

# ケアラー実態調査結果

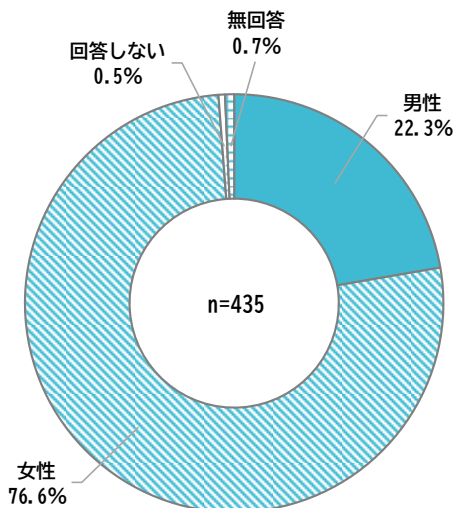
## ①高齢者をケアしている方

令和7年(2025年)11月  
北海道保健福祉部福祉局

## 問1 ケアをしているあなた自身のことを教えてください。

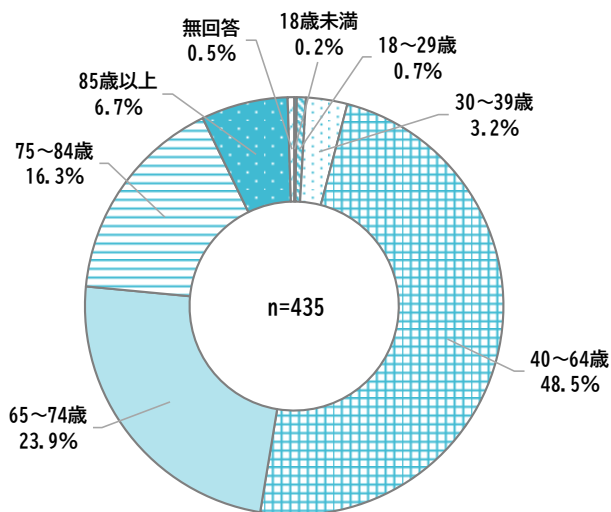
### (1) あなたの性別を教えてください。

ケアラー本人の性別をみると、「女性」が76.6%、「男性」が22.3%であった。



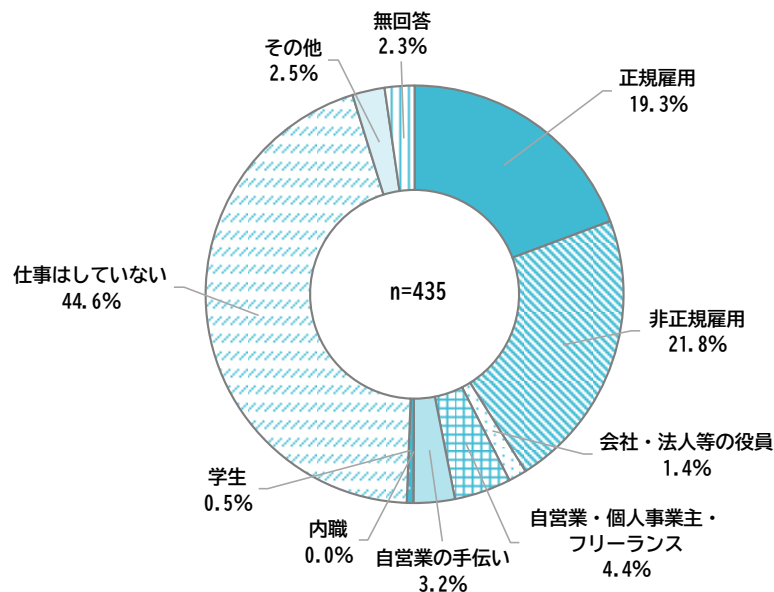
### (2) あなたの年齢は何歳ですか。(令和7年4月1日時点)

ケアラー本人の年齢をみると、「40～64歳」が48.5%で最も高く、次いで「65～74歳」が23.9%であった。



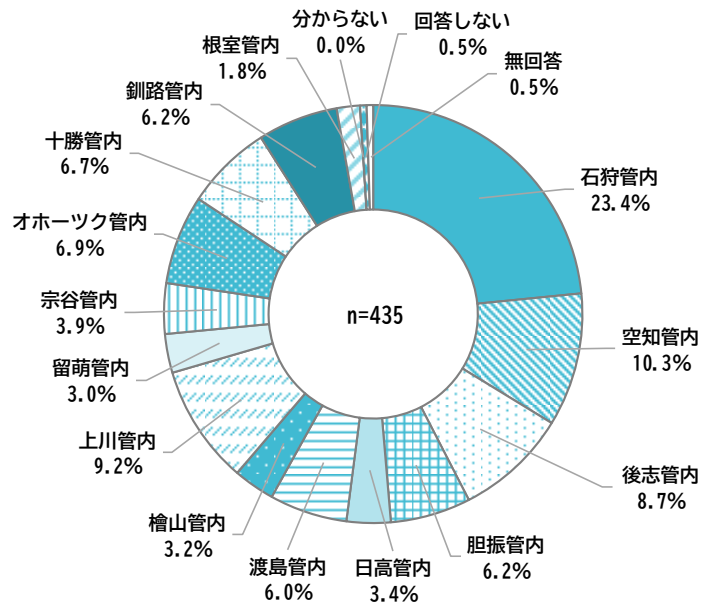
(3) あなたの就業形態（主なお仕事）について教えてください。

ケアラー本人の就業形態をみると、「仕事はしていない」が44.6%で最も高く、次いで「非正規雇用」が21.8%であった。



(4) あなたが、お住まいの地域はどこですか。

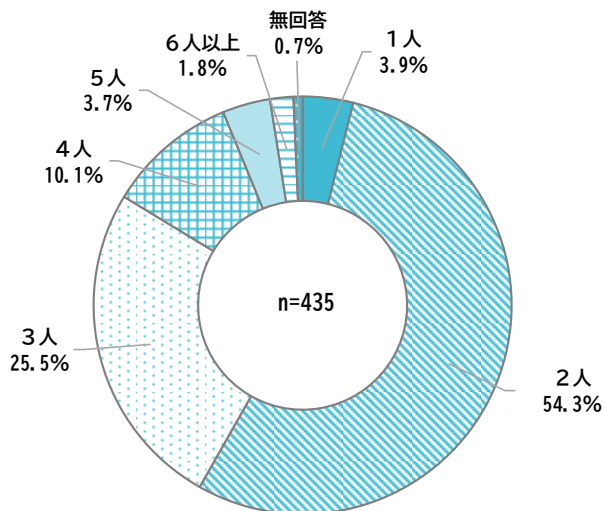
ケアラー本人の居住地域をみると、「石狩管内」が23.4%で最も高く、次いで「空知管内」が10.3%であった。



## 問2 あなたの家族のことを教えてください。

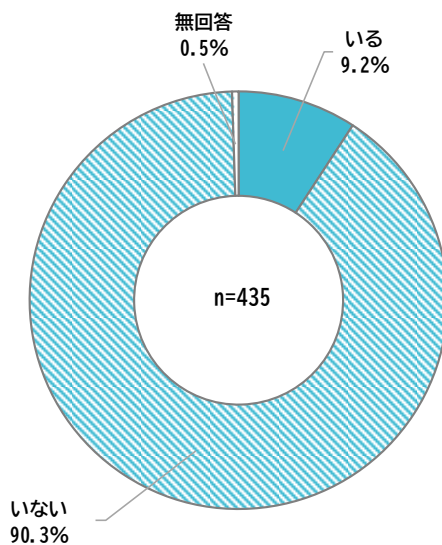
### (5) あなたは、何人世帯ですか。

世帯人数をみると、「2人」が54.3%で最も高く、次いで「3人」が25.5%であった。



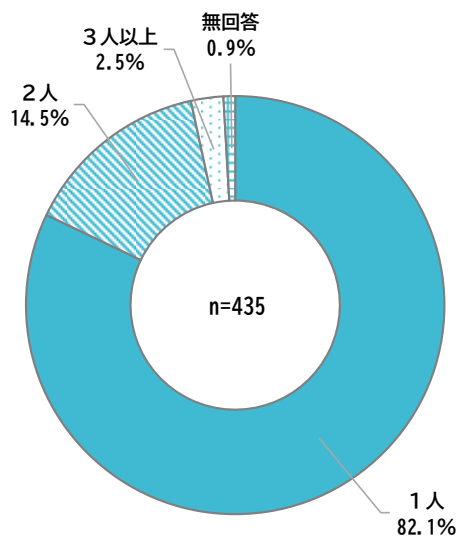
### (6) あなたには、同居している18歳未満のお子さんはいますか。

同居している18歳未満のこどもは、「いる」が9.2%、「いない」が90.3%であった。



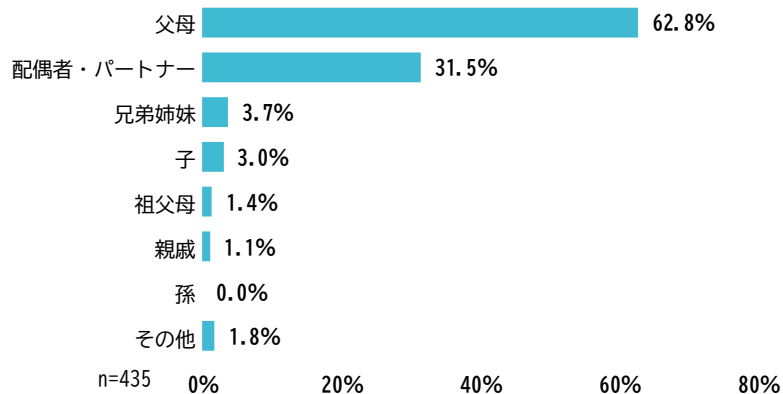
(7) あなたが、ケアをしている人は何人いますか。(高齢、障がい、疾病等を問いません)

ケアをしている人数をみると、「1人」が82.1%で最も高く、次いで「2人」が14.5%であった。



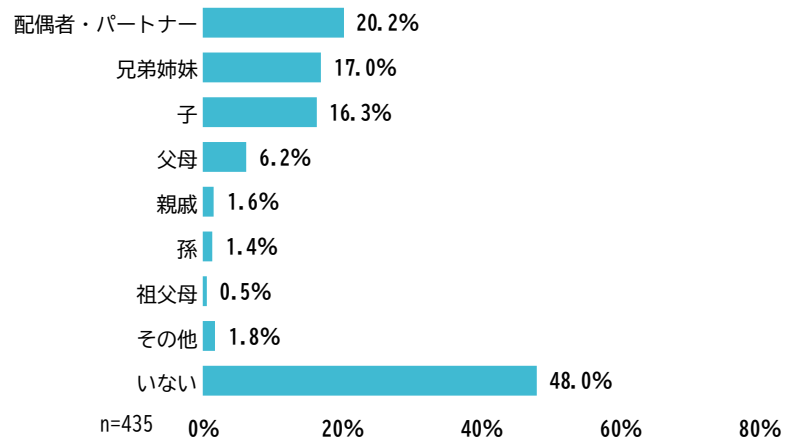
(8) あなたから見て、その人はどのような関係ですか。(いくつでも)

ケアをしている人の関係をみると、「父母」が62.8%で最も高く、次いで「配偶者・パートナー」が31.5%であった。



(9) あなたには、日常的にケアを分担してくれる人はいですか。(いくつでも)

日常的にケアを分担してくれる人の状況を見ると、「いない」が48.0%で最も高く、分担してくれる人がある場合、「配偶者・パートナー」が20.2%で最も高かった。

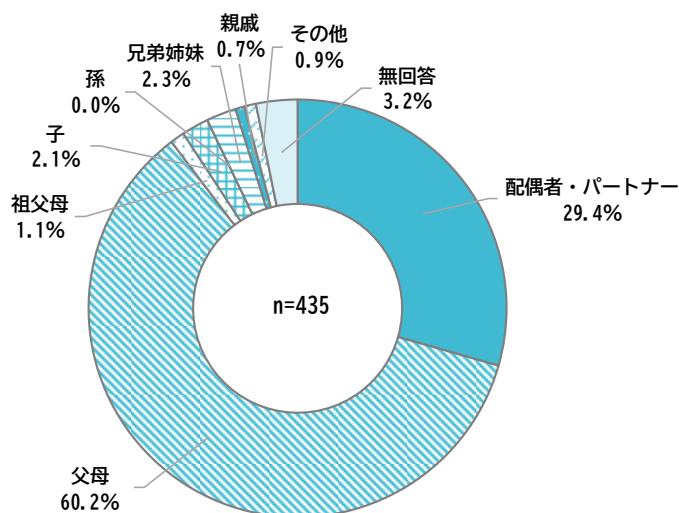


### 問3 あなたがケアをしている人のことを教えてください。

※ケアが必要な人が2人以上いる場合は、ケアが一番必要な人

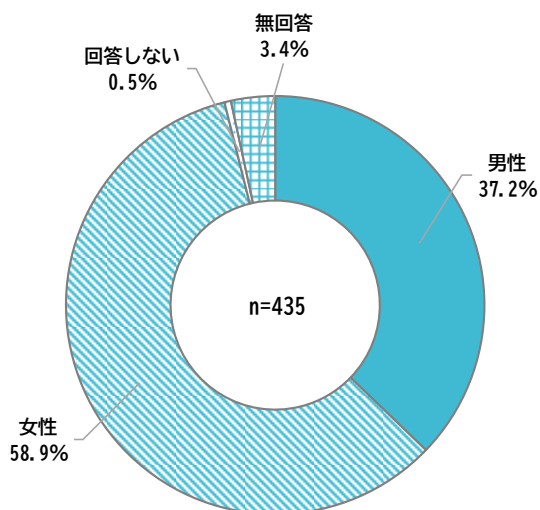
#### (10) あなたから見て、ケアをしている人はどのような関係ですか。

ケアしている人の関係をみると、「父母」が60.2%で最も高く、次いで「配偶者・パートナー」が29.4%であった。



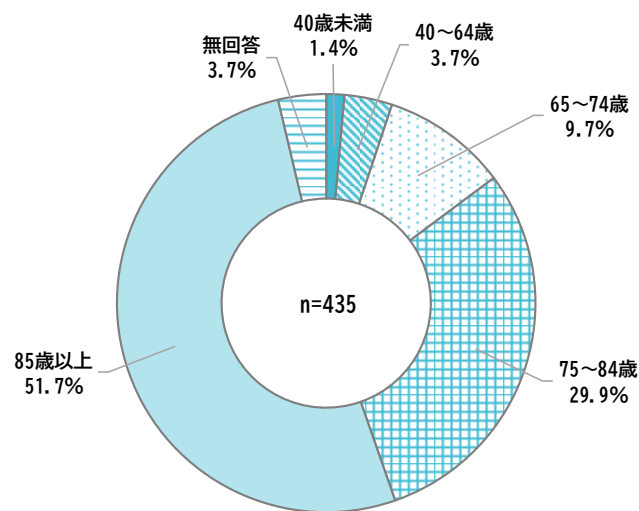
#### (11) その人の性別を教えてください。

ケアをしている人の性別をみると、「男性」が37.2%、「女性」が58.9%であった。



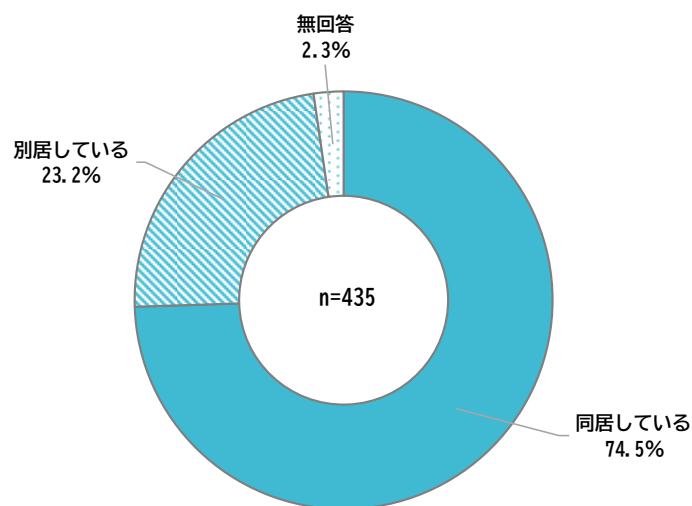
(12) その人の年齢は何歳ですか。(令和7年4月1日時点)

ケアを必要としている人の年齢をみると、「85歳以上」が51.7%で最も高く、次いで「75～84歳」が29.9%であった。



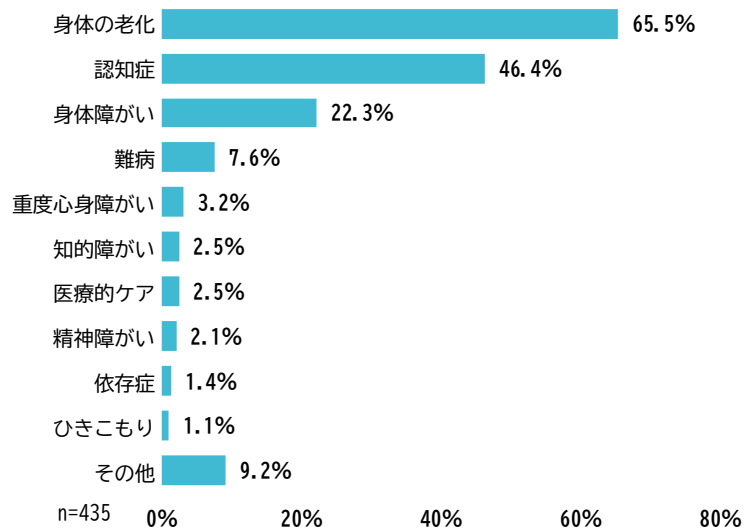
(13) あなたは、あなたがケアをしている人と同居していますか。

ケアしている人との同居・別居の状況をみると、「同居している」が74.5%で、「別居している」が23.2%であった。



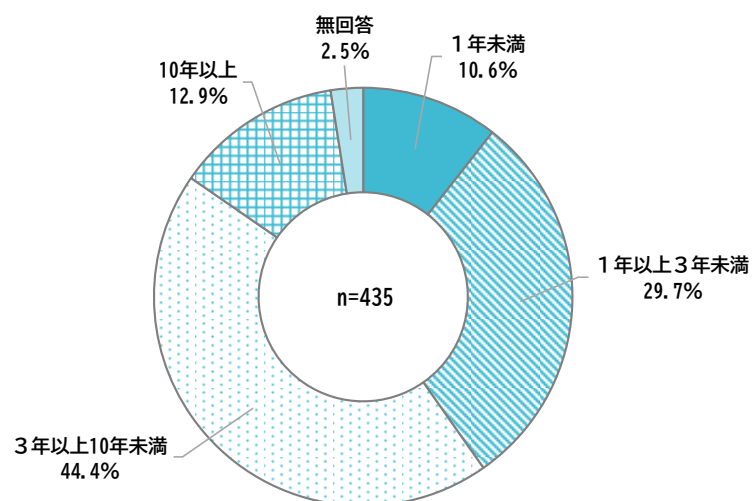
(14) その人にケアが必要な理由は何ですか。(いくつでも)

ケアが必要な理由をみると、「身体の老化」が65.5%で最も高く、次いで「認知症」が46.4%であった。



(15) あなたは、何年くらいその人のケアをしていますか。(令和7年4月1日時点)

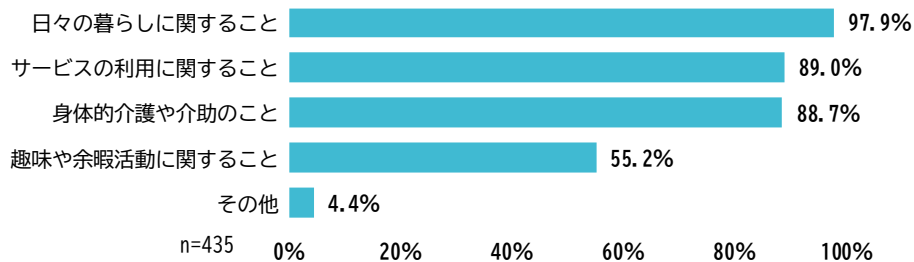
ケアの期間をみると、「3年以上10年未満」が44.4%で最も高く、次いで「1年以上3年未満」が29.7%であった。



(16) あなたが、ケアをしている内容は何ですか。(いくつでも)

【分類別】

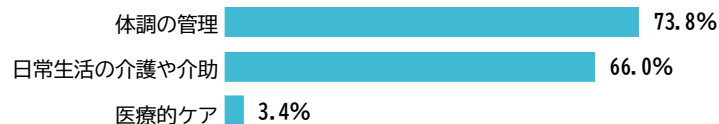
ケアの内容を分類別にみると、「日々の暮らしに関すること」が97.9%で最も高く、次いで「サービスの利用に関すること」が89.0%であった。



【選択肢別】

ケアの内容を選択肢別にみると、「家事の援助」が87.4%で最も高く、次いで「通院の介助」が83.4%であった。

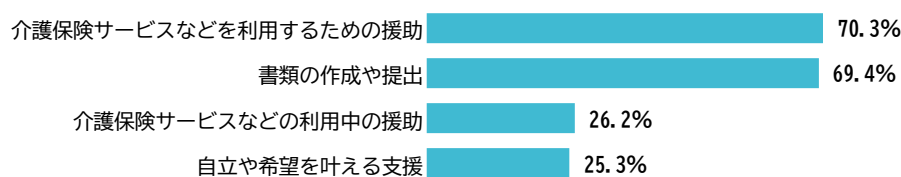
〈A 身体的介護や介助のこと〉



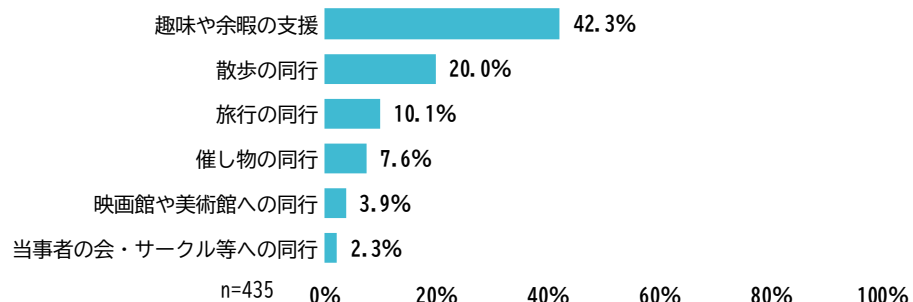
〈B 日々の暮らしに関すること〉



〈C サービスの利用に関すること〉

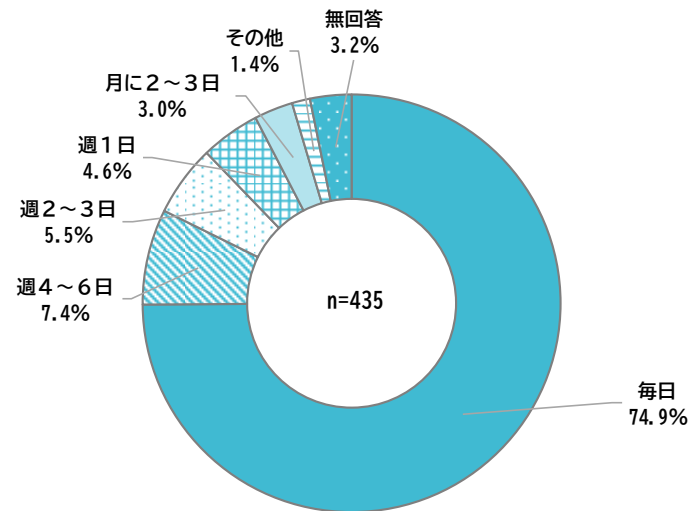


〈D 趣味や余暇活動に関すること〉



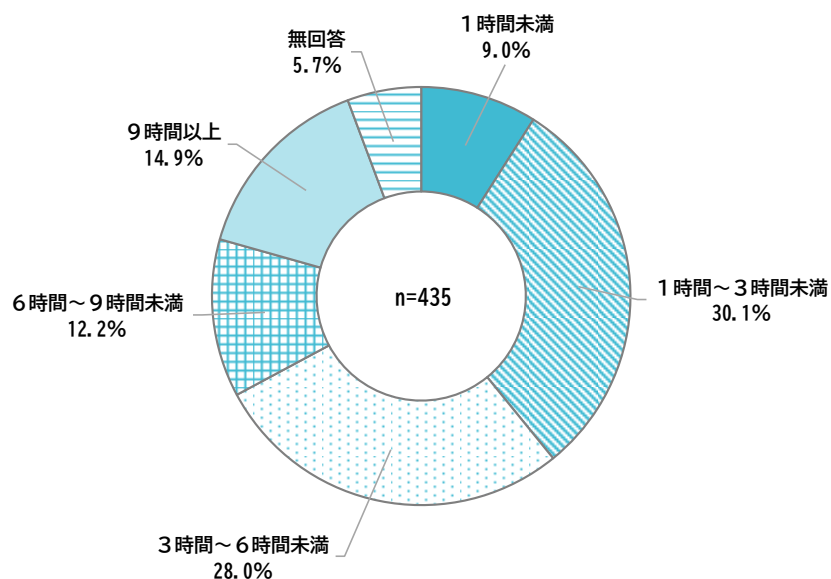
(17) あなたは、どのくらいの頻度でケアをしていますか。

ケアの頻度をみると、「毎日」が74.9%で最も高く、次いで「週4～6日」が7.4%であった。



(18) この1ヶ月の中で、ケアをする時間が最も多かった日は、どのくらいの時間（1日の合計）をケアにかけましたか。

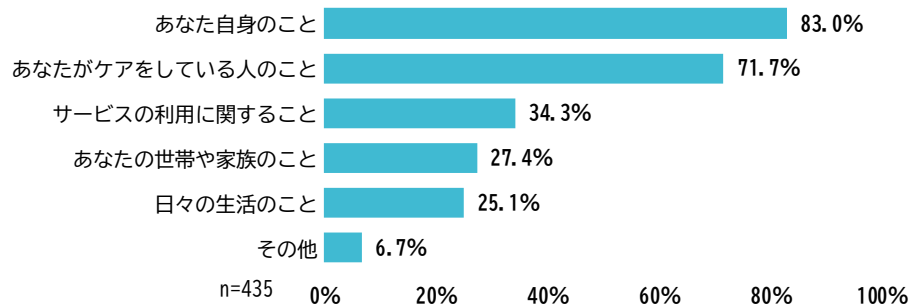
1日あたりのケアにかかる時間をみると、「1時間以上3時間未満」が30.1%で最も高く、次いで「3時間～6時間」が28.0%であった。



(19) あなたが、ケアで悩んでいることや、困っていることはありますか。(いくつでも)

【分類別】

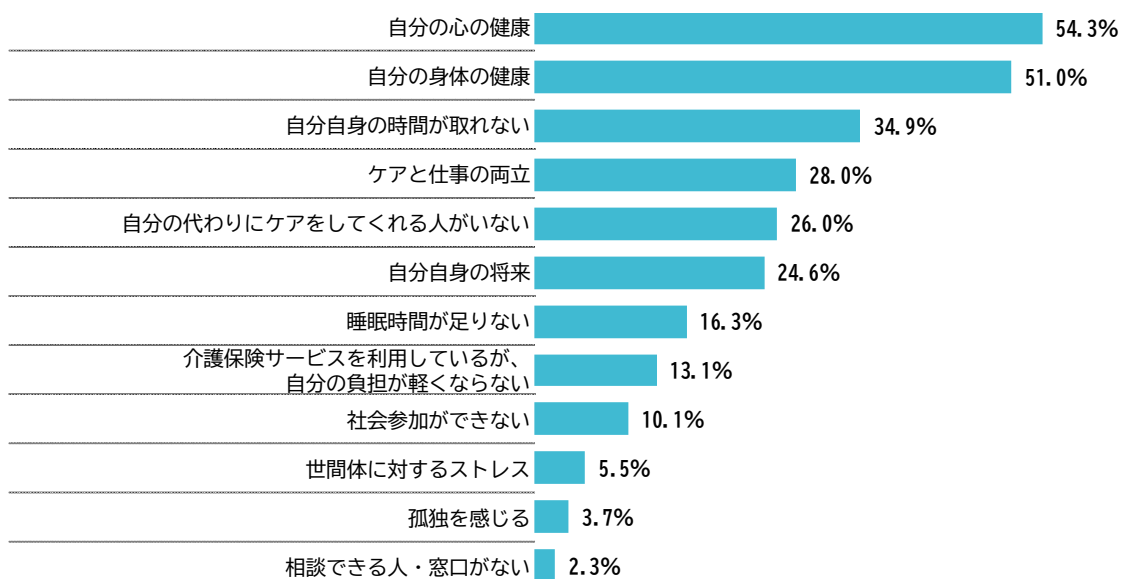
悩みを分類別にみると、「あなた自身のこと」が83.0%で最も高く、次いで「あなたがケアしている人のこと」が71.7%であった。



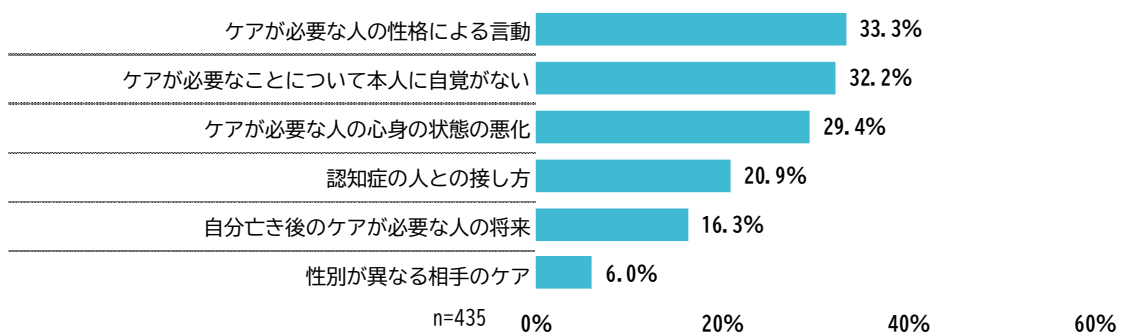
【選択肢別】

悩みを選択肢別にみると、「自分の心の健康」が54.3%で最も高く、次いで「自分の身体の健康」が51.0%であった。

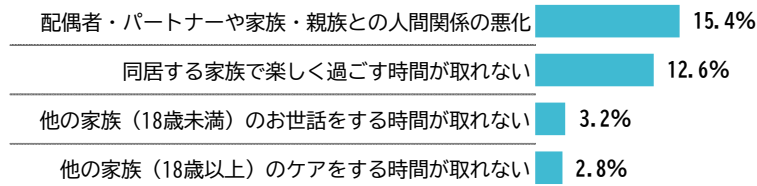
〈A あなた自身のこと〉



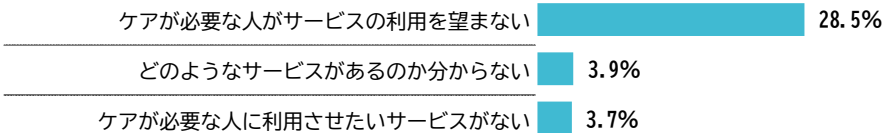
〈B あなたがケアをしている人のこと〉



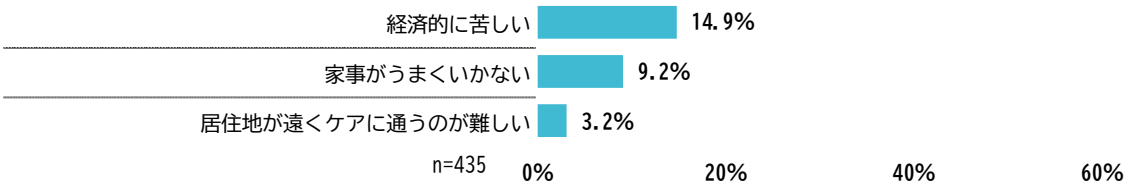
### 〈C あなたの世帯や家族のこと〉



### 〈D サービスの利用に関すること〉

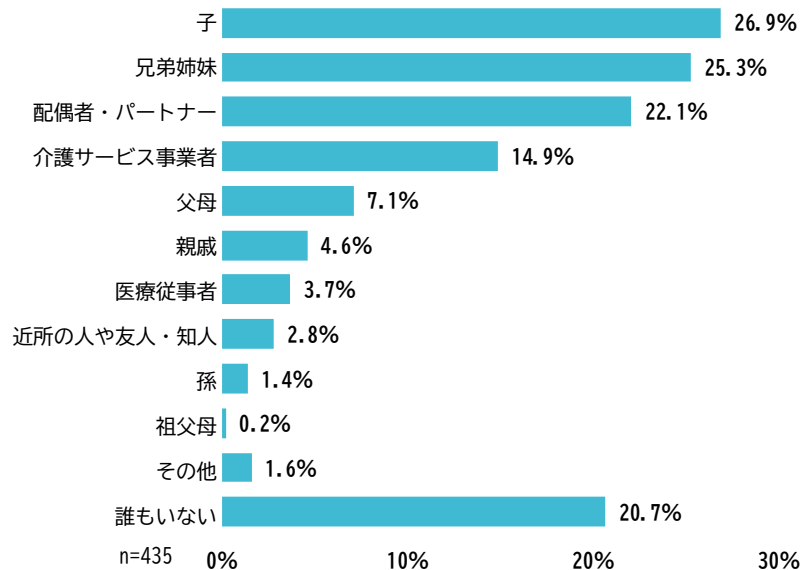


### 〈E 日々の生活のこと〉



(20) あなたが体調の悪い時など、あなたの代わりにケアをしてくれる人は誰ですか。  
(いくつでも)

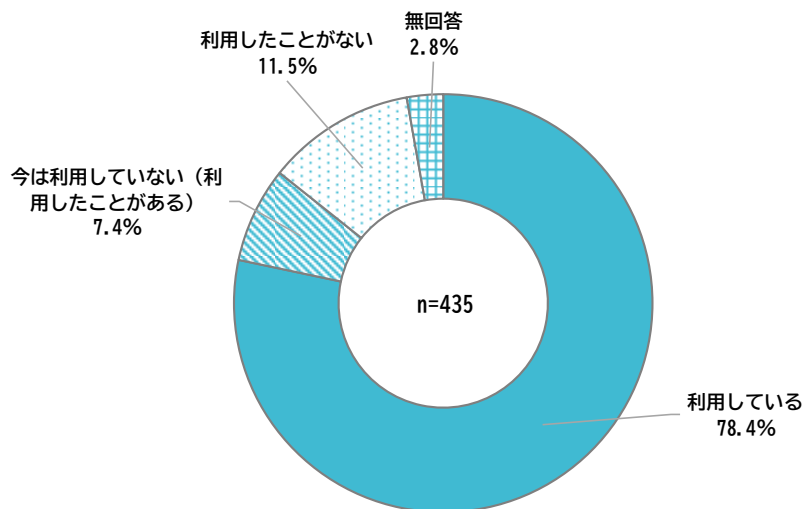
体調が悪い時など、代わりにケアをしてくれる人をみると、「子」が26.9%で最も高く、次いで「兄弟姉妹」が25.3%であった。



#### 問4 あなたがケアしている人のサービス（公的支援・制度）利用について教えてください。

- (21) あなたがケアをしている人は、介護保険サービスや医療サービスなどの公的支援を利用していますか。

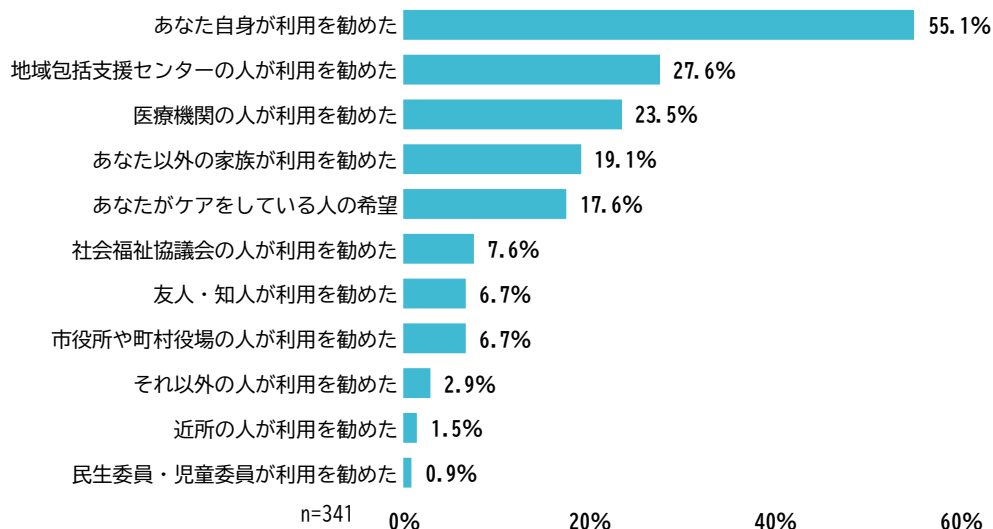
サービス利用の状況を見ると、「利用している」が78.4%で最も高く、次いで「利用したことがない」が11.5%であった。



- (22) サービスを利用するきっかけとなったのは、どのようなことですか。（いくつでも）

サービス利用のきっかけの状況を見ると、「あなた自身が利用を勧めた」が55.1%で最も高く、次いで「地域包括支援センターの人が利用を勧めた」が27.6%であった。

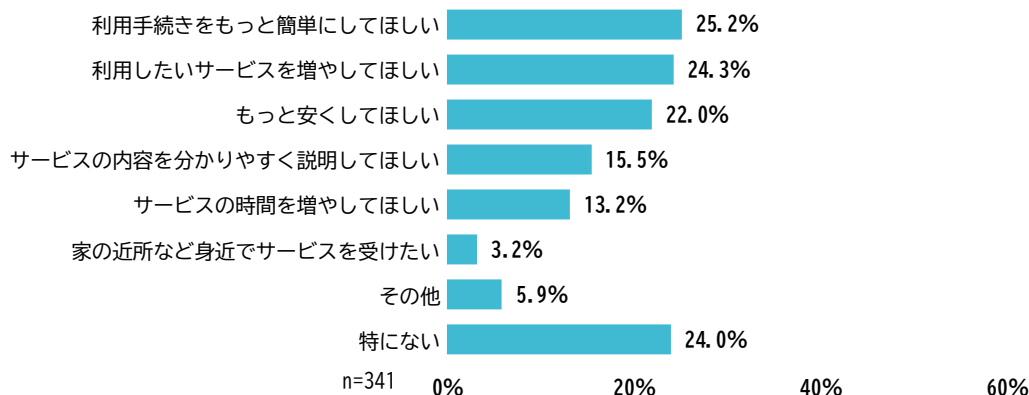
※ (21) で「利用している」と回答した方への限定設問



(23) 今よりサービスを利用しやすくするためには、どのような配慮が必要ですか。(いくつでも)

サービス利用に必要な配慮をみると、「利用手続きをもっと簡単にしてほしい」が25.2%で最も高く、次いで「利用したいサービスを増やしてほしい」が24.3%であった。

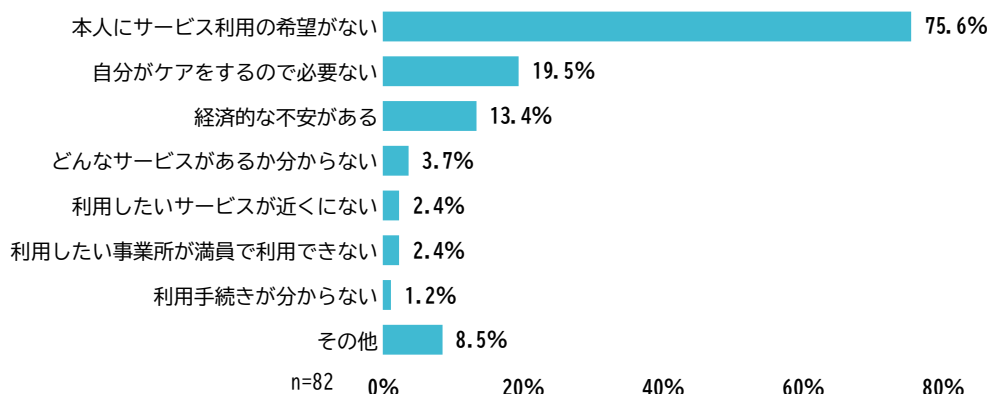
※ (21) で「利用している」と回答した方への限定設問



(24) サービス事業所を利用していない(利用したことがない)理由は何ですか。(いくつでも)

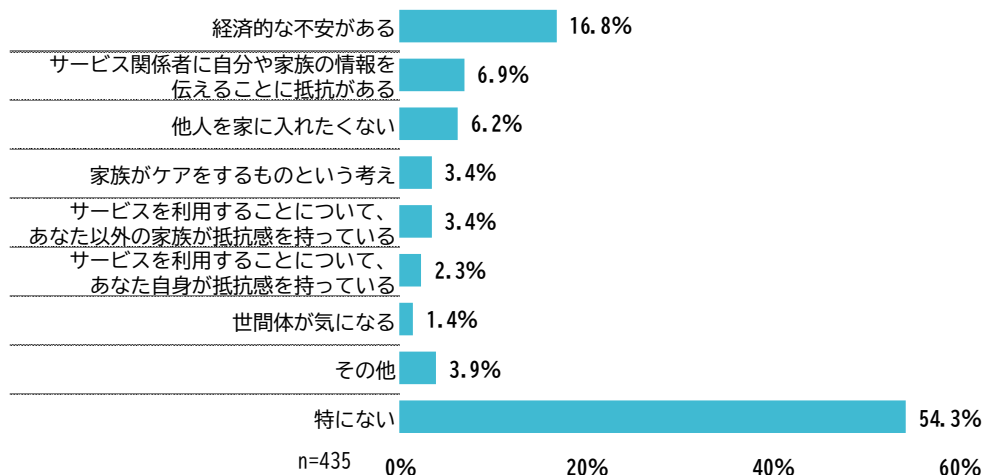
サービスを利用していない理由をみると、「本人にサービス利用の希望がない」が75.6%で最も高く、次いで「自分がケアをするので必要ない」が19.5%であった。

※ (21) で「今は利用していない」「利用したことがない」と回答した方への限定設問



(25) サービスの利用について、次のような抵抗感がありますか。(いくつでも)

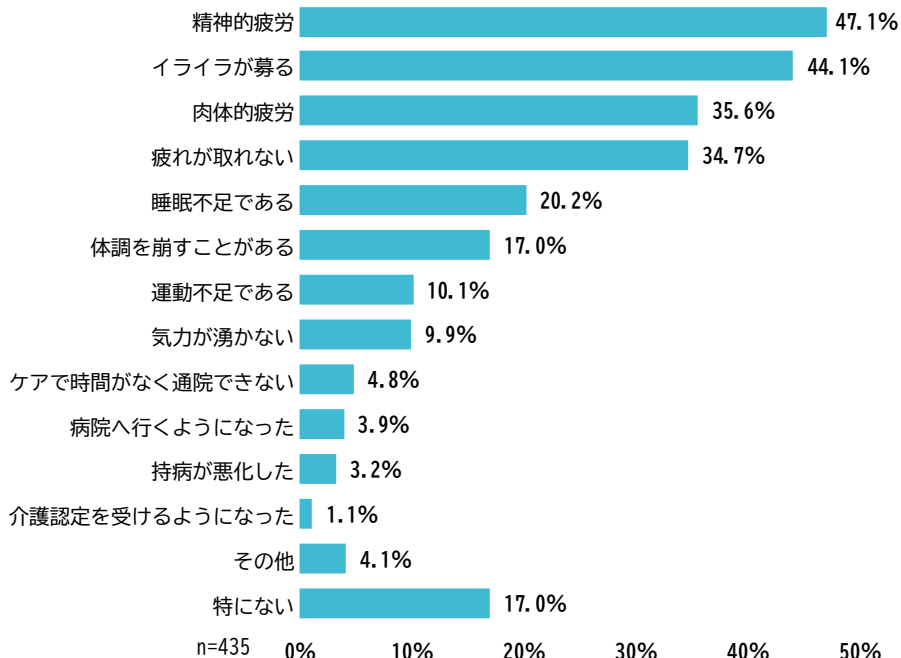
サービス利用の抵抗感をみると、「特にない」が54.3%で最も高く、次いで「経済的な不安がある」が16.8%であった。



## 問5 あなたの生活状況などを教えてください。

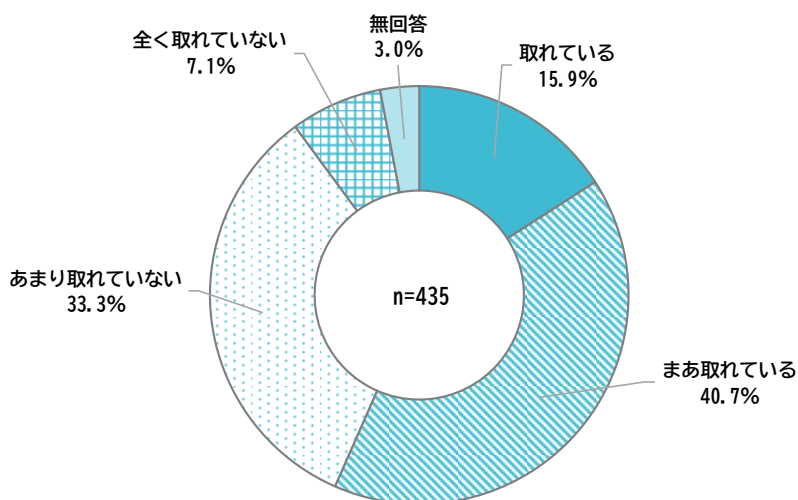
(26) ケアをすることで、あなたの健康状態に、以下のようなことはありますか。(いくつでも)

ケアすることによる健康状態への影響をみると、「精神的疲労」が47.1%で最も高く、次いで「イライラが募る」が44.1%であった。



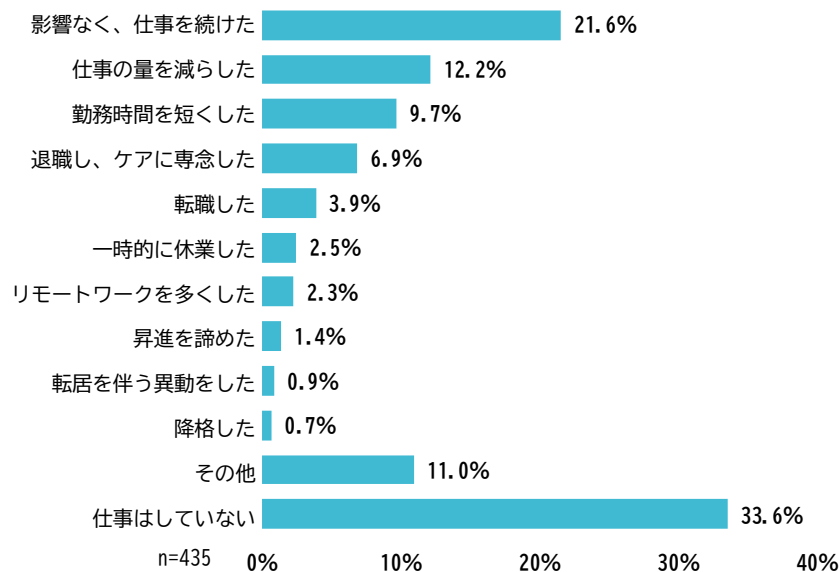
(27) あなたは、自分のための時間（趣味や休息など）を十分に取れていますか。

自分のための時間がとれているかをみると、「まあ取れている」が40.7%で最も高く、次いで「あまり取れていない」が33.3%であった。



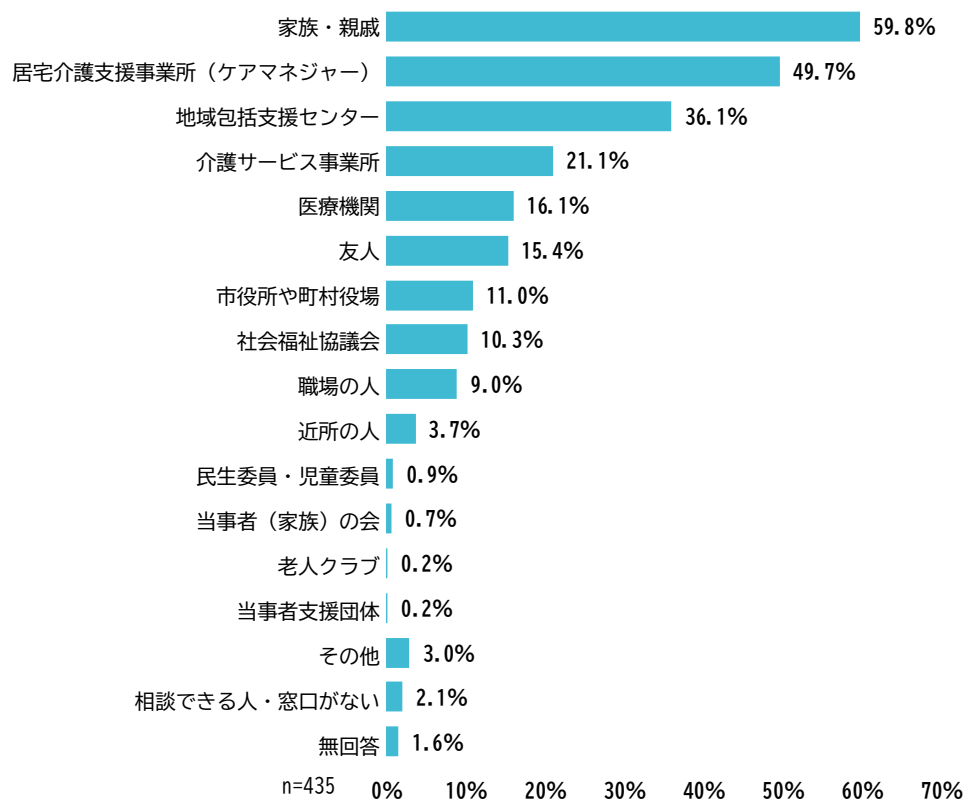
(28) ケアをすることで、あなたの仕事に影響したことはありましたか。(いくつでも)

ケアすることによる仕事への影響をみると、「仕事はしていない」が33.6%で最も高く、次いで「影響なく、仕事をつづけた」が21.6%であった。



(29) あなたが頼りにしている相談先や窓口などを教えてください。(いくつでも)

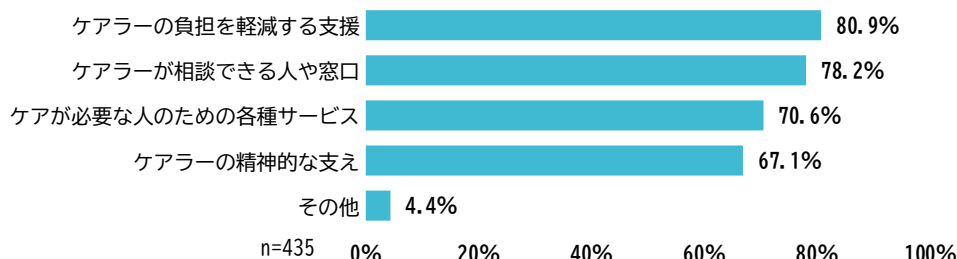
ケアラーの相談先の状況をみると、「家族・親戚」が59.8%で最も高く、次いで「居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）」が49.7%であった。



(30) あなたを含めてケアラーを支えるためには、どのようなことが必要だと思いますか。  
(いくつでも)

【分類別】

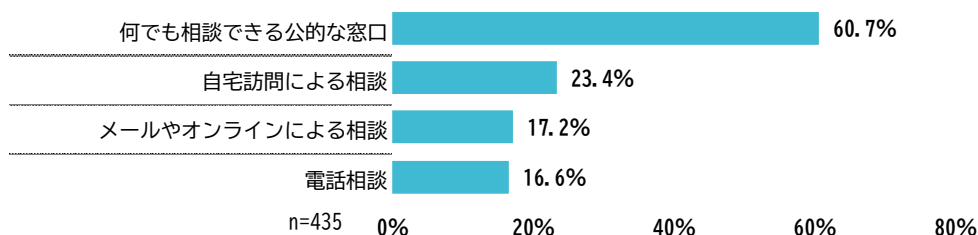
必要な支援の状況を分類別にみると、「ケアラーの負担を軽減する支援」が80.9%で最も高く、次いで「ケアラーが相談できる人や窓口」が78.2%であった。



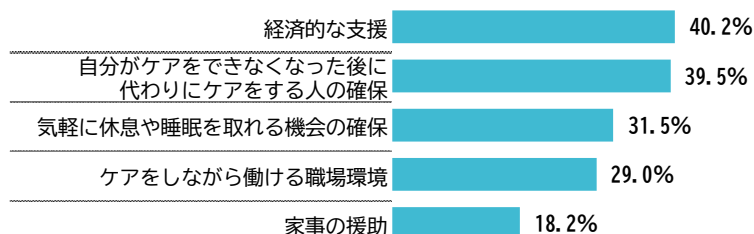
【選択肢別】

必要な支援の状況を選択肢別にみると、「何でも相談できる公的な窓口」が60.7%で最も高く、次いで「要介護者の一時預かりサービスの提供」が50.8%であった。

〈A ケアラーが相談できる人や窓口〉



〈B ケアラーの負担を軽減する支援〉



〈C ケアラーの精神的な支え〉



〈D ケアが必要な人のための各種サービス及び支援〉

