%が経済的にも困難と回答し、孤独や孤立と関連

英国)ケアラーが他の人より7倍も孤独にならないための

ケアラーの孤独対処のための7つの方策(2021年6月)

- 友人や家族の中のケアラーに気づいて、アウトリーチして関わりを持つ
- 雇用者が職場のケアラーに気づいて、ケアラーフレンドリーになる
- 国や自治体サービス担当がケアラーを把握し、ケアラーへの休息やサービスが得られるようにする
- 国や自治体のサービス担当が孤独を減らす機会をつくる
  - ✓ ケアラーのための運動クラスや、デジタルでつながれるような支援など、ケアラーのウェルビーイングや社会とつながる機会を増やす取組みなど
- ケアラーがつながりをもつために必要な休息の機会など、ケアのサービスや支援を国が提供する
- ケアラーの孤独を減らせるように十分な収入や支援を受けられる権利を国が保障
- ケアラーが孤独を少しでも感じないように、社会全体がケアのことが話せて、理解できるようになる

# 英国のロンドン特別区のケアラーセンター

チャリティ団体が自治体から委託されて運営、自治体と協働してケアラー支援

- 駅からすぐのアクセスのよい場所
- 放課後と土曜日のヤングケアラー向けプログラム
- ケアラーカフェ、セラピー、ヨガ、健康相談、ケアラーアセスメント業務、情報提供などさまざまなケアラー支援の実践



Hillingdon Carers Centr

英国

# ケアラーパスポート

職域、病院、コミュニティ、メンタルヘルス、学校、大学 など、さまざまな場でケアラーパスポートを活用した実践ができるように、国がバックアップして、ツールをダウンロードして活用できる仕組みがあります。

職場

病院

地域

メンタルヘルス

学校

大学

Employment	Hospitals	Community	Mental Health	Schools	Universities
<p><b>Carer Passports can:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Improve communication between working carers and their managers</li> <li>Help to build a carer friendly workplace culture</li> <li>Reduce carer stress</li> <li>Contribute to staff retention, making it easier for staff to combine work and care within existing legislation and carer policies</li> <li>Help employers improve flexibility and responsiveness and develop a supportive working culture</li> <li>Contribute to an overall strategy of improved wellbeing and reduced absenteeism</li> </ul>	<p><b>Carer Passports can:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Improve identification of carers</li> <li>Transform communication on care and treatment between staff and patients</li> <li>Improve care on wards, with some evidence that involving carers can lead to reduced falls</li> <li>Reduce NHS care costs</li> <li>Improve smooth hospital discharge</li> <li>Improve carers' engagement and wellbeing</li> <li>Potentially reduce carers' financial costs of caring</li> </ul>	<p><b>Carer Passports can:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Improve awareness of caring</li> <li>Provide a popular and non-stigmatising offer for carers</li> <li>Engage businesses and other organisations in fostering carer friendly communities</li> <li>Help to identify carers and connect them quickly into information, advice and other support</li> <li>Play a role in demonstrating health and wellbeing outcomes for carers</li> <li>Support an overall strategy for prevention - helping carers get the support that could prevent a crisis</li> </ul>	<p><b>Carer Passports can:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Improve early identification of carers of people with mental health issues</li> <li>Help carers feel recognised, supported and valued</li> <li>Help draw together and embed consistent support for carers</li> <li>Connect carers with further support</li> <li>Transform communication on care and treatment between staff and patients</li> <li>Potentially reduce NHS care costs and improve discharge procedures</li> <li>Improve carers' engagement and wellbeing</li> </ul>	<p><b>Carer Passports can:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Assist in the early identification of students who are young carers</li> <li>Help schools coordinate and connect up support through a 'whole school approach', so young carers and their families feel recognised and supported</li> <li>Trigger practical and personalised support for student carers both internally and externally</li> <li>Improve recruitment, retention and attainment of student carers</li> <li>Improve young carers' wellbeing, attendance and attainment</li> <li>Help young carers enjoy school and reach their potential</li> </ul>	<p><b>Carer Passports can:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Help colleges and universities embed and coordinate support</li> <li>Assist in the early identification of students who are carers and help them feel recognised and supported</li> <li>Trigger practical and personalised support for student carers both internally and externally</li> <li>Improve recruitment, retention and attainment of student carers</li> <li>Improve student carers' engagement and wellbeing, helping them enjoy their studies and reach their potential</li> </ul>

# 地域での活用の効果

- ケアしていることに気づきやすくなる
- 偏見をへらす
- 事業者や他の組織がケアラーフレンドリーなコミュニティを育める
- ケアラーを把握し、必要な情報や支援を提供しやすい
- ケアラーの健康やウェルビーイングの改善のための対処策となる
- ケアラーが支援を得やすくなりことになり危機を防ぐことになり、全般的な予防戦略を支えることができる

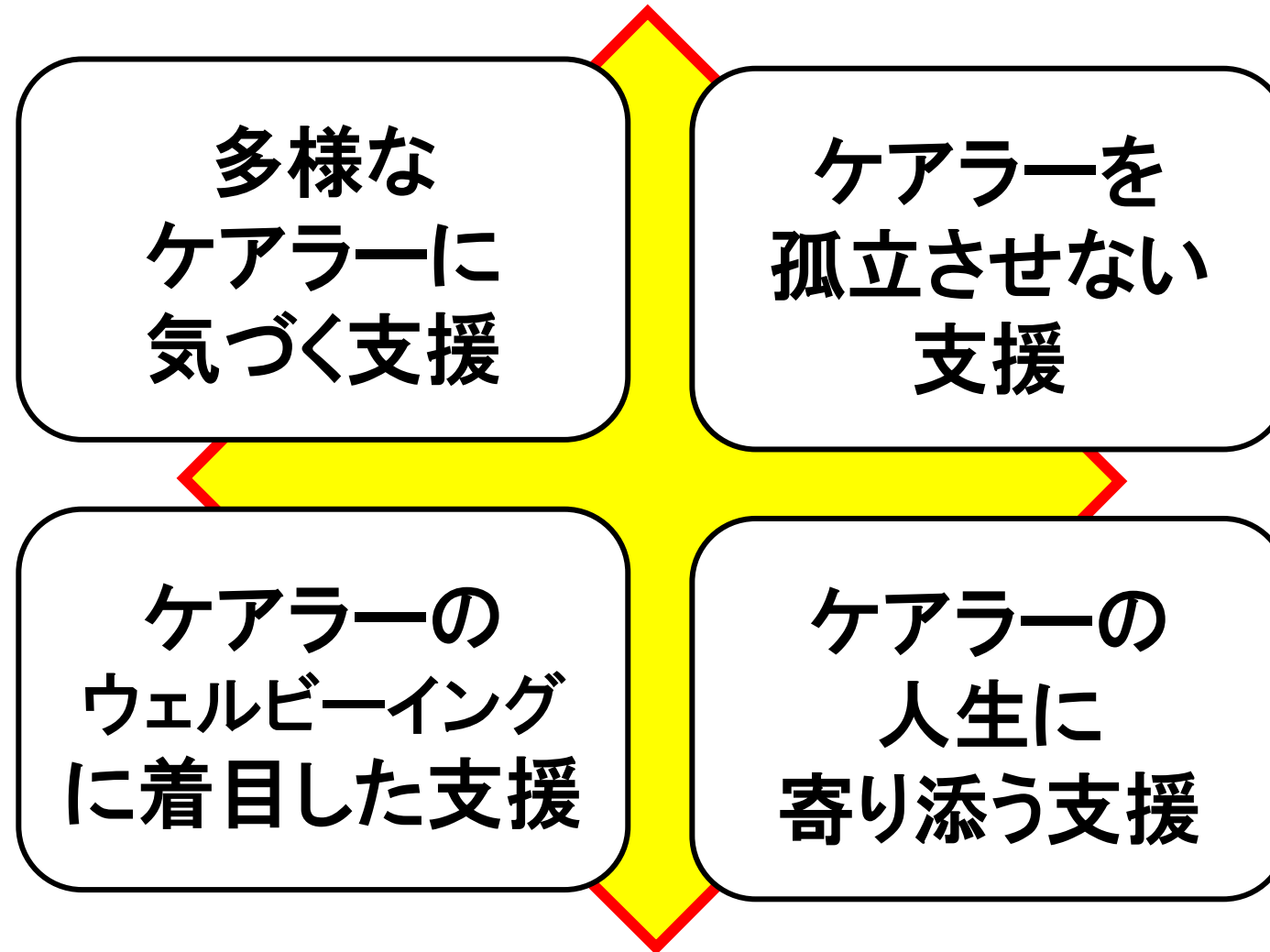
The collage includes:
 

- A purple sign with the Carer Passport logo and fields for 'Name:' and 'Valid until:'.
- A flyer titled 'Supporting young carers at school' with the Carer Passport logo and text about school support.
- A flyer titled 'Let's talk about caring' with the Carer Passport logo and text about workplace support.
- A poster titled 'Are You Looking After Someone?' with the Carer Passport logo and text about discounts and support for carers.

※ルーテル学院大学 山口麻衣教授(日本ケアラー連盟理事)資料より

# 効果的な介護者支援方法を海外実践から学ぶ

今、求められている介護



# ケアラー支援条例【都道府県】

条例名称	埼玉県ケアラー支援条例【議員提案】	茨城県ケアラー・ヤングケアラーを支援し、共に生きやすい社会を実現するための条例【議員提案】	北海道ケアラー支援条例【知事提案】
公布・施行	令和2年3月31日	令和3年12月9日可決	令和4年3月24日可決／4月1日施行
	ケアラー支援に関し、基本的理念を定め、県の責務並びに県民、事業者及び関係機関の役割を明らかにするとともに、ケアラーの支援に関する施策の基本となる事項を定めることにより、ケアラーの支援に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もってすべてのケアラーが健康で文化的な生活を営むことができる社会の実現をめざす。	ヤングケアラー及びこれらの者を含む全てのケアラーの支援に関し、基本理念を定め、県の責務を明らかにするとともに、ケアラーの支援に関する施策の基本となる事項を定め、とりわけ次代の社会を担うヤングケアラーの教育の機会の確保等が図られるとともに、ケアラーの個人の尊厳が重んぜられ、かつ、社会から孤立しないよう支えることにより、全ての県民が生きやすい社会を実現することを目的とする。	ケアラーの支援に関し、基本理念を定め、並びに道の責務並びに道民、事業者、関係機関及び支援団体の役割を明らかにするとともに、道の施策の基本となる事項を定めることにより、ケアラーの支援に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって全てのケアラーとその家族等が孤立することなく健康で心豊かな生活を営み将来にわたり自分らしく夢や希望を持って暮らすことができる地域社会の実現に寄与することを目的とします。
ケアラーの定義	高齢者、身体上、精神上的の障害又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者	心身の機能の低下、負傷、疾病、障害その他の理由により援助を必要とする家族、身近な人その他の者に対して、無償でケアを行う者	高齢、障がい又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対し、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者
ヤングケアラーの定義	ケアラーのうち、18歳未満の者	ケアラーのうち、18歳未満の者	ケアラーのうち、18歳未満の者
計画策定／財源／他	計画策定及び財源上の措置の明記あり	計画策定及び財源上の措置の明記あり	計画策定及び財源上の措置の明記あり

# ケアラー支援条例【市町村 No.1～3】

条例名称	栗山町ケアラー支援条例	名張市ケアラー支援の推進に関する条例	総社市ケアラー支援の推進に関する条例
公布・施行	令和3年4月1日	令和3年6月30日	令和3年9月9日
	ケアラーを社会全体で支えるため、ケアラーの支援に関し、基本理念を定め、町の責務並びに町民、事業者及び関係機関の役割を明らかにするとともに、ケアラーの支援に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図ることにより、全てのケアラーが健康で文化的な生活を営むことができる社会を実現することを目的とする。	社会全体でケアラーを支援するための基本理念を定め、市の責務並びに市民、事業者及び関係機関の役割を明らかにするとともに、ケアラーに対する支援に関する施策の基本となる事項を定めることにより、ケアラー支援に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって全てのケアラーが自分らしく、健康で文化的な生活を営むことができる地域社会の実現に寄与することを目的とする。	社会全体でケアラーを支援するための基本理念を定め、市の責務並びに市民等、事業者及び関係機関の役割を明らかにするとともに、ケアラーを支援するための基本方針及び施策を定めてこれを推進し、もって全てのケアラーが自分らしく、健康で文化的な生活を営むことができる社会の実現に寄与することを目的とする。
ケアラーの定義	高齢、身体上若しくは精神上の障がい又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者	高齢、身体上又は精神上の障害、疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者	市民等のうち、高齢、身体上若しくは精神上の障がい又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者
ヤングケアラーの定義		ケアラーのうち、18歳未満の者	ケアラーのうち、18歳未満の者
計画策定／財源／他	計画策定明記あり／町ケアラー支援推進協議会の設置(策定、評価、見直し)	基本方針等の作成	基本方針等の作成



# ケアラー支援条例【市町村 No.4～6】

条例名称	浦河町ケアラー基本条例	備前市ケアラー支援の推進に関する条例	那須町ケアラー支援条例
公布・施行	令和3年12月14日	令和3年12月24日	令和4年3月14日可決
	ケアラーを地域社会全体で支えるため、ケアラーの支援に関し、基本理念を定め、町の責務並びに町民、事業者及び関係機関の役割を明らかにするとともに、ケアラーの支援に関する施策の推進を図ることにより、全てのケアラーが健康で文化的な生活を営むことができる地域社会を実現することを目的とする。	社会全体でケアラーを支援するための基本理念を定め、市の責務並びに市民等、事業者及び関係機関の役割を明らかにするとともに、ケアラーを支援するための施策の基本となる事項を定めてこれを推進し、もって全てのケアラーが自分らしく、健康で文化的な生活を営むことができる社会の実現に寄与することを目的とする。	社会全体でケアラーを支援するための基本理念を定め、町の責務及び町民、事業者、関係機関等の役割を明らかにするとともに、ケアラー支援に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図ることにより、全てのケアラーが自分らしく、健康で文化的な生活を営むことができる社会を実現することを目的とする。
ケアラーの定義	高齢、身体上若しくは精神上的の障がい又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助(以下「介護等」という。)を提供する者	市民等のうち、高齢、身体上又は精神上的の障がい、疾病等により援助を必要とする親族、友人その他身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他必要な援助を提供する者	高齢、身体上又は精神上的の障害、疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者
ヤングケアラーの定義		ケアラーのうち、18歳未満の者	ケアラーのうち、18歳未満の者
計画策定／財源／他	福祉・医療・教育・児童の個別計画に第3条の基本理念に基づいた具体的施策を盛り込む	計画策定明記なし	計画策定明記あり

# 北海道におけるケアラーの実態

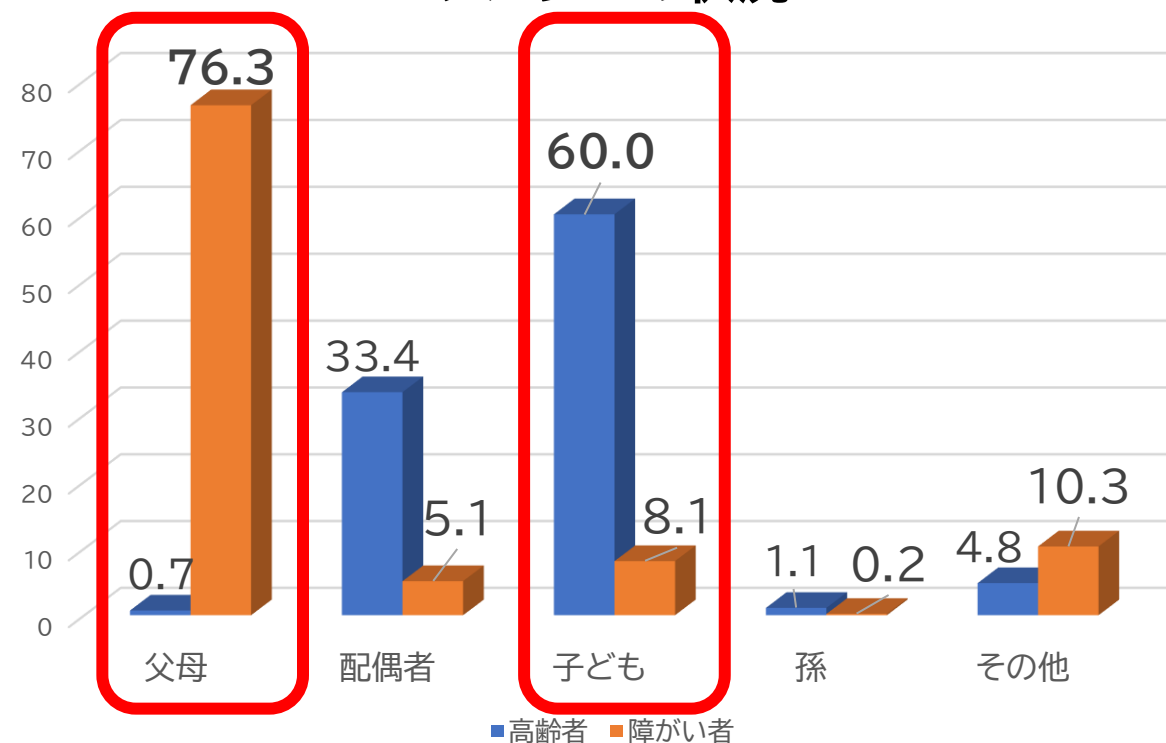
## ケアラー調査

- ◆期間: 令和3年7月27日～8月26日
- ◆対象: ①高齢者を世話しているケアラー(地域包括支援センター)  
②障がい者を世話しているケアラー(特定相談支援事業所)
- ◆方法: 各相談機関が対象者を選定・調査票配付し、郵送で回答

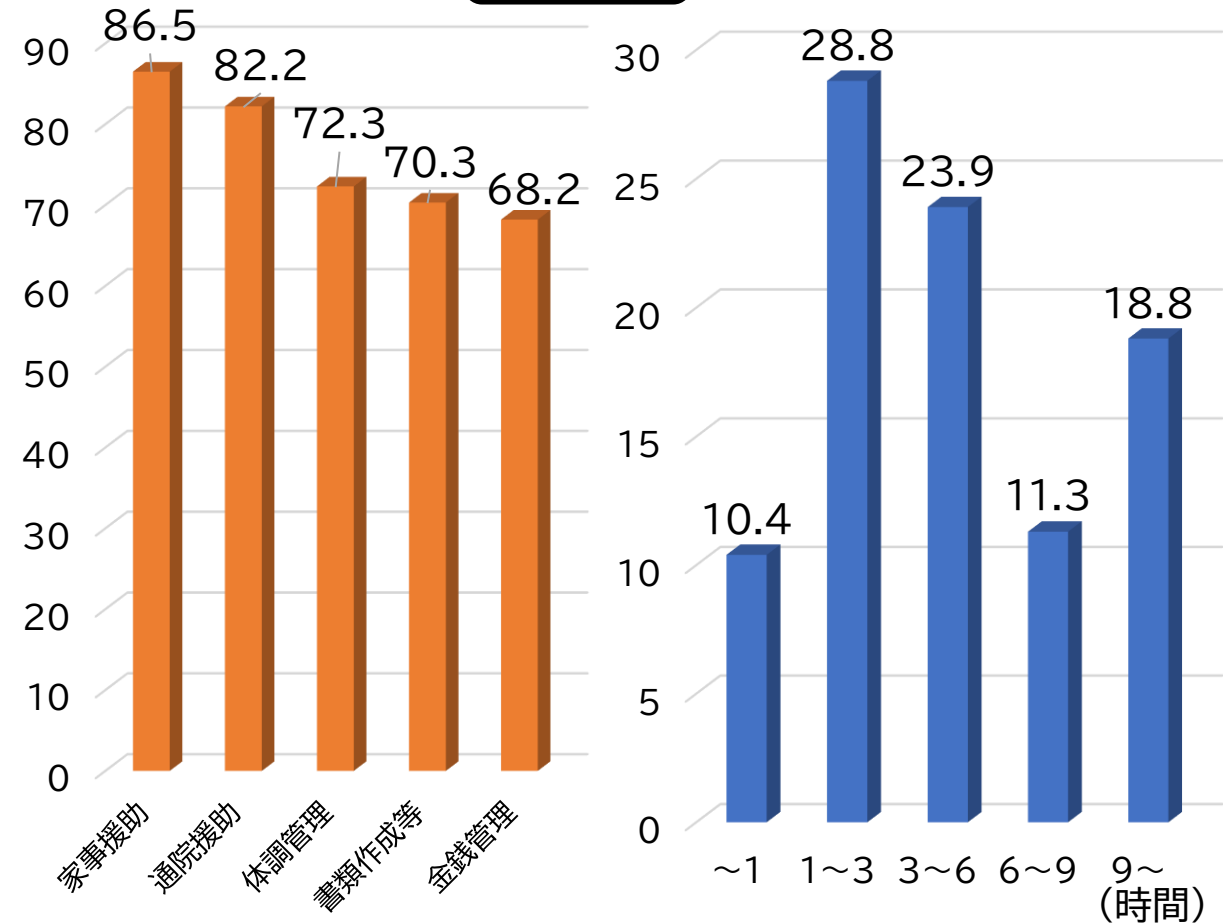
区分	調査票配付(対象)数	有効回答数	回収率
高齢者	1,390	987	71.0%
障がい者	1,515	447	29.5%

高齢者のケアラーは「子ども」と「配偶者」、障がい者のケアラーは「父母」の割合が高い。

### ケアラーの状況



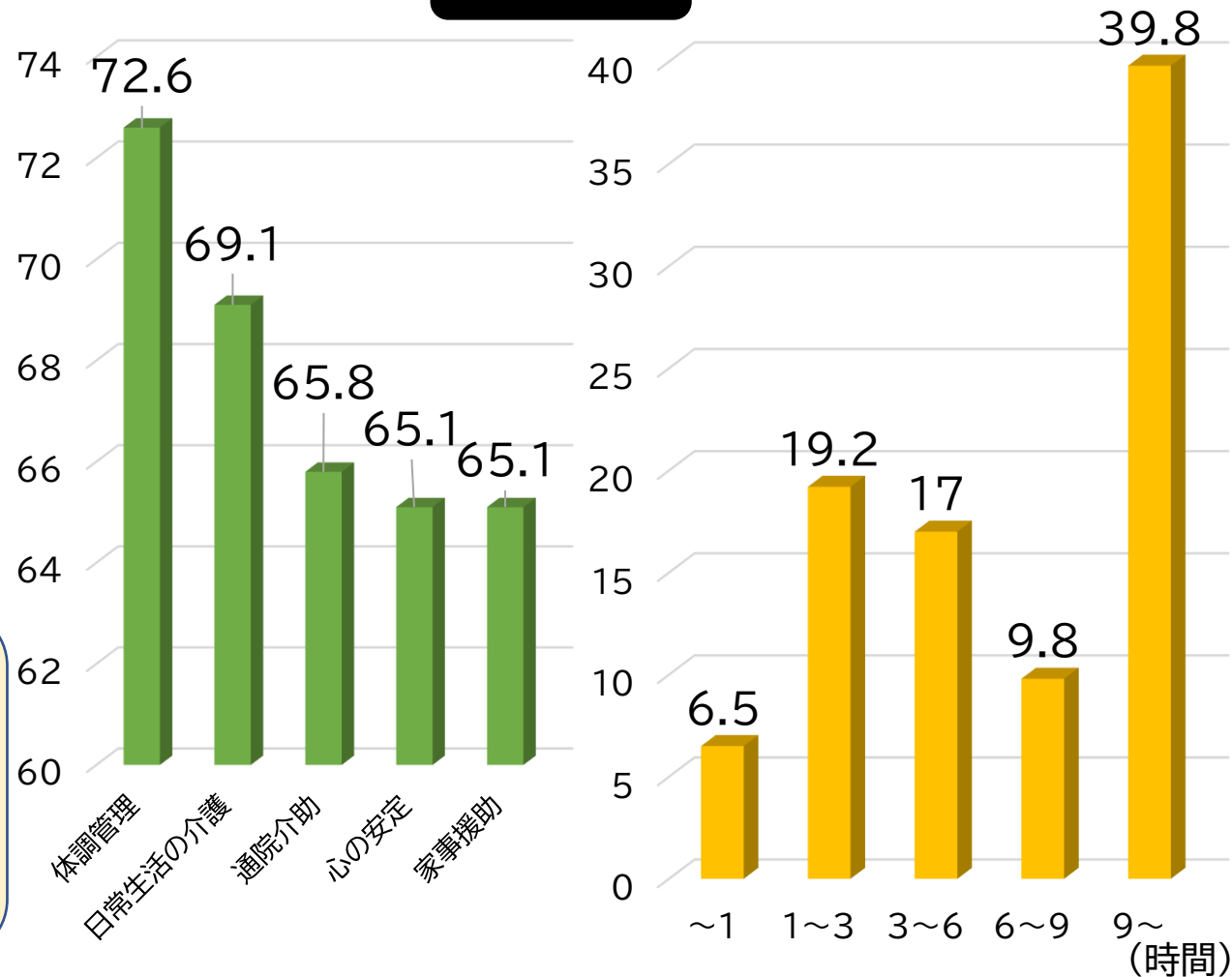
ケアの内容 **高齢者** 1日当たりケア時間



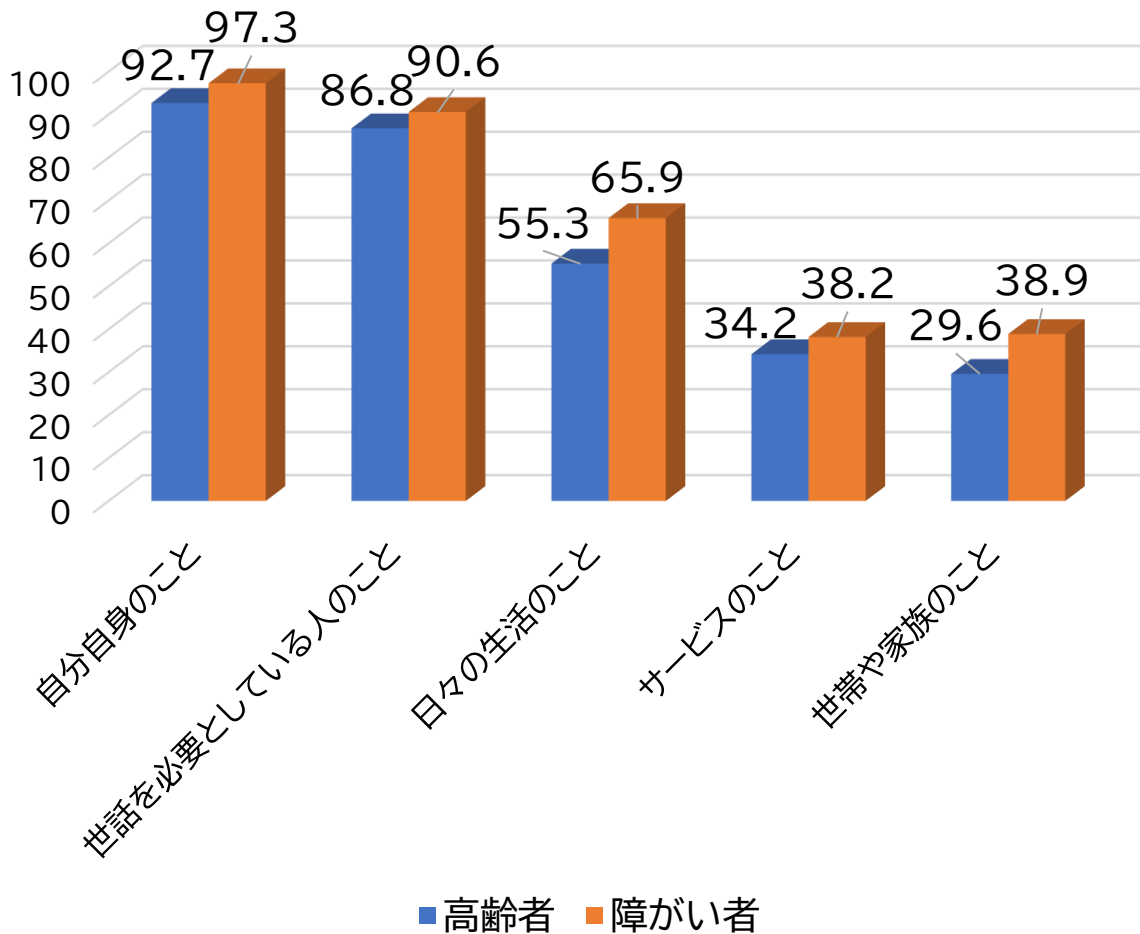
高齢者へのケアの内容は、「家事援助」、1日当たりのケア時間は、「1時間以上3時間未満」が最も高くなっている。

障がい者へのケア内容は、「体調管理」、1日当たりのケア時間は、「9時間以上」が最も高くなっている。

ケアの内容 **障がい者** 1日当たりケア時間



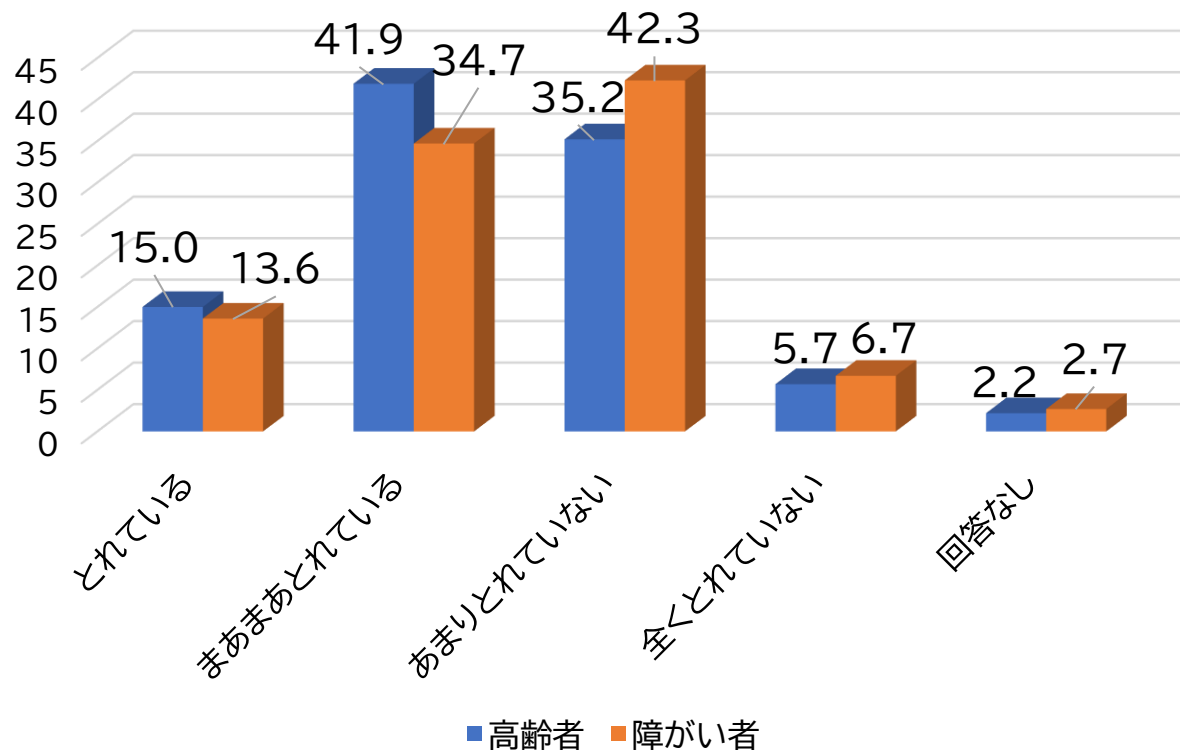
## ケアラー自身の悩み



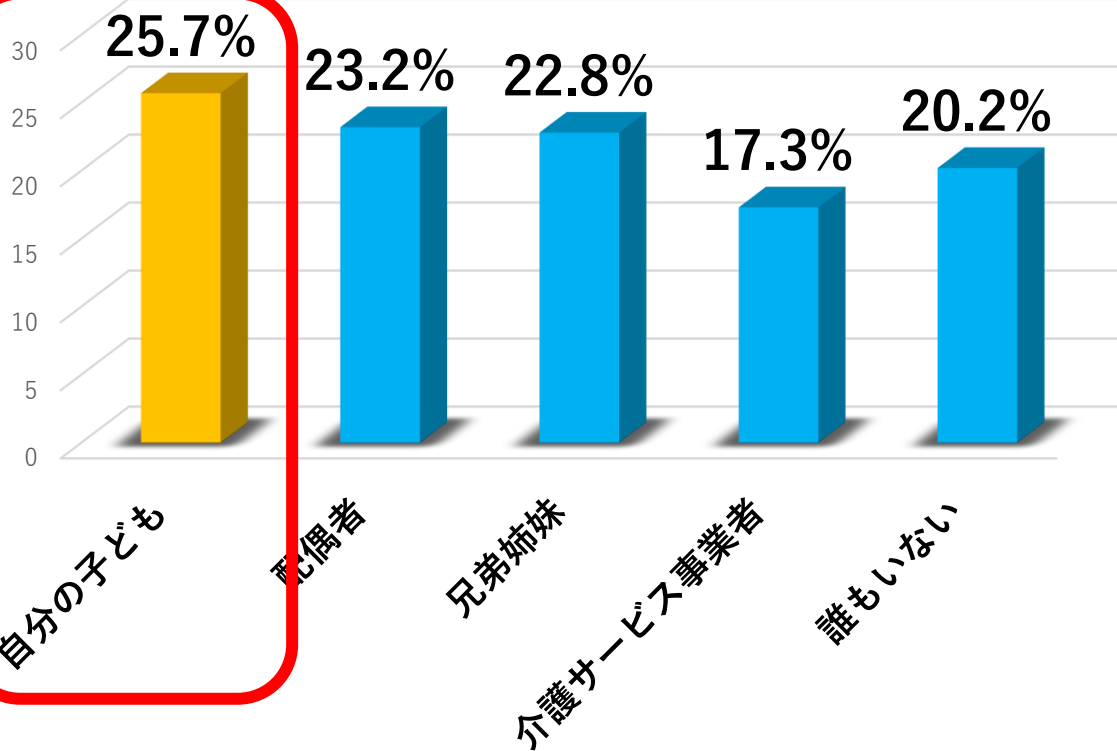
高齢者及び障がい者のケアラーともに、「自分自身のこと」の割合が最も高く、次いで、「世話をしている人のこと」となっています。

自分のための時間は、高齢者は「まあまあとれている」の割合が最も高いが、障がい者は「あまりとれていない」が最も高くなっている。なお、「全くとれていない」は両方とも約20人に1人の割合となっていた。

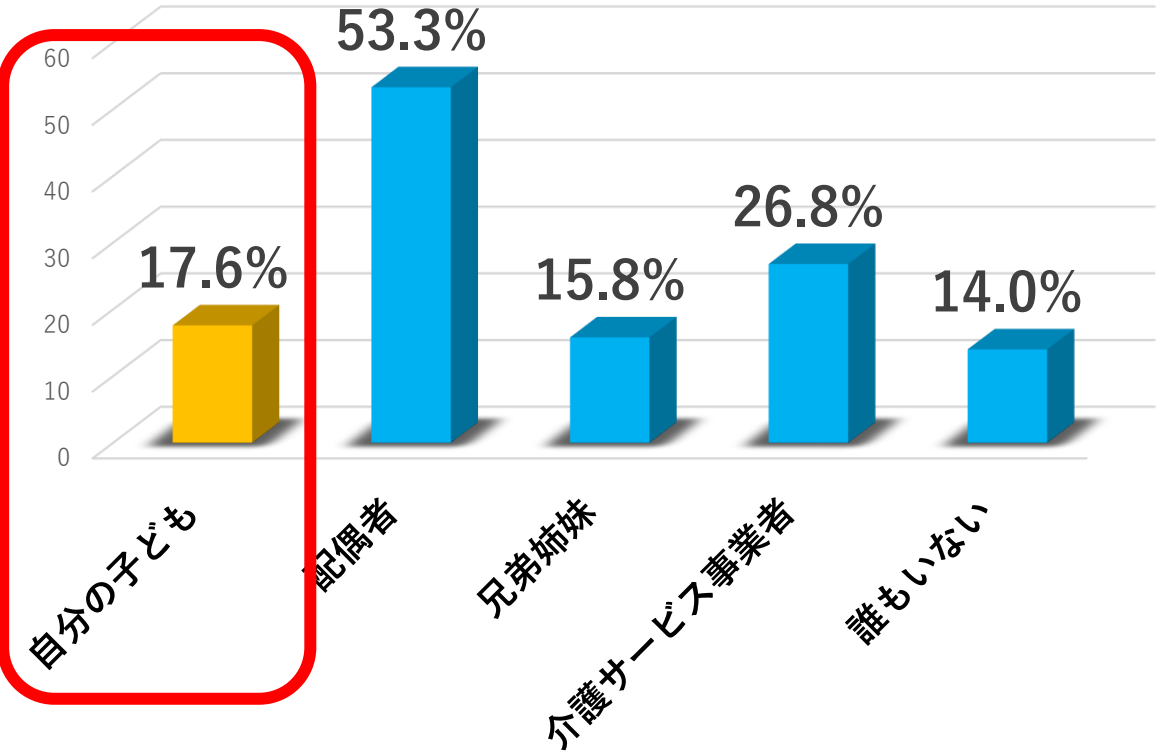
## 自分のための時間



緊急時などに代わりにケアをしてくれる人の有無  
【高齢者】



緊急時などに代わりにケアをしてくれる人の有無  
【障がい者】



緊急時などに代わりにケアをしてくれる人として、自分の子ども(ヤングケアラー)と回答している割合は、ケアを必要としている人が「高齢者」の場合25.7%、「障がい者」の場合17.6%となっていた。

※「誰もいない」人は、高齢者で約5人に1人、障がい者で約6人に1人となっている。

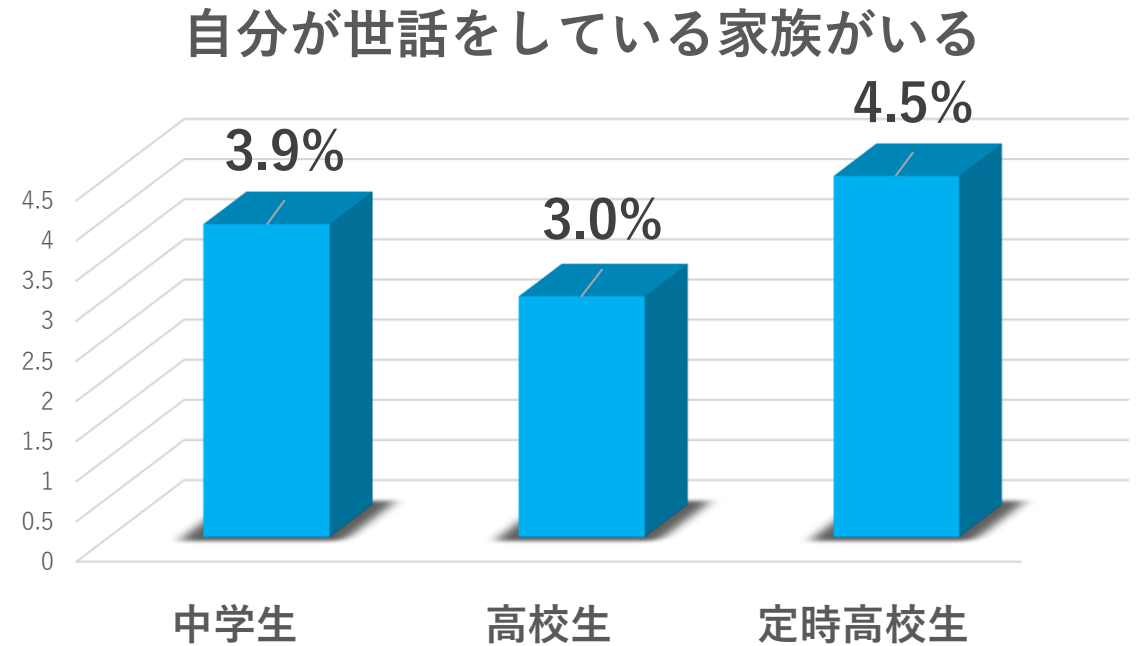
# 北海道におけるヤングケアラーの実態

## ヤングケアラー調査

- ◆期間:令和3年7月29日～8月27日
- ◆対象:札幌市立を除く道内の公立中学2年生及び公立高校2年生(全日制・定時制)
- ◆方法:各学校経由で調査を依頼し、道のウェイブサイト上で回答

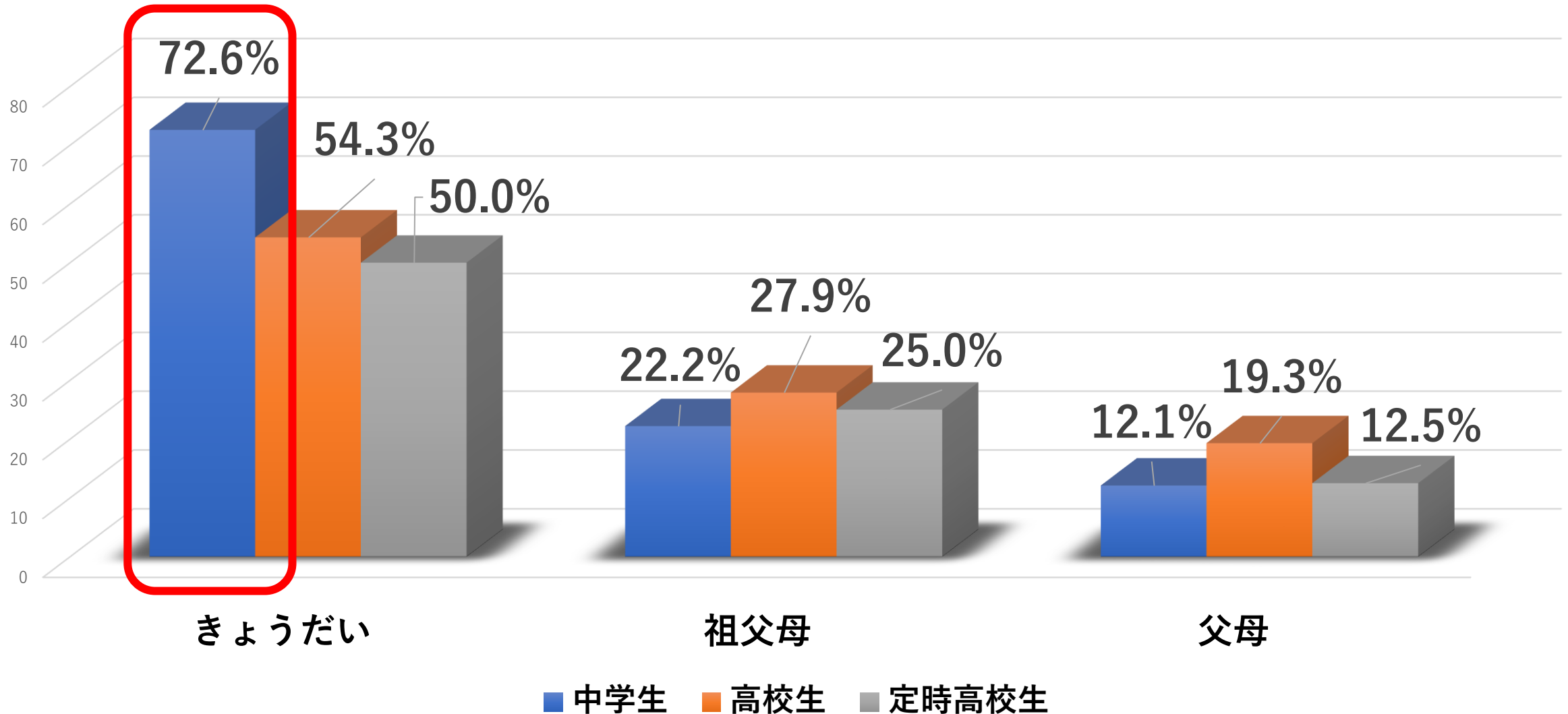
区分	調査票配付(対象)数	有効回答数	回収率
生徒	約5万人	11,231人	約22%
学校	691校	561校	81.2%

自分が世話をしている家族がいると回答した人の割合は、中学生で3.9%、全日制高校生で3.0%、定時制高校生で4.5%で、**概ね4%で25人に1人がヤングケアラー**であった。



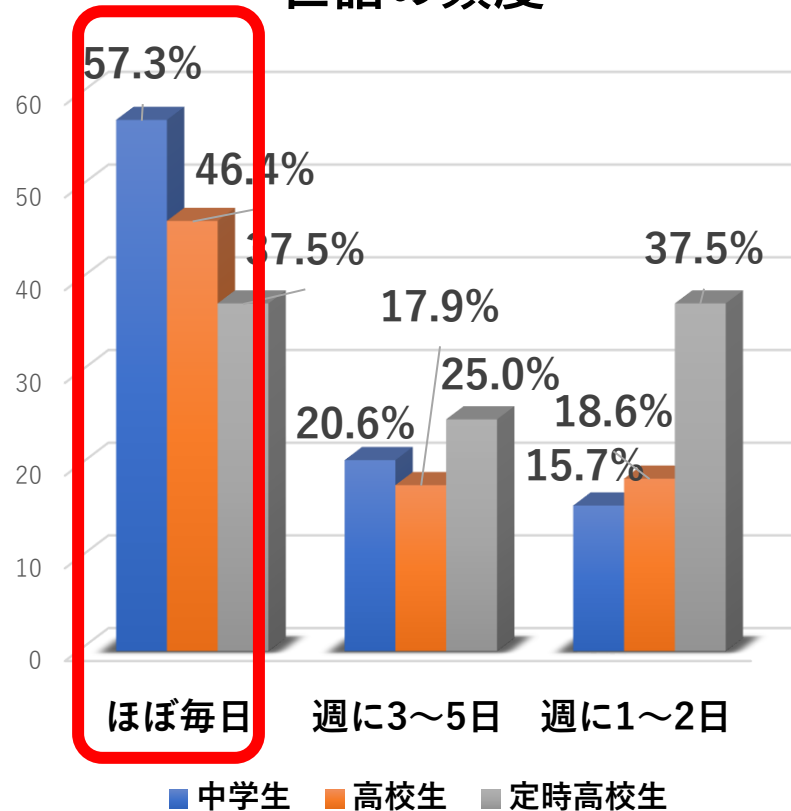
参考:札幌市] 中学生(4.3%) / 高校生(4.1%)

# 世話をしている家族の状況等



自分が世話をしている家族との続柄は、「きょうだい」が最も高いが、年齢が上がることで「祖父母」「父母」の割合が上がっている。

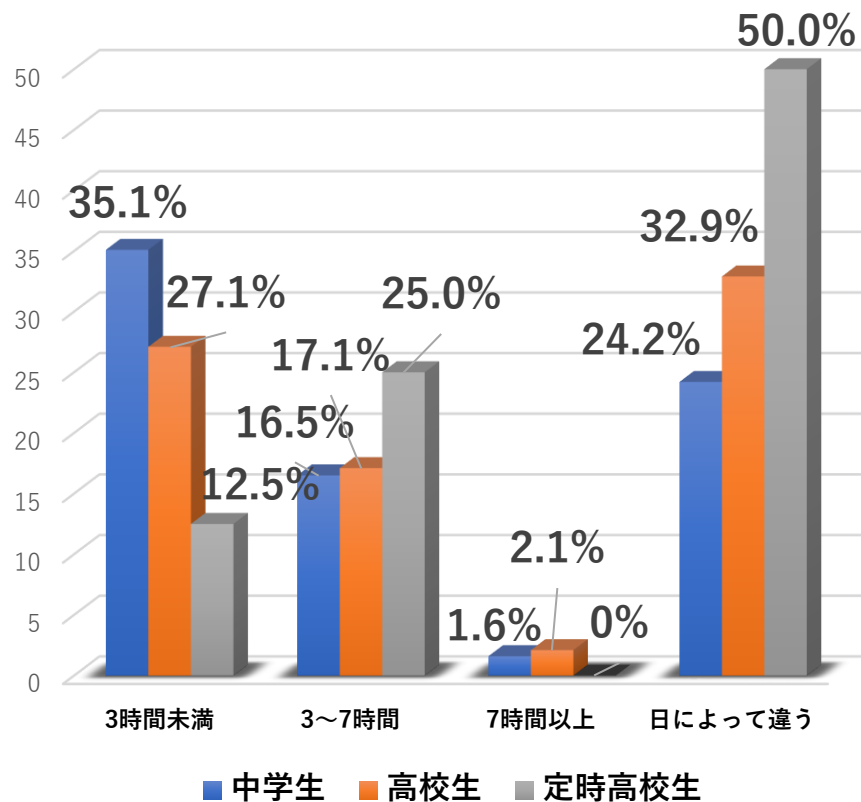
## 世話の頻度



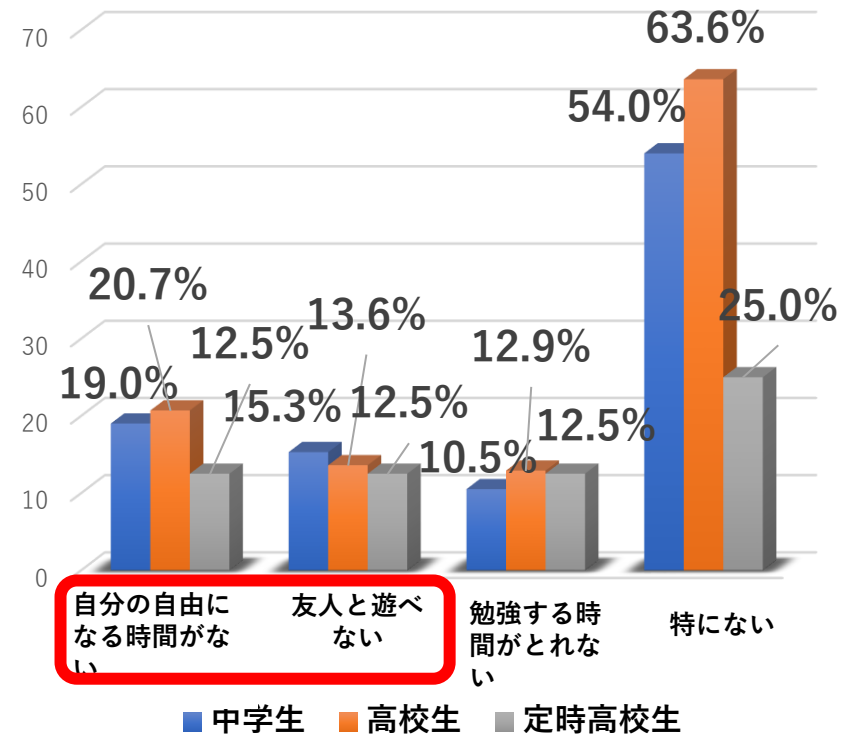
世話の頻度は、中学生の約6割、全日制高校の約5割が「ほぼ毎日」と回答している。定時制高校は世話の頻度が様々である。

1日あたりの世話にかかる平均時間は、中学生では「3時間未満」、高校生では「日によって違う」割合が高いが、全体として「3時間以上」も約2割となっている。

## 1日あたりの世話にかかる平均時間



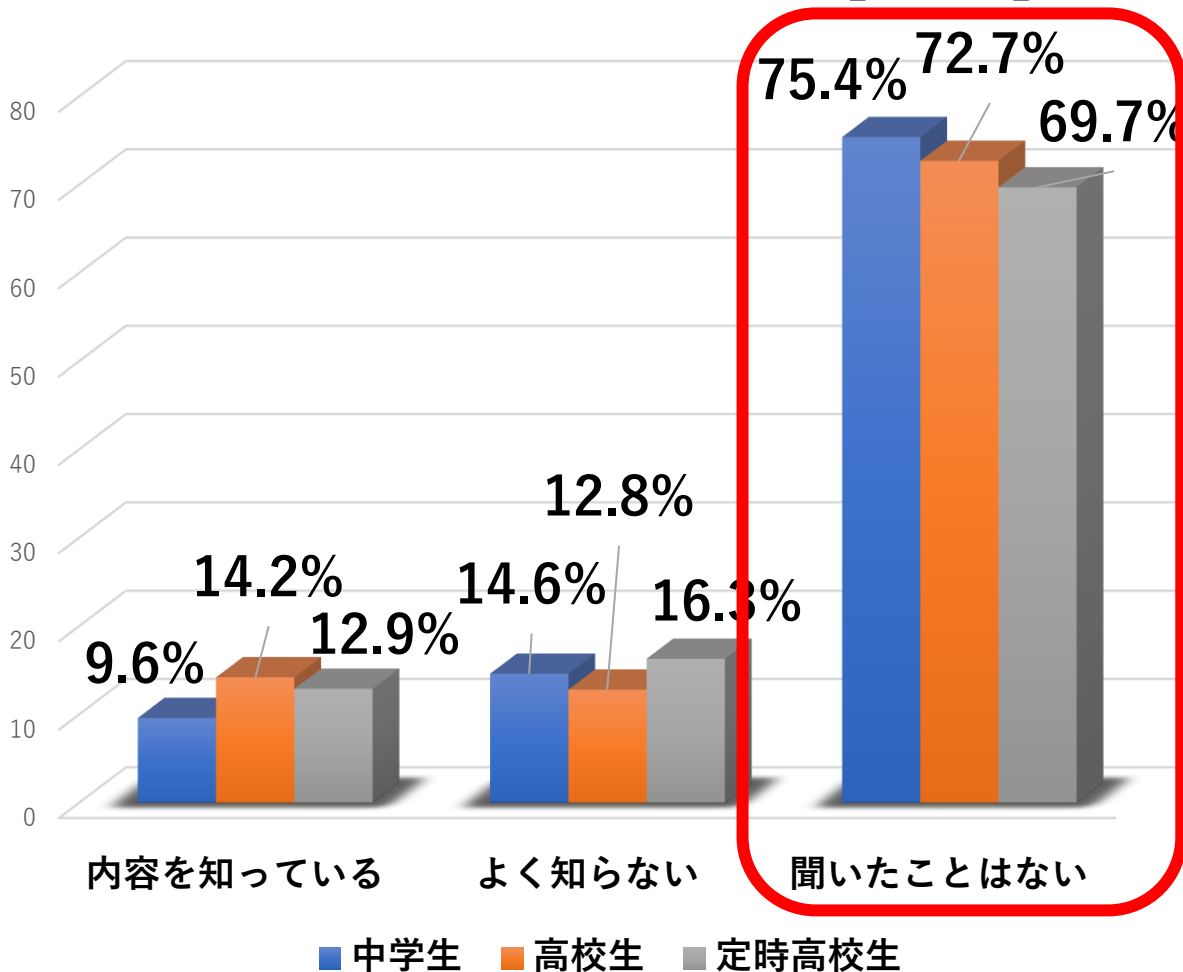
## 学校生活への影響等



「特にな」が最も高くなっているが、「自分の自由になる時間がない」が約2割、「友達と遊べない」と「勉強する時間がとれない」が各1割強となっている。



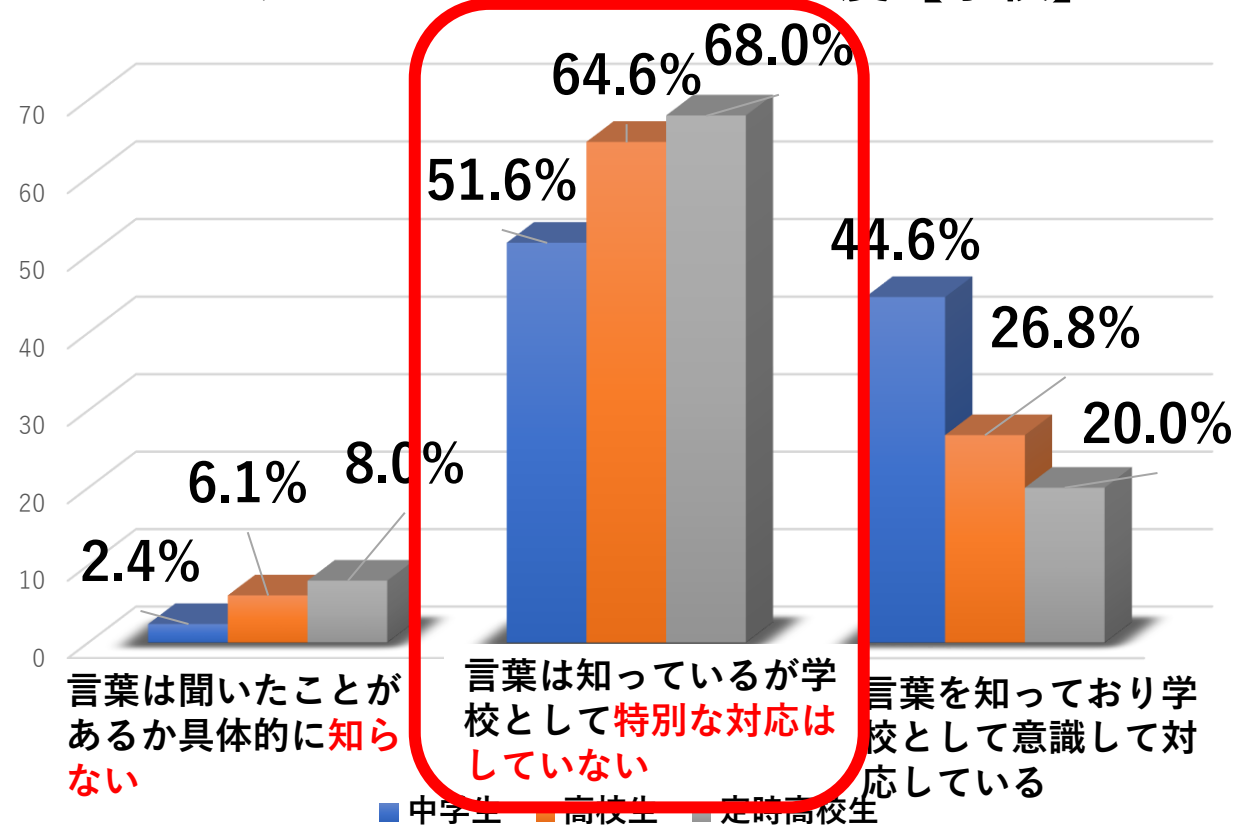
## ヤングケアラーの言葉の認知度【子ども】



ヤングケアラーについて9割の人が「よく知らない」「聞いたことはない」と回答している。

「言葉は知っているが学校として特別な対応はしていない」が学校全体で約6割最も高く、「意識して対応している」は中学校で4割強、高校では約2割となっている。

## ヤングケアラーの言葉の認知度【学校】



# 障害児の親と仕事と子育て・ケア～ヤングケアラー生む

## 政府の取組み

昭和女子大学 現代ビジネス研究所研究員 美裏 幸子氏

保育園、放課後児童クラブ(学童保育)の待機児童解消に取組み、その子育て支援は「全ての子ども」を対象

- ※障害児は一般的な子育て支援に加えて、専門的な支援を受けられることになっている
- ※ただし、障害児支援は親の就労支援を目的に含まない

## 現実

障害を理由に保育園、学童保育に入れない子どもたちがいる

- ※学童保育での障害児の受入れ率は50%台
- ※入れた場合でも「手がかかる」と早めの迎えや欠席を促される
- ※合理的配慮が得られず利用を控える
- ※障害特性から学童保育が合わなかったりする子供もいる

- 未就学児が対象の「児童発達支援」では付き添いが求められることが多い
- 小中高生の放課後や夏休みの「放課後等デイサービス」は学童保育より学校休業日の活動時間が短いところが多い

## 親が働いている場合

見守りを伴う留守番が必要に

きょうだいが担えばヤングケアラーを生む

## 目的（第1条）

ケアラーへの支援に関し、基本理念を定め、道の責務並びに道民、事業者、関係機関及び支援団体の役割を明らかにするとともに、道の施策の基本となる事項を定めることにより、ケアラー支援に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって全てのケアラーとその家族等が孤立することなく健康で心豊かな生活を営み、将来にわたり夢や希望を持って暮らすことができる地域社会の実現を目指す。

## 定義（第2条）

- (1) ケアラー 高齢、障がい、疾病その他の理由により援助を必要とする家族、友人その他の身近な人に対し、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者
- (2) ヤングケアラー ケアラーのうち、18歳未満の者
- (3) 関係機関 介護、障がい者及び障がい児の支援、医療、教育、児童の福祉等に関する業務を通じて日常的にケアラーに関わり、又は関わる可能性がある機関
- (4) 支援団体 地域で組織された団体その他の団体であって、ケアラー支援を行うもの

## 基本理念（第3条）

- (1) ケアラー個人の尊重、孤立の防止
- (2) ケアラーの年齢や状況に応じた適切な支援
- (3) 道、市町村、道民、関係機関等が連携した支援
- (4) 家族（要介護者）とケアラーへの一体的な支援
- (5) 子どもの権利・利益の尊重、教育の機会確保

## 道の責務、道民・関係機関等の役割（第4-9条）

- (1) 地域の実情に応じた施策の実施・市町村への支援
- (2) ケアラー支援の必要性の理解、行政・各機関の連携
- (3) 従業員の勤務への配慮・必要な支援
- (4) 業務を通じたケアラーへの支援の必要性の把握・支援

## ケアラー支援に関する基本的施策（第10-15条）

### 推進計画の策定

ケアラー支援を総合的かつ計画的に推進



- (1) 普及啓発による道民理解の促進
- (2) ケアラーの早期発見及び相談の場の確保
- (3) ケアラーを支援するための地域づくり

## 【条例制定の意義】

ケアラーを要ケア者に対する**介護力**ではなく、**一人の個人として尊重**し支援すべき存在である旨を明らかにするとともに、道の責務並びに道民、事業者、関係機関及び支援団体の役割などを定めたところ。

## 【条例制定による効果】

- ①個人や事業者、関係機関、支援団体等の**目指す方向**を定め、**認識を共有**した上で、一体となって支援に取り組むことができる。
- ②誰もがケアラーの立場になりうることを踏まえ、**住民一人ひとりの意識が醸成**される。
- ③ケアラー支援の取組が一時的なものに終わることなく、**継続的**となる。

# ケアラーの4つの特徴

## 特徴1 「介護は家族」に縛られている

介護は家族がすべきという考え方に縛られて、支援を求めたら「家族なのに介護をするのを嫌がっていると思われるのでないか」という心配から、SOSを出せず孤立する傾向があります。

## 特徴2 ケアラーが支援の必要性に気づかない

客観的にみると支援が必要な状態であるにもかかわらず、「特徴1」の考え方を背景として、家族が介護をして当然だからと、体調が悪くても助けを求めることすら考えつかないケアラーが多くいます。

## 特徴3 誰に何を相談したらいいかわからない

誰にとっても初めての経験となる介護は突然始まり、わからないことばかりです。そのうえ、制度は複雑になっており、介護に関連する大きな変化にどうにか対応しようと精一杯の状況で、誰に何を相談していいのが困ってしまいます。

## 特徴4 将来の見通しがもてない

何歳になったらだいたいこうなるだろうといった予測ができる育児と違って、介護はあまりに多様です。そのため、将来の見通しがもてない、あるいはもちにくい傾向があります。

# ケアラー支援とはケアラーの人生を支援することです

## 「ケアラーの人生」のための支援を

ケアラーが心身ともに健康であること、働くことや学ぶこと、遊ぶことや人生を楽しむことなどの、健康で文化的なあたりまえの社会生活やその人らしい人生を送れるようにすることが、ケアラー支援の目的です。無理なく介護を続けることや介護以外の人生を選択することも含め、ケアラー自身の人生をあきらめることなく生活ができ、その質を高めるための支援が必要です。

## 多様なケアラーへの支援を

ケアラーがケアする相手は、認知症だったり、病気だったり、障害をもっていたり、事故の後遺症だったり、薬物中毒やアルコール中毒や引きこもりなどいろいろな理由があります。どんな理由であっても、ケアする人の大変さは変わりません。「ケアラー支援」の対象は、子どもから高齢者まで多世代にわたる、多様なケアラーなのです。

## ケアラーを孤立させない支援を

ケアラーの多くは、自分自身をケアラーと認識していません。ケアラーは、SOSを出しにくく、人知れず自らを追い詰めてしまい、社会的に孤立しがちです。ケアラーを孤立させないためには、ケアラーを社会的に認知し、ケアラーの抱える問題・課題を認識し、相談しやすい環境を整備することやアウトリーチによる声かけや相談・情報提供など、包括的に支援の届きやすい体制整備が欠かせません。

## ヤングケアラー・若者ケアラーへの支援を

障害のある兄弟姉妹をケアしていたり、病気の親をケアしていたり、認知症の祖母・祖父をケアしているという例が少なからずあります。多くのヤングケアラーは、声をあげることもなく、大人たちはヤングケアラー・若者ケアラーがいることに気づかず、彼らが家族のケアのために学業や就業、子ども・若者らしい生活やその将来を犠牲にしているという実態があります。

# 元ヤングケアラーの声(各ステージにおける気持ち)

小学生の時

介護＝良いことをしている…という気持ちでいたのですが、精神的につらいとかはなかった

中学生の時

小学生の時と同じ気持ちで介護していたので、精神的つらさはなかった

高校受験や大学受験の時、勉強の時間をさきたかったが祖母の介護に時間を割り当てなければならなかった。

高校生の時

「やっぱり回りとは違うなあ」と疑問に思うことが出てきた。

塾に行っている人、行っていない人では違うという気持ちを持った。

部活に入ったが活動日数の多い部活には入れないと考えて、週2回のクッキング部に入り、作ったものをタッパーに入れて持ち帰り祖母と食べることができることも理由となった。  
部によって友達関係も変わったと実感した。

放課後に友達と遊べない。まっすぐ帰って、祖母の世話、ご飯づくり、服薬管理もした。

大学生の時

大学2年までアルバイトもできなかった。(親からはお金が必要なら言っただけとは言われていたが)自分で自由に使えるお金がない。

遊びに行く時間もない。  
好きな人とデートに行くこともできなかった。

# ケアラー支援で安心社会を

誰もがケアを受ける側かケアラーになる時代です。ケアラーを社会的に放置すれば、教育や雇用機会の喪失、経済的逼迫や困窮リスクの増大、社会不安の増大など、社会的・経済的影響ははかり知れません。将来の社会保障コスト・社会的リスクも大きくなり、社会の支え手の減少をも招きます。ケアラーを社会的に支えることは、持続可能で安心な社会をつくることにつながります。ケアラーへの社会的支援は不可欠です。



## 都道府県・市町村に求める支援

ヤングケアラー・若者ケアラーの教育と子ども・若者らしく過ごせる生活を保障するため、ヤングケアラー・若者ケアラーの抱える問題について、教職員や行政職員、専門職、市民等への啓発・情報提供、研修の実施など、周知をはかる。ヤングケアラーの実態について調査し、子どもが健やかに成長できる支援体制をつくる。



## 子どもや若者が、家事や家族の介護を担い、家族を支えることは将来的役に立ち、人間性を育てるのでは…

家事や介護のお手伝いは、子どもの経験や成長につながることもあります。しかし、ヤングケアラーの子どもは、経験や成長という範囲を超えて、要介護家族のために毎日家事や直接的なケアに時間をとられ、授業を欠席・遅刻、学業の遅れが生じたり、友達との遊びや部活動などができないなど、学校生活への影響から同年代の子どもらしい生活ができないこともあります。「家族のためにがんばっていて偉いね」などの声かけは、子ども達が「辛い、しんどい、誰かに聞いてほしい」という思いを口にすることをためらわせます。子ども自身の辛さに寄り添うサポートが必要です。



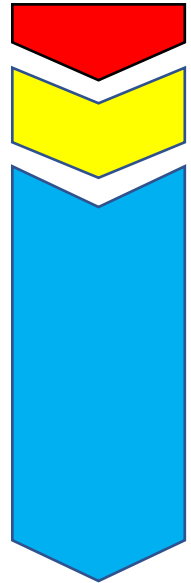
# ケアラー支援の考え方

日本におけるケアラー支援の典型は、ショートステイと介護者慰労金等です。

ショートステイも、「利用者の心身の機能の維持ならびに利用者の家族の身体的及び精神的負担の軽減を図るもの」とされているが、ケアプラン上は、あくまでも、ケアラーの休養は利用者のプラスになるために認められている。

ケアラー支援を目的というより、要介護者を支援することで間接的にケアラーを支援するものといえる。

## ○ケアラー支援を考えるケアラーのとらえ方



▽ケアラーを要介護者を援助する資源とみなす

▽ケアラーを要介護者にサービスを届けるための協力者とみなす

▽ケアラーが社会生活と介護責任の両立を図るため、ケアラーと要介護者を切り離してとらえ、ケアラーを要介護者のケア計画を定めるにあたっての調整の相手とみなし、計画策定過程に参画を求める

▽ケアラーを独立した個人として、自らふさわしい支援を請求できる権利の持ち主であるとみなす

# ケアラー支援の目的について

そもそも、誰もが「尊厳のある個人」として、その生き方（ワーク・ライフ・バランス）を自己決定できる存在として正当に評価される「権利」を有している。

経済的・肉体的・精神的負担のすべてを介護者自身に負わせたまま介護者が社会的に排除されてきた状態こそが問題である。

## ケアラー支援の4つの目的

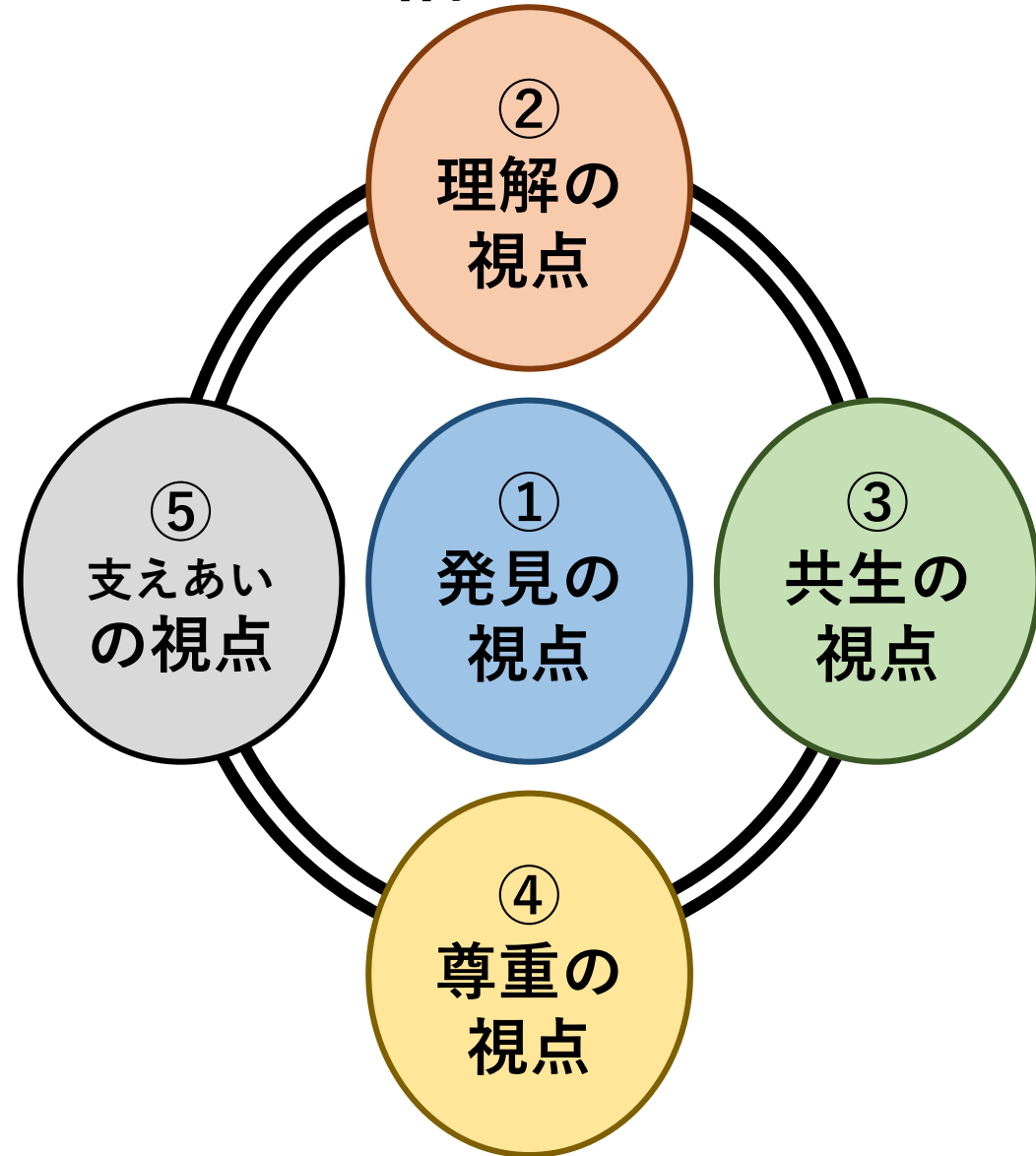
- ① 介護される人、する人の両当事者がともに尊重される
- ② 無理なく介護を続けることができる環境を醸成・整備する
- ③ 介護者の社会参加を保障し、学業や就業、趣味や社交、地域での活動などを続けられるようにする
- ④ 介護者の経験と、人々の介護者への理解と配慮がともに活かされる社会（地域）をつくる

## ケアラー支援のポイント

- ① ケアラーのことを「わかってあげる」
- ② ケアラーじゃない部分と関わる

# ケアラー支援の仕組みづくりのための5つの視点

## 《5つの輪》



## 《ケアラー支援の5つの視点》

①発見の視点	まずあなたのまちのケアラーを知るためにていねいな調査をすること
②理解の視点	ケアラーの実情をしっかりと把握し、どんな支援が望まれているか理解すること
③共生の視点	ケアラーにとっていちばんの危機は社会的な孤立であることを認識すること
④尊重の視点	介護する人の、市民・社会人としてあたりまえの生活を尊重する姿勢が必要であること
⑤支えあいの視点	支えあいを望む多くの市民の力を信じてケアラー支援の仕組みをつくること

# ヤングケアラー・若者ケアラーの支援

- ◇ヤング・若者ケアラーの発見
- ◇ケアラーアセスメント
- ◇安心して話せる場の提供
- ◇教育支援、就労支援の提供
- ◇支援サービスへのアクセスを支援・改善
- ◇新規支援サービスの開拓
- ◇ヤングケアラーから若者ケアラーへの移行支援

☆各分野でできることを持ち寄り、協働することが大切

# ヤングケアラー・若者ケアラーの支援

## ◆早期発見が大切

- ・お手伝いのレベルから徐々に、重度化、深刻化することも多い。  
⇒早い段階で発見し、見守ることが大切。  
⇒不登校、虐待などの大きな問題になる前に、支援につなげること。

## ◆若者ケアラーが感じている制限

- ・進学の機会・選択・就職の機会・選択・学習時間・勤務時間
- ・介護の社会的評価・恋愛・結婚・出産の機会

## ☆ライフステージにあった支援が必要

## ◆どんな支援が欲しかったか

- ・同世代の仲間・自分のことを話せる・相談できる大人
- ・家族全体への支援やサービス・ケアラーの生活が保障されること
- ・介護経験が社会的に評価されること

## ヤングケアラーの実態

～「お母さん、あのね」と甘えたことがない

～「家族のために」が、「家族のせいで」と  
ピュアな気持ちが出がんでいった

～ぼくが本当に欲しかったのは、  
ぼくと祖母の幸せが両立できる生活だった

**本人と家族への支援を必要としている**