

長崎県ケアラー支援シンポジウム

資料 1

「ひとりにしない、社会で支えるケアラー支援」

## 基調講演 2

「ケアラー支援の現状と課題、条例制定への期待」

一般社団法人 日本ケアラー連盟代表理事 堀越 栄子 氏



# ケアラー支援の現状と課題、 条例制定への期待

堀越 栄子  
日本女子大学名誉教授  
一般社団法人日本ケアラー連盟 代表理事  
認定NPO法人さいたまNPOセンター代表理事  
埼玉県ケアラー支援に関する有識者会議委員

# 本日本お伝えしたいこと

1. ケアラー（家族等無償の介護者）・ヤングケアラーはどのような状況にいる人（子ども）なのか、その現状や抱える問題。何を求めているのか。
2. ケアをすることが問題ではなく、過剰な責任や負担を引き受けざるを得ず、「ケアラーが個人として尊重され、より良い生活や人生を送る選択肢がない・少ないこと」が問題。
3. 特にヤングケアラーには、周囲から気づかれにくいことや話を打ち明けにくい理由や背景があるため、子どもの権利を守るという視点、子どもの健やかな育ちの視点が大事。
4. 学校や職場、行政、社会が、ケアラー・ヤングケアラーを理解し、支援するための課題を当事者と共に検討し、支援ができる環境づくり（法律・条例、施策、共に生きる地域）が求められること。

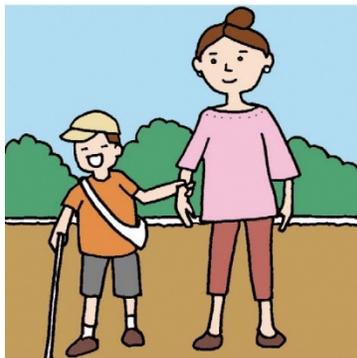
# 目次

1. ケアラーとは、ヤングケアラーとは
2. だれもが介護する・される時代
3. ケアラーの実態（長崎県調査を中心に）
4. ヤングケアラーの実態（全国調査を中心に）
5. 支援がない場合の社会経済的リスク
6. ケアラー・ヤングケアラー支援の課題
7. ケアラー・ヤングケアラーの支援について

# 1. ケアラーとは・ヤングケアラーとは

# ケアラーとは

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration:Izumi Shiga



障害のあるこどもの子育て・障害のある人の介護をしている



健康不安を抱えながら高齢者が高齢者をケアしている



仕事と病気の子どもの看病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

こころやからだに不調のある人への「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たちのことです（ケアワーカーは含んでいません。）

「要介護者」「要支援者」「障害者」など法令上の範囲を超えて、ケアが必要な多様な人がいます。

# ヤングケアラーはこんな子どもたちです

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はしている



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

# ヤングケアラー・若者ケアラーとは

## ヤングケアラー

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。

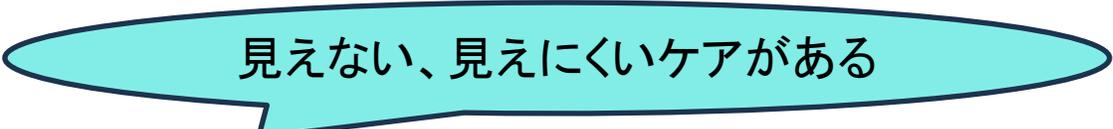
## 若者ケアラー

18歳～おおむね30歳代までのケアラーを想定。ケアの内容は子どもケアラーと同様であるが、**ケア責任がより重くなる**こともある。若者ケアラーには、ヤングケアラーがケアを継続している場合と、18歳を越えてからケアがはじまる場合とがある。

\*ヤングアダルトケアラー（18歳以上～25歳頃、大人への移行期）

● こども家庭庁：次の通常国会で、**ヤングケアラー支援についての法的根拠規定**を「子ども・若者育成支援推進法」の中に明記し、自治体の自主性に委ねられている現行の支援に法的根拠を与え、地域格差解消を目指す。

# ヤングケアラーが行っていること

- **家事**： 料理、洗濯、掃除など
- **兄弟姉妹（きょうだい）のケア**： きょうだいの世話、送り迎えなど
- **家のきりもり**： 買い物、家の修繕、力仕事など
- **身体的なケア**： 食事介助、入浴、トイレ介助、歩く練習、移動介助など
- **医療的なケア**： 投薬管理、たんの吸引など 
- **情緒面でのケア（感情面でのサポート）**： 寄り添い、見守り、声かけ、話を聞く、励まし、外出支援など
- **金銭面・実用面のきりもり**： 各種支払い、アルバイト、通訳、通院介助
- 良い子のお手伝いではない（年齢や能力に見合っているか—大人の見守り、やらないという選択肢、長時間・長期間）
- 家族のケアと自身の生活とのバランスをとることが難しい

## 2. だれもが介護する・される時代

# ケアを必要とする人は増加している

- 日本の**高齢化率**（65歳以上人口/人口）・平均寿命
  - ・2022年：3627万人、**29.1%**、75歳以上15.5%、85歳以上5.3%
  - ・2040年：3900万人、**35.3%**、75歳以上20.2%
  - ・2022年：女性87.1(74.7)歳、男性81.1(69.3)歳
- 75歳以上の増加（cf.団塊の世代）（カッコは1970年）
  - 要介護（要支援）年齢階級別認定率  
（65歳以上18.9%、75歳以上31.5%、85歳以上57.7%）
  - 認定者の増加（2000.4/218万人、2022.3/690万人）
- 認知症の人（推計）
  - 2025年に65歳以上人口の5人に1人、2040年に約4人に1人
- 障害者の増加（現在、人口の約7.6%）
- 精神疾患外来患者数 15年間（H14→H29）で1.7倍  
（以上は、総務省、厚生労働省統計）

ケアラーも増加するが、家族の中でケアをする人は限られ、誰もがケアラーになる可能性がある（家族だけでは困難）

○世帯の人数は少なくなっている

（2020年国勢調査全国平均2.21人、東京1.92人）

○共働き世帯の増加（2020年：1240万世帯、専業主婦世帯571万世帯。

○ひとり親家庭 1997年：949万世帯、921万世帯）

●主たる介護者の約6割は家族（以下、国民生活基礎調査の概況）

●同居介護の家族は減っている 2022年45.9%（2001年71.1%）

●男性介護者は増えている（同居の主な介護者 2022年31.1%（1989年16.6%）

●主たる介護者と要介護者では老々介護も増えている（75歳以上同士は35.7%）

◎多様なケアラー：

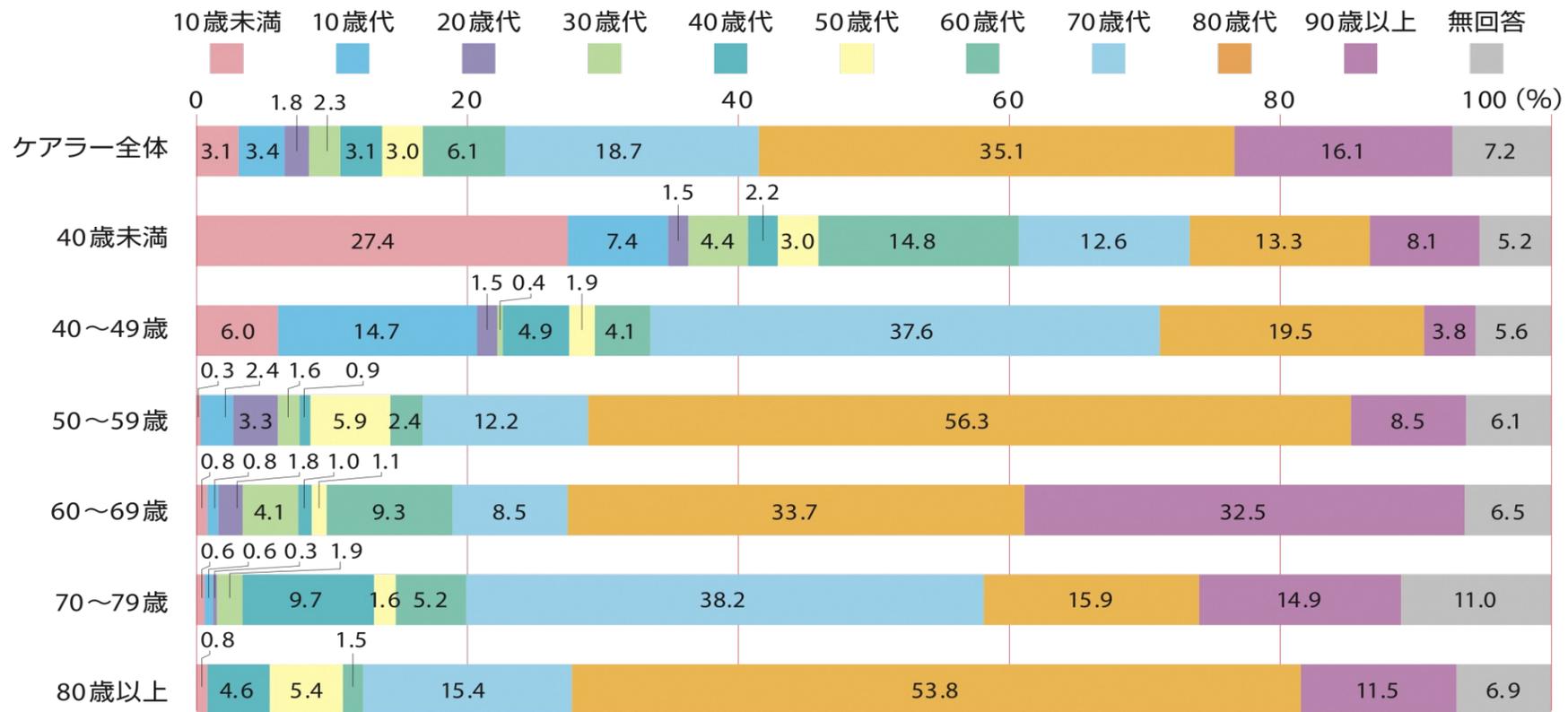
子ども、若者、老々、きょうだい、シングル、ダブル、多重、老障、障老、8050など

✳️社会が大人が担いきれないケア役割を子どもが黙々と果たしている。

# さまざまな年齢のケアラーがさまざまな年齢の人をケアしている

40歳未満から80歳以上のケアラーが10歳未満から90歳以上のケアをしています。

●ケアラーの年齢層別に主にケアをしている相手の年齢層(単位%)



出所: NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン「ケアラーを支えるために 家族(世帯)を中心とした多様な介護者の実態と必要な支援に関する調査研究事業報告書」2011年

### 3. ケアラーの実態～長崎県調査を中心に～

# 日常生活・社会生活に大きな影響

ケアラーは、自分のことは後回しになりがち

- 心身の**健康**をそこねています
  - ・約7割にストレス、常に緊張、睡眠中断・不足etc
- 経済的**に苦しんでいます
  - ・介護離職（年間約10万人）、ミッシングワーカー
- 精神的**に追いつめられています
  - ・時間の制約、拘束
- 孤独**を感じ、社会的に**孤立**しています
  - ・代わりにケアを担ってくれる人（埼玉県調査）  
頼めばいるが頼みにくい+いない=50%弱
- 理解と支援**を求めています

# 長崎県ケアラー実態調査（2023年）

- ケアラー実態調査：地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、障害者（児）相談支援事業所を通じて介護者（ケアラー）を対象に調査。  
1か所につき3人。

主に高齢者のケアラー	標本数1,530	回答数581	回答率（38.0%）
主に障害者（児）のケアラー	459	69	（15.0%）

- 支援機関向け実態調査：標本数1,530 回答数581 回答率（38.0%）

地域包括支援センター：	52	28	（53.8%）
居宅介護支援事業所：	457	241	（52.7%）
障害者（児）相談支援事業所：	150	38	（25.3%）
生活困窮者自立相談支援機関：	22	20	（90.9%）

# ケアラー当事者(回答者)の状況(1)

## 主に高齢者のケアラー

- 性別 女性70%
- 年齢 18～64歳が約半数、65～約半数
- 仕事 18～64歳の約半数が有職者（正規1/2以上）、約3割弱（退職15.1%+転職2.1%+勤務時間減12.2%）
- 要介護や障害の程度 ケアラーの**2割強**が要支援・要介護等
- 複数介護 約**2割弱**（2人16.4+3人1.9%）
- お世話をしている相手（**父母**60.0%、配偶者26.8%など）（75歳以上80.4%）
- お世話が必要な理由（老化による日常生活上の援助67.6%、認知症50.6%、身体障害22.6%、精神障害4.9%、難病4.4%など）

## 主に障害者のケアラー

- 性別 女性75%
- 年齢 18～64歳が約7割
- 仕事 約半数が有職者（正規1/3）、計約3割
- 要介護や障害の程度 ケアラーの**4割強**が要支援・要介護等
- 複数介護 約**3割弱**（2人23.2+3人4.3%）
- お世話をしている相手（**子ども**54.9%、父母23.1%など）（18歳未満24.2%、18～39歳25.3%、75歳以上23.1%、40～64歳17.6%）
- お世話が必要な理由（知的障害28.6%、老化による日常生活上の援助23.1%、身体障害22.0%、発達障害16.5%、認知症12.1%、精神障害12.1%、在宅での医療的ケア11.0%、重症心身障害9.9%など）

# ケアラー当事者（回答者）の状況（2）

## 主に高齢者のケアラー

- ・ お世話の期間 10年以上**19.3%**、3年以上10年未満**46.1%**、1年以上3年未満**21.9%**
- ・ お世話のサイクル 毎日**75.9%**
- ・ お世話の平均時間 1時間以上4時間未満**36.3%**、4時間以上8時間未満**22.5%**、12時間以上**20.1%**
- ・ 緊急時の代替者（孤立）  
介護サービス事業者**28.4%**、兄弟姉妹**25.0%**、誰もいない**20.3%**、成年の子**20.1%**、配偶者**14.6%**など

## 主に障害者のケアラー

- ・ お世話の期間 10年以上**42.9%**、3年以上10年未満**38.5%**、1年以上3年未満**11.0%**
- ・ お世話のサイクル 毎日**91.3%**
- ・ お世話の平均時間 1時間以上4時間未満**42.0%**、12時間以上**29.0%**、4時間以上8時間未満**11.6%**
- ・ 緊急時の代替者（孤立）  
配偶者**40.6%**、介護サービス事業者**20.3%**、兄弟姉妹**18.8%**、成年の子**15.9%**、誰もいない**15.9%**など

# お世話による影響（健康・時間）

## 主に高齢者のケアラー

- 健康面への影響  
特にない10.5%、疲れがとれない57.0%  
睡眠不足39.8%、気分が沈みがち38.0%  
体調を崩すことがある37.2%、腰痛、腱鞘炎など肉体的疲労33.0%、運動不足18.2%、持病が悪化8.6%など
- 自分のための時間  
とれていない54.7%（全くとれていない9.6%+あまりとれていない45.1%）、とれている43.9%（まあまあとれている34.8%、とれている9.1%）

## 主に障害者のケアラー

- 健康面への影響  
特にない20.3%、疲れがとれない56.5%  
睡眠不足39.1%、体調を崩すことがある31.9%、気分が沈みがち30.4%、腰痛、腱鞘炎など肉体的疲労24.6%、運動不足14.5%、通院できない10.1%など
- 自分のための時間  
とれていない44.9%（全くとれていない10.1%+あまりとれていない34.8%）、とれている55.2%（まあまあとれている43.5%+とれている8.7%）

# ケアラーに必要な支援 TOP7(複数回答)

緊急時でも安心して預かってくれる場所	高齢者①39.2%	障害者④31.9%
自分ができなくなった後に代わりにお世話をする方の確保	②30.3%	①43.5%
お世話が必要な方の短期入所(ショートステイ)	③29.6%	⑤30.4%
経済的な支援	④26.2%	1120.0%
お世話が必要な方が入所できる施設	⑤25.0%	1318.8%
悩みが複雑な時に、複数の機関を調整してもらえる支援機関	⑥21.9%	②39.1%
自分が夜に休める(十分に睡眠が取れる時間)	⑦20.3%	⑧23.2%
相談があった家族に担当者をつけてくれる支援機関	⑧18.4%	③31.9%
あなたの情報を伝えた上で、電話や自宅訪問による具体的な相談	1216.7%	⑥24.6%
お世話が必要な方が身近に利用できるサービス	⑨17.6%	⑦24.6%

○分類：お世話が必要な方のための各種サービス及び支援、ケアラーの心身の負担軽減支援、その他の支援、ケアラーが相談できる方や場所

# 支援機関調査より

## ケアラー自身の相談と支援

### ・ ケアラー自身の相談

(よくある+まあまあある、5割以上)

心理的な疲れ89.6%、身体的な疲れ88.7%、健康面での不調76.7%、自分の時間がない70.9%、お世話を一部でも変わってほしい66.3%、リフレッシュ・気晴らししたい64.0%、仕事と両立についての悩み63.3%、経済的な支援62.4%、睡眠時間を取れない56.3%、家事との両立についての悩み56.0%

### ・ ケアラー本人への直接支援

特に行っていない48.3%

相談窓口の設置15.3%

情報提供方法の工夫13.1%など

## 県や市町村が取り組むべき事項

- ・ ケアラーが相談しやすい環境づくり71.9%、
- ・ 早期発見、早期対応につながる地域住民への啓発活動 49.5%
- ・ 属性を問わない包括的な相談支援体制の整備 45.6%
- ・ 制度サービスの充実 45.0%、
- ・ 実態把握・ケアラーに関する情報提供の受付 33.6%
- ・ ケアラーの相談を担う専門人材の確保 33.3%
- ・ 相談を担う専門人材の育成 3.6%など

# 【多様なケアラー】

## 働きながら介護をしている人/辞めた人

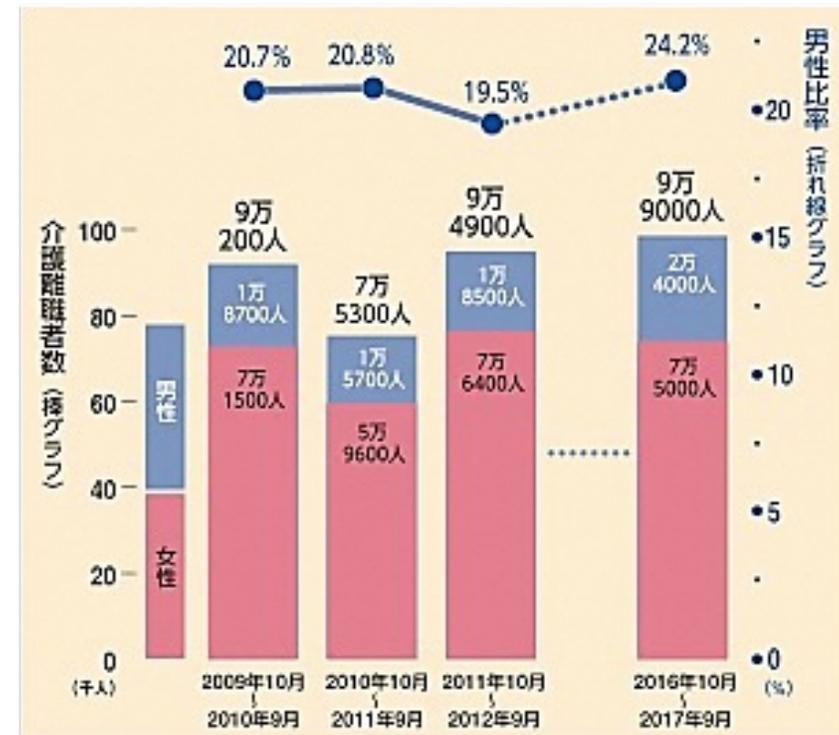
- 「介護をしている人」629万人
  - ・女性395万人、男性234万人
  - ・有業者365万人（58%）、無業者264万人
  - ・有業者のうち、約6割が40代・50代
  - ・介護をしている人の有業率は、男女ともに、介護をしていない人より低い。
  - ・30歳未満の介護者は約21万人。
    - 有業者13万人、無業者8万人（通学含む）
  - ・介護や看護のために離職 10万6千人

（総務省：令和4年就業構造基本調査）

\*15から19歳の介護者は3万7千人

（平成29年就調毎日新聞2020.3.22）

- 介護や看護のために仕事を辞める人は年間10万人



# 働く介護者の声

(40代女性 非正規雇用)

経済的に困窮することが介護者のもっとも恐れていること。欧米のように介護者への給付がほしい。介護とフルタイムの仕事を両立するなど本来は無理なこと。これだけ介護離職が続く原因は無理だからである。(中略) 看てもらっている人の人権はあるが、介護者の人権(生存権)がないのが今の日本の介護制度である。

そして、介護離職が介護が終わったときにいままで関わっていた専門職との縁も切れ、親の年金を過こじていた分、社会復帰への支援がないため、生活保護になるか、別の悲しい結果に追いつめられるということになる。これでは悲しい事があとを絶たない。介護が終わった介護者への社会復帰への道筋も制度として作るべきと考えます。

(NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラシジ提供)

# ダブルケアをしている人

## ●ダブルケアとは

- ・狭義：育児と介護の同時進行状態を表すことば
- ・広義：家族や親族等、親密な関係における複数のケアやそのなかで複合的な課題をかかえ、複合的な負担と責任を伴う状態

(出所：相馬・山下「ダブルケア（ケアの複合化）『医療と社会』2017年6月」)

○育児と介護：ソニー生命・相馬・山下（大学生以下の子を持つ人）2017年  
現在直面中＋過去に経験 ＋数年先の直面＝13.5%

## ○負担感：

精神的にしんどい 59.4%（女性73.1%）/体力的にしんどい 55.8%（65.7%）

経済的負担 47.1%（44.8%）/子どもの世話を十分にできない51.4%（52.2%）

親・義理の親の世話を十分にできない47.8%（47.1%）

遠距離の世話27.5%（32.8%）/きょうだいや親戚間での認識のズレ19.6%（26.9%）

(出所：「ダブルケアに関する調査2017」第7弾ダブルケア実態調査)

# ダブルケアラーとヤングケアラー

- ・ ダブルケア生活の過酷さは、実際に経験してみないと分からないことばかりです（実母介護、子ども3人）。

- ・ 子どもの小学校入学時に、認知症の義母と夫の実家で同居を始めました。義母はすでに嫁と孫の区別がつかず、夜になると主人が帰宅するまで、私と子どもをどなり続けていました。しばらくして子どもの心身にストレス症状が出始め、義母の施設入所に踏み切りました。（中略）たくさんの方々に支えられスクールカウンセラーにも助けられ感謝しています。人によって優先順位はさまざまですが、母親として一番守りたいものを守るための強さが必要だと思いました。

（出所：ダブルケアラーの声を集めた もっと！ハッピーケアノート、一般社団法人ダブルケアサポート編、2020年6月1日）

# 重度心身障害児の親の声

- ・ 母親40人インタビュー：もうしてやれないことが増えていく、自分がケアを担えなくなった後の子の生活について「考えられない」という。地域の施設や介護事業所等の受け皿も人手も不足し、家族支援が圧倒的に足りないことを痛感しているので、先を見通せない（第1義的責任は家族→それを前提とした社会資源）。
- ・ 老いへの戸惑いや苦悩は言語化されてこなかった：母親は、周囲の目（介護役割・療育機能）を内面化し、苦しいと感じる自分を「母親なのに」と責め、追いつめていった。
- ・ 「障害のある子の親」が、1人の生身の人間としての言葉を取り戻すには、耳を傾け、受け止めてくれる人が必要。

児玉真美『私たちはふつうに老いることができない 高齢化する障害者家族』大月書店、2020年

# きょうだいからのメッセージ

- 障がいのある人のきょうだいを“きょうだい”と書きます。
- “きょうだい”は、たとえ親でも辛い事などは言えないことが多いのです。我慢して良い子を演じるのです。
- “きょうだい”は、生活体験が狭くなりがちです。
- 障がいのある人の「自立」に向けた取り組みを親のみなさんは本気で考えてください。
- いずれ“きょうだい”が親に代わって、「保護者」になることを期待されることが多いですが、それは“きょうだい”にとって大きな負担になりがちです。

○「若いお父さんお母さんへ 障がいのある人の “きょうだい” の ホンネ」全国障害者とともに歩む兄弟姉妹の会（全国きょうだい会）

# コロナ下のケアラーは困っている

～より厳しいコロナ下のケアラー～

- 日本ケアラー連盟「新型コロナウイルス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替りの介護者が確保できているのはわずか **9%**

# 憎しみや虐待の増加

○憎しみ 3人に1人（連合調査、1994年・2014年）

○虐待は傾向として増加（厚労省調査、2021年度）

\*被虐待者 4人に3人は女性 認知症の症状 介護保険サービスを受けている8割強

\*加害者 約4割は息子 2割強は夫 2割弱が娘

\*虐待の発生要因（複数回答）

・虐待者の要因

①介護疲れ・介護ストレス 52.4% ②精神状態が安定していない 48.7%

③被虐待者と虐待者の虐待発生までの人間関係 47.3%

④理解力の不足や低下 46.3% ⑤知識や情報の不足 45.1%

⑥虐待者の介護力の低下や不足 43.7%

⑦他者との関係のとりづらさ・資源への繋がりづらさ35.6%

⑧孤立・補助介護者の不在等33.3% ⑨障害・疾病 32.2% など

・被虐待者の状況 ①認知症の症状 55.0% ②身体的自立度の低さ 42.9%

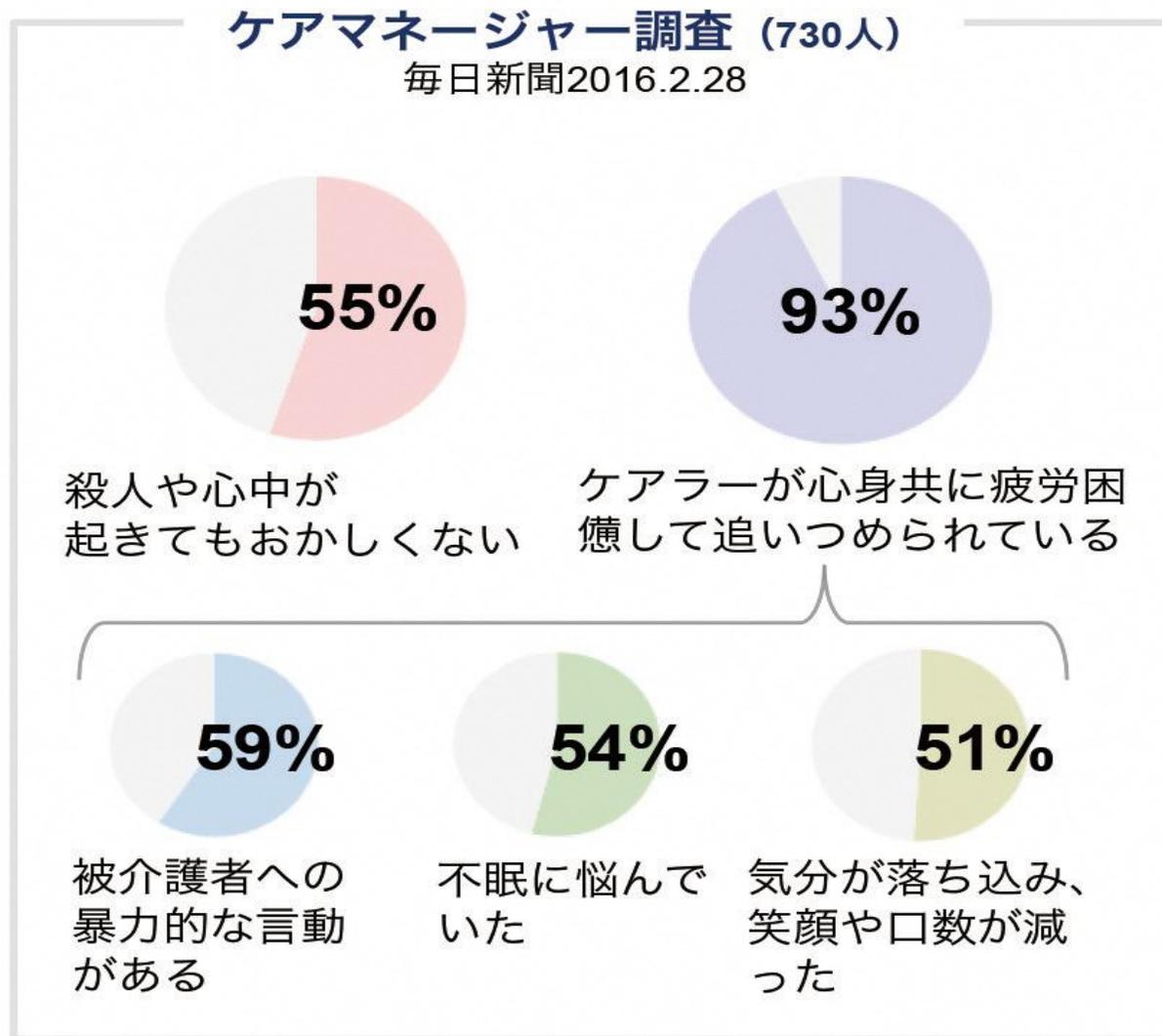
③障害・疾病 36.3%

④精神障害、高次脳機能障害、知的障害、認知機能の低下 31.5% など

・家庭の要因

①家族関係の問題32.1%、②経済的困窮（経済的問題） 31.8%

# 増える介護殺人・心中 (1カ月に3.6件)

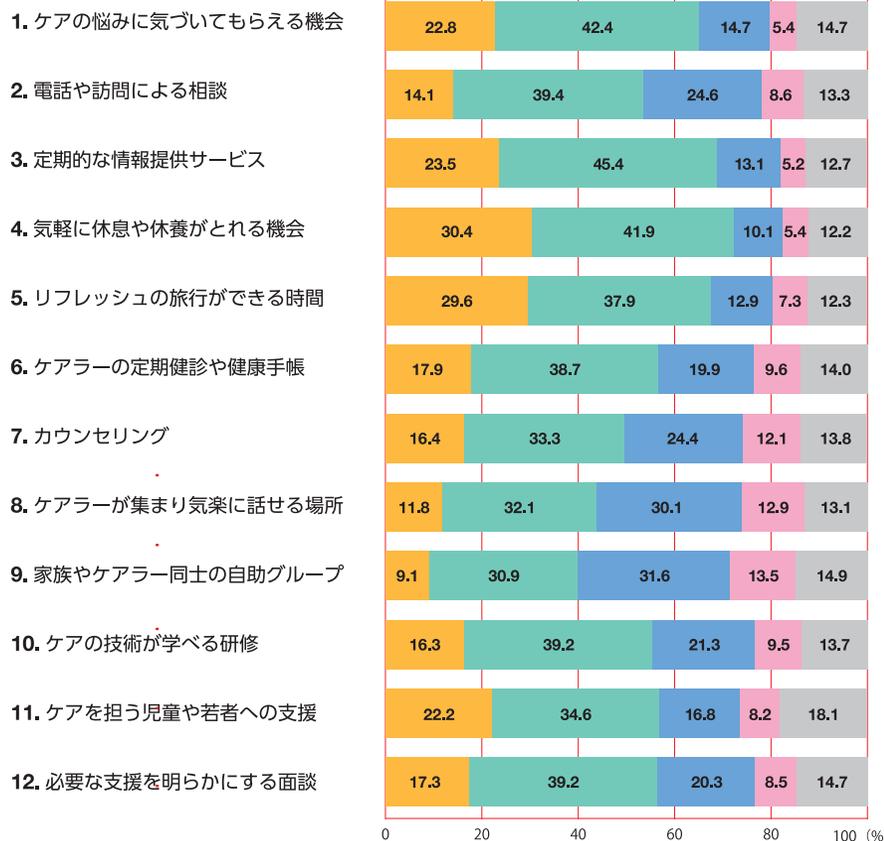


# 【参考】 ケアラー自身がほしい支援

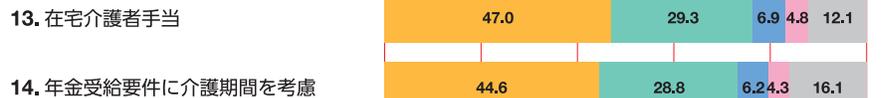
ケアラー自身がほしい支援 (2010年度ケアラー調査/回答者1,734人)

■ とてもほしい
 ■ まあまあほしい
 ■ あまりほしくない
 ■ 全くほしくない
 ■ 無回答

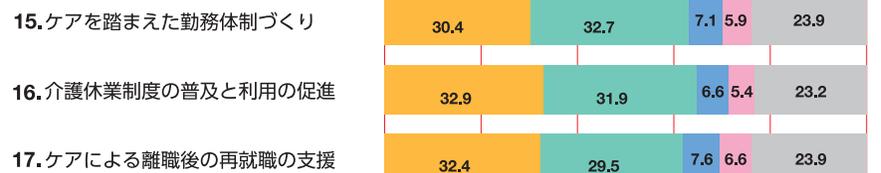
## 《ケアラーへの直接支援策》



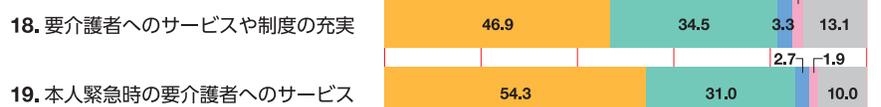
## 《経済的支援策》



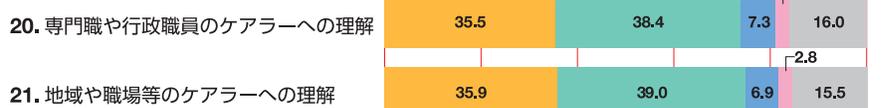
## 《仕事と介護の両立支援策》



## 《ケアをしている相手への直接支援策》



## 《ケアラーへの理解》



出所：NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン、平成22年度老人保健推進費等補助金老人保健健康増進等事業『ケアラーを支えるために 家族(世帯)を中心とした多様な介護者の実態と必要な支援に関する調査研究事業報告書』平成23(2011)年3月

## 4. ヤングケアラーの実態～全国調査を中心に

### ○児童・生徒を対象としたヤングケアラー実態調査（生活についてのアンケート調査）

対 象：県内公立小学6年生9,226回答（回答率81.3%）県内公立中学2年生8,224回答（回答率76.0%）

県内公立（全日制・定時制）高校2年生6,187回答（回答率82.3%）

実施方法：各学校を通じ調査票を配布、学校集約の上回収（無記名）

実施期間：令和5年6月から8月

### ○学校向け実態調査

対象県内公立小学校 回答数303（回答率94.7%）県内公立中学校158（94.0%）県内公立高等学校52（80.0%）

実施方法：県WEBシステム 実施期間：令和5年8月から9月

## 【教員対象の調査】

- すべての公立小・中学校、総合支援学校(特別支援学校)の教員を対象にアンケート調査。
  - ・新潟県南魚沼市446名(60.8%)、2015年
  - ・神奈川県藤沢市1812名(60.6%)、2016年

\*日本ケアラー連盟HPよりダウンロードできます
- これまでに教員としてかかわった児童・生徒のなかでヤングケアラーではないかと感じた子どもがいる(いた)
  - ・南魚沼市 25.1%
  - ・藤沢市 48.6%

# ヤングケアラーの実態調査（全国/学校・本人対象）

## 小学6年生調査（2022）

- 回答方法：学校(350校)に郵送・配付（約24,500）、自宅にて回答のうえ郵送
- 実施時期：令和4年1月
- 回収状況：9,759件 （日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022）

## 中学2年生・高校2年生調査（2020～2021）

- 回答方法：学校（1,000校/350校、47校、47校）を通じて案内し、Web上で回答
- 実施時期：令和2年12月～令和3年2月
- 回収状況：中学2年生 5,558人、全日制高校2年生 7,407人  
定時制高校2年生相当 366人、通信制高校 446人

（三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021）

## 大学3年生調査

- 回答方法：大学（396校）を通じて案内し（約30万人）、Web上で回答
- 実施時期：令和3年12月～令和4年1月
- 回収状況：9,679件 （日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022）

# ケアラーの存在率（世話をしている家族の有無）

## ヤングケアラー・若者ケアラー本人調査

厚生労働省調査（2020～2022年）

			長崎県
小学校6年生（調査数9,759）	6.5%	（15人に1人）	4.5%
中学2年生（調査数5,558）	5.7%	（18人に1人）	4.1%
全日制高校2年生（調査数7,407）	4.1%	（24人に1人）	2.9%
定時制高校2年生相当（調査数364）	8.5%	（12人に1人）	
通信制高校生（調査数445）	11.0%	（9人に1人）	
大学3年生（調査数9,679）	6.2%	（16人に1人）	

\*大学生：「現在はいないが、過去にいた」人4.0%は含まず

\*長崎県高校2年生は、全日制と定時制

出所) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(中高生)、日本総研(小学生、大学生)  
\*調査の実施時期、実施方法が異なるため、単純な比較は難しい事に留意

# ヤングケアラーの概念の認識（学校）

言葉知らない

言葉を知っており、学校として意識して対応している

厚労省調査（2020～2022年）

長崎県

小学校（調査数260） 0.4% 41.5%

80.2%

中学校（調査数754） 25.7% 20.2%

80.4%

全日制高校（調査数249） 21.3% 9.6%

88.5%

定時制高校（調査数27） 7.4% 22.2%

通信制高校（調査数35） 14.3% 0.0%

出所) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(中学校・高校)、日本総研(小学校)

\* 調査の実施時期、学校種が異なるため等、単純な比較は難しい事に留意

# 誰を①幼いきょうだい ②父母 ③祖父母

- 幼いきょうだい（幼い、障がい）  
小学6年生71.0% 中学2年生61.8% 高校2年生 44.3%  
長崎県 小学6年生74.2% 中高生57.2%
- 父母（身体、精神、依存症、日本語が苦手、わからない）  
小学6年生 33.0% 中学2年生 23.5% 高校2年生 29.6%  
長崎県 （小）母10.1%、父5.3% （中高）9.8%、5.2%
- 祖父母（高齢、要介護、認知症）  
小学6年生 15.8% 中学2年生 14.7% 高校2年生 22.5%  
長崎県 （小）祖母9.4%、祖父2.7% （中高）10.0%、5.8%

# どんなケア 小学6年生が行っているケア Top5

ケアの相手	1	2	3	4	5
きょうだい (幼いのみ)	見守り 53.0%	きょうだいの 世話・送迎 42.0%	家事 27.0%	身体的介護 26.7%	感情面の サポート 20.6%
きょうだい (幼い以外)	見守り 49.5%	きょうだいの 世話・送迎 36.8%	感情面の サポート 32.6%	家事 30.5%	身体的介護 23.2%
父母	家事 50.0%	外出の付き添い 18.9%	感情面の サポート 17.6%	病院への 付き添い 13.5%	身体的介護／ 見守り／金銭 管理 8.1%(同率)
祖父母	感情面の サポート 48.1%	見守り 44.2%	家事 36.5%	外出の付き添い 30.8%	薬の管理 13.5%

# 中学2年生が行っているケア Top5

ケアの相手	1	2	3	4	5
きょうだい	見守り 68.0%	家事 37.6%	きょうだいの 世話・送迎 34.0%	外出の付き添い ／感情面のサ ポート 21.3% (同率)	身体的介護 20.8%
父母	家事 73.3%	外出の付き添い 38.7%	見守り 24.0%	感情面の サポート 22.7%	身体的介護 17.3%
祖父母	見守り 57.4%	家事 42.6%	外出の付き添い 40.4%	感情面 のサポート 29.8%	身体的介護／ 薬の管理 14.9% (同率)

# 全日制高校2年生が行っているケア Top5

ケアの相手	1	2	3	4	5
きょうだい	家事 56.6%	見守り 53.7%	きょうだいの 世話・送迎 43.4%	感情面の サポート 17.6%	外出の付き添い 身体的介護 16.2%(同率)
父母	家事 68.1%	外出の付き添い 26.4%	感情面の サポート 17.6%	見守り 15.4%	金銭管理 12.1%
祖父母	見守り 52.2%	家事 43.5%	感情面 のサポート 31.9%	薬の管理 23.2%	身体的介護 21.7%

# いつから ケアを開始した時期

- 小学6年生でケアしている児童  
～6歳 17.3%、7～9歳 30.9%、10～12歳 40.4%
- 中学2年生でケアしている生徒  
就学前 8.8%、小学校低学年 16.3%、  
小学校高学年 34.2%、中学校以降 12.5%
- 全日制高校2年生でケアしている生徒  
就学前 6.2%、小学校低学年 9.4%、  
小学校高学年 13.0%、中学校以降 37.8%

## どのくらい

### ほぼ毎日ケアをしている児童・生徒が多い

- 小学6年生  
ほぼ毎日 52.9% (長崎県44.3%)、週に3~5日 16.0%、  
週1~2日 14.4%、1か月に数日 5.5%
- 中学2年生 (長崎県 中高 ほぼ毎日41.0%)  
ほぼ毎日 45.1%、週に3~5日 17.9%、週1~2日 14.4%、  
1か月に数日 4.7%
- 全日制高校2年生  
ほぼ毎日 47.6%、週に3~5日 16.9%、週1~2日 10.4%、  
1か月に数日 6.8%

# 平日も3時間以上ケアをしている児童・生徒がいる

- 小学6年生 (長崎県 1日平均お世話時間 2時間42分)  
平日の平均時間 2.9時間  
3時間未満 52.4%、3～7時間 22.8%、7時間以上 7.1%
- 中学2年生 (長崎県 中高 1日平均お世話時間 3時間12分)  
平日の平均時間 4.0時間  
3時間未満 42.0%、3～7時間 21.9%、7時間以上 11.6%
- 全日制高校2年生  
平日の平均時間 3.8時間  
3時間未満 35.8%、3～7時間 24.4%、7時間以上 10.7%

# 休日はケアする時間が増える

(埼玉県の高校2年生の場合)

平日：1時間未満 40.4%、1～2時間未満 27.4%

2～4時間未満 16.4%、4～6時間未満 2.4%

6～8時間未満 2.4%、8時間以上 1.5%

休日：1時間未満 26.8%、1～2時間未満 24.9%

2～4時間未満 19.4%、4～6時間未満 8.9%

6～8時間未満 6.1%、8時間以上 6.7%

(埼玉県：ケアラー支援計画のためのヤングケアラー実態調査 2020)

# ヤングケアラーが抱える問題・望むサポート

# 小学6年生が、 ケアのためにやりたくてもできないこと

- 自分の時間がとれない 15.1% 11.3%
- 友だちと遊ぶことができない 10.1%
- 宿題など勉強をする時間がない 7.8%
- 眠る時間がたりない 6.7%
- 遅刻・早退をしてしまう 3.2%
- 学校をやすんでしまう 2.9%
- 習い事ができない 1.0%
- \* 特にない 63.9%
- \* 長崎県 お世話により経験したこと 特にない 68.9%

(日本総合研究所:ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022)

# 中学2年生が、 ケアのためにやりたくてもできないこと

- 自分の時間がとれない 20.1% 10.1%
- 宿題や勉強をする時間がとれない 16.0%
- 友人と遊ぶことができない 8.5%
- 睡眠が十分に取れない 8.5%
- 部活や習い事ができない 4.7%
- 進路の変更を考えざるを得ない 4.1%
- 遅刻・早退をしてしまう 2.5%
- 学校に行きたくても行けない 1.6%
- \*特にない 58.0%
- \*長崎県 お世話により経験したこと 特にない58.3%

(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング:ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021)

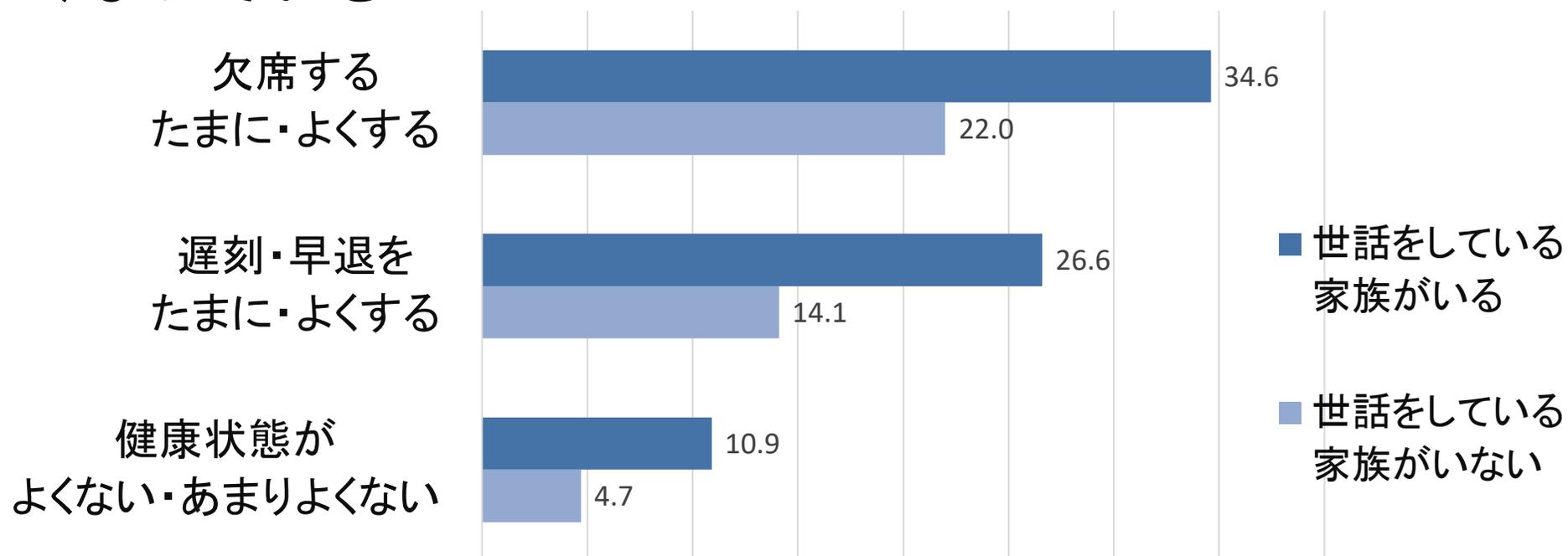
# 全日制高校2年生が、 ケアのためにやりたくてもできないこと

• 自分の時間がとれない	16.6%	18.7%	
• 宿題や勉強をする時間がとれない	13.0%	15.9%	
• 友人と遊ぶことができない	11.4%	8.2%	
• 睡眠が十分に取れない	11.1%	12.1%	
• 部活や習い事ができない	2.3%	4.9%	
• 進路の変更を考えざるを得ない	5.5%	4.4%	
• 遅刻・早退をしてしまう	2.9%	2.2%	
• 学校に行きたくても行けない	1.0%	1.6%	
*特にない	52.1%	*無回答	16.0%
*長崎県 お世話により経験したこと 特にない49.5%			

(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング:ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021)

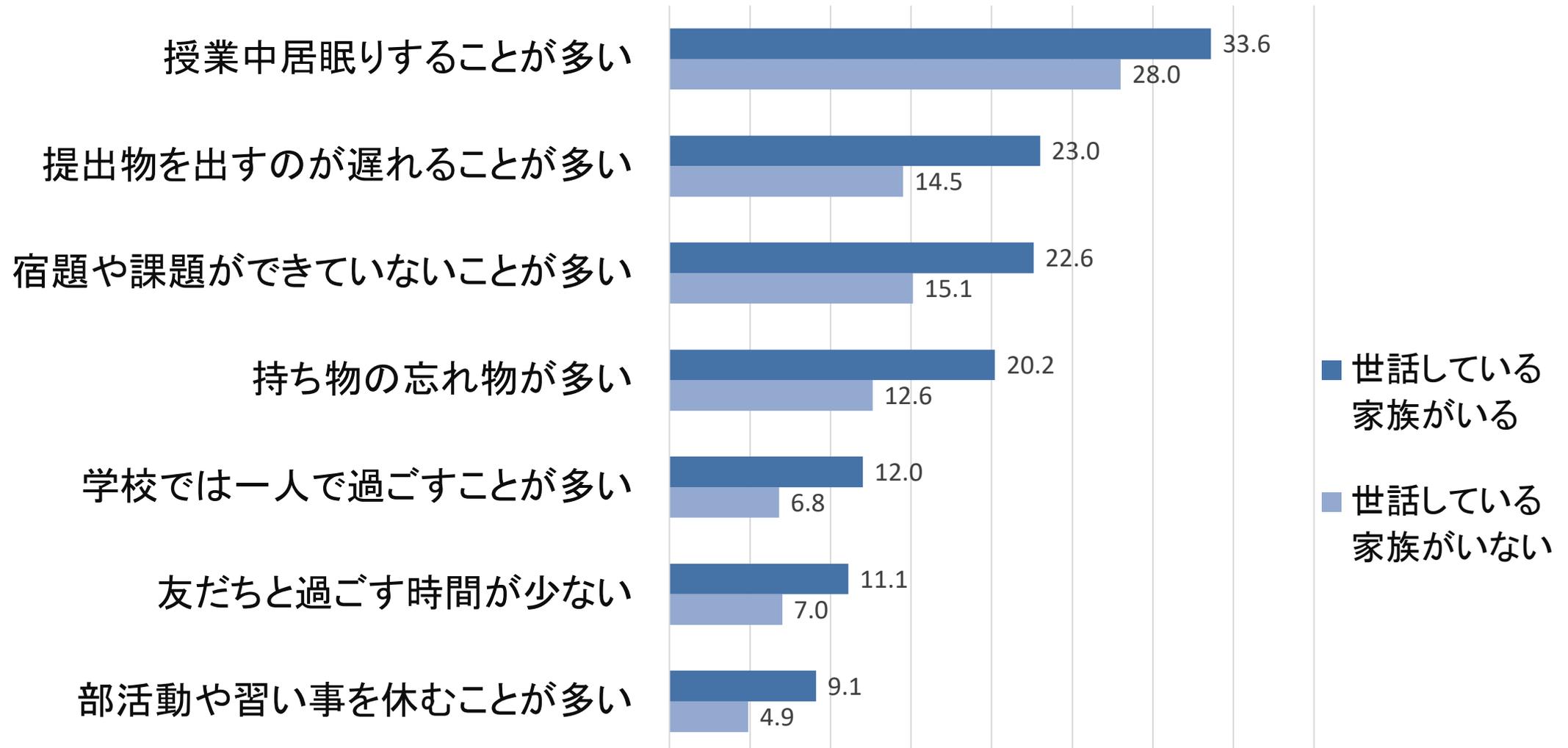
# 学校生活への影響（中高生）

中高生でも、ケアをしていない生徒に比べて、欠席や遅刻・早退が多くなっている



(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング:ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021 より作成)

# 学校生活への影響（中高生）



(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング:ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021 より作成)

## 埼玉県ヤングケアラー実態調査(高校2年生)

存在率 4.1%

(ケアの相手が幼いという理由のみ1.3%を含むと5.4%)

- 女性は約 6 割、男性は約 4 割
- 複数の家族をケアしている生徒は約 2 割
- 世話をしている相手は、  
母親24.0%、祖母20.3%、祖父13.6%
- 被介護者の状況 病気28.6%、高齢による衰弱20.4%、身体障害15.6%、認知症13.2%、幼い10.1%、精神障害9.2%、発達障害8.1%。知的障害8.1%依存症3.5% (複数回答)

## 埼玉県高校2年生の、 学校生活への影響

孤独を感じる	19.1%
ストレスを感じている	17.4%
勉強時間が十分に取れない	10.2%
自分の時間が取れない	9.8%
睡眠不足	8.7%
体がだるい	8.2%
友人と遊べない	8.0%
アルバイトができない	6.0%
授業に集中できない	4.7%
*影響なし	41.9%

(複数回答)

(埼玉県：ケアラー支援計画のためのヤングケアラー実態調査 2020 県内高校193校、高校2年生 55,772人対象、質問紙調査、回答48,261人 )

# ヤングケアラーの孤独・孤立

(ケアの協力者、ケアについて話せる人)

## ○ケアの協力者

### 全国調査

自分のみでケア

小学6年生10.6%、中学2年生9.1%、

全日制高校2年生11.4%、大学3年生20.0%。

## ○ケアについて話せる人

### 全国調査

ケアについて話を聞いてくれる人はいない

小学6年生21.9%、中学2年生38.4%、

全日制高校2年生36.0%、大学3年生44.6%

## ヤングケアラーの孤独・孤立（ケアについての相談経験）

○全国調査：世話について相談した経験 長崎県中高生 17.3%

「ある」 小学6年生17.3% (18.3%) 中学2年生21.6%

高校2年生（全日制）23.5% 大学3年生33.4%

「ない」の理由 1位「誰かに相談するほどの悩みではない」

6～7割（約8割）

「家族のことを知られたくない、話しにくい、  
偏見を持たれたくない」

「相談しても状況が変わるとは思わない」

小学6年生13.3% (10.1%) 中学2年生24.1%

高校2年生（全日制）22.8% 中高生16.3% 大学3年生33.0%

# 大人に求めるもの（長崎県）

## 小学生 助けてほしいことや必要な支援

- 自由に使える時間がほしい 13.3% 全国15.2%
- 勉強を教えてほしい 11.1% 13.3%
- 自分のことについて話を聞いてほしい 11.1% 11.9%
- お世話（一部／すべて）を誰かに代わってほしい 5.1% 9.1%
- わからない 5.8% 6.7%
- お金の面で支援してほしい 3.9% 5.4%
- \*特にない 54.7% 50.9%

（日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022）

# 中学生（長崎県は中高生）（全国） 助けてほしいことや必要な支援

- 学校の勉強や受験勉強など学習のサポート 16.2% 21.3%
- 自由に使える時間がほしい 12.9% 19.4%
- 進路や就職など将来の相談にのってほしい 12.5% 16.3%
- 自分の今の状況について話を聞いてほしい 6.2% 12.9%
- 家庭への経済的な支援 7.7% 9.4%
- わからない 20.6% 9.1%
- \*特にない 33.1% 45.8%

（三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021）

# 本当に影響が無いのか、望むサービスは無いのか

- 無理をしてしまう、格好つける年頃である  
何も支援をしなくてよいと考えるべきではない
- 客観的に見ると影響はあるが、日常になってしまうと気づきにくい  
(他の家庭の状況等と比較ができない)
- サービスの存在を知らない  
サービスを使えばケア負担が軽減できる、自身の時間も持てることに思いがいたらない (公的情報がない、ネットワークがない)

(埼玉県ケアラー支援に関する有識者会議等より)

# ケアラーと自覚していないことが多い

(全日制高校2年生、定時制高校2年生相当、通信制高校生)

ヤングケアラーに

- あてはまる 2.3%、定時制4.6%、通信制7.2%  
うち世話している家族がいる 15.0%、25.8%、28.6%
- あてはまらない 80.5%、68.0%、75.5%  
うち世話している家族がいる 42.3%、32.3%、32.7%
- わからない 16.3%、26.8%、16.9%  
うち世話している家族がいる 38.8%、38.7%、38.8%

(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021)

## \* 長崎県 ケアラーという言葉の認知度

聞いたことはない 小学生87.8% 中高生48.3%

## まとめ

ケアをすることが悪いわけではない  
ケアすることで得られることも多い

- 年齢の割に生活能力、判断能力を身につけている
- 病気や障がいについての理解が深い
- 聞き上手、忍耐強い、思いやりがある
- やりがいや家族との絆を感じている

# 現在の生活と将来に向けて支援が必要

- ヤングケアラーは、クラスに1人から2人  
相談もできず、孤独・孤立を感じてしまうことがある
- 過度なケア負担は、子どもの心身の健康や学校生活、  
人生に悪影響を及ぼすことがある
- 人間関係や学力を身につける時間と機会を奪われるこ  
とは、将来の選択へ影響する可能性が大きい

# 若者ケアラー 大学3年生の実態 (全国調査)

- 誰を **母親**35.4%、**祖母**32.8%、きょうだい26.5%、**父親**20.5%、**祖父**17.2%
- いつから **就学前** 9.2%、**小学校低学年** 8.4%、**小学校高学年** 11.1%、**中学校以降** 71.2%
- どのくらい **ほぼ毎日** 45.9%、**週に3~5日** 21.5%、**週1~2日** 14.9%、**1か月に数日** 15.4%
- 今後不安なこと・やりたいけれどできなさそうなこと  
自分の時間が取れない20.1%、**一人暮らし**ができるか15.9%、**恋愛・結婚**14.4%、  
希望する**就職先・進路の変更**13.6%、**睡眠**が十分取れない12.9%、**就職活動の時間**  
が取れない11.4%、**友人と遊ぶことができない**9.9% \*特にない51.9%
- 相談 ある33.4%、ない66.6%  
家族52.4%、友人49.7%、交際相手・配偶者16.7%、親戚14.8%、大学学生相談  
室・キャリア支援室など12.7%、指導教員11.5%  
相談しても状況が変わるとは思わない 33.0%

## 学校や大人に助けて欲しいこと、必要な支援（複数回答）

- わからない 28.3%
- 自由に使える時間がほしい 26.2%
- 特にない 26.2% （小6 50.9%、中2 45.8%、高2 37.9%）
- 家庭への経済的な支援 23.4%  
（小6 5.4%、中2 9.4%、高2 14.7%）
- 自分のいまの状況について話を聞いてほしい 21.7%
- 学校の勉強や受験勉強など学習のサポート 18.5%
- 家族のお世話について相談にのってほしい 10.6%
- 自分がしているケアの全てを代わってくれる人やサービスがほしい 7.4%

# 進学・就職への影響

## 大学進学に際し苦労したこと（大学3年生）

- 学費等の制約や経済的な不安があった 26.7%
- 受験勉強する時間がとれなかった 21.6%
- 実家から通える範囲等の通学面の制約があった 13.1%
- 進学するか働くか迷った 12.2%
- 家族等から世話を優先するよう求められた 10.7%

\*特にない 48.0%

（日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022）

## 就職に関する不安（大学3年生）

- 正社員として就職できるか不安がある 13.9%
- 通勤できる地域が限られる 13.4%
- 休まず働けるか不安がある 11.4%
- 就職先について考える時間がない 7.8%
- 働ける時間帯が限られる 10.7%

\*特にない 54.9%

（日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022）