

支える人を、ひとりにしない。

議 事 録

開催 令和4年 (2022年) **11月15日** 火 **13:30～16:00**

プログラム

- 13:30～13:35 **開会・挨拶**
北海道保健福祉部次長兼高齢者支援局ケアラー支援担当局長 野澤 めぐみ
- 13:35～13:50 **行政説明：「北海道のケアラー支援の取組について」**
北海道保健福祉部高齢者支援局高齢者保健福祉課長 高屋 正人
- 13:50～14:00 **令和4年度の取組事業紹介：「“ヤンサポ”の開設から5ヶ月が経過して」**
北海道ヤングケアラー相談サポートセンター センター長 加藤 高一郎 氏
- 14:00～14:40 **基調講演：**
「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」
一般社団法人日本ケアラー連盟 代表理事 牧野 史子 氏
- 14:40～14:50 **市町村の取組紹介**
小樽市福祉保険部福祉総合相談室地域共生社会推進担当 主幹 中村 寿春 氏
- 14:50～15:00 **休憩**
- 15:00～16:00 **パネルディスカッション：「支え合いのまちづくりに向けて」**
【コーディネーター】
北海道社会福祉協議会ケアラー支援推進センター センター長 中村 健治 氏
【パネリスト】
一般社団法人日本ケアラー連盟 代表理事 牧野 史子 氏
福祉支援相談ブリズム 代表 吉田 綾子 氏
栗山町社会福祉協議会 スマイルサポーター 高橋 みはる 氏
(ケアラー支援専門員)

配信 当シンポジウムは、アーカイブ配信を行っております。

<https://www.youtube.com/watch?v=iOKoMv9d8Ro>



令和4年4月1日 北海道ケアラー支援条例 施行

北海道ケアラー支援条例の目的である、全てのケアラーとその家族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のできる地域社会の実現に向け、ケアラーの置かれている状況やケアラー支援の必要性などについての理解を深めます。

■開会・挨拶

【司会】

ただいまからケアラー支援推進シンポジウムを開会いたします。

今年度は、「支える人を、ひとりにしない。」を主題として開催いたします。私は、本日の司会を務めます北海道保健福祉部高齢者支援局高齢者保健福祉課の北山と申します。どうぞよろしくお願いたします。

はじめに主催者を代表して、北海道保健福祉部次長兼ケアラー支援担当局長の野澤めぐみより開会に当たり、ご挨拶申し上げます。

【保健福祉部次長兼ケアラー支援担当局長】

北海道保健福祉部次長兼ケアラー支援担当局長の野澤でございます。

会場にはお集まりいただきました皆様、またオンラインでご視聴くださっている皆様、本日はご参加いただき、大変ありがとうございます。

道では道内のケアラー・ヤングケアラーの状況を把握した上で、適切な支援につなげていくために、昨年度と今年度、高齢者・障がい者を介護・援助している方や、小学生・中学生・高校生・大学生などを対象に実態調査を実施いたしました。

その結果、ケアラーは家族から頼りにされる一方で、介護に関する悩みや不安を知られたくないとの思いから、周囲に相談できず心身に負担を抱えている場合があること、特にヤングケアラーの場合、ご本人やご家族にケアをしているという自覚がないことなどから、支援のニーズが表面化しにくいといった課題があることが分かりました。

道では、こうした実態調査の結果を踏まえた上で、道民が一体となってケアラーを支える地域づくりを進めるため、本年4月1日に「北海道ケアラー支援条例」を施行いたしました。

また、この条例を踏まえて、ケアラー支援を効果的に推進するため、来年4月の開始を目指して、現在「北海道ケアラー支援推進計画」の策定を進めております。

北海道ケアラー支援条例では、道のケアラー支

援の基本的施策として、普及啓発の促進、早期発見及び相談の場の確保、ケアラーを支援するための地域づくりの3つの柱を掲げております。

本日は、この3つの柱の一つである地域づくりに焦点を当ててご議論いただく予定です。

地域の中でケアラー・ヤングケアラーとご家族が安心して暮らすためには、公的サービスの十分な活用はもちろんのことですが、地域全体でケアラーご本人やご家族を支える地域づくりの視点が重要です。

本日のシンポジウムでは、まずヤングケアラーへの相談支援に取り組み、現在、道が設置したヤングケアラー相談サポートセンターでセンター長を務める加藤高一郎様より、センターの活動状況についてご報告いただきます。

続きまして、日本ケアラー連盟代表理事の牧野史子様から、ケアラー支援に長く取り組んで来られたお立場から、ケアラーを地域で孤立させない支援の仕組みについてお話しいただきます。

また、道内市町村のケアラー支援の取組事例といたしまして、小樽市福祉保険部福祉総合相談室の中村寿春様から、同市におけるケアラー支援の取組をご紹介します。

さらに、パネルディスカッションでは、牧野様に加えまして、ご自身も長いケアラー経験があり、現在、福祉相談事業所代表を務めている吉田綾子様、全国市町村に先駆けてケアラー支援条例を策定し、誰もが安心して介護や看護ができる地域づくりに取り組まれている栗山町において、ケアラー支援専門員を務める高橋みはる様の3名をパネリストに迎えまして、地域づくりのあり方についてご議論いただきます。

コーディネーターは日本ケアラー連盟理事であり、北海道社会福祉協議会で今年度立ち上げたケアラー支援推進センターのセンター長を務める中村健治様をお願いしております。

最後になりますが、本日のシンポジウムが皆様にとって実り多いものとなるよう祈念いたしまして、私の挨拶とさせていただきます

本日はどうぞよろしくお願いいたします。

■行政説明

【司会】

続きまして、北海道のケアラー支援の取組について、北海道保健福祉部高齢者支援局高齢者保健福祉課長の高屋正人より行政説明をさせていただきます。

使用する資料番号は、資料①でございます。

【高齢者保健福祉課長】

皆様こんにちは。高齢者保健福祉課長の高屋と申します。本日はシンポジウムに参加をいただきまして、ありがとうございます。

私からは、資料の「北海道のケアラー支援の取組について」ということで、行政説明をさせていただきます。

まず、ケアラー・ヤングケアラーという言葉ですが、特にヤングケアラーにつきましては、最近メディアなどで取り上げられる機会が増えまして、内容をご承知の方もいらっしゃると思います。イメージとしましてはこの資料の中にありますとおり、家族の介護や援助などのケアを行っている方のことを指しております。

ここ数年、国による全国調査の結果などを踏まえて、家庭内でケアを担っている方々への支援が必要ではないかという議論がさまざまな場面で行われるようになりました。

家族介護を取り巻く世帯の状況などについては、左の図、人口に占める高齢者の割合が高まる高齢化、右の図は出生率が低下する少子化、家族の規模が小さくなる核家族化、こういった社会構造の変化は全国的な傾向となっております。折れ線グラフの青が全国平均で、赤が北海道ですが、本道ではこれらの傾向が全国平均を上回って進展しており、世帯の小規模化が進んでいると考えられます。

こうした傾向が今後さらに進展していきますと、一人の介護者にかかる負担は大きくなっていくことが見込まれます。

このような社会構造の変化を背景としまして、令和2年度に初めて、ヤングケアラーの全国調査

が実施されたことなどを受け、道としても道内のケアラーに関する実態を把握する必要があると考え、令和3年度に道独自に調査を実施したところでございます。

その結果、関係機関におけるケアラーの認知度が高くないことのほか、相談できる人や場所の支援を求めているケアラーが多いこと、ヤングケアラーでは約8割がケアに関する悩みを相談した経験がないことなどの実態が明らかとなっております。

そして、これらの課題を踏まえ、今後の支援のあり方を有識者会議などで検討・協議した結果、道民が一体となってケアラーとご家族を支える仕組みづくりが必要との判断に至り、今年4月に北海道ケアラー支援条例を施行したところでございます。

現時点においては、ケアラー支援を直接に規定した法律はございませんが、国では厚生労働省と文部科学省によるヤングケアラー支援に関する共同プロジェクトチームが発足しまして、令和4年度から6年度までの3年間を集中取組期間に定めております。(2)にあるとおり、令和2年度の埼玉県を皮切りに、全国各地で条例化の動きや独自の取組が拡がりを見せているところです。

道の条例は、都道府県としては全国3例目の制定となっており、今後、鳥取県や長崎県で制定の予定がありますほか、検討中としている自治体も複数ある状況でございます。

先ほど述べましたように、道の条例は実態調査の結果を踏まえた内容としており、その課題に対応する取組を基本的施策に位置付けております。

この基本的施策とは、普及啓発の促進、早期発見及び相談の場の確保、ケアラーを支援するための地域づくりの3つを指しております。これらを3つの柱として関連する施策に取り組んでおり、取組内容をいくつかご説明させていただきます。

1つ目として、普及啓発の促進に関する取組です。ケアラーの方々に適切な支援につなげるためには、社会的認知度の向上が大変重要であります。このことから、広報活動として道のホームページ

のほか、TwitterやFacebookなどSNSの活用、広報紙「ほっかいどう」における記事の掲載などを行ってまいりました。

ご覧になった方もいらっしゃると思いますが、ケアラーの認知度向上を図るため、ポスターやリーフレットなどの啓発資材を作成して、8月から市町村や関係機関、学校など、約1万5千箇所に配布するとともに、官民協働の枠組みを活用し、大手コンビニ等の協力を得て、店舗でのポスター掲示やリーフレット配架を実施したところです。

なお、複数の関係団体や企業から普及啓発に関する申し出をいただくなど、こうした取組の相乗効果も実感しているところです。

2つ目として、早期発見及び相談の場の確保に関する取組です。先ほども述べましたが、道が実施した実態調査の結果では、相談相手や窓口を求めているケアラーが多く、ヤングケアラーの大半が誰にも相談したことがないことから、これを踏まえ、地域において適切な相談支援が行われるよう、市町村や関係機関の職員、教職員などを対象とした研修を実施しております。市町村や関係機関の職員向けには、北海道社会福祉協議会に委託して全道10箇所で、ヤングケアラー支援に携わる職員向けには、児童家庭支援センターを運営する法人に委託をして全道8箇所で、いずれも10月から実施しているところです。教職員向けには、いつでも校内で受講できるよう、講義動画の視聴とグループワークをセットにしたオンデマンド研修を実施しているところです。

これら研修のほか、支援を必要とするヤングケアラーを適切な窓口へつなぐため、5月からこれも児童家庭支援センターを運営する法人に委託をして、コーディネーターを道内8つの児童相談所管内ごとに配置をしますとともに、6月から後ほど取組をご紹介します加藤さんが代表を務める団体に委託をして、相談経験がない児童生徒も気軽に相談できるヤングケアラーの専門相談窓口を設置するなど、ニーズが表面化しづらいヤングケアラー専門の取組を実施しているところです。

次に3つ目としまして、ケアラーを支援するための地域づくりに関する取組です。

ケアラーの方々とそのご家族が安心して暮らすためには、地域全体でケアラーを理解し、相互に支え合う意識を醸成していくことが大切です。こうした地域におけるケアラー支援体制の構築に向け、市町村などへ助言等を行うアドバイザー派遣を7月から、これも道社協に委託をして実施しているところです。

このほか、専門相談窓口と同様に委託をして、ヤングケアラーの方同士で気軽に話し合うことのできる居場所づくりとして、児童生徒が参加できるオンラインサロンも7月から開始しております。

最後になりますが、道の条例では、ケアラー支援を実効性あるものとする目的で、個々の施策を総合的に推進していくための計画を年度内に策定し、公表することとしております。計画期間は、令和5年度から7年度の3年間で、この間に取り組む3つの柱に対応する各種施策はもとより、パブリックコメントを実施して、皆様から寄せられたご意見やご要望を計画の策定において反映させるよう努めてまいります。

私からの説明は以上になりますが、実際の取組の紹介や基調講演、パネルディスカッションがこの後にございますので、皆様方にはぜひこの機会にケアラー支援に関する理解を深めていただきますとともに、ケアラーとご家族を地域社会全体で支えるまちづくりにご協力いただければと思います。これをお願い申し上げて、私の説明を終わります。どうもありがとうございました。

■令和4年度の取組事業紹介

【司会】

続いて、今年度の取組事業の紹介に移ります。「“ヤンサポ”の開設から5ヶ月が経過して」と題して、道が委託しております北海道ヤングケアラー相談サポートセンターのセンター長でいらっしゃいます加藤高一郎様にご報告いただきます。使用する資料番号は、資料②です。

本日、加藤様は帯広にご出張中のことで、オンラインでつないでおります。

それでは、加藤様よろしくお願いたします。

【加藤 高一郎 氏】

北海道ヤングケアラー相談サポートセンターの加藤と申します。よろしくお願いたします。今日は別の研修がありまして、今帯広からお話をさせていただいております。不慣れな部分もありますが、よろしくお願いたします。

今お話しいただいたように、江別市でもともと「えべつケアラーズ」という団体で活動しておりまして、2015年からケアラー支援について活動をしていた団体でございます。おそらくヤングケアラー支援に関しては、北海道で一番早くやらせていただいたのかなと思っております。

現在もヤングケアラーのいろいろな研修会で、あちこち道内を回っておりますので、また皆さんご要望ありましたら、広報活動をさせていただきますので、呼んでいただければと思います。

“ヤンサポ”、ヤングケアラー相談サポートセンターということで、5ヶ月が経過しようとしています。ご報告も含めてお話しさせていただきますので、よろしくお願いたします。

資料に入りますが、6月14日から開設しております。開設した際には、テレビ、メディアの方々等々に取り上げていただきました。ご覧になっていただいた方もいらっしゃると思いますが、江別市の野幌というところに開設しております。平日の時間帯に開設しておりますので、皆さんも来た際にはぜひお立ち寄りいただけたらと思います。

次のスライド、ヤングケアラー相談サポートセ

ンターということで、ヤングケアラーの方だけではなく、大人のケアラーの方、ヤングケアラーに気付かれた大人の方々など、基本的にどなたでも来ていただいて構いません。いろいろ教えてほしいとか、情報を知りたいという方も来ていただいて結構ですので、受け付けております。相談に関しても、もちろん匿名でもOKですし、いつでもOKです。どんな方法でもOKで、相談できるツールをできる限り多く設けております。

電話以外も来所、ホームページから匿名でも相談できます。あとはメールとFacebook、Twitterと対応していますので、どなたでもご相談いただけるかと思えます。

次のスライド、先ほどもお話しいただきましたが、公式ホームページは、“ヤンサポ”で検索していただければ出てまいります。そちらも、匿名でお名前とか住所を入れなくても、お子さんだけでなく大人の方でもどなたでも、問い合わせ等々、夜中でも朝方でも対応できますので、遠慮なく入ってきていただければと思います。

先ほどのご紹介にもありましたが、オンラインサロンを7月から開始していて、ヤングケアラー、今のところ高校生中心ですが、入ってきていただいているという現状です。最初は世間話程度ですが、今は関係性ができておりまして、ちょっと突っ込んだ話とか、子どもから相談してくれたりというところで、少しずつ信頼関係を構築しているところがございます。基本的にお子さんであれば、学生も含めて入れますので、毎週土曜日・日曜日にやっております。

次ですが、5ヶ月経過しましたが、さまざまなお相談をいただいております。大きく分けると、電話での相談、内緒での相談、メールでの相談、SNSからの相談ということで、それぞれあります。お電話での相談に関しては、ヤングケアラーの自宅でお母様を介護している子であったり、あとは元ヤングケアラーということで、実は道外からもご相談いただいております。北海道は今回条例ができましたが、条例がなくてなかなか相談できる公共施設、公共機関がないということで、ネット

を介して、うちのサポートセンターを見つけて、電話していただくというケースもございます。

来所での相談では、逆に大人の方で、私の近所に住んでいる子どもがヤングケアラーじゃないだろうかということを中心に思って、相談に来るというケースもございました。

一番多いのはやはり、メールと SNS での相談で、相談内容としては、センターができたということで、どういう形で運営していたり、どういう相談に乗ってくれるのかという、基本的な相談でご連絡いただく方、あとはヤングケアラーを実際に支えていきたいということで、こちらも元ヤングケアラー、中学生・高校生のときにご家族の介護をしていたという、今 20 代・30 代、いわゆる若者ケアラーの方からご相談をいただいて、今のヤングケアラーの子たちに何か支援ができないかという、お手伝いを希望して連絡いただく方もございます。

次ですが、5 ヶ月経過した中で、いろいろ見えてきた部分もありますが、今のところ電話、メール、SNS が中心ですが、メインになるのはヤングである前に子ども、若者というところもありますので、子どもと同じ目線で、入りやすい、つながりやすいツールを今後はさらに工夫して、仕組みを作っていきたいなと思います。できる限り、今までなかったものをクリエイティブに作っていくということで、若者とつながれるツールをもう少しセンター中心に作り出していきたいながら、ヤングケアラーの子どもたちとつながったり、相談しやすい場が作れればと思っております。

次ですが、センターを開設していますが、近くにヤングケアラーらしき子がいるだとか、あとは元ヤングケアラー、今も大人ケアラーとして頑張っているけれども、高校生・大学生のときにいろいろ家でもヤングケアラーだったという、現在大人の方々から実はお問い合わせが非常に多くて、今後に関しては、今ヤングケアラーの子に対して元ヤングケアラーの大人、周辺の大人たちが自分の経験だとか、これから現在介護を頑張っている、ケアを頑張っている子どもたちへ新しい発信が

できるような形で、そこもつながれる何か形に持っていけたらと思っております。これからの鍵はやはり大人であったり、元ヤングケアラーで今は若者ケアラーという方々の力が大きいかなと思っておりますので、何らかの支援をできるように形作ろうと、今考えております。

次ですが、まだまだ5ヶ月ということ、実は今朝もホームページから2件ほどお問い合わせ、相談が来ておりました。なかなか直接来所して、直接電話でというのは、なかなか難しいと思いますので、メールや SNS を活用していただけたらと思います。本当に気軽にメールできる、問い合わせできるフォーム等々がありますので、ホームページを一度見ていただけたらと思います。

また、令和6年までの3年間は、本当に北海道内でケアラー支援、ヤングケアラー支援をできる限り皆さんに知っていただきたいと思っております。知っているようで、なかなかモワッとしているという方々がやはり多いので、道内各地を回らせていただいて、ヤングケアラーコーディネーターの皆さんとも連携しながら、普及啓発していきたいと思っておりますので、皆さんからヤングケアラーのこと、ケアラー支援のこと等々ありましたら、道内どちらでもまいりますので、気軽にお問い合わせいただけたらと思います。

今後の“ヤンサポ”、ヤングケアラー相談サポートセンターの経過を、皆さんにお伝えできるような場がこれからもあればいいかなと思います。

しっかりと運営をやっていきたいと思っておりますので、皆さんのご理解とご協力のほど、よろしく願いいたします。ありがとうございました。

【司会】

加藤様、ありがとうございました。

加藤様には、これまでの取組、そしていろいろなツールを活用して若者の皆さんとつながりを作られている様子を教えていただきました。

帯広にいらっしゃる加藤様に向けて、ぜひまた拍手をお願いしたいと思います。[拍手]

■基調講演

【司会】

続いて、基調講演に入らせていただきます。

「ケアラー支援のこれまでとこれから一孤立するケアラーを地域へつなげるために」と題しまして、一般社団法人日本ケアラー連盟代表理事でいらっしゃいます牧野史子様よりご講演いただきます。

使用する資料番号は、資料③でございます。

それでは牧野様、よろしくお願いいたします。

【牧野 史子 氏】

皆様こんにちは。ただいまご紹介に預かりました、日本ケアラー連盟並びに NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンという団体を主宰しております、牧野と申します。今日はよろしくお願いいたします。

初めに、北海道ケアラー支援条例並びにケアラー支援局という担当部局ができて、事業が進まれていることについて、大変敬意を表したいと思えます。全国に先駆けているということが素晴らしいと思えます。今日飛んできました。いただいた名刺を、神棚ありませんが、神棚にのせたいような気分しております。私どもの念願でございます。

今日は、この長い間のケアラー支援の歴史を簡単に振り返りつつ、これからケアラー支援がどのようになっていくのかということをお皆さんと一緒に考えさせていただけたらと思えます。それでは資料に移りたいと思えます。

私がケアラー支援を始めたのは今から22年前、阪神・淡路大震災後の仮設住宅でございました。孤立している方が大変散見される中で、ここでケアラーの方々と出会ったわけでございます。この写真にあるようなケアラーが安心して集える場所、すなわち子育てと同じように1階で要介護者、2階でケアラーの集い場というプロジェクトをスタートしたのが2000年でありました。

この前段に1999年でしたが、介護者のリフレッシュ事業というのを初めてやりました。そのときに集まった30名のうち、ケアラーはたった2

名でした。あとはヘルパーの事業と間違えて来られた一般市民の方々、それぐらい介護者という言葉が全く馴染まない、そういう時代でした。

今、このケアラーという言葉が施策の中に反映されているということで、隔世の感を覚えてございます。それから、私ども日本ケアラー連盟ですが、2010年に当事者、それからケアラー支援の研究者・有識者そして活動者等で立ち上げました。ここの一番の目的は、日本にケアラー支援推進法を作るということを目下の目的、目標にしてございます。今、国会議員にロビー活動など盛んにやっている最中でございます。おかげさまで、ヤングケアラーということが施策に上り、今急ピッチで全国の自治体に取り組んでいるというところまで来たということです。

一方、NPO法人アラジンというのは、実は今日ホームページをリニューアルしていますので、明日になると新しいものになりますが、こうした内容で主に地域の中でどのように孤立するケアラーをつなげるかということをお、さまざまな形でトライアルしている、そういうNPOでございます。

今日の本題ですが、これまで、地域の取組、そしてこれからという主に3つの柱でお話を申し上げます。先ほども申し上げたように、私ども長年ケアラー支援の取組をしている者たちにとって、この2・3年というのは非常に画期的な出来事があったわけです。

1つはヤングケアラーの支援が国策になったということ、2つ目は先ほどもご紹介ありましたように、今各地で都道府県・自治体で条例が次々とできあがっていているということ、今日もお話を聞いて、条例ができるというのはこういうことなんだと、ヒシヒシと感じているところです。

北海道は、ここに少し色をつけさせていただきましたが、栗山町をはじめ、地域の取組が長いこと進んでいる地域ですので、トップランナーであると注目させていただいています。

ここで、私どもがケアラー支援の見本として、いつも研究対象にしているイギリスについて、少しご紹介したいと思っております。

イギリスでは 1980 年代ぐらいからもうすでにヤングケアラーの存在というのがキャッチされていて、さまざまな研究や支援が行われています。

元静岡大学の三富先生という政策の研究者がおられまして、日本ケアラー連盟の立ち上げの際にも仲間として加わってくださっていました。この方のさまざまな細かい研究がございます。

要するに、40 年前から日本にすれば今の状況がイギリスではできていたということになります。注目したいのは、学生の介護者、スチューデントケアラー、そしてヤングケアラーのその後、ヤングアダルトケアラーにも日が当たっているということです。2010 年代にはスチューデントケアラーポリシーという政策もできています。そして、ブレア政権の中で本格化をしてきています。

1999 年の国家戦略、10 カ年計画、そして 2014 年の「子どもと家族に関する 2014 年法」という、次々と法律がバージョンアップしてきています。

ここで注目したいのは、アセスメントです。ケアラーに対するアセスメントという制度、初めの頃は手を挙げて、「私がアセスメントしたいです」、「やってください」という申告性でしたが、今では自治体の責務に変わってきているという、ここに注目したいと思っております。

それから右脇に少し書いておきましたが、ヤングケアラーでもとても大事な視点だと思いますが、「ケアをしない権利」並びに「ケアを主体的に担う権利」、この両方の権利があるということです。「両側面からしっかりと子どもの育ちを見ていくことが大事である」と言っています。どうかすると、ヤングケアラー支援の中で、「君は、自分のことをすればいいから」と言ってしまいがちですが、そうした正論を向けたとき、子どもたちは心を閉ざしてしまうという事象がございます。

昔のケアラー支援というのは、言葉が違うかもしれませんが、少し昔のことを振り返ります。

これまでケアラーという言葉は、全く市民権を得ていませんでした。おそらく、家族あるいは介護者という言葉で称されていたと思います。

私が NPO を立ち上げたときは、家族という言

葉は一切使わないようにしました。なぜならば、家族という言葉の中に、もう「家族がやって当たり前」という規範が入り込んでいるからです。

ケアラーの相談やサロンを長年やっている中で、そうした家族の規範、いわゆる文化的規範にご自分も、それから周りからも、さまざまなプレッシャーを受けて苦しんでいるケアラーの方々にどれだけ多く会ったことでしょうか。

こちらに書いてありますように、日本では長い間、ケアの家族責任規範というのがございました。ケアラー自身が抱える問題やニーズに十分応えられていたでしょうか。おそらく難しかったのではないかと思います。規範というのは何々すべきというものですが、1960 年代は約半分がお嫁さん、女性が担っていた時代でした。

2000 年になって、介護の社会化という介護保険制度がスタートしたわけですが、こちらも元気で、力があって、余裕があって、そういう家族がいるという前提のもとに作られた制度ではないかという論もございます。「家族は介護の含み資産」という言葉が暗に含まれていたといえます。

そして 2006 年、高齢者虐待防止法が制定されました。この中でやはり大事にされているのは、ご本人の権利であります。家族は養護者という言い方で表現されています。もちろん虐待にならぬよう、養護者支援を十分に行ってくださいというただし書きはありますが、この加害者であるという目線が、介入してきた人の中にあるというのを見たときに、ケアラー自身の感じる思いはいかばかりかというのは、思うところあります。

それから介護離職、介護殺人など、とどまるどころを知らないわけですが、その中で一貫して見えるのは、やはり社会的孤立の問題であります。

改めてここでケアラーという言葉の定義ですが、先ほど申し上げたように、今までは家族、介護者、家族介護者という言葉で語られてきました。あるいはアメリカなどではケアギバー、オーストラリアもそういう言葉でケアラーのことを称します。この定義ですが、ヨーロッパ諸国では家族介護者に限定されていません。隣人や友人、こう

いう人たちもインフォーマルケアラーとして支援の対象に位置付けられています。

それから、ケアラー連盟ができたときに、ケアラーの対象とする要介護者、要ケア者を高齢者に限定しない、すなわちこの絵にありますように、障がい・疾病・依存症・難病など、幅広いケアの必要な家族を主にケアしている人という定義になりました。それから労働者は含んでおりません。“unpaid work”（無償）ということでありませぬ。

なぜケアラー支援が必要かということは、いろいろな論がありますし、先ほど北海道でも高齢化、少子化、核家族化の波が大きいという話がありました。全国的にその傾向は大きいといえましょ。そして、介護期間が非常に長期化しておりますし、ケアの担い手が非常に少なくなってきました。家族の平均的な世帯人数ですが、私どもの事務所のある新宿区は2.0を切っています。それぐらい世帯が小さくなっています。すなわち、ケアの担い手が身近にはほとんど一人であるということがいえましょ。そして、結婚の予想が変わっているということも影響していると思います。それから見逃せないのはやはり、雇用の状況が変わっているということです。非正規の方も多いですし、リストラにあってそのまま介護が始まったという方もございますから、地域のつながりが昔に比べて薄くなっています。

右側にありますのは、私どもの代表理事であり、立命館大学の男性介護者の研究の第一人者でもある津止先生が、役割別の推移をグラフにされました。ここで見て明らかなのは、配偶者いわゆるお嫁さんが1968年には約50%だったのが、今や12.8%に激減しているわけです。この状況を樋口恵子さんは、「介護から嫁の撤退」という言葉で表現されていますが、私ども電話相談も長年やっていますが、お嫁さんの相談が1年間なかったことがありました。「どこにいるのだろう、お嫁さん」という感じがすることもありますが、実際にはまだまだいらっしゃいます。特に地方は、まだまだ多くお嫁さんが担っているようです。これぐらいいろいろな人たちが在宅で介護しているという

ことが分かっております。今や息子さん、夫など、男性介護者は全体の3～4割いらっしゃいます。地域でこういう講座をしたとしても、昔はほとんどが女性でしたが、今は本当にその割合が変わってきました。30%ぐらい男性が参加されています。

それから企業ですが、介護離職の関係でお話をするときに、やはり若い方、30代・40代の若い男性が前に来てお話を聞くんですね。それは本当に10年前・15年前にはなかった光景です。それぐらい介護の担い手が高齢化とともに、若年化している。両方の傾向があるのではないかなと現場ではそういう感じを持っています。

それからこちらは、いろいろなケアラーがいますよというのを左側に表現しました。多重ケアラーという方々がいらっしゃいます。引きこもりのお子さんを抱えながら、認知症のおじいちゃん・おばあちゃんの介護をしているとか、今やおじさん・おばさんの介護をする甥っ子・姪っ子という方もいらっしゃいます。本当にさまざまなケアの風景がそこにはあります。そして右側を見ていただきますと、さまざまな影響が出てきているということです。

2006年に厚生労働省が介護者のうつ調査をしました。そのときには4人に1人、25%というデータでしたが、私どもの現場の感覚としては実際にはもっとたくさんいらっしゃいますし、ある自治体で調査をしたところ、約半数が軽うつ以上の症状があったという状況もありました。ここに書いてあるようなさまざまな影響がケアラーに及ぼされているということがいえると思います。

それから家族介護者支援がどのように行われてきたかについてです。まず公的支援について、これは皆さんご存知のように、介護保険制度では、こうした家族介護者支援事業というのが行われています。介護教室だったり、認知症高齢者見守り事業、これはやすらぎ支援制度って聞いたことありますでしょうか。見守りをするというような制度です。それから家族介護継続支援事業、これがまさに、身体・精神・経済的負担の軽減としていろいろなことが行われてはいるのですが、これ

はあくまでも自治体の任意事業であるということです。任意事業というのは言葉を変えると、やってもやらなくてもよい事業とも捉えられるということです。

厚労省は今年度、自治体と地域包括センターにこの家族介護者支援事業がどのように実施されているかの調査をしています。もうすぐ1月か2月にそのデータが上がってくる予定ですが、実際としてはこの介護用品の支給、おむつですが、これがまあまあ多いぐらいでそれほど盛んに行われているわけではないということです。

それから気になるのはやはり、基本的に家族介護継続支援事業だということです。これは、どちらかといえばできるだけ長く在宅で継続して頑張っていたきたいから支援しましょうという、ある先生はこれを労いの事業であると表現した方もいらっしゃいますが、まさにそういった種類のものだろうと思います。

そして認知症の推進5か年プラン、いわゆるオレンジプランの中でこれもよく覚えていますが、7つの柱の中で、介護者への支援、ここで介護者という言葉が初めて登場しました。少し小躍りしましたが、でも実際には、これは認知症カフェの中で家族支援をやってくださいということにとどまっておりました。

そのほか、2015年には介護離職防止などの政策も大きく首相が打ち出したというのはございますが、あくまでも事業者の中でさまざまな支援が行われている、あるいはケアマネージャーの啓発なども、介護離職に関しては行われています。

それから、今日のテーマである地域です。地域、これはいわゆる共助に当たるものでしょうかね。これは今日もいらしていますが、家族会の皆さんとか、我々市民とかが本当に自発的に進めてきたものだということがいえると思います。当事者グループによる分かち合いの場所、これはもう昔からあったわけですが、認知症家族会や患者会、障がい別の家族会などがありました。昔は病院の中で立ち上げていただいたり、保健所が認知症の介護者を集めて、そこで保健師が支援をしていたり、

それから社会福祉協議会が立ち上げ、運営のサポートされている、そんな時代が長く続きました。唯一家族がほっとできる場所であったと思います。ところが、これは自助グループという位置付けなので、私ども NPO のような助成金などは、ほとんどなかったといえるかと思います。

それから次に登場したのが、介護者サロンという形態です。これは、埼玉県はたくさん県下に、NPO のサポートセンターが立ち上げて約 30 箇所あります。それから、私どもも NPO でこの立ち上げを行政委託でやり、ここの特徴は地域のボランティアを育成して、そこに世話人として入っていただきます。要は、地域の風がそこに入っていくということで、自助グループの場合、どうかすると閉鎖的になることもあったりしますが、初めからボランティアが入っていますので、そこは少し違います。地域に半オープンぐらいの形にはなってきました。立ち上げのときにボランティアが入るというのがミソになります。

そしてオレンジカフェやケアラーズカフェですが、オレンジカフェはもちろん地域の理解促進も入りますし、相談の場もありますし、ドクターやそれから専門職が入ってきます。そこで介護相談をできるということもあります。そしてケアラーズカフェは、私どもが 2012 年に日本初で作りました。これはサロンや会はボランティアなので、月 1 回なかなか場所がないという皆さんの悩みがあります。ただ介護者は、今辛いというときに駆け込みたいという思いがあります。それでケアラーズカフェは、ほとんどが週 2 回・3 回以上、フルオープンのところもあります。いつでも、あなたの都合で来てねというのがカフェになります。ここにはいろいろな機能がございします。

それから私たちが注目している自治体のケアラー支援に関する事業です。右側が北海道の栗山町です。今日も後ほどお話しになりますが、町がケアラーズカフェを主催されているというのは、ほとんど全国にありません。八王子市で昔、市の委託でケアラーズカフェを運営されていたことがあります。

それから在宅サポーターです。今日後でお話しになりますが、いわゆるアウトリーチの仕組みがあるということです。そしてケアラー手帳、ケアラーチェック、これがまさにアセスメントです。疲れていないか、今休息が必要なんじゃないか。これはまさにイギリスのサービスの中でもある話であります。緊急度調査というんでしょうか。そしてショートステイをきちんと保障するという制度です。このあたりのことは、栗山町が先駆的に行っています。それから左側にいきますと、岩手県花巻市、古い話ですが、神奈川県秦野市がこれもアウトリーチの話ですが、花巻市の場合には認定調査を受けているけど、サービスを行っていないという方に対して、社協から2人ずつで訪問するという事です。いわゆる待っていないで、こちらが出向くという方式ですね。それから秦野市は、うつ調査を行いました。これぜひやっていただきたいことです。介護者のうつ調査、これによって先ほど言いましたように、半数以上が軽うつだということが分かりました。そこで秦野市は、2006年の話ですが、所管に職員、主に保健師を倍増して、気になる方に電話訪問しました。そして電話訪問もしながら、介護者サロンを何箇所か作り、そこに誘っていたという事業がありました。それから右側、福井県です。こちらは啓発動画、ケアラー向けあるいは支援者向けの啓発動画を作ったというのと、強制ではありませんが、ケアラーのアセスメントシート、チェックシートのようなものですが、これをケアマネ事業者に推進をされています。

この栗山町以外の3箇所の自治体に共通していえるのは、どの自治体でも介護殺人が起きたということです。そこで何か対策をしなければいけないということで、じっと見守っていましたが、こういうサービスを始められました。ただ、いまだにそれを続けられているかどうかというのは、昔の自治体についてはまだ調査が進んでおりません。担当者が変わった時点で、それが引き継がれているのかというのは、懸念するところです。

それから、地域資源の取組についてですが、先

ほど申しあげました地域サポーターを育成しながら作る介護者サロン、県レベルでは埼玉県、それから市区町村レベルでは東京で私どもが地域包括支援センターと一緒に立ち上げるという方式を作りました。つまり、地域包括支援センター全箇所こうしたサロンが必要であるという考えのもとに、初めから一緒に作ったという仕組みになります。

これから支援を進めたいという人におすすめなのは、属性別・ライフステージ別のサロンです。私どもは、2006年・2007年ぐらいからもう20代・30代の孤立した女性から電話が入ったり、メールが入ったりということがございました。そこで娘さん・息子さんのサロンをいまだに月1回ずつ行っています。主にシングルの方々です。いわゆる子育てというワンオペということです。介護者は介護だけではありませんので、さまざまな家のこと、そして看取り後のさまざまな事柄を全部一人で処理をしなければいけない。それともう一つは、看取りが終わるとたった一人ぼっちになってしまうということです。今そうした看取り後のポストケアラーと呼んでいます。そうした方々の集いに皆さん気持ちを寄せておられます。2年経っても、3年経ってもお母さんのことが忘れられなくて涙する方も多々いらっしゃるということです。特に私どものNPOは、40代・50代この世代のシングルケアラーの方々のしんどさというのをずっと注目してきました。ここの世代の方々にはなかなか日がまだ当たりません。ただ、ここに書いてあるようにさまざまな健康障害が出たり、それから仕事に就けない、辞めたまま就けない。周りは親御さんが亡くなったのだから、すぐ働けばいいじゃないと言いますが、なかなかその一歩が出にくい状態になっているということを理解いただきたいと思います。ゆえに復職や転職の支援が非常に重要になります。これもイギリスのケアラーセンターで実際にされています。

それからケアラーズカフェですが、今さまざまな事例が出てきております。栗山町のように行政設置型、それから私どものような最初はレストラ

ンでやりましたが、場所が問題ですね。このとき杉並区阿佐ヶ谷という場所で、駅前それから病院の斜め前、それから包括も斜め前、これがベストポジション、ベストロケーションです。こういう場所に今後こういうカフェを作っていただきたいと思います。これからの方にはそのように申し上げておきます。ただし経営は成り立ちませんので、ほかの方法が必要です。介護者は3時間でも、4時間でもそこにいてお話をされますので、回りません。それはいいとして、それから個人の空き家を使っている事例、それから家族介護者センターとしてやっている事例、それからおすすめしたいものが1つあります。これは、空き家活用ではなく、住んでいる家を活用するといういわゆる住み開き事例といいますが、2階で高齢者1人が住んでいる家で、下のフロアが全く空いています。その下の部分を地域に開きます。コミュニティカフェでは結構ありますが、ただしその時にやはりそのボランティアの人たちを育成したり、マネジメントする人が必要になります。私たちのNPOでは、そうしたグループを育成するというをやっています。写真の右にいるお母様たちが、地域の人たちが集まってご飯を作ってくれます。それからケアラズカフェにするのに大事なことは、そこにケアラーコーディネーター、支援をよく知っているコーディネーターがそこにいて、ケアラズカフェといっても7割・8割は地域の高齢者です。ケアラー支援コーディネーターは、その中でフォーカスするんですね。完全にケアラーにフォーカスしていきます。そしてきちっと頭の中でアセスメントをしています。アセスメントシートを出して云々ではなく、お話の中できちっと聞き取るということをこのコーディネーターはしますし、情報提供もします。あるいはカフェの中で同じような人がいたらさりげなく同じ席に誘ったり、そんなことをコーディネーターはやっています。それがケアラズカフェの特色かもしれません。

それから、さらにもう一度イギリスの話に戻りますと、先ほど来申し上げているように、ケアラ

ー支援法という法律のもとに、全国に何百箇所というケアラーセンター、北海道でできたこのケアラーセンターが国の中に何百箇所あるわけです。そして公設民営だということ。右に書いてございますように、さまざまなバリエーションのある取組がされています。イギリスらしい多文化社会への対応ですとか、それからヤングケアラーももちろん、先ほど申し上げました経済的支援、職業斡旋までしてくれるというのがイギリス方式です。

そして注目したいのは、緊急時への対応です。ケアラーの調査をすると、どんな調査でも必ずナンバーワンに挙がってくるのは、この緊急時です。いざというときに助けてくれるものがほしい。例えばケアラーが苦しくなったとき、倒れたとき、そのときに頼るものが何もないということです。ケアラーSOS体制ですね。これが一番急務ではないかと思っています。それからこれもさまざまな場所でケアラーセンターがありますが、先ほども言いましたように、駅からすぐの人通りの多い、いわゆるメジャーな場所にあるということも特徴だと思います。皆さんが来るだろう場所にこっちが行くわけです。ですから、私どものケアラズカフェも病院の前、駅の前、そこにケアラーが来るだろうということを予想して、こっちが場を持っていくということです。そういう体制が必要なんだと思います。

それから、土曜日・日曜日働くケアラーのためには、夜の集いも開催するという、やはり相手の都合に合わせて、こちらがさまざまなプログラムを提供するということです。

ヤングケアラーの支援では、ヤングケアラースペースという、ヤングケアラーの過ごす場所があるということです。その中にアクティビティワーカーといって、子どもたちの遊びを支援するワーカーが設置されています。まだ日本ではこういう仕組みはありませんが、今後、学校併設型のこのヤングケアラースペースというのをトライアルしようかなということで、準備をしております。

今後の話です。先ほど来、お話ししていますように、これまでの家族介護者の介護の継続支援か

らケアラーの人生や生活、すなわちウェルビーイングですが、こうしたものへの視点を大きく取り上げていただきたいということです。

これから、さまざまな自治体でヤングケアラーをはじめとした支援が広がって、さまざまなサービスができていくことでしょう。でも順序としては、まず子ども・若者ということが予想されます。

さらにこの法制度、ケアラー支援推進法がまだいつになるか分かりませんが、法律の制定を目指していきたいということをございます。

それから、今日のテーマであります共生社会の実現に向けて、私たち市民、それから自治体、専門職の皆さんが手を取り合って仕掛けをしていく必要があります。例えば、先ほども申し上げた、さまざまな地域資源を地域の中で生み出す必要があります。そしてその地域資源を支える人材を地域から掘り起こし、そこをサポートする必要があります。そのためには、ケアラー支援専門員という、やはりコーディネーターのような人材が必要ではないかと思います。

それから何よりも、地域の居場所、サードプレイスです。その場所をいかにたくさん作れるか。そして大事なことは、ここに安心を担保しなければいけません。どんな場所でもいいとはいえないです。ケアラーが安心できる場所、それはまた後でお話ししますが、緊急の場所、駆け込める場所です。いざというときに、ここに駆け込めば何とかしてくれるという場所、今地域にそんな場所がありますかね。それをぜひ考えていただきたいということです。

これは今までお話ししたケアラー支援の多面的な側面について、図にしました。特にこれから必要なのは、ケアラーの健康の支援、緊急の支援、そして経済的支援、このあたりに新たな道筋をぜひ北海道から作っていただきたいと思います。

それから、これをいつも紹介しているのですが、資料にはありませんが、ケアラズカフェの中で、つぶやきノートというのをいつも置いています。ここには山小屋のように、さまざまなつぶやきが書かれています。

この右側のつぶやきは、30代男性、ものすごく体格のいいお孫さんの介護者でした。彼がこのように書いています。「どんな屈強な人間でも、吐き出すところがなければ潰れてしまう」と。打ち明けても理解されないと絶望します。心の避難所として、こうしたカフェが必要です。ケアラーの望みとして、心を避難させたいということですね。そんなことがいみじくも書いてあります。

最後です。ヤングケアラーをはじめとして、すべての世代にこのケアラー支援は必要です。そして、ヤングケアラーの支援は、実はすなわちどの世代のケアラー支援にも当てはまることです。

これからは、ケアラーを中心に据えて、さまざまな支援策を皆さんで作っていただきたい。そのために、このケアラー支援推進センターの拠点としての機能、それから全国のパイロット事業としての機能は、非常に大きく期待されていますということで、終わりにしたいと思います。

私の話は以上です。ありがとうございました。

【司会】

牧野様、ありがとうございました。

牧野様には共助の仕掛けなど、一人にしない地域づくりについて、イギリスの事例なども交えながら、大変貴重なお話を聞かせていただきました。

牧野様に今一度大きな拍手をお願いいたします。[拍手]

■市町村の取組紹介

【司会】

続きまして、市町村の取組紹介に移ります。

本日は、市町村の職員の方々にもご視聴いただいているところですが、この時間は市を挙げてケアラー支援の取組を進めていらっしゃいます、小樽市から小樽市福祉保健部福祉総合相談室地域共生社会推進担当主幹の中村寿春様にご報告をいただきます。

使用します資料番号は、資料④でございます。それでは、中村様よろしく願いいたします。

【中村 寿春 氏】

はい、今ご紹介に預かりました、小樽市福祉保険部福祉総合相談室地域共生推進担当主幹の中村と申します。よろしく願いいたします。

簡単に自己紹介しますと、初めて高齢者支援として地域包括支援センター関係のお仕事に携わったのが 10 年前、また異動を繰り返しまして、昨年からは包括支援センターの取りまとめとして、昨年策定されました小樽市の地域福祉計画の推進の旗振り役として、この職に就いております。

スライド表紙のキャラクターですが、地域福祉計画のイメージキャラクターで、つつじの妖精「さちこ」といいますので、ぜひ可愛がっていただければということで、PR をさせていただいて、早速ですが、資料を進めていきたいと思っております。

今日はこのような素敵なお縁をいただきまして、誠にありがとうございます。ただ、小樽市はこの程度で発表に来たのかと思われるようなもので、お恥ずかしいですが、自分たちが前に進むきっかけになればということで、お引き受けしたところでございます。よろしく願いいたします。

まず小樽市の概要についてですが、ご覧のとおり、人口は 11 万を切ったところで、年間 2 千人減少している状況です。高齢化率が進んでおりまして 41.5%、19 歳までの人口が 11.8%ということで、非常に少子高齢化が進んでいる状況です。

また、日常生活圏域は、東から西まで約 50km ありまして、その圏域は 4 つに分かれております

が、端から端まで行くには約 1 時間かかるという横に長い街です。移動が支援の課題になるということが、たびたびございます。

次に、小樽市におけるケアラーについての議論経過を簡単にお話ししますと、主に議会議論の話になりますが、平成 28 年にダブルケアについての認識を問うものがありまして、平成 29 年にはこのダブルケア、子育てと親の介護が重なるということについてのリーフレットを作成して、窓口等で配布したということになります。

次に少し飛んで、令和 3 年ヤングケアラーという話題になりまして、周知を図るためのチラシを作成いたしました。次にご説明しますが、教育や福祉など関係部局での連携体制の構築が必要だということで、庁内の連絡会議を立ち上げました。こちらでも別のスライドで改めて説明いたします。

令和 4 年度につきましては、ケアラー・ヤングケアラー支援の取組について問われており、これも後ほど説明しますが、まずは職員自らが知ろうということで、職員向けの研修を行いました。

また、北海道や他都市のケアラー支援条例の制定が行われているということで、市の姿勢についても問われており、北海道はじめ関係機関との更なる連携が必要であるとしたところであります。

さて次のスライド、先ほど申し上げたチラシの作成ですが、北海道でひな型を作成していただいたものの加工を許していただきまして、各種相談窓口の記載を行いました。何とか予算をやりくりして、約 5 千部作りまして、このチラシを持って総連合町会の理事会にご挨拶をしたり、高校には直接出向いてお渡しする中で、クラスに表裏で貼っておきたいということで、もっとほしいという嬉しい反響もありました。作成時はヤングケアラーの専用窓口というものが市としても設けていませんでしたので、記載はしてありませんでしたが、今後作成する段においては、子ども未来部子ども家庭課というところが担当するということで、表記されることとなります。

続きまして、先ほどケアラー支援の会議を作ったという話をしましたが、昨年秋にその議会議論

において、ケアラーを取り巻く複雑化した環境に対する分野横断的な連携が必要だという認識から、私の地域共生担当としてつながりが大事だということでしたので、その各部に声を掛けまして、会議体を作りました。緑色の福祉保険部、オレンジ色の子ども未来部、そして赤色の教育委員会、学校教育支援室という3部が連携する形となったことは、非常に意義が大きいと感じております。

また、次長職が委員長となり、あとは課長職で気兼ねなく、話しやすい関係で会議体が作られたのもいい雰囲気になっていると認識しています。

次ですが、この会議の後、議論も含めての取組ですが、本当にたまたまでしたが、私の実家のある江別市で昨年、ケアラー支援フォーラムが開催されまして、実家に帰るついでに参加させていただいたところ、本日参加されている江別の加藤さんや道社協の中村さんと出会わせていただいたことで、私自身がお話を受け止めることができ、職員研修の実施などに結びついていきました。

資料に戻りまして、その後、3月と5月に連絡会議を開催しておりますが、議会議論において実態調査を小樽市でもするべきだという意見もありましたが、調査も大事だが、ケアラー支援策としてどうすべきかということに労力を割いた方がいいのではないかという話になりまして、まずは携わる我々が知ることが重要ということで、職員向けと教職員向けということで、7月・8月に研修を実施していただきました。奇しくも本日は、市民や関係機関を対象に、児童虐待防止研修として、ヤングケアラーを知ろうという内容で、まさに今、小樽で開催されています。

資料の左側、研修の様子ですが、教職員向けに中村センター長とえべつケアラーズの中村さんのお話で、参加者の感想としては、「気付いてあげることが大事だ」や、「気付いてもどうしていいかわからなかったが、相談する場所があることが分かってよかった」というものが寄せられました。

市職員対象では、福祉ですとか子ども未来部の部長も前列で出席して、オンラインも含めまして48名が参加しました。この中では、「ヤングケア

ラーがその将来に希望を持てるような支援のあり方について考えるきっかけになった」という感想が寄せられております。

研修では連携の必要性について認識したところですが、実際の連携体制について、こちらの図、ケアラーのチラシを配布したときに協力依頼をさせていただいた連携図になります。当事者に対していろいろな関わりの可能性があるということが分かりますが、特にヤングケアラーにおいては、学校などの教育現場や地域、教育委員会、児童虐待などを担当する子ども家庭課、ここの気付きや連携が密に行われることが必要ということで、いずれの自治体でも同じことだと思いますが、児童生徒の様子がおかしいという際に何か情報はないかということで、子ども家庭課に問い合わせをし、必要に応じて要保護児童対策地域協議会、要対協によるケース支援会議を開催し、関係機関の連携により支援を行うという、児童虐待等を想定した連携が以前から行われております。

次のスライド、最後になりますが、ケアラー・ヤングケアラー、この多職種連携についてですが、実際に私は高齢者支援を地域包括支援センターと関わらせてもらっている中で感じているのは、例えば認知症高齢者と知的障がいの20代の孫の世帯がありまして、そこにお孫さんのお父さんが入り込んで云々というような話だったり、あとは若年性認知症の方とそのお子様の世帯だったり、出会うことがあります。そういう事例を通しますと、過去にはヤングケアラーの状態だったろうと推測できる状況にありましたが、直接ヤングケアラーのことでというような入り方というのは、ほぼない状況です。それぞれ主担当となるようなところが気付いて、必要な関係機関につないだり、連携会議を開いたりということをしてはいますが、これまで市の中では、そこは個人のセンスに頼る部分が多かったです。センスのいい人はつないでいくということもあったという印象を持っています。

今後、市役所も人材不足ですとか、我々も人事異動というものがどうしてもあるということを考えて、最後のスライドですが、先ほどもお示

しした連携体制の中で、庁内の分野横断的なつながり、庁外の関係機関とのつながりや地域とのつながり、丸ごとつないでいく役割が重要だと考えております。

小樽市としても地域福祉計画を策定しまして、福祉総合相談室として福祉相談の窓口を設けて、他機関と連携しまして包括的支援体制の整備を図っておりますが、具体的なあり方は今後、市全体や関係機関と検討していくこととなりますが、ケアラー支援におけるつながりを確実なものにしていくためにも、重層的支援体制整備というものの必要性を認識しているところでございます。

ケアラー支援において、ケアラーがその人らしい、その人が望んだ人生を生きられるように、これからも尽くしてまいりたいと考えております。

少々長くなってしまいましたが、私からは以上になります。ありがとうございました。

【司会】

中村様、どうもありがとうございました。

小樽市における連携をしていく取組についてご紹介いただきました。参考になった市町村の方も多いかと思います。

中村様に今一度拍手をお願いします。[拍手]

(休憩)

■パネルディスカッション

【司会】

それでは時間となりましたので、パネルディスカッションに入らせていただきます。

これからご紹介の皆様には、「支え合いのまちづくりに向けて」、ご議論をいただきます。まず私からご出演の方々を簡単ではありますが、ご紹介させていただきます。

お一人目は、基調講演に引き続いて、一般社団法人日本ケアラー連盟代表理事であります牧野史子様でいらっしゃいます。

お二人目は、福祉支援相談プリズムで代表を務めの吉田綾子様です。

最後に、栗山町社会福祉協議会においてスマイルサポーターと呼ばれるケアラー支援専門員でいらっしゃいます高橋みはる様でございます。

コーディネーターは、北海道社会福祉協議会において今年度ケアラー支援推進センターを立ち上げ、そのセンター長であり、日本ケアラー連盟の理事でもいらっしゃいます中村健治様にお願いいたします。中村様には、北海道ケアラー支援有識者会議においても座長として、いろいろなご意見をいただいているところです。

使用する資料番号は、資料⑤でございます。

ここからの進行につきましては、中村様にお願いいたします。よろしく願いいたします。

【中村 健治 氏】

ご紹介いただきました北海道社会福祉協議会でケアラー支援推進センター、日本ケアラー連盟で理事をしております中村でございます。

今日はこれから、「支え合いのまちづくりに向けて」というテーマで、概ね1時間で進めさせていただきますと思います。よろしく申し上げます。

北海道では、今日の前段にもお話がございましたが、本年4月1日からケアラー支援条例を施行して、ケアラー支援を有効的に展開していくための柱として、基本的な施策である普及啓発の促進、早期発見及び相談の場の確保、それと地域づくりということに取り組んでおります。そして、この

パネルディスカッションにおいて、特にこの2つ目の相談の場の確保と、3つ目の地域づくりについて深めていき、北海道における支え合いのまちづくりを考えるヒントとさせていただきたいと思っております。

導入段階ですが、今日参加いただいております皆様方に、若干繰り返しになりますが、ケアラー・ヤングケアラーについて共通認識を進めさせていただきます。

最初と2つ目の資料は、これまでも説明がございましたが、ケアラーとはこころや身体に不調のある人の介護・看病・療育・世話・気づかいなど、ケアに必要な家族や近親者・友人・知人など無償でケアする人をいい、そのうち18歳未満の子どもをヤングケアラーと呼んでおります。そして、ヤングケアラーについては、特徴的なところがありますので付け加えますと、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歳未満の子どもを指します。家事や家族の世話・介護というのは分かりやすいと思いますが、感情面のサポートというところについて、若干説明をさせていただきます。精神的に不安定な親御さんを支えていたり、ケアが必要な方からの暴言などに耐えてサポートしていたり、アルコール依存症の方からずっと愚痴を聞かされて、それを受け止めているだとか、そのケアが必要な方に対して、感情的なサポートをすることでその方が安定したり、その世帯が成り立つことを担っている子どもたちもいるということです。このような感情面のサポートについてもケアという捉え方をしている、この定義の中に盛り込んでいるということです。また、この2つの定義の下のイラストをご覧になっても、さまざまな年齢の方が、さまざまな年齢の人に対して、さまざまなケアをしているというのがケアラー・ヤングケアラーの実態であるということが読み取れると思います。

そして、このようにケアラー・ヤングケアラーになることで、いろいろな影響が出てきていて、

ケアラーになることで心身の健康を損ねている、経済的に苦しんでいる、精神的に追い詰められている、孤独を感じ、社会的に孤立しているなどの影響が出ていたり、特にヤングケアラーとしては、学校生活に影響が出てくる、友人関係が希薄になって、その中で孤立・孤独になっていく、そして進学ができなくなる、就職が妨げられるという、これからの人生に大きく関わるということについても先が見えなかったり、諦めざるを得ないという影響も出てきます。このように少子高齢化や人口減少の日本において、ケアを必要な人が増える一方、核家族化などにより世帯人員が少なくなったり、無縁社会といわれる、「隣は何をする人ぞ」というように、地域のつながりや見守り、助け合いなどが低下している中で、ケアは家族の問題である、そして家族で支え合うという、家族だけでケアを担うことが大変難しくなってきた中で、社会全体で支える仕組みづくりが急務となってきたのではないのでしょうか。

この後、パネリストの方々から具体的なお話をいただきますが、事前にケアラーの特徴を4つ述べさせていただきますので、パネリストの方からの報告に入らせていただきます。1つ目は「介護は家族に縛られている」、2つ目は「ケアラーが支援の必要性に気付かない」、3つ目は「誰に何を相談していいかわからない」、4つ目は「将来の見通しが持てない」ということです。

それでは、3名の方から、具体的なケアラー・ヤングケアラーの実態と支援の現状について、具体的にお話をいただきたいと思います。

最初に、福祉支援相談プリズム代表の吉田さんから報告をよろしくお願いします。

【吉田 綾子 氏】

皆さんこんにちは。プリズムの吉田と申します。簡単に自己紹介をさせていただきます。私は32年間、ヤングケアラーでした。当時パーキンソン病だった母親の介護をずっと32年行って、3年前に母を看取りました。私がヤングケアラーになったのが、だいたい高校1年生のときです。それ以

前から母はもう体調が悪くて、中学生ぐらいから母のケアだったり、家の手伝いを担ってきました。今いろいろと「ヤングケアラーとは」という情報が飛び交ってはいますが、当時高校生だった私のことを振り返ると、本当に孤独との戦いでした。今ほどいろいろなサービスが充実していたわけでもなかったので、我が家は特にそうだったのですが、なかなかサービスにつながりませんでした。

母親も父親も本当に女だから、子どもだから、ケアをするのが当たり前なので、家族の中でどうにかすべきという考えでした。近所の人だったり、地域の人だったり、「外に絶対に知られてはいけない」ということを言われていたので、学校でもそうですし、地域の中でも本当に孤独との戦いがずっと長かった気がします。

やはりヤングケアラーという子どもたちは、本当に思春期だったり、多感な時期を過ごしているお子さんたちが多と思うので、私もその一人でした。やはり親の介護をしていることがすごく恥ずかしいという気持ちで当時はいっぱいでした。

母のケアをしながら、身体的な介助の部分は自然と身に付いてきますが、今こちらの影響や、いろいろ定義の中であったかと思いますが、母の精神的な支えになるということが一番辛くて、それはずっと 32 年間続いていました。やはり地域の中でも孤立していたというか、本当にあえて孤立をしていた我が家だったので、助けを求めることももちろんできなかつたです。そういう素振りを見せることもしないようにしていました。こう今、私がこの時代で、その当時の私が存在したとしても、誰にも分からないようにひっそりと母のケアをしていたのではないかなと思います。あのとき私が一番思っていたのが、“私”という存在、ヤングケアラーだったときの“私”という存在に何気に周囲が気付いてほしかったなと思います。そこで手を差し伸べてもらうとか、何か声を掛けてもらうとか、私のために何か支援をするという、大きなことにはなってほしくないんです。母のケアをしている家族の中で高校生だった“私”がいるということに気付いてほしいなと、当時の自分を

振り返ったときに思いました。

介護保険とか、福祉サービスを使うのも両親はすごく否定的で、本当に長く私たち家族で介護してきましたが、そのときに母の病院のソーシャルワーカーと何度か面談をしているところに、私が付き添ったりしていましたが、そのときも“私”という存在よりも、“母”という存在に焦点が当てられるということがすごく寂しいというか、孤独感というのでしょうか、「私」見えていますか？」というような気持ちでいっぱいでした。

そんな 32 年を過ごしてきました、今ヤングケアラーという言葉がこの数年前から聞かれるようになったときに、「もしかして私のことだったのかな」と、ようやく自分をいろいろと振り返る機会があって、このような場でお話をさせていただくということは、すごくありがたいことだなと思いました。以上です。ありがとうございます。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございます。

“私”という一人の人がいることに気付いてほしいという、大変身につまされる言葉でした。

この次は、栗山町社会福祉協議会で住民に寄り添うアウトリーチ相談をしています、スマイルサポーターの高橋さんから、具体的な寄り添い支援のご報告をいただきたいと思います。

【高橋 みはる 氏】

ご紹介に預かりました、栗山町社会福祉協議会ケアラー支援専門員をしております高橋と申します。よろしく願いいたします。

栗山町社会福祉協議会では、令和元年の 11 月からケアラー支援相談窓口を開設いたしまして、今日ここに来ている橋本と一緒に 2 人で、ご相談をお受けする事業を始めました。

さらに令和 2 年、電話でもご相談を受けられるように専用の回線を引かして、お電話でも相談を受けられるようにしました。さらに同じ年ですが、コロナが始まっていたので、こちらからお電話をして、皆様のご様子を伺いたいという

ことで、「いのちのバトン」というのがありますが、栗山町では約 12 年前から社会福祉協議会で民生委員の力を借りて、ご希望されるご家庭に“いのちのバトン”を置いていただいています。

これは何かといいますと、例えば救急搬送など、万が一のときにこれを必ず冷蔵庫に入れてくださいとお願いしてありますので、救急隊員の方が気付いて、ご本人はもちろん大変で、ご家族も情報が分からなければ、これには受診先・緊急連絡先・既往歴・飲んでいるお薬・アレルギーの有無、もちろんお名前・性別・生年月日も全部書いてありますが、そういう情報が入っておりますので、冷蔵庫に“いのちのバトン”があるなど、救急隊の方が気付いてくださって、病院はどこにするとか、例えばそういうときに使っていただくものです。

この“いのちのバトン”を置いてくださっている世帯が約 600 世帯、高齢者のお一人暮らしの方とか、高齢者世帯の方がほとんどなのですが、そういうところに今度は私たちからお電話をして、「今でも去年と同じ病院に行っていらっしゃいますか？」とか「ご病気悪くありませんか？」とか、そういうお電話を令和 2 年に始めました。

令和 3 年になりますと、栗山町では 3 月にケアラー支援条例が制定されましたので、それに則りまして、令和 4 年 5 月からは今ご紹介した“いのちのバトン”を置いてくださっている世帯の方に、先ほど中村さんからもご紹介がありましたアウトリーチ訪問活動を始めました。現在、半年ぐらい経ったわけですが、今日はぜひ一例だけ、事例をご紹介したいと思います。まさに今月の話です。

“いのちのバトン”のことで電話して、「“いのちのバトン”分かりますか？」と聞いたら、「何だそれ」ということになりました。そのご家庭はご主人様が 80 代後半、奥様が 90 代後半の高齢者夫婦世帯でした。「訳分らないから、あんた見に来い」と言われて、「はい、分かりました」って、最初お約束してお邪魔しましたが、いらっしゃらない。

「電話してお約束したのに」と思いながら、でもよくあることなんです。忘れられちゃうとか、勘違いしてお家にいてくれないとかはあることな

ので、「また連絡してお邪魔しよう」と 2 回目の電話をして、「あぁいいよ」と。そして行きました。やっぱりお留守でした。「これはひょっとしたら認知の機能が落ちていらっしゃるのかな」と思いました。それにしてもお父さんばかりで、お母さんが出てくれないのはおかしいとか、私たちの中でいろいろ想像して、今度は“電話したらすぐ行こう作戦”に変更しました。お電話して、「これからお邪魔していいですか？」と聞いたら、「あぁいるから、いいよ」と。そしてお邪魔しました。ピンポンして、出てきたご主人様は「いや何回も悪かったね」とちゃんと言ってくださいました。ということは、覚えてくださっていたので、「認知機能はしっかりしていらっしゃる」と思いました。

“いのちのバトン”のお話をしようと思ったら、「いや実は昨日 9 時頃、うちのばあさん救急車で病院に行ったんだ」と。「来てくれたのになくて悪かったね」と言ってくださって、「こちらこそ大変なときに」というお話を、「上げれ、上げれ」というからお邪魔して、「大変でしたね。どうでした？」と言ったら、「いや昨日の夜救急車で行って、そのまま入院したけど、昼間に 1 回、あんたたちが来て、いなかったときに行ったのに、ばあさん『家に帰る』って言って、遮二無二帰ってきちゃった」と。「夜になったら『やっぱり、じいさん苦しい、苦しい』って言われて、『俺辛かった』」と。辛かったけど、そこではあさんに「やっぱり病院行くか？」って言ったら、奥様「うん」と頷かれたそうです。それで救急搬送で行きましたが、「病院に提出する書類とか、もう夜中までかかって書いたんだ」とか、一生懸命仰っていて、「いやそれは大変でしたね。辛かったですね」って。

先ほどご紹介した“いのちのバトン”の中に、緊急連絡先を伺う欄があります。息子さんの名前が書いてありましたが、「もうお一方、ご近所の方が頼りになる知り合いの方どなたかいないですか」と伺ったら、「栗山に兄貴がいたけど、2 週間前に死んだ」と。「俺一人だ」って。とうとう涙を流されて、私びっくりしましたが、そのときにどうしようかと。でも、背中をさすって、ティッシュを

差し出して、「辛かったですね。大変でしたね」って、言葉を掛けることしかできなかったんです。そうしているうちにご主人様も少し落ち着いてきてくださって、落ち着いてから聞いた言葉で、だからこそなおさら怖かったんですが、「いやあ高橋さん、ばあさん殺そうかと思った」と。私としては、口に出してくださったから「もうこの方は大丈夫」と思いましたけど、先ほど牧野先生が仰いましたが、介護殺人がきっかけ、最近も道内でもありましたし、神奈川でもありました。まずそれが頭に浮かんで、本当に脅かすわけではないのですが、私にしてみれば、特に身近なことです。表に出なくても、潜んでいると思います。「大変だ」、「俺もうダメかもしれない」となった人は、本当に「助けてくれ」とは言わないと思います。

たまたま私が何回もしつこくお邪魔して、お目にかかれたAさんは、援助希求能力がありました。私に「助けてくれ」と言われました。「これから俺一人になっちゃう」「ばあさんはもう死ぬ。医者にそう言われた」と。「だからあんたたち助けてね」と言ってもらえたときに、「ああ大丈夫だ、この方は。きっと、もう二度とそういう思いには至らないだろう」と。病院ということで、物理的に距離が離れたので、そういう最悪の心配はなくなったと思いましたが、まさにそういうケースにあったばかりです。

これがたくさんあるとはいいませんが、この先あるかもしれません。それも私たちがやっぱりご相談をお待ちしているだけでは、こういうことは分かりませんでした。電話でお話ししても、分からないんです。お顔を見て、「どうですか？」とお話をして、泣いて、言葉を吐露、感情を吐き出していただいて、受け止めて、そういうことで初めて分かってくることなので、やはりこういうことはこれを機会にというわけではないですが、どの方のところにお邪魔していても、やっぱり一度だけの訪問じゃいけないと、私は思います。毎月毎月お会いして、お元気ならそれでいいです。ただ、1年・2年と毎月お会いしているうちに、その方の変化というんですかね、「先月お元気だったの

に、今月ちょっと元気じゃないわ」じゃあ「どうされました？」って言ったら、そこからひょっとしたらケアラーのピーンと張っている糸をふっと緩めるタイミングが私たちに与えられるかもしれないので、これからもそこに気を付けて、訪問続けていけたらいいなと思います。以上です。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございます。

今の時代、なかなか関わりを持つのが難しい時代という中で、やはりそういうツールがある、そしてそのツールを通して関わりが持てる、そしてその中で気付けるという、このあたりは栗山の福祉のまちづくりとして進めてきた一つの成果かなと、聞かせていただきました。

これらの具体的なケアラー・ヤングケアラーの実態だったり、今の事例も聞いていただいた中で、牧野さんからコメントいただければと思います。

【牧野 史子 氏】

貴重なお話ありがとうございます。

私からは2点、お伝えをしたいと思います。

1点目は、先ほど吉田さんから「相談ができないことに対して言えなかった」というお話がありました。そういうお話は、ヤングケアラーの声からたくさん聞いています。そこで一番ネックになっているのが、周りの人たちの考え方なんですね。例えばお母さんを介護したヤングケアラーが、おばあちゃんから「決してそのことは言うな」と言われた、あるいはお母さんのお姉さんから「絶対に言うてはいけない」と言われてきたと。自分はモヤモヤしながら「何で言うてはいけないんだろう」と思いながら、言えなかった」という言葉が、何人からも聞かれています。

先頃そうしたピアカウンセリングをしているグループのリーダーの皆さんが会う機会がありましたが、例えば知的障がいやきょうだいで持つ、この方々もヤングケアラーといいます。きょうだい児といいます。そうしたきょうだい児を集めてやっているグループのリーダーとか、それから

医療的ケアの必要な子どもを介護している、療育しているお母さんの集まりですとか、そういう集まりを主宰しているリーダーの皆さんたちが口を揃えて言っていたのが、まさに「障がいへの理解です」と。「一番必要なことは何ですか？」と質問しましたら、「とにかく地域社会に理解がなさすぎる」とのお答えでした。ですから、こうした取組がその一端になると思いますが、やはり周りにその家族の実態なり、障がいのことを話すということのバリアはそこにあると、いわゆるスティグマというやつですね。それをいかに取り払っていくかということが、今後私たちに課せられた一番の問題なのではないかということが、1点です。

それから、ケアラーが気付かれないというお話、これもヤングケアラーの言葉の中にもあります。医療や介護の関係者にとって、「僕は見えない存在でした」というヤングケアラー・元ヤングケアラーの言葉があります。見えていないんですね。それからケアマネージャーたちも研修の中で初めて、この子がヤングケアラーだったということ、今まで気付かなかった。「むしろこの子にどれだけケアを手伝ってもらうかだけを考えていました」という言葉がよくあります。ケアのパートナーという捉え方をあえてしていたのかもしれない。それは枠組みの中ではそういうことだったのだらうと思います。今回新たな視点として、『子どもたちを真正面から見るように』と言われて初めて、そのことに気付いた」というケアマネージャーたちの言葉があります。

それからなぜ相談ができにくいかということについて、少しお話をします。「とにかく何でも相談してくれればよかったのに」と、虐待・殺人が起きると、すぐにそういう言葉が出てきます。相談ができない理由としては、誰に何をどう相談していいかが分からない。これが一番大きいですね。モヤモヤしているけど、どう相談していいか分からない。あるいは専門の人の前に行ったら、何を言われるか分からない。そういう怖さがあります。私たちが弁護士のところに行って、流暢に話せないということと一緒にだと思いますが、やはり一般

の方々にとって、専門職の前で相談するというのは非常にハードルが高いです。役所の窓口も同じです。言葉が分からないんです。「外国に行っていたみたいだ」と答えた人がいました。そういう状態にあるということを支援する側は理解をしていただきたいなど、常日頃思っています。

やはり、ヤングケアラーの子どもたちも、「何を相談していいか分からないし、相談したところで解決するとは思えなかった」という言葉があります。だからこそ、地域の居場所、その中で話をすることによって、自分の問題点がだんだんクリアになっていくというのが、家族会やサロンをやっている方々は、よくお分かりだと思いますが、そういう作用があります。何が課題なのかということが分かりません。話せない。まして子どもだったら表現ができません。「このモヤモヤは何なんだろう」と。「当たり前」と思ってやってきたことが、中学・高校になると「どうも違うらしい」ということが分かってくる。その前段の中にいらっしゃるということ、現場の人たちは理解していただきたいと思います。この2点です。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございます。

今言っていたとおおり、日本ケアラー連盟で私も牧野さんと一緒にいろいろな調査であったり、ケアラー・ヤングケアラーにお会いしてお話を聞きますが、そのケアラー・ヤングケアラーにお話を聞くときに、「あなた」について話をしてほしい」と言って、すぐに“自分”のことを伝えられる方は、ほぼいなかったという体験をしています。というのは、ただ「あなたのことについて聞かせてください」と言ったら、「うちのじいちゃんね」とか「うちの旦那ね」とか「うちの子どもはね、昨日熱があったの」という話から始まります。これはどうしてかということ、これまでの専門職の方、ケアラーに関わる方々が、おそらく主人公はケアを必要としている人ということで、その方の情報をほしいという関わりを持ってきて、「あなた」という表現が消えていたのではないのでしょうか。

そういう中で、先ほど吉田さんの話や高橋さんの話にもあった、本人が“自分”というものをまず消さざるを得ない、そこから始まってきたのかなと考えています。

そういう面では、北海道でも普及啓発、これが1本目にあって、それは大変重要なことだと思っています。そういう中で、牧野さんに言っていた、まずその理解というところが一番重要だと思っています。

次のご発言をいただく前に、道の実態調査の話を見せていただきます。道の調査の中で、お世話する人が必要だと思う支援について、「ケアラーに対する相談できる人や場所」、そして「負担を軽減する支援」、「精神的な支え」と答えた方が8割を超えています。そして、どんな人が相談する人であってほしいかということについては、「いろいろな制度に詳しい職員」であったり、「何でも相談できる窓口」と答えた方が、この中で4割を超えて5割近いということになっています。そして、「電話相談」とか「自宅訪問へのアウトリーチ」というのが出ますが、「電話相談」よりもやはり、「自宅へ来てほしい」という割合が高い。そして、「精神的な支え」という答えについては、「自分の話を聞いてくれる人」と「自分のお世話する人への理解」です。先ほど牧野さんも言っていた「病気や障がいに対する理解をしてほしい」ということも含めて、これも4割を超えています。

このことから、ケアラーはワンストップで対応してくれる相談窓口であったり、アウトリーチの対応が必要と言っている一方で、もう一つは身近で話を聞いてくれる、そして地域が理解をしてくれるということも求めていると考えると、今日のこの地域で支え合うという部分での肝になってくると思いますが、今後地域においてそのような頼れる相談窓口、そして寄り添える住民像、そういう仕組みをどうやって作っていくのかということになってきますので、ぜひともお二人の方にそういう具体的な地域の取組の中で、それぞれの立場で何が重要なのか、どうあるべきかということについて、吉田さん、高橋さんに、また順番に

ご発言をお願いしたいと思います。

【吉田氏】

私は現在、障がい福祉サービスの相談支援専門員として業務をしております。高齢者とまた少し違ひまして、障がい者の場合はケアを担っているのが割と親が多かったりしますが、やはり親が子どもをケアしているという場に出くわすことがすごく多いです。そのケアをしている親御さんとお子さんとの関係性の中で、特に精神障がいの方が多いような気がしますが、精神障がいのお子さんをケアしている親御さんはやはりいろいろな面でストレスを抱えたり、ご近所に気を遣いながら生活をしていらっしゃるご家庭もございます。その中で、先ほどの私の話、過去の経験もそうだったのですが、どうしても周りに知られたくないとか、ご本人と私は面談でお会いすることが多いのですが、親御さんはあまり表に出てこないというか、そういうことがすごく多いなと感じています。じっくり時間をかけて、相談業務の中でご本人だけではなくて、ご家族ごと支援ができるような体制を作りたいなと、私はいつも業務の中で思っております。その中で少しずつ親御さんだったり、ケアしているご家族とのコミュニケーションを密に取らせていただきたいと思います。支援をさせていただいていますが、やはり成人になればなるほど、障がいのあるお子さんのケアをしている親御さんは日々すごく大変な思いをされているというのは感じています。先ほど申し上げた、精神障がいだったらあまり知られたくないですとか、お子さんはメンタルの波がすごくあるので、本当にそこで疲弊して、できれば早くどこか施設に入れてしまいたいと思われている方も結構多いなと思います。

その中で、グループホームや、障がい福祉サービスの他の支援、サービスをおすすめしたりですとか、支援の方向性を一緒に考えていく中で、グループホームに入居されるという方ももちろんいらっしゃいます。そうすると、今度は、家から出てご本人がグループホームで生活される、地域

でご本人が住まわれるということになります。

今、グループホームは、札幌ですとアパートのお部屋を点々と借りて、一般住民の方と一緒に同じ集合住宅の中で過ごすので、お隣が一般住宅で借りていらっしゃる方ですとか、そういうケースがすごく多いです。そういったアパートタイプのグループホームがどんどん増えてくると、やはりトラブルがあったり、住民の方々の理解というのが難しいなと感じる場面は、すごくあります。精神状態があまりよくないとか、体調面がよくないときとか、そういった場面に出くわす住民の方もいらっしゃるのです、そういう中でやはり、「住民の方々からの苦情があります」というのは、グループホームの方からお聞きすることもあります。

地域で住む、地域の中で一緒に生活をするというのは、なかなか障がい者の方はやっぱり難しい部分とか、ハードルの高い部分がいっぱいあるなというのをすごく感じています。障がいだけではありませんが、地域の中でこういう障がいのある方ですとか、高齢の方も含めて、そういう方々がいるという理解を得られる場があればいいなと、いつも私は思っています。本当に地域の方々が気にかけてくださったり、ちょっとした気遣いという部分で、特に障がいのある方々は安心して生活ができますし、そこから自立に向けて前向きに頑張っていける方も結構多いので、住民への理解という部分は難しいなと思っています。そういう場面が本当にあつたらいいなと思っていますので、精神的な支えというか、余計なお節介のおばさん・おじさんとか、近所の方がいっぱいいるなと、私は常々すごく思っています。

中にはグループホームではなくて、一般住宅、一般のアパートで普通に賃貸を借りて住んでいらっしゃる障がいの方もいらっしゃいます。そうになると、またその理解の部分で難しかったり、ヘルパーとか、私たちみたいな福祉の支援者が出入りしていると怪しまれたりすることもあります。先日もありましたが、ちゃんとした駐車場に停めたのですが、こう指をさしながら、すごい形相で注意をされているんです。何を言っているのかは

全然聞こえません。お家の中からおじいちゃんが指をさしているということがあったりですとか、ちゃんと私たちもどこの事業所が来ていますというのをダッシュボードに置いて訪問はしますが、それを見ただけで毛嫌いする方もいらっしゃったりすることもあります。そういった住民の方の理解という部分が重要になってくるのかなと思います。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございます。

高橋さんから、よろしく願いいたします。

【高橋氏】

私からは先ほど申し上げました、アウトリーチ訪問活動の関係もあるんですけども、先ほど申し上げましたとおり、私たち2人だけで訪問できる現在の時点では、数はとても限られております。それで数名の傾聴ボランティアには今、ケアラーサポーターという形で栗山町社会福祉協議会ではお願いして、私たちと一緒に訪問していただいています。そういう活動されている方は約10名、今のところいらっしゃいますが、それでもやはり数が足りません。「また来てね」という声を聞くたびに、冗談のように「あんたたち毎日来てや」と仰る方もいらっしゃいます。それは冗談かもしれないけど、本音かもしれません。

ケアラーにしても、独居の世帯の方にしても、高齢者ご夫婦の世帯にしても、「放っておいて」と思う方の数も多いと思います。でもやっぱり皆さん、どこか寂しいんです。私たちが行って、お邪魔している時間は、私なり、ケアラーサポーターが誰かいます。でも帰ってしまったら、またお一人です。夕方になったら暗くなります。夜は長いんです。そうしたら例えば月に1回でも、あの人たちまた来るんだって、どこかでその気持ちの張りというのか、そういうのを持っていたくためにはやっぱり継続した訪問が必要になってきます。

そのためには今、傾聴ボランティアが主になってくださっているケアラーサポーター、要は地域

の皆さん、ボランティアをやりたいと思ってくださる方、そういう方をまず増やしていく。さらに言わせていただければ、数が多ければいいというものでもありません。質です。生意気ですけど。守秘義務に関してもそうです。基本的なことです。お相手の方を大切に思うなら、こちらに失礼があってはいけないんです。受け入れてもらえなくなってしまいます。信頼関係とよくいいますが、信頼関係作るのはすごく大変です。時間もかかります。ただ、私も経験しましたが、失うのは一瞬です。私に非がなかったとしても、お相手にそう思われたら、頑張って作ってきた信頼関係も一瞬でなくなります。だからそういう、人とお会いしてお話を聞く、伝えたいことがあったらお話をする。そういう基本的なことです。秘密は守ります。人に言われたくないことや辛いことの方が多いです。だからそれを分かってくくださるボランティア、それを社会福祉協議会として、私も含めて、これから養成講座も開いていきますが、なかなか数的に思うようには集まっていたけていないです。これからもっと努力しなければいけないと思っております。以上です。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございました。

仕組みとか地域づくりとかということも含めて、地域をいかに耕していくのかってところにもなってくると思いますので、これについて、地域のサポートを続けてきて、地域の拠点づくりですとか、そういうものに取り組みされた牧野さんにコメントをお願いできればと思います。

【牧野氏】

はい、大変難しい課題だと思います。

私たちがいろいろな形で、いろいろなトライアルをしてまいりましたが、全国でも今いろいろな取組はあると思いますが、それを総合的にうまく“まち”の中で実現しているというところは、まだ見受けられないかなという感じがしております。

ヤングケアラー支援という意味では今だいぶ

動き出しているのですが、少しそのあたりの観点からお話をさせていただくとすれば、東京のある区で、それこそ地域のネットワークでどうやって支援するかということに取り組み始めています。モデル事業として、一つの地域でそれをやり始めています。そこに参加する人はやはり、地域包括支援センター、それから町会、民生委員。ヤングケアラーですから、子ども食堂、それから療育センター、いわゆる知的とか発達障がいの子どもたちを預かるセンター、それから児童館、それから教育関係、そういうネットワークを地域というレベルで、包括は2つ入っていますので、どのぐらいの圏域かイメージがつくと思います。

今そのネットワークを作り始めています。これだけヤングケアラーというお話が浸透していますが、まだまだ現場では、「どこにヤングケアラーがいるのか」、「どういう子がヤングケアラーなのか」ということは、民生・児童委員としてもよく分からないというのが最初でした。今、支える側の調査をしていますが、毎月1回そういう会議をしていて、ヤングケアラー・元ヤングケアラーの方に来ていただいたり、それから今度、教育関係の人にもお話しいただいたり、あと今日の吉田さんのように元ヤングケアラーのお母さんで、今は専門職という方のお話や当事者の話とか、現場に関わる人のお話を地域の人が毎回聞いて、毎回ワークショップをします。そうすると、自分たちがしなきゃいけないことは何かということを中心に話し始めます。毎回それをやるので、皆さん仲良くなっていきます。それと同時に、それぞれの機関がどんなことをしているのか、「児童館って一体何しているのか」とか、「地域包括支援センターは何しているのか」と。分かっているようで分かっていなかったりするので、それぞれの活動を紹介していただいて、ヤングケアラー支援に向けて何をするかということをお話しいただきます。そういうことを積み重ねている間に、やっぱり相手のことを知るんですね。「子ども食堂でどうやってヤングケアラーをキャッチしているのか」というような、本当に1回1回皆さんの熱気が高まっ

ていくんですね。教育関係者が来たときには、「我々学校ではとても見きれないので、ぜひ地域で支援してください」という声が学校関係者から出ると、「僕たち頑張らなくては」という機運になっていっています。少しずつですが、やっぱりそうした取組を積み重ねていくこと、それからそれぞれの資源の方々がやっぱりお互いを理解し合うこと、そこが一番重要だろうなど。これ何のネットワークでもいえることだとは思いますが、今私ども NPO が推進していて、行政はそれをバックアップしてくださっているという格好になっていますが、いずれ地域で独立してネットワークとしてやるのか、あるいは行政がそれを引き取ってやるのか、この先は見えないところがありますが、つくづくやっぱりその地域の人というのはいろいろなことを知るにつけて、これから実態調査がフィードバックされますので、「そうか、自分の地域にはこういう子どもがいるんだ」というのを生で感じることができます。そうしたことによって、どんどん皆さん方の機運が高まって行って、「これから地域でやろうよ」という、そういうつながりができつつありますので、一つの事例ですが、そういう取組がございます。

それから、今ヤングケアラーのことでいえば、子ども食堂か学習支援の場所に子どもたちが来ているんじゃないかという話で、そういうネットワークも生まれていますが、私がやっぱり推奨したいのはカフェです。しかもいろいろな形で、いろいろなカフェがあるといいと思います。例えば町会のカフェ、これをやっているところがあるんですよ。お風呂屋でカフェをやるとかね。空いた時間でやっているとか、“まち”ならではの工夫があるんですよ。何がいかって、そこで“平ら”に関われるわけです。例えば地域でやる。カフェにドクターが来たときには白衣を脱いでいます。認知症カフェでもドクターが来たら、そのまま白衣じゃなくて、そこに知らん顔して座っていて、コーヒーを飲みながら、「うちのクリニックに来る？」なんて言ったりして、皆さんがこう“平ら”に関われて、カフェをやりだすと、専門職もいず

れそこに来るようになります。こうやって待って、相談を受けるのではなくて、その住民の中に入って行って話をすることができるようになる。その効果があるので、カフェの中にいろいろな専門職が来るといってケアラーズカフェは、結構あります。形作らなくても、自然にそれは行われるわけです。

それからそのカフェの中で、もう長年やってきた家族会のような機能が作れるわけですね。今日は娘サロンの日、今日は認知症の家族会とかいうように、カテゴリーの中でやることができます。それはやはり、コーディネーターがそこにいるということですね。ですから、いろいろな形で身近で行ける場所があるということと、その場所を運営している人のことをみんながお互いに知っているということ。ここが大事だと思います。リーダー同士喧嘩していたら絶対に紹介しませんからね。そういう活動自体も閉じがちで、どうかすると利用者の取り合いになってしまいます。それは本来じゃないでしょうと。どれだけ資源があって、どこでどんな人にふさわしい場所があってということをもみんなが理解していること。そうすると、スムーズにパスができる。その人は娘さんだったら、「あのカフェが合っているんじゃないか」。ヤングケアラーだったら、「あっち行けばいるよ」ということ、お互いに知っていること。そのことがすごく地域を盛り上げるということになるのではないかなと、実践を通じて常日頃感じているところではあります。そして、行政では大きなネットワークを作っていただいて、私は3重ぐらいの輪、ネットワークが必要だと思っています。

それから、家族を取り囲むホール・ファミリー・アプローチと今、言われていますが、本人だけでもない、それから要介護者だけでもない、ケアラーだけでもない。家族全体をアセスメントするという視点が非常に重要だといわれていますが、若年性認知症の活動で、昔こういうのがありました。ある夫婦を囲んで地域のケアネットワークというのができたんですね。そのリーダーは、なんとケアラーなんですよ。そのネットワークを作るリーダーとしては、家族がリーダーになっていまし

た。そして、地域に住むボランティアが一つのネットワークを作って、今日は誰々さん家で遊ぼうよとか、若年性認知症の方ですから、とても元気がいいので、今日はみんなで山登り行こうよとか、今日は付き添って病院に行こうよとか、そのマネジメントを家族がします。そういう取組が昔ありました。心理の先生に言わせると、いわゆる拡大家族という考え方ですが、家庭が小さくなっていますから、それを拡大するような地域のネットワークが必要だということです。私はケアマネジャーがネットワークを作ってもらえたら、何らかプラスアルファの報酬が付けばいいなと、個人的には考えています。そういうファミリーを取り囲むネットワーク、それから地域ブロックで支えるネットワーク、そして大きな行政区としてのネットワーク、そういう3重ぐらいの、もっと必要なのかもしれませんが、何重にもなるネットワークを重ねていって、お互いを理解する。また斜めの関係も、うまい関係ができていくという取組がどこかにないかなと思っていますが、それは今後に期待したいと思います。以上です。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございます。

今話を聞いていて、頭に思い浮かんだのが、昔よく地域活動をしているときに、“三間づくり”というのがよく言われました。3つの間づくりという、空間と仲間と時間なんです。人が集まる場があって、時間があるというところがやっぱり、地域における“三間づくり”といわれた時代ですが、そんなものも含めてもっと、ケアラー支援に関わっていくと、ケアラーってなんか遠くにあるようにも見えますが、本当はより身近なものです。

今の時代、いつケアが必要になるか分からない、そしていつケアラーになるか分からない、こういう時代の中で安心して、やはり生活を継続できるということを、どう考えていくのか、そのときに地域の中に“三間”をどう作っていくのかと考えたときに、その先駆的な取組というのは、やはり1980年代からの認知症の家族会の取組というの

はあると思っています。そこでは、当事者の方々が集まって相談したり、そういう場が必要だということで、全国でずっと広がってきました。ただそのときに今のケアラー・ヤングケアラーが対象とか、対象じゃないとかというのがなかなかリンクされない。子ども食堂であっても、本来はヤングケアラーが来ているかもしれませんが、目的だけで見たらヤングケアラー支援ではなくて、子どもの食の問題や貧困世帯の問題であったり、そういうところから入ると他人のような感じがします。それをもっと柔軟にやっていたら、新しいものを作るとか、立ち上げるとかではなくて、今の地域の資源をしっかりとみんなで見つめ直して、そこがお互いにどう共存できたり、連携し合えるのかということが必要なんだということです。

あと、行政にはできればそういう場づくりをしてほしいと思っても、なかなか財源の問題もあつたりします。古い話ですが、今はもう鶴岡市になっていますが、山形県に櫛引町というのがあって、全国の公民館活動の結構有名な町です。私もお邪魔しましたが、そこに聞いたら大変面白い作り方をしています。公民館を作るというのは公民館を建てたりとか、そこに人を集めたりするのではなくて、今地域の中で何か分からないけど、人が集まっている家がある。そこに“私設公民館”という看板をつけて、これまで集めた方々が地域の中でお互いに住民として支え合っているのだから、「じゃあそこにお茶代ぐらいは出します」と。そこで急激に櫛引町では公民館活動が盛んになっていくのですが、財源はほとんど使っていないということで、やっぱりそういう工夫が必要なのかなと思って、聞いておりました。

ということで、時間にもなりましたので、ぜひともお三方に、聞いている皆様へ一言ずつエールも含め、道に条例ができて、北海道一丸となって、道内どこに住んでいてもケアラー・ヤングケアラーになっても安心なまち、地域としていきたいということで、一言ずつお願いをしたいと思います。

吉田さんからということで、いいでしょうか。それでは、よろしく願いいたします。

【吉田氏】

私のヤングケアラーの経験からいいますと、やはりヤングケアラーはヤングケアラーだけでは終わらないんです。その後、やっぱり私のように気付けば32年、長い介護をしていたという現状があります。私も母の支援で、次のサービスだったり、医療につなげるときに家族からいろいろ説明をしなければいけないので、大人になって福祉の仕事に就いてから、私はずっと子育て支援の仕事も長かったですが、介護には切れ目のない支援はないのだろうか、ずっと思っていました。私はダブルケアラーも経験しておりますが、家族も含めて、切れ目のない支援というものをヤングケアラー・ケアラー、ケアということの根本的な部分をもう一度、私は相談支援専門員としても、事業としても考えていきたいと思っております。

本当によりよい地域づくり、ケアラーが生活しやすい、生きやすい地域をつくっていただけらなと思っております。ありがとうございました。

【中村氏】

それでは、高橋さんお願いいたします。

【高橋氏】

私は、先ほど中村さんが仰ったように、ケアというのは、いつこの先、今日来ていらっしゃる方の身近にも実際現在ケアしていらっしゃる方もいらっしゃるかもしれませんが、いつ起こるか分からないことなので、若くても、年齢に関係なく、だからいつ起こるか分からない、本当に人ごとじゃないということなんですよね。

私も実際、突然母が認知症になって3年間、介護離職して、一人で実家に帰ってきて介護しましたけど、「まさかうちの母が」と思っていましたけど、本当に人ごとではないんです。

それが皆さん専門職、専門職じゃない、そんなのは垣根も何もなくて、皆さんにいつ起こるか分からないことだから、皆さんと一緒に考えましょう。私も一緒に考えさせてくださいという気持ちです。以上です。

【中村氏】

ありがとうございます。

それでは、牧野さんお願いします。

【牧野氏】

いろいろなお話を差し上げてきたのですが、先ほど切れ目のない支援というお言葉がありましたように、今ヤングケアラーが第一に焦点化されていますが、高校を卒業して、すぐにもう学生ケアラーになります。それから若者ケアラーになります。その後、ヤングアダルトケアラーになって、シニアケアラーになって、ずっと地続きで続いている方もいらっしゃるわけですね。ケアラー支援の限界だと思いますが、切れ目をつけるのではなく、うまくパスができる、次の段階のケアラー支援というのを北海道はいち早く作っていただきたいというのが、今一番の願いでございます。

それから最後に、安心できるというのはどういうことかということですが、ケアラーが安心できるのは、好きなことが言えるということですね。いわゆる、そのことに対して批判も、指導もされない。だから皆さんカフェにやってくる、サロンにやってくるんです。アドバイスはいらんです。ヤングケアラーもいます。とにかく自分の話を聞いてほしい。皆さん切実にそれを仰っています。安心して話せる場所をどれだけ作るか、それを支える人をどれだけ作れるかというところが大きな課題になってくるかなと思っております。

ぜひ新しい施策なり、地域づくりに期待しております。よろしく申し上げます。

【中村氏】

はい、どうもありがとうございました。

今日は、「支え合いのまちづくり」ということで、大きなテーマの中で、1時間という時間で進めさせていただきましたので、もう少し具体的なお話だとか、消化不良のところはあるかもしれませんが、概ね時間となりましたので、これで締めさせていただきます。

「助け上手は、助けられ上手」というように、

助けられるのにも力があるんです。受援力です。自分が困ったときに「困った」と言うためには、力がいらいます。一方で、助ける経験をした人は、助けること、助けられることが分かっているので、助けを求めることがしやすくなります。しかし、ケアラー・ヤングケアラーは、自覚がもてなかったり、自分がケアをするのが当たり前と知っていることから、なかなか助けを求めないというのが実態です。そうすると、相談窓口がいくつあってもなかなか難しいわけです。つながっていかないということになります。

まずは地域の中での気付きの関係づくり、地域の中で本人が気付かなくても、気付いてあげられる地域づくり、仕組みづくりが重要になると思います。ちょっと愚痴が言える関係づくりや、場づくりが大切です。その一つのヒントとしては、栗山町で進めている地域サポーター、住民の方々の参画と意識づくりの取組だと感じました。

最後に、これからまだまだいろいろな制度・施策を柔軟に使っていかないと、このケアラー問題というのには対応できないと思いますが、今日のこのパネルディスカッションが、ケアラー・ヤングケアラーにどう向き合って、どういう仕組みを作っていくのかということを考えるヒントになったら、成功かなと思っています。

3名の方に感謝を込めて、拍手をして終了したいと思います。ありがとうございました。[拍手]

【司会】

ありがとうございました。パネリストをお務めいただきましたお三方、またコーディネーターを務めていただきました中村様、本当にありがとうございました。

今一度ご登壇の皆様には大きな拍手をお願いできればと思います。[拍手]

また、長時間にわたりご出席、ご視聴いただきました皆様もありがとうございました。

それでは、これもちましてケアラー支援推進シンポジウムを閉会させていただきます。本日はありがとうございました。

(免責事項)

当議事録に収録している内容については、当シンポジウム開催時点の情報等によるものであり、完全性を保証するものではなく、当議事録に記載の内容を用いて行う一切の行為について、北海道は何らの責任を負うものではありませんので、ご了承願います。