

今、あらためて考える ケアラーを取り巻く課題とこれから ～高齢者権利擁護の視点から～



一般社団法人 日本ケアラー連盟 理事

(社会福祉法人 北海道社会福祉協議会)

中村 健治

nken112@yahoo.co.jp



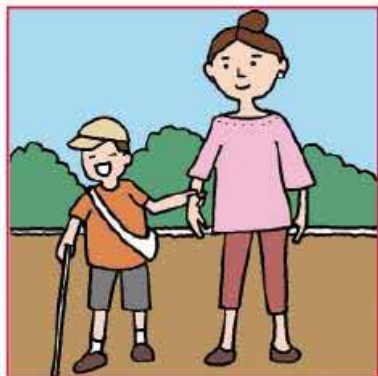
大切な人を介護している

あなたも

大切な一人です

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



仕事と介護でせいじっば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りに通っている



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



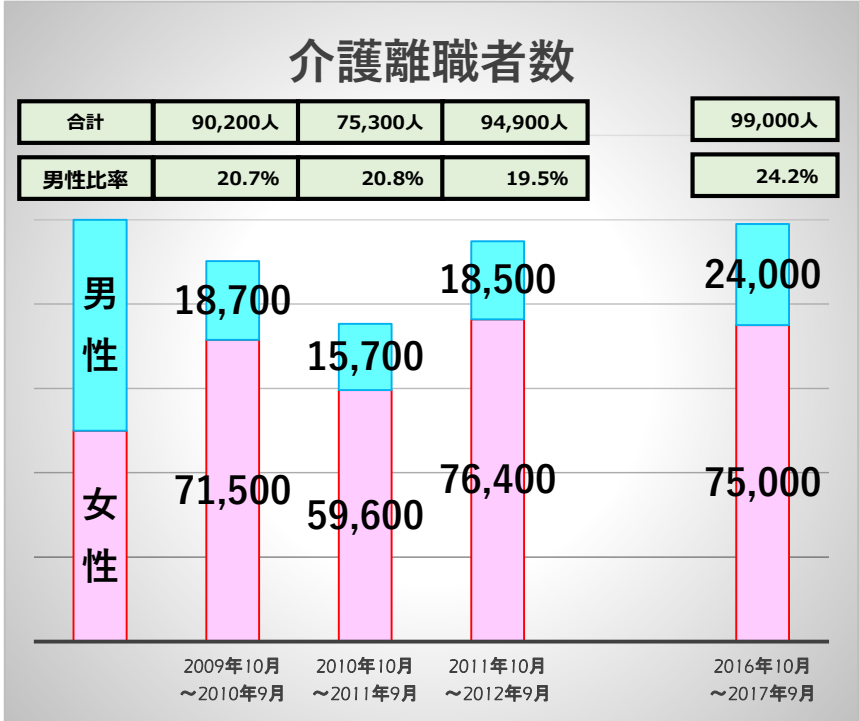
障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている

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

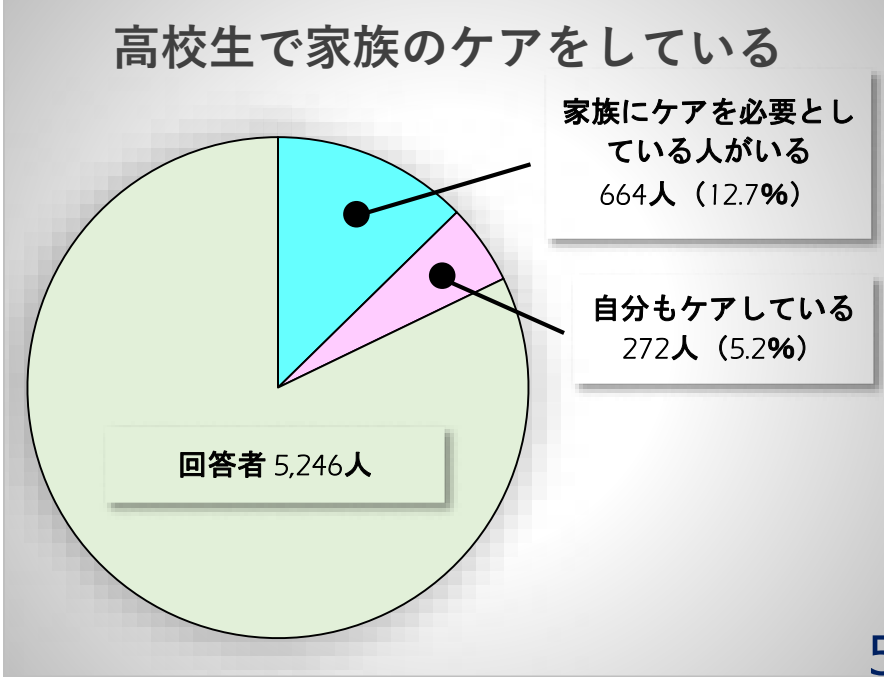


介護殺人・心中は、ひと月に3件おこっています
 出典：日本福祉大学 湯原悦子氏



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。

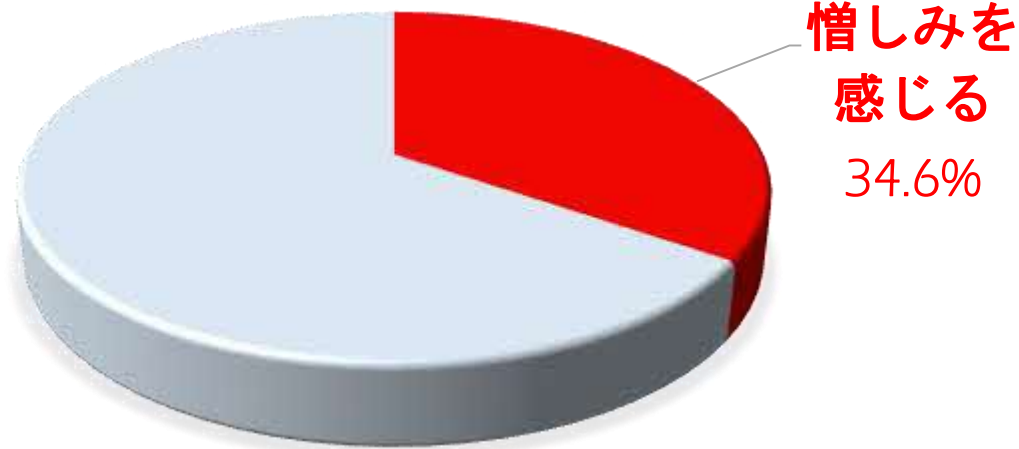
※介護保険法の創設（2000年4月1日施行）

※「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。**

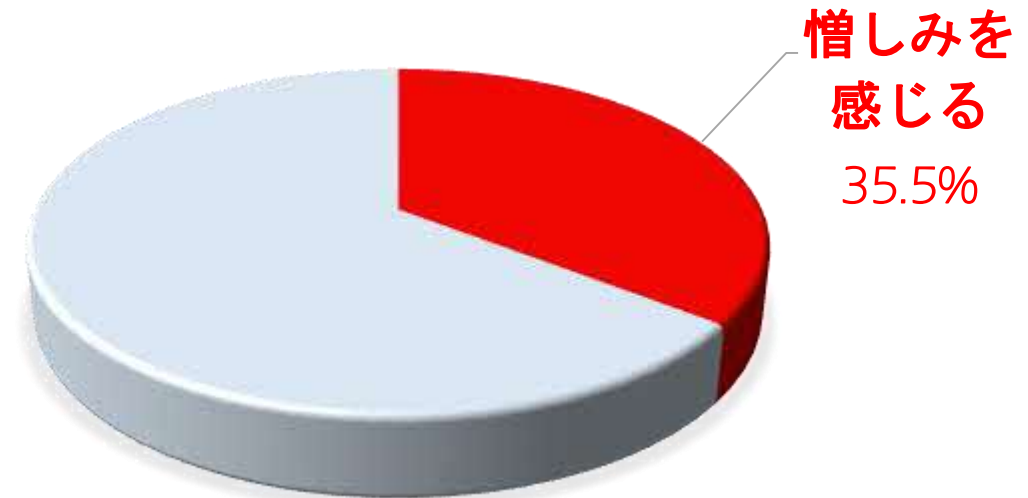
家族介護者が要介護者に憎しみを感じる

【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)

◀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%

○虐待の発生要因 (複数回答)

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%

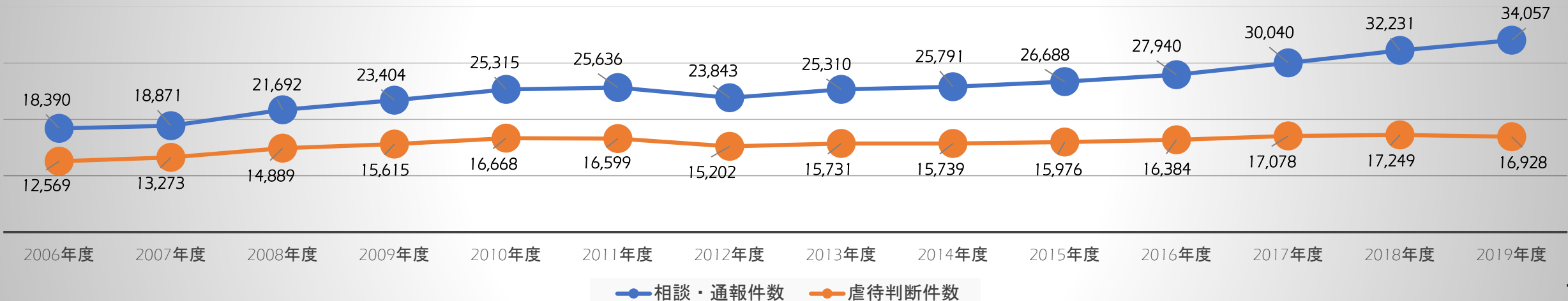
被虐待者と虐待者の虐待発生までの人間関係 44.4%

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」

母と無理心中図った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

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）

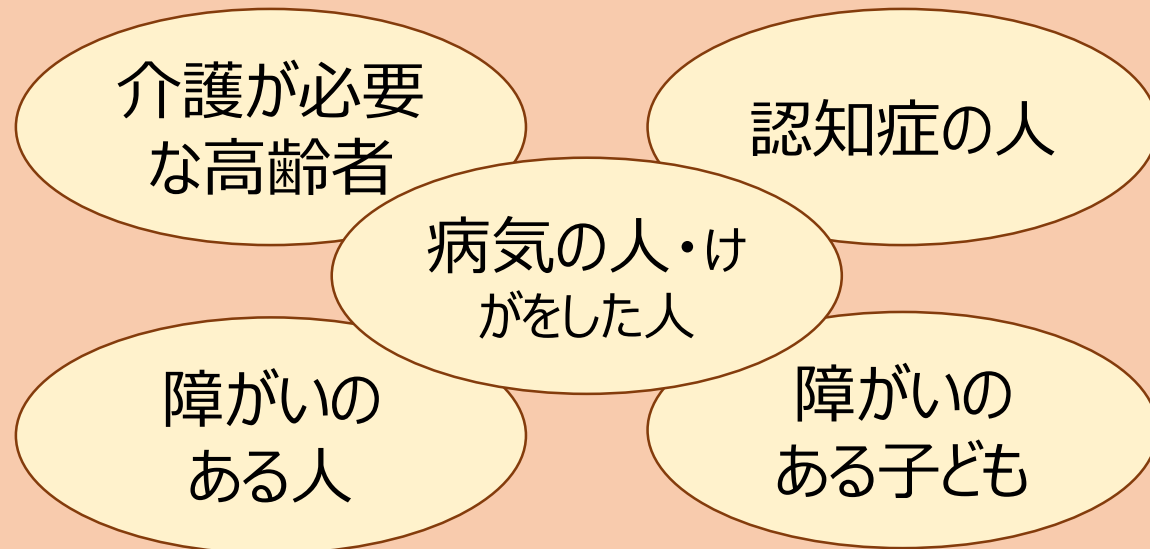


ケアラーはケアすることだけを求められ、自分の人生・生活・健康を奪われています。



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

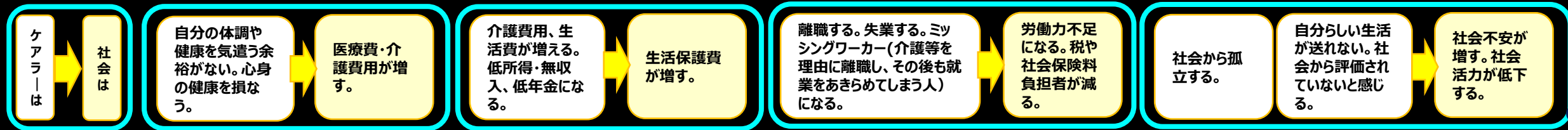


ケアが必要な人のための法制度はある

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...



日本におけるケアラーの実態

◆手助けや見守りを要する者のいる世帯数および全世帯数に占める割合

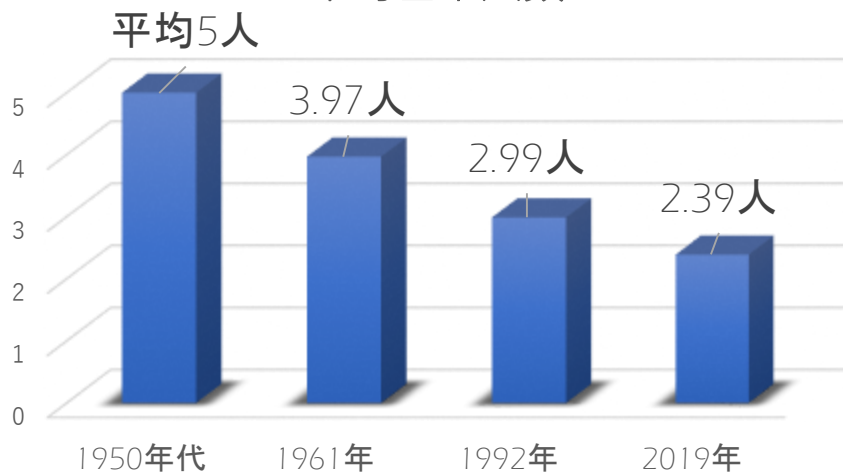
		総世帯数	手助けや見守りを要する者のいる世帯数	全世帯数に占める、手助けや見守りを要する者のいる世帯数割合
		(単位：千世帯)		(%)
平成13年度	2001	45,664	2,749	6.0
平成16年度	2004	46,323	3,476	7.5
平成19年度	2007	48,023	4,808	10.0

出典：厚生労働省大臣官房統計情報部編『国民生活基礎調査』

※在宅の6歳以上の世帯員であって、歩行・移動、着替え、洗面、食事、排泄、入浴等に際しての認定を受けている者などをいう。

※65歳以上の者のいる世帯数は平成19年では約1,700万世帯、「手助けや見守りを必要とする者のいる世帯数は278万世帯」16.3%

平均世帯人数



- ◆日本における総人口は、2008年の1億2,808万人をピークに減少傾向にあり、2021年10月概算値では、1億2,512万人。
- ◆65歳以上人口は3,631万7千人（高齢化率は約29%）

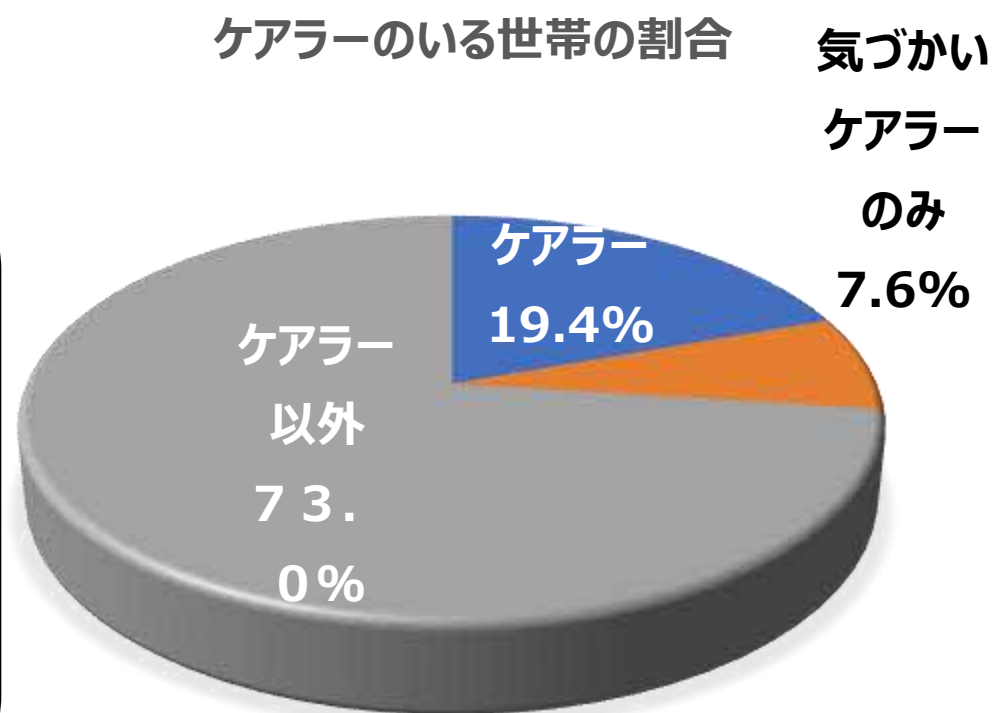
日本におけるケアラーの実態

ケアラーを支えるための実態調査（日本ケアラー連盟）

- ◆期間：平成22（2010）年8月～10月
- ◆対象：5地域（北海道栗山町、東京都杉並区高円寺地区、新潟県南魚沼市、静岡市葵区、京都市山科区音羽川学区）
- ◆方法：各地域約4,000世帯に対し、質問用紙を配付・回収

	調査票配付世帯数	回収数	回収率
5地域	21,641	10,663	49.3%

- ケアラーのいる世帯は
4～5世帯に1世帯（19.4%～27%）
- ケアラーの4人に1人は相手が複数いる
（複数介護・重複介護）
- ケアラーの13人に1人は子どもがおり
育児と介護の両方（ダブルケア）

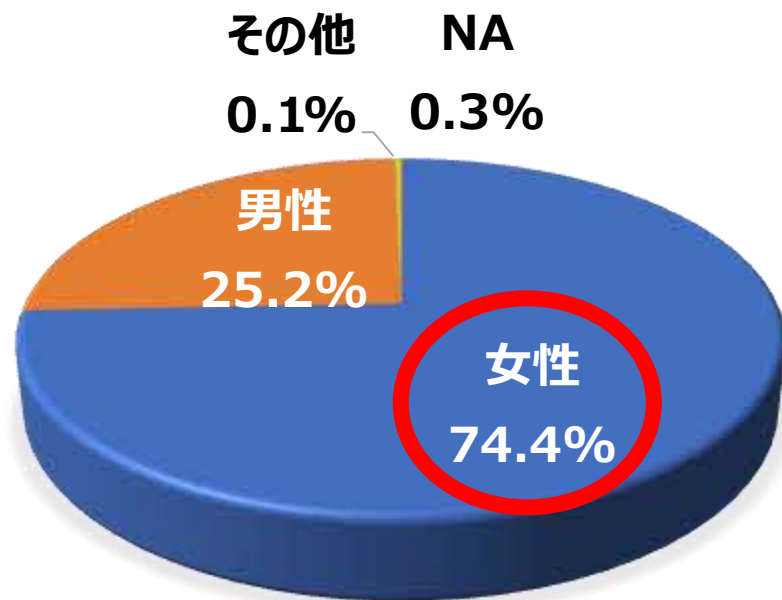


北海道におけるケアラーの実態

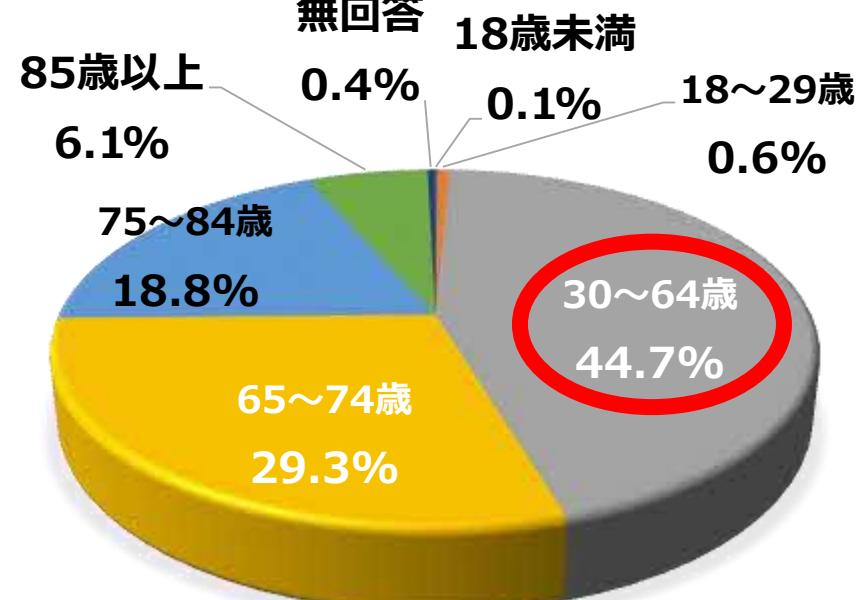
北海道における「ケアラー実態調査（高齢者・障がい者を世話しているケアラー等）」

- 調査時期：令和3年7月27日～8月26日
- 調査方法：① 高齢者（地域包括支援センター）
② 障がい者（特定相談支援事業所）

ケアラーの性別【北海道】

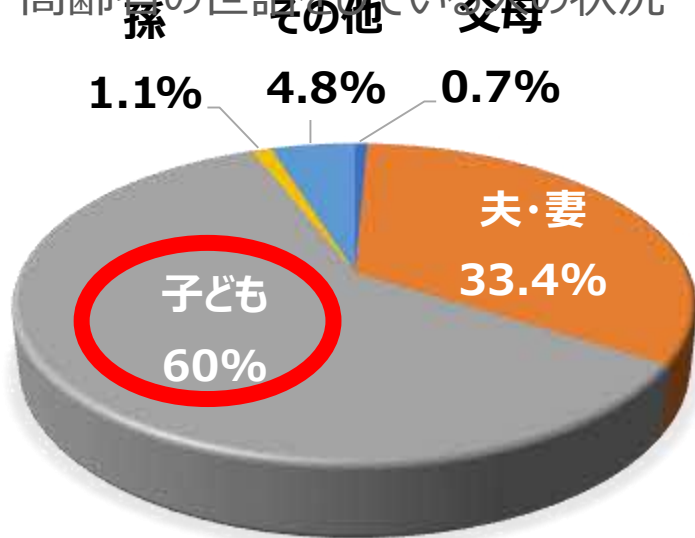


ケアラーの年齢【北海道】



北海道におけるケアラーの実態

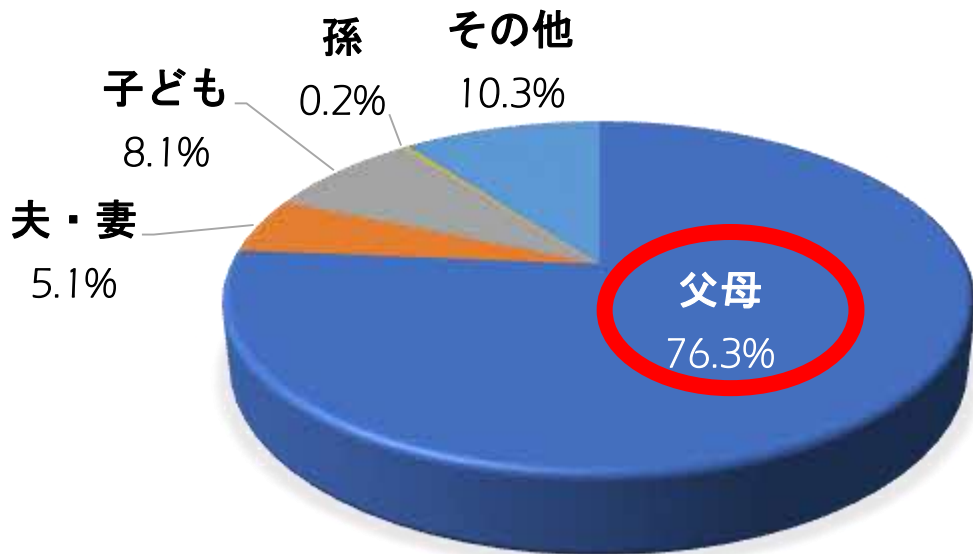
高齢者の世話をしている人の状況



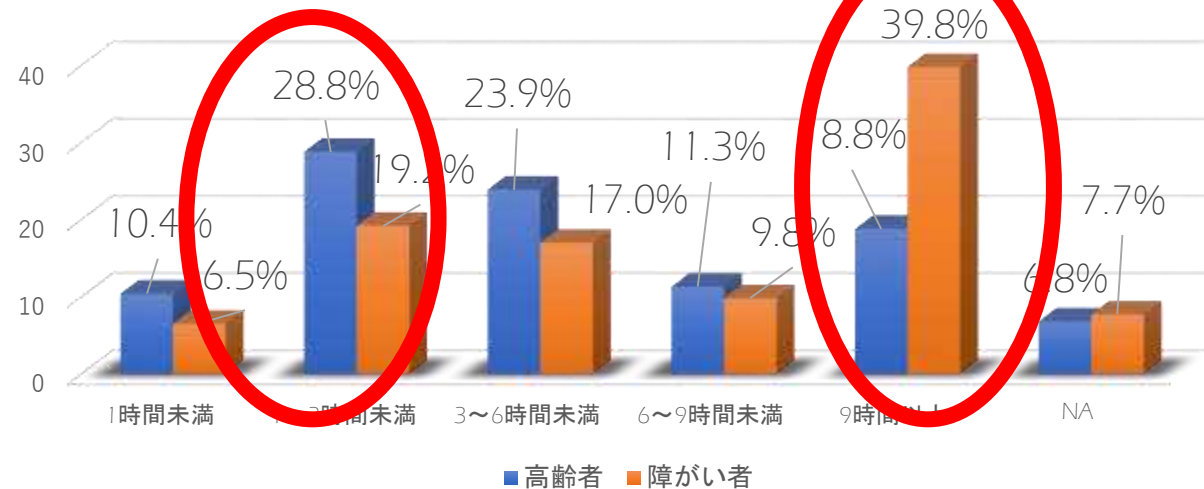
ケアの頻度



障がい者の世話をしている人の状況

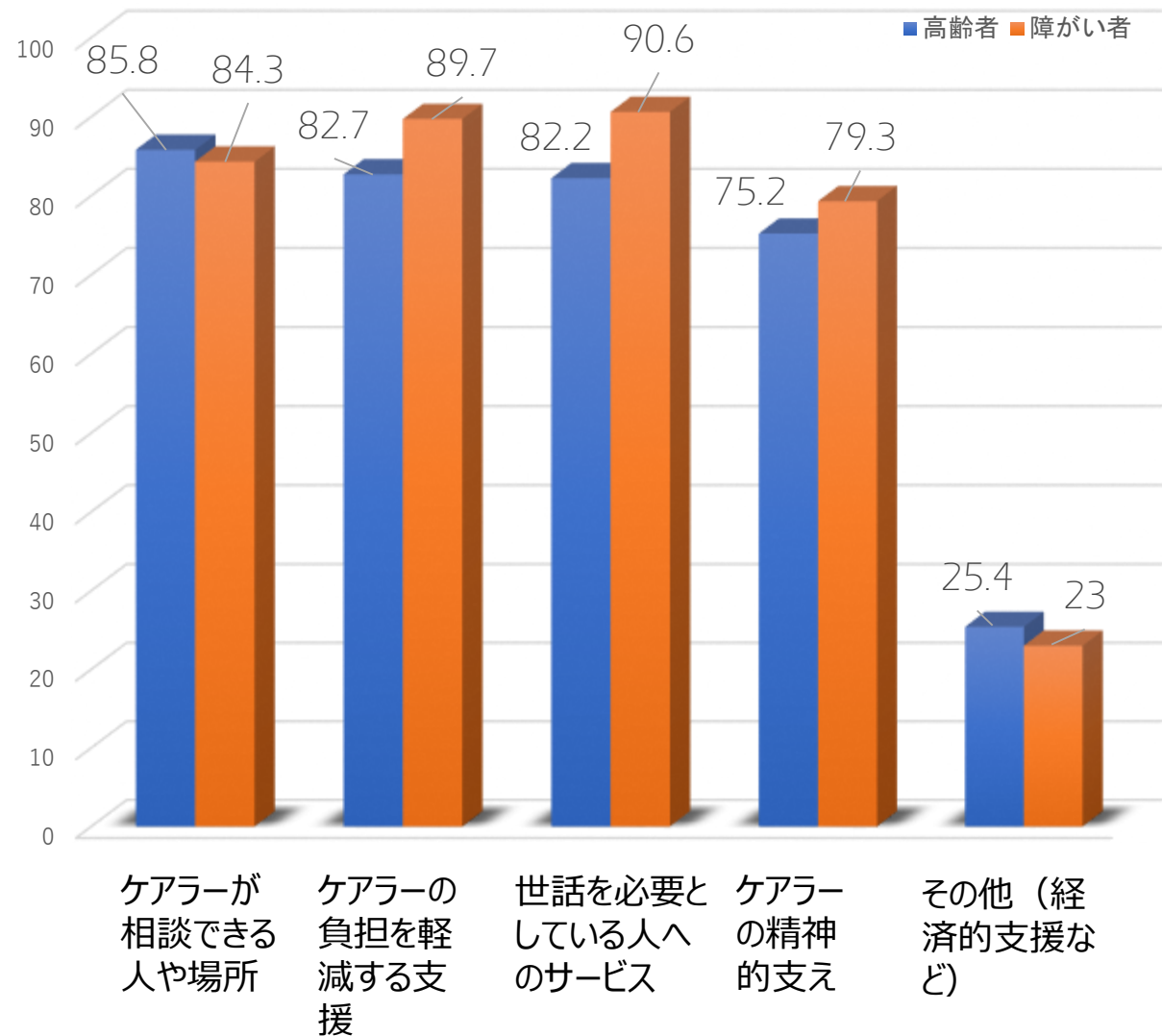


1日あたりのケアにかかる時間

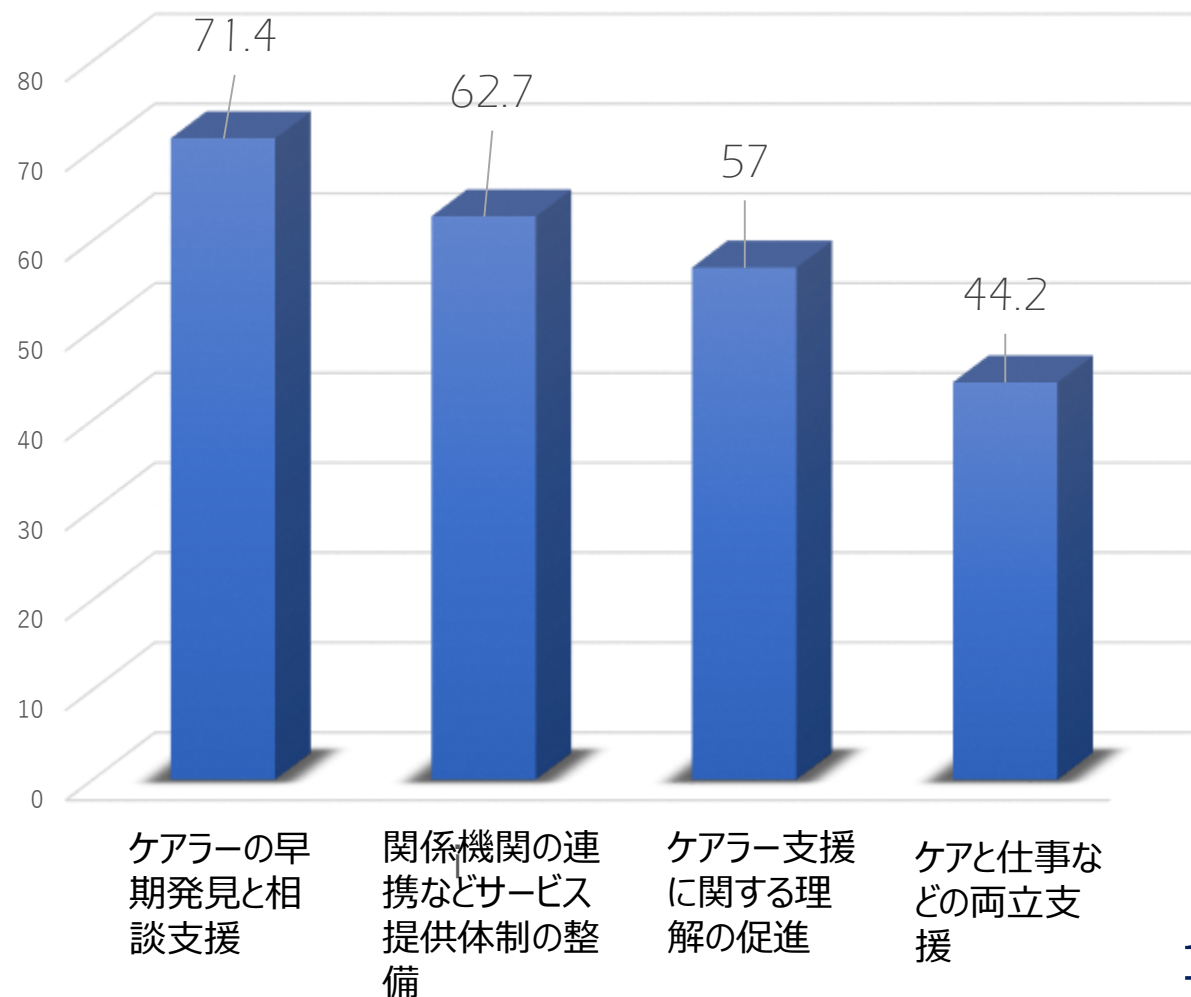


北海道におけるケアラーの実態

ケアラーが求めている支援【複数回答】



相談支援機関が必要と考える ケアラー支援の内容【複数回答】



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。

「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いない人たち～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」（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／2018年1月17日）

ケアラー支援で求められること～諸外国の取組み～

※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

英国) ケアラーの孤独の10の事実 (2021.6)

- 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)
- 障がいのある人のケアラーは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

ケアラー支援で求められること～諸外国の取組み～

※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

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（2021.6）

- 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り組みなど
- 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

岩手県花巻市の取組み

平成24年：人口100,920人／高齢化率29.5%／要介護認定者数5,757人
(令和2年人口：93,9481人)

【在宅介護者等訪問相談事業】平成25年度より介護保険特会／地域支援事業

在宅介護者を対象に、介護や生活上の悩みや不安の解消を目的に訪問相談員を配置し家庭訪問を実施する。

平成21年度の「在宅介護者実態調査」から、在宅介護者の24%が軽度又は中度の抑うつ傾向にあった。発生・進行防止として、見守りと健康維持への啓発などを目的にスタート。

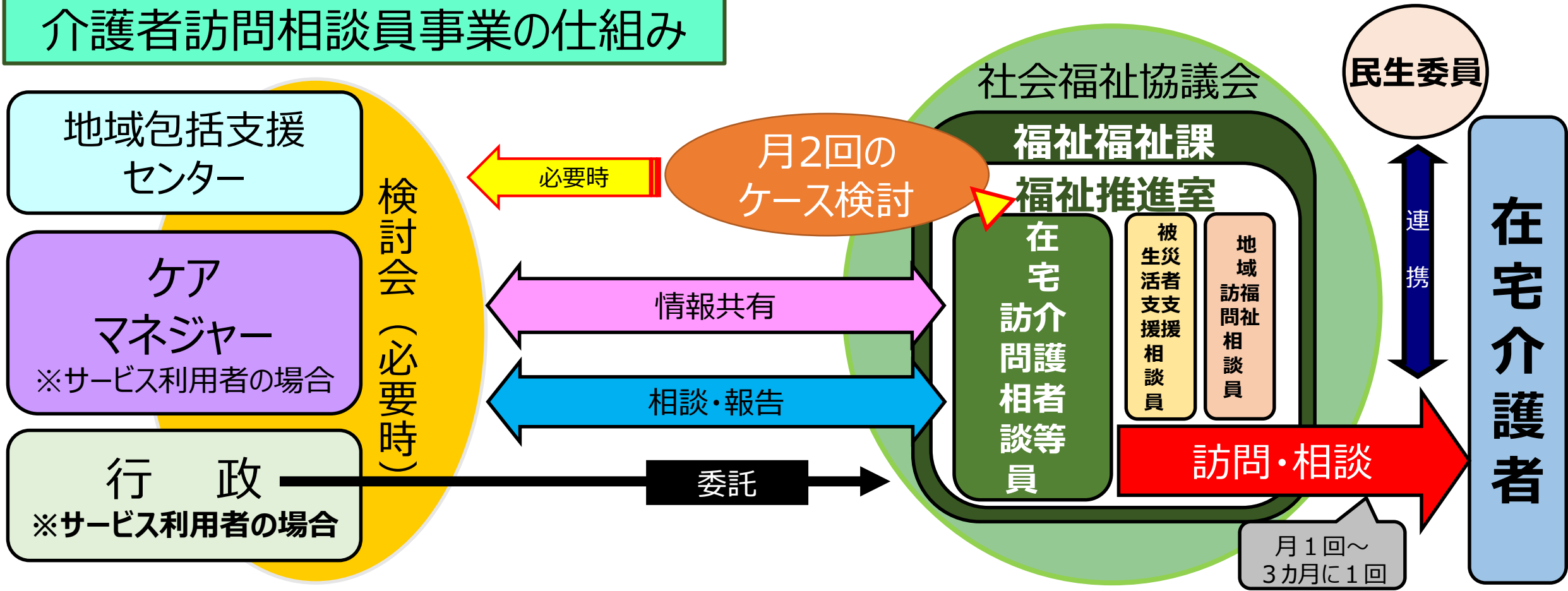
【対象者】

- ①居宅サービスを利用しなかった方の介護者が対象
- ②居宅サービスを利用するようになっても引き続き訪問希望の場合は相談

【役割】

- ①対象者の家庭を訪問する（アウトリーチ）
- ②対象者が抱える介護・介護予防、日常生活への様々な悩みや不安の相談を聴く（聞き役）
- ③それらの解消に向けた助言等（つなぎ役）
⇒相談内容により、地域包括支援センターに報告

介護者訪問相談員事業の仕組み



項目	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	令和2年度
相談員の配置数	6名	3名	3名	2名	2名
相談員の所属	社会福祉協議会／包括支援センター	社会福祉協議会	社会福祉協議会	社会福祉協議会	社会福祉協議会
財源等	緊急雇用対策	ひかりをそそぐ交付金	ひかりをそそぐ交付金	介護保険特会（地域支援事業）	介護保険特会（地域支援事業）
訪問実人数	962人	869人	962人	563人 ※平成25年当初	538人
訪問延人数	1,699人	1,342人	1,469人		845人

栃木県那須塩原市の取組み

令和3年：人口113,760人／高齢化率24.1%
／要介護認定者数4,398人

【ヤングケアラー協議会】令和3年3月より／にしなすケアネット内の協議会

当初、啓発活動に取り組むが、相談があったときの受け皿が問題となり7月25日に「ケアラーLINE相談那須塩原」をスタート。居場所事業として、「子ども夢くらぶ」も令和2年3月より実施。

平成29年8月に地域ケア会議と社協・協議体（生活支援体制整備事業）の目指すところが一致していることから、「にしなすケアネット」設置。令和3年1月にヤングケアラーについて学び、「ヤングケアラー協議会」を設置。

【対象】

- ①市内在住か市内に通勤・通学している人
- ②ヤングケアラーに限らず、病気や障がいのある家族の介護や世話をしている「ケアラー」全般も対象

【LINEの活用】

- 中高生は既存の相談窓口には行きづらいのではということからLINEを活用

【相談員】※ヤングケアラー協議会メンバー（有志5名／無償）

【活動内容】

- 5名の相談員が24時間対応

2011 (平成23) 年

社協内にケアラー手帳作成委員会を設置

☞「ケアラー手帳作成」(平成23年3月配付開始)

◆5世帯に1世帯のケアラーが町内にいることがわかり、具体的なサービスや専門職とつながっていないことから、「気づき」のツールとしての「ケアラー手帳」の作成と配布を行った。

◆配布については、行政や包括等も配布窓口となった。(行政がかかわることでの住民の安心感を考慮した。)

⇒日赤病院も配置してくれており、直接ケアラーへ

◆ケアラー手帳の配布先への定期的な訪問活動も合わせて実施した。ここで、コーディネーターとして行政から社協に1人区の人件費が補助された。



300以上配付
サポーター訪問世帯：約70世帯

2012 (平成24) 年

ケアラーのための場としてのケアラーズカフェをオープン

👉道内初 (平成24年11月1日オープン)

◆これまでのサロンでは、実施者側が主体で、決められた目的やプログラムがあり、時間がたつと人数が減っていく、内容がマンネリ化するなどのことがあった。

◆カフェは、集う側が主体で、目的やかかわりは集う側にある。サポート側は、集う側の時間や場に寄り添うものである。話を聴いてほしいという人も多く、その人のちょっとした言葉やしぐさなどに気づけるサポーターである。

👉何よりもケアラーが主人公になれる地域のたまり場であり、コンセプトは、「情報・仲間・雇用」

○営業：月曜日から土曜日 / 10時から17時

…ケアラー利用者概ね2割…ケアラー予備軍の利用も多く予防的効果あり

ケアラーの皆さんへうれしいプレゼント！

まちなかケアラーズカフェ

サンタの笑顔

あなたがホッとしたい時足を運んでみませんか
ケアラーのためのカフェです



みんな平成の同級生
苦しいことも一緒に
楽しいことも一緒に
だってみんな平成の同級生

あなたの求めるものがそこにある…

役場の前に社協とボランティアの皆さんが運営するケアラーのための癒しの場ができました。ケアラー同士でお話し、介護技術や健康相談、趣味の講座など、日頃の介護から少しゆっくりできるあなたの自由空間です。いらっしゃい！

癒しもの

- 趣味のコーナー
- 介護技術講習
- 介護や健康相談

場 所
栗山町中央3丁目 (役場前) いきいき交流プラザ
TEL: 72-7889

営業日・時間
月曜日～土曜日
午前9時～午後5時 (日曜・休日は休館)



2015 (平成27) 年

見守り介護ロボット・ケアロボの導入 👉 6台導入

※平成26年に、**24時間365日体制**で介護を続けるケアラーを支えるツールとして導入した。



◆「ケアロボ」は、赤外線などの各種センサーやカメラ、通信機器が搭載されており、自宅で過ごす要介護者の様子が画像として、外出中のケアラー等の携帯電話に送信されるもので、電話の通信機能を使って、音声による被介護者へのサポートも可能。

《効果》

👉 ケアラーの誰もが抱える、要介護者と離れている間の不安・気がかりからのストレスが、画像で可視化されることで解消させる。

👉 それにより、仕事や社会参加への意欲や機会を高めることにつながり、介護離職の防止にも有効である。

栗山町役場

栗山町社協

町会・自治会

ボランティア

ケアロボ
設置したケア
ラー世帯

介護保険事務所

医療機関

民生委員

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はないか」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

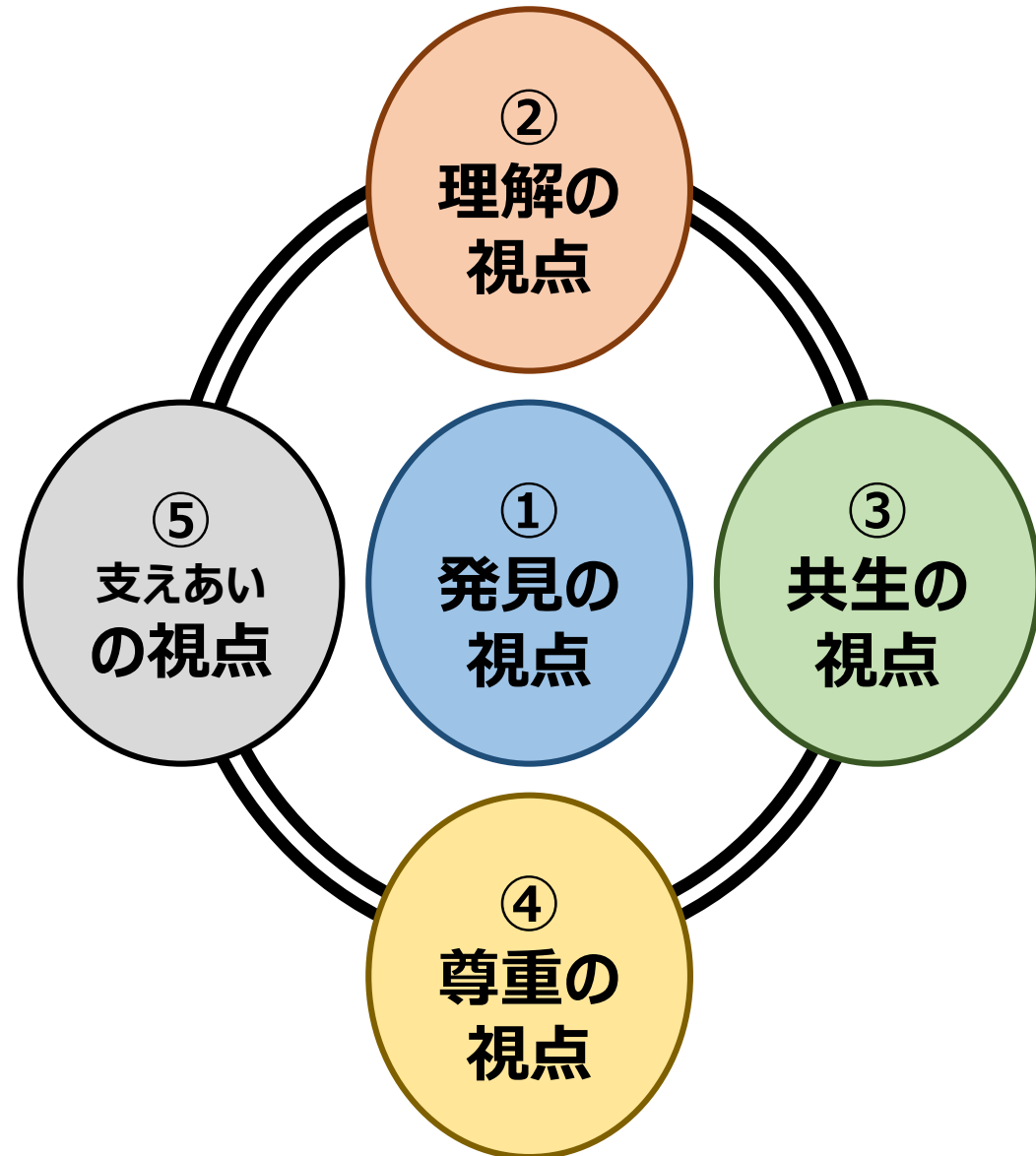
誰にとっても初めての経験となる介護は突然始まり、わからないことばかりです。そのうえ、制度は複雑になっており、介護に関連する大きな変化にどうにか対応しようと精一杯の状況で、誰に何を相談していいのか困ってしまいます。

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

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。

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避です。

コロナ禍でのケアラーは困っている

日本ケアラー連盟「新型コロナ感染拡大とケアラーに関する緊急アンケート」調査の結果より

- 2020.3.21～3.30、WEBアンケート
- 回答381名（40・50代多い）
- ケアラーは、新型コロナウイルスに感染した場合に重症化するリスクが最も高い人びとをケアしている

ケアラーが感染隔離や濃厚接触者になった場合に、代わりに介護者が確保できているのはわずか9%であった。

ご清聴

ありがとうございました