

2022.11.15 北海道ケアラー支援推進シンポジウム

# 「ケアラー支援のこれまでとこれから」

～孤立するケアラーを地域へつなげるために～



ケアするあなたの願いや  
夢を一緒に叶えましょう



一般社団法人

日本ケアラー連盟

ケアラズカフェ 2012～杉並区



一般社団法人日本ケアラー連盟 代表理事

NPO法人 介護者サポートネットワーク

センター・アラジン

理事長 牧野 史子





# 日本ケアラー連盟とは

## Our Mission

1. ケアラーの課題を明らかにし、ケアラー支援の必要性を訴えます。
2. ケアラーの健康と生活、人権を守ります。
3. 法制化・条例化をはかり、社会全体でケアラーを支えるしくみをつくります。 \*ケアラー支援推進法
4. ケアラー支援で持続可能な社会をつくります。





# 介護で人生や仕事を あきらめなくていい社会の実現へ

VISION

1. 地域で孤立しがちな介護者を支援するしくみ
  2. 介護者をめぐる社会の命題と(システム)づくり
  3. 介護者への社会保障制度の実現
- 向き合い、問題解決

MISSION



# 今日の話

《ケアラー支援の変遷をながめ、本質と方向性を見据える》

\*ヤングケアラー施策からみえるケアラー支援の本質

I. ケアラー（家族介護者）支援のこれまで

II. ケアラーをひとりにさせないための地域の取り組み

III. ケアラー支援のこれから

さいごに

# はじめに ＊ケアラー支援における画期的な政策



## 1. ヤングケアラー支援が国の施策に

2018年～「ヤングケアラーの実態調査研究」

2021年3月 「ヤングケアラーの支援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携PJチーム立ち上げ」

## 2. 「ケアラー支援条例」がいくつもの自治体に広がる

●埼玉県・北海道・茨城県・長崎県

○北海道栗山町・三重県名張市・岡山県総社市・北海道浦河市・

岡山県備前市・栃木県那須市・埼玉県入間市・埼玉県さいたま市

# \*イギリスにおけるケアラー支援の展開



- 1980年代からヤングケアラーの存在が知られるようになり、  
1990年代初頭から調査研究や支援が行われる (三富紀敬2000)
- 学生介護者 (student carer) & 若い成人の介護者 (young adult carer)  
の発見 ⇒ 学生介護者支援政策 (student care policy) (2010年代)
- 「国民保健サービスおよびコミュニティケアに関する1990年法」ブレア政権下 本格化  
1999年 ケアラーのための国家戦略 (10か年計画)  
2004年 ケアラー (均等な機会) 法 Carers Act 2014  
(アセスメント権を自治体がケアラーに知らせる「義務」を規定)  
2014年 「子どもと家族に関する2014年法」  
(自治体のケアラー支援を「権限」から「責務」に強化)

「ケアをしない権利」と「ケアを主体的に担う権利」の両側面から子どもの育ちをみていく視点が大切

# ケアラー支援のこれまでとこれから

## I. ケアラー（家族介護者）支援のこれまで ～日本型介護の文化・規範の中で～

# \*日本での家族介護のイメージ



## ◆日本の基本的・伝統的な考え方

→家族が家族の面倒をみるのは「**当たり前**」

(ケアラー自身が抱える問題やニーズに充分配慮されている  
とはいいがたい) \***ケアの家族責任規範**

・介護は〇〇がすべき(・規範意識→周囲も自分自身も)

→長い間女性(妻・嫁)が担ってきた時代。

・2000年介護保険制度→「介護の社会化」←同居家族モデルに基づく

「**家族は介護の含み資産**」

・2006年「高齢者虐待防止法」の制定 →家族は加害者?(**養護者支援**)

・介護離職・介護殺人などにみられる介護による社会的孤立

# \* ケアラーとは



・あらためて「ケアラー」の定義とは

- ◇家族介護者に限定されない(友人・知人を含む)
- ◇高齢者ケアに限定されない(障がい・疾病・依存症の人を含む)
- ◇介護労働者を含まない(無償・unpaid work)

ケアラーとは、「介護」「看病」「療育」「世話」「こころや身体に不調のある家族への気づかい」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ことです。(日本ケアラー連盟)

\*ケアラーを表す用語・・【(ご)家族・介護者・家族介護者・ケアギバー】

こんな人がケアラーです

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ことです。



障害のある子どもの子育て・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親の介護をしている



遠くに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

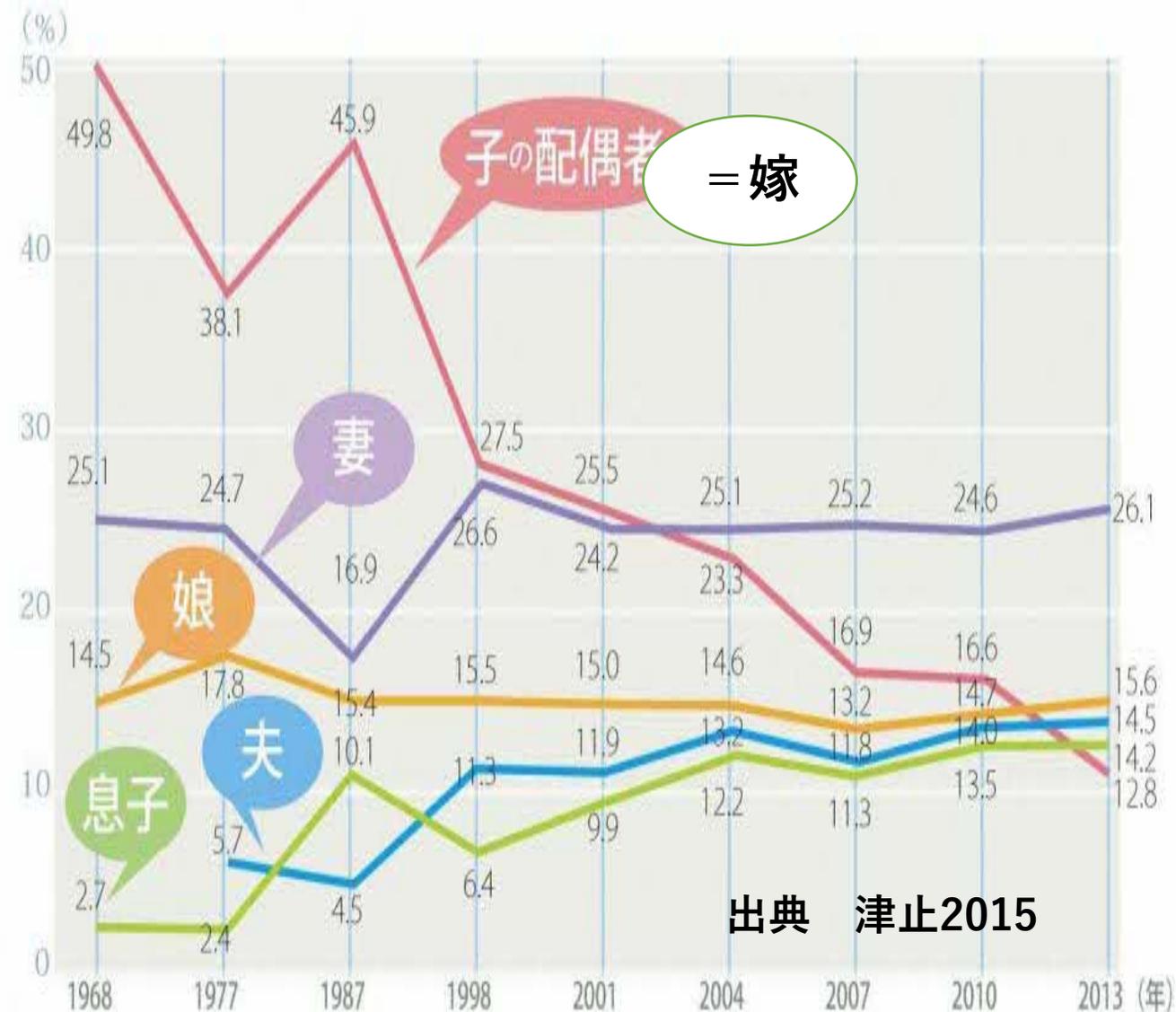


障害や病気の家族の世話や介護をいつも気にかけている

# \*ケアラー支援が必要な背景

～時代とともに地域社会・家族が変化。追いつかない方策～

1. 急速な高齢化とともに、ケアの必要な（要介護者・障害者）が増えつつある。介護期間の長期化。
2. 核家族化、世帯構造が変化し、小世帯している。兄弟の数も減少。
3. ケアの担い手が少なく、多様化。（ケア役割は、若年層にも）
4. 未婚化・非婚化・晩婚化 - シングル・ダブルケアラーの増加
5. 雇用不安 - 社会保障がない。
6. 地域のつながりが希薄化、気軽に相談する人がいない。



# \*多様化する社会問題としてのケアラー問題

## 多様な介護者と属性

<本人> <介護者(属性に着目)>

- 高齢の夫・妻 ← 高齢の(妻・夫)介護者
- 高齢の母親 ← シングルの「(娘・息子)ケアラー」
- 子育てと介護を両方担う「ダブルケアラー」
- 障害者(児)の「親ケアラー」
- 舅・姑の多重介護を担う「嫁ケアラー」
- ひきこもりの子どもと親の介護の「多重ケアラー」
- 精神障害の母親のケアを担う「ヤングケアラー」

## 介護が及ぼす影響

心身の健康悪化  
2人に1人

うつ症状  
4人に1人

社会的孤立  
3人に1人(認知症)

学業・キャリア形成  
人生イベントの機会損失

介護離職  
10万人/年

経済的困窮  
・貧困

10年で約450件  
介護殺人・心中

# I-(1) 家族介護者支援のこれまで 【施策=公的支援】

## 介護保険制度等における家族介護者支援

I. 地域支援事業の中の**家族介護者支援事業**→ あくまでも**任意事業**

①介護教室の実施 ②認知症高齢者見守り事業

③**家族介護継続支援事業** (⇒家族の身体的・精神的・経済的負担の軽減)

ア 健康相談・疾病予防相談

イ 介護者交流会の開催

ウ 介護自立支援事業(慰労金・介護用品の支給)

II. オレンジプラン「認知症推進5か年戦略」⇒2015年新オレンジプラン

7つの柱の中に「認知症の人の**介護者**への支援」

「認知症の人やその家族の視点の重視」

●実際には「**認知症カフェ**」の中での支援にとどまる

# I - (2) 家族介護者支援のこれまで 【地域＝共に助けあう】

ピアカウンセリングによるコミュニティづくり

I. 患者および家族による「当事者（自助）グループ」による“分かち合い”の場

認知症家族会等

がん・難病などの患者会・家族会

障害別家族会

⇒病院・保健所・社会福祉協議会が立ち上げや運営のサポート

II. 介護者サロンなどのケアラーサポーターを含めた地域での“たすけあい”の場（2007～）

⇒NPO等が地域ボランティアを育成、立ち上げ&運営支援

III. オレンジカフェ・認知症の理解促進と相談の場・専門職もかかわる（認知症施策の一環）

ケアラーズカフェ・・・ほぼ常設・地域でふらっと立ち寄れる場（2012～）  
（ランチなど食事も摂れる）

\*【孤立の解消・想いの共有・情報交換・学び・仲間を得る】<sup>4</sup>

# \*自治体による積極的なケアラー支援のしくみ事例

- 《岩手県花巻市》 2009
- ・認定調査をしていて、サービスを利用していない人へ訪問  
→社協へ委託

- 《神奈川県秦野市》2006
- ・介護保険利用者について調査  
↓
  - ・軽うつ以上の人が半数  
↓
  - ・自治体から訪問電話
- \*介護者サロン設置**

実態調査↓アウトリーチ訪問

- 《北海道栗山町》 2010全世帯調査
- ・町が「ケアラズカフェ」  
（「サンタの笑顔」）
  - ・「在宅サポーター」 2人組での訪問  
「ケアラー手帳」「ケアラー度チェック」

- 《福井県》
- ・啓発動画（ケアラー・および支援者向け）
  - ・「アセスメントシート」の活用  
（見守りポイント）  
→（対象：ケアマネ&地域の人）

# ケアラー支援のこれまでとこれから

## Ⅱ. ケアラーをひとりにさせないための 地域資源の取り組み

～市民やNPOの取り組みから～

# I 家族介護者支援のこれまで 【地域編=共助】

## 地域サポーターの育成支援による介護者サロン事例 (NPO)

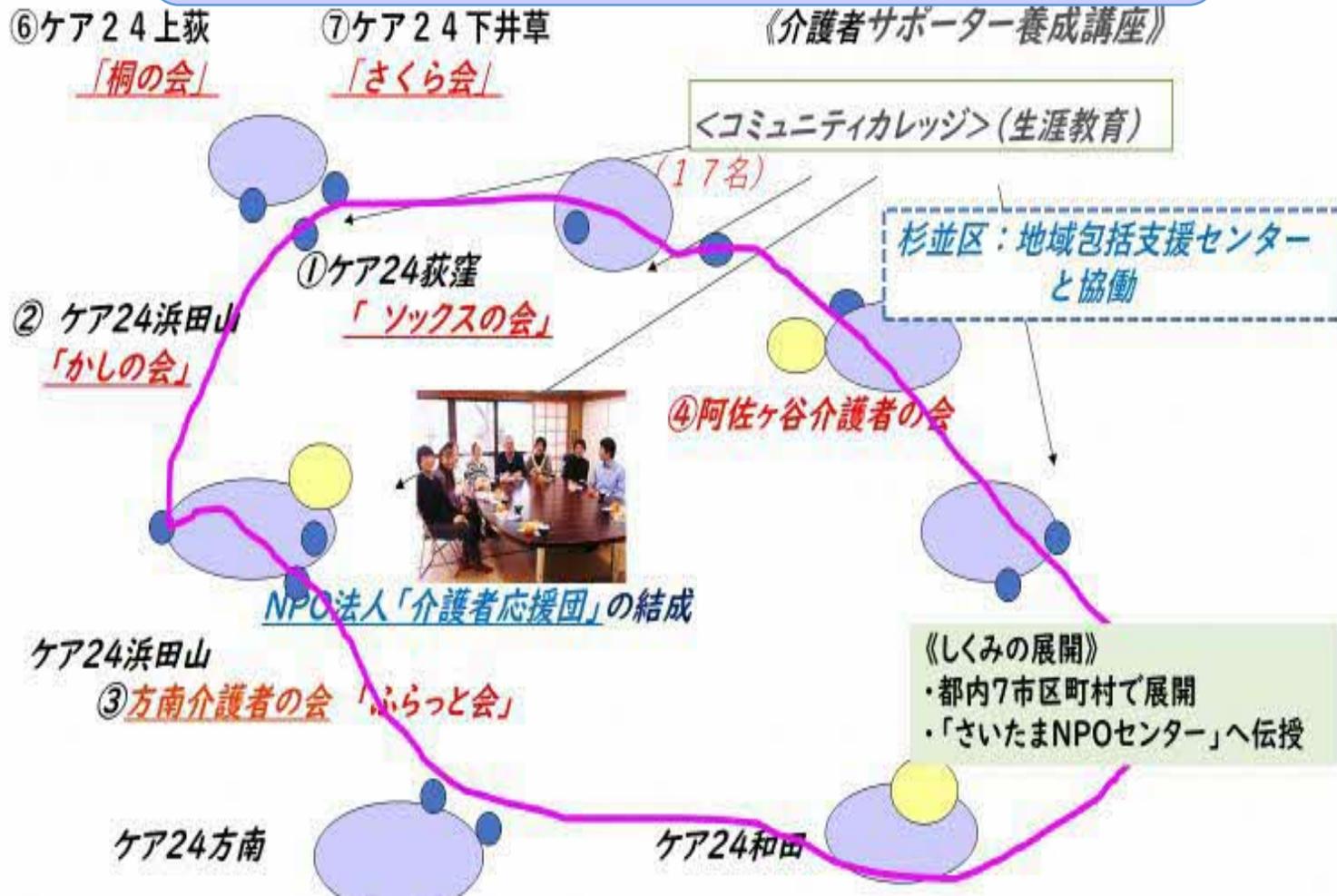
### 「介護者サロン」の の立ち上げ支援事例 (県レベル)

埼玉県下での介護者サロン立ち上げ  
(さいたまNPOセンター)

- ・「介護者セミナー」の実施  
誕生した介護者支援グループは29団体  
介護者サロンの数では31か所



### 「介護者の会」の 立ち上げ支援事例 (市区町村レベル)



# \*属性別・ライフステージ別サロンのすすめ

## ◎息子サロン



- ・ 介護のこと
  - ・ 親・兄弟の関係性
  - ・ 自分自身のこと
  - ・ 仕事のこと など
- \* 共感・情報共有

## ◎娘サロン



- ◎ 「ヤングケアラー」 オンラインサロン
- ◎ (子育てと介護) 「ダブルケアラー」 カフェ
- ◎ 「ポストケアラーサロン」 (=グリーフケア)

## ◎ 「男性介護者の会」

ヤングアダルト  
(ミドルエイジ)  
ケアラーの  
つどい場が必要



- ◎ 「ワーキングケアラー」
- ◎ 「シングルケアラー」  
サロン

**\*今後必要な若者介護者就労応援事業  
～人生や生活の伴走支援～ (アラジン)**

**\*おもに40代～50代シングルケアラー**

**《介護をきっかけに離職》**

- 失職のまま再就職できない
- 非正規パートで将来不安
- 心身の健康を害している

うつや疾病(がんなど)

- 一人っ子で誰も頼れない
- 看取り後のグリーフ・ケア

**《タイミングとしての転職・失職 ・閉じこもりから》**

**\*復職・転職支援**



# \*常設型「ケアラズカフェ」の多様な事例（NPO等）

◎レストラン型



◎個人宅（空き家活用）型



◎センター型



◎行政設置型



◎個人宅（住み開き）型





# ～個人宅リビングを地域に開放（地域拠点） ・ \*住み開きカフェのすすめ（2017～杉並区）

## ケアラーズカフェin 都会（まち）の実家

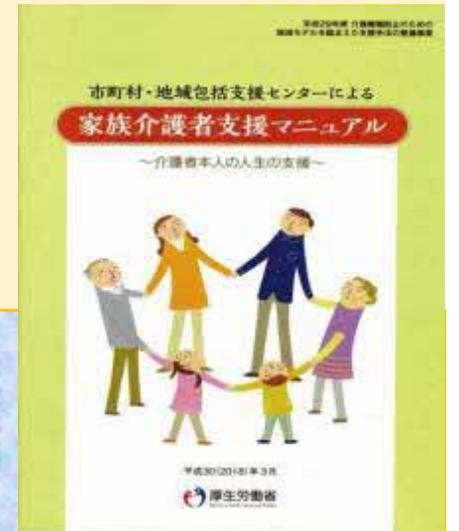
- ・ 月&木（週2）にワンコインランチ（20～25食）  
 厨房ボラさんの活躍
- ・ ゆったりとした実家の雰囲気 《「住み開き」事例》
- ・ 月1回（土曜日）介護する娘のつどい



# ケアラー支援のこれまでとこれから

## Ⅲ. ケアラー支援のこれから

～さらに参考にしたいイギリスのケアラー支援～



## \*参考：英国のケアラー支援

<1995年ケアラー支援法>

全国にケアラーズセンター

(ケアラーズUKなど)



- ① 啓発活動・サポート活動  
(カフェ、集いなど)
- ② カウンセリングやセラピー
- ③ 助言や情報提供による個別支援
- ④ 情報サービス
- ⑤ 経済的支援・職業訓練・斡旋など
- ⑥ ヤングケアラーへの支援  
(チャリティ団体：ワークショップ・  
クラブ・アセスメントやサービス調整・  
・外出イベント・送迎など )
- ⑦ メンタルヘルスに対応した支援
- ⑧ 緊急時への対応
- ⑨ 医療機関に対する働きかけ
- ⑩ 多文化社会への対応

## \* 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

### Hillingdon Carers Centre

- 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、歌（芸術・文化等のアクティビティ活動）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
- ケアラーの集いに外部講師が権利擁護について説明するような機会の提供（サットン）
- 働くケアラーのための、夜の集いの開催
- ヤングケアラーに特化する活動。



ヒリンドン：人どおりの多い場所



サットン：ケアラーの集う部屋

## \* ヤングケアラーへの支援

- 多様なヤングケアラーへのアウトリーチ策（学校への働きかけ、他の兄弟姉妹へのアプローチ、子供向けのホームページサイトの開設、子どもが楽しめるプログラムの充実など）
- ヤングケアラー・サービスマネジャー成人のためのワーカー（ヤングケアラー担当）、アクティビティ・ワーカー（サットン）



「yc space」というヤングケアラーのための部屋（サットン）インターネット、ゲームなどが用意されており、ヤングケアラーが集い、休息できる場



# ケアラー支援のこれから（展望）

《法制度とケアラー支援》 ケアラーの人生や生活＝ウェルビーイングへ

## 1. 「ヤングケアラー支援施策」の拡がり

⇒ アセスメントの実施などケアラー支援の基本的な

視座やサービスが充実していく（子ども・若者支援）

## 2. 「ケアラー支援条例」の拡がり

⇒ **法制度（ケアラー支援推進法）**の制定をめざす

公的支援の充実

《ケアラーを孤立させない地域づくり》＝共生社会の実現につながる

1. **市民参画**による「地域資源の開発」と人材育成

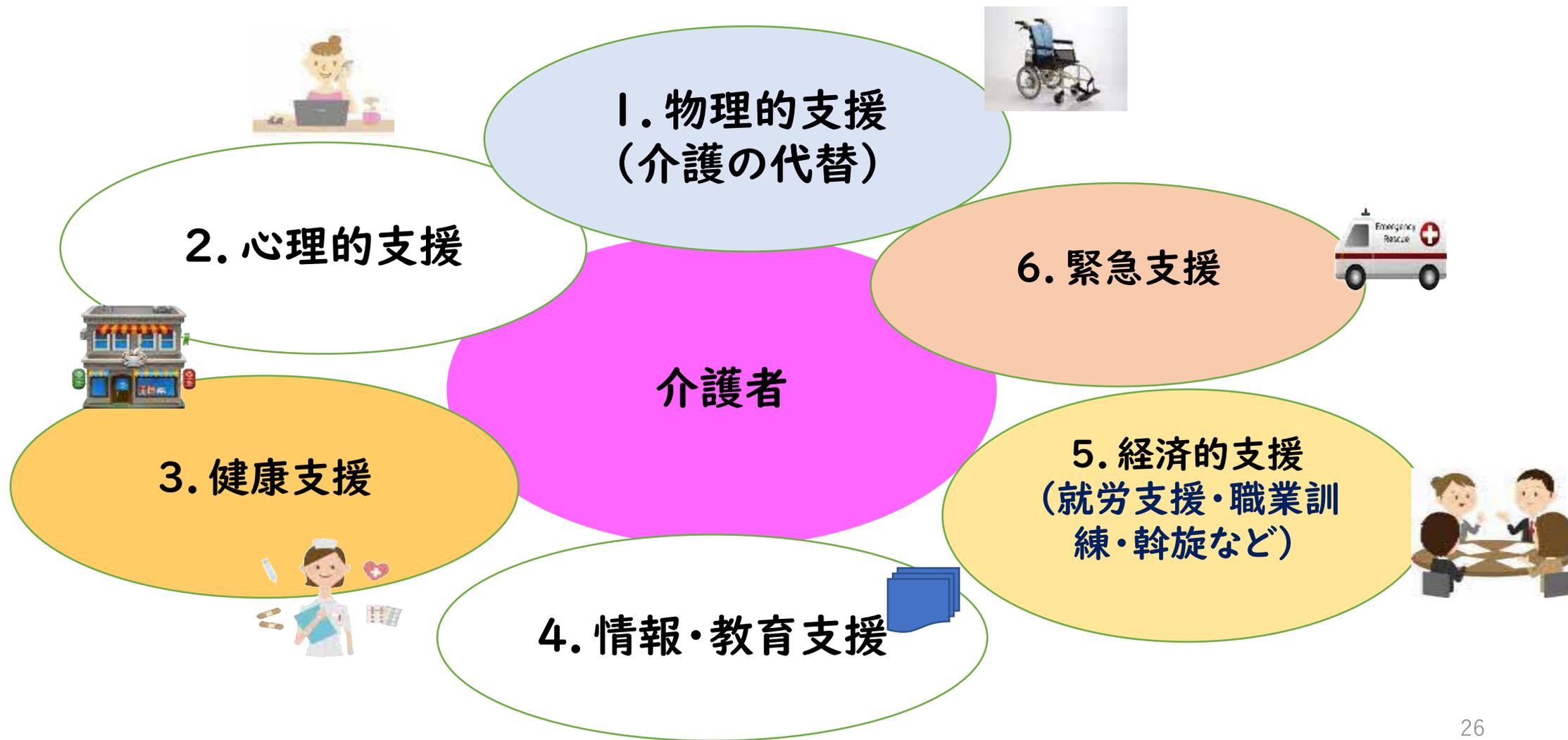
2. **ケアラー支援専門員（コーディネーター）**の創出

3. **安心できる多彩な地域の居場所・緊急支援**の設置

共助のしかけ



# \*介護者支援に必要な多面的側面



# さいごに



- どんな世代においてもケアラー支援は必要。  
本質的な“ケアラー支援”の扉はまだ空いたばかり。
- 今後は、ケアラー当事者を中心に据えながら、地域住民・自治体等の協働体制のもと、いかに地域の資源開発が進むかがキー。

- そのための北海道ケアラー推進センターのハブ（拠点）としての機能、また全国のモデル事業推進役としての役割を大きく期待されています。
- みなさんもぜひこうしたケアラー支援活動や推進運動の一翼をそれぞれの地域でぜひ担っていただけたらと願っています。