

日本におけるヤングケアラー研究動向と支援

Trends and support for young carers research in Japan

青山 京子

要 旨

近年の研究で、家族を介護する子どもや若者（ヤングケアラー）の存在が指摘され、メディアでも取り上げられるなどヤングケアラーに対する関心が高まりつつある。ヤングケアラーは、子ども自身の成長・発達や教育への影響に加え、子どもの権利侵害、健康への影響など課題が多い。しかし、このような子どもたちの把握の難しさが、支援の重要性が強調されながらも支援に向けた議論は進んでいない。そこで本稿では、日本におけるヤングケアラー研究について概観し、ソーシャルキャピタルを活用したヤングケアラー支援について考察することを目的とする。

ヤングケアラーの支援には、ネットワークを活かした早期の把握と関係機関や専門職など分野横断的な連携による支援が不可欠である。そのためには地域のソーシャルキャピタルを活用した支援が重要である。

キーワード：ヤングケアラー、家族介護、支援、連携、ソーシャルキャピタル

2021年12月10日受付、2021年12月15日受理

I はじめに

超高齢社会のわが国では、疾病の慢性化・複雑化もあり要介護者が急増している。要介護の高齢者は今後も急速に増加することが見込まれている¹⁾。2000年の介護保険制度の導入により介護の「社会化」が進んだが、一方で在院日数の短縮化や在宅医療が推進され、「老老介護」や「認認介護」、生産年齢者の介護離職の増加等、介護に係る課題が顕在化している。そして介護の担い手も様々である。家族介護の担い手は、従来、配偶者や子ども、子の配偶者等の大人との認識がされてきた。しかし近年、家族の介護を担っている子どもや若者（以下、ヤングケアラーという）の存在が指摘されている²⁻⁵⁾。その背景には、世帯構造の変化やひとり親家庭の増加⁶⁾による家族の介護力の低下があり、家族の介護が必要になったとき、ケア役割を子ども

が担うことで家族機能の維持につながっていると推察される。しかし、ヤングケアラーの問題は、子ども自身の成長・発達、教育への影響だけでなく、本来、守られるべき子どもの権利侵害の視点からも危惧され⁷⁾次世代を担う子どもたちが支援を受けて健康的な生活がおくれるように守っていくことが重要と考える。

ヤングケアラー支援に先駆的に取り組んできたイギリスでは、1980年代頃からその存在が指摘されるようになり、調査研究や支援が積極的に進められてきた⁸⁾「ケアラーズ・ウィーク」にはヤングケアラーに関する報道が多く行われ、地域でも積極的な啓発活動が展開されるなど、社会でヤングケアラーの概念や認識が共有されている⁹⁾。2014年に制定された「子どもと家族に関わる法律」によって18歳未満のヤングケアラーを、「2014ケア法」によって、18歳から24歳までのアダルトケアラーを視野に入れた介護者支援が行われている⁹⁾。そして地方自治

体に対してもヤングケアラーの発見と支援ニーズへの対応が求められている。

日本では2000年頃よりヤングケアラー研究が散見される。2010年以降に心理や教育、福祉、介護、看護の分野で調査研究がされ、存在割合やケア対象、ケア内容、当事者の認識等が明らかにされつつある。最近ではメディアによってもヤングケアラー自身の体験談やNPOの支援取り組みが紹介されるなど、ヤングケアラーに対する関心が高まりつつある。しかし、「子どもでありケアラーである」ことの二重性が、ヤングケアラー対応の責任の不明確さにつながり⁹⁾支援の重要性が強調されながらも議論が進んでいるとは言えない。そのようななかで、厚生労働省は今年9月、2022年度からヤングケアラー支援体制強化事業を開始することを発表した¹⁰⁾。今後、ヤングケアラーの調査研究が加速し必要な支援が提供されることが期待される。

本稿では、これまでの日本におけるヤングケアラー研究を概観し、ヤングケアラーの実態と課題を踏まえ、ソーシャルキャピタルを活用したヤングケアラー支援について考察する。

Ⅱ ヤングケアラーとは

日本ではヤングケアラーの定義は統一されていない。2010年に結成された日本ケア連盟のヤングケアラープロジェクトは、「家族が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歳未満の子どもで、ケアが必要な人は、主に、障がいや病気のある親や高齢の祖父母であるが、きょうだいや他の親族の場合もある」としている。

また、渋谷はイギリスのソール・ベッカー氏の著書『ソーシャルワーク百科事典』における定義を紹介し¹¹⁾、「慢性的な病気や障がい、精神的な問題などを抱える家族のケアをしている18歳未満の子どもや若者」としたうえで、このような子どもたちは恒常的に相当量のケアや重要なケアに携わっているとしている。

日英においてヤングケアラーを18歳未満の子どもとしているのは、国連の「子どもの権利条約」における、保護や支援の対象として規定している18歳未満を反映したものと考えられる¹²⁾。

Ⅲ ヤングケアラーの実態

1. 学年及び性別

三菱UFJリサーチ&コンサルティングの2020年の調査¹³⁾によると、世話をしている家族がいると回答した中学2年生は5.7%、全日制高校2年生は4.1%、定時制高校2年生は8.5%で、全日制高校に比べ定時制高校の割合はやや高くなっている。通信制高校生は11.0%であった。通信制高校を選択した理由の一つに「家族の世話や介護」があり、進路に影響していることが示唆される。公立高校の生徒を対象にした濱島らの調査¹⁴⁾においても、5.3%のヤングケアラーと思われる生徒の存在が報告され、類似した割合で存在している。一方、公立小中学校の教員を対象にした調査¹⁵⁾では、小学1・2年生の低学年においても家族のケアをしていると思われる子どもが存在していた。性別では、男子38.0%、女子61.8%で、男女比は4:6と女子が大きく上回っている。市町村要保護児童対策協議会対象の調査¹⁶⁾では、小学生約33%、中学生約43%、高校生約16%で、性別は、男子39%、女性61.0%であった。この調査結果からは就学前の子どもが1%存在することも報告されている。大学や大学院生に関して、森田¹⁷⁾は在学者における介護者比率は2.5%としている。

2. ケア対象とケア内容

ケアの対象は、きょうだい、祖父母、父母等であった¹⁴⁻¹⁶⁾。なかでもきょうだいの世話をする割合は最も高く、中学生で61.8%、高校生で44.3%であった。世話が必要な状態として、幼いことや知的障がい、身体障がいある等であった。世話を始めた時期は「小学生」が最も多い。次に多いのは親のケアで、中学生が23.5%、高校生が29.6%であった。精神疾患や精神的不安

定な状態の親のケアを担い感情面のサポートを多く行っていた¹⁸⁾。特にひとり親家庭が多く、母子家庭の割合が高く、4割が母子家庭との報告もある¹⁵⁾。親のケアの場合、本人のみでケアしている傾向が17.3%と他に比べてやや高く¹⁶⁾、介護の負担を抱え込むことが懸念される。次に「祖父母」のケアは、中学生14.7%、高校生22.5%¹⁶⁾が担っていた。祖父母の状態は、認知症や慢性疾患、身体機能低下等が多い。このようなケア対象の特徴は、被介護者の約5割が「母親」で、3割が「きょうだい」という英国の結果¹⁹⁾とは異なり日本の特徴といえよう。

ケアの内容は、調査により若干の差はあるが、多くは家事、情緒面のサポート、きょうだいの世話であった。具体的には、料理や掃除、洗濯などの家事、食事や着替えの介助・移動介助などの身の回りの世話、入浴介助やトイレ介助・身体拭きなどの身体介助、買い物、病院への付き添い・請求書の支払い等などであった¹⁴⁾¹⁵⁾。小学生など年齢の低い子どもの場合はきょうだいの世話が多くなっていた。

3. ケアの頻度と時間

ケア時間は、家族構成によっても特徴があり、二世帯家族は平均3.8時間、三世帯家族は平均2.9時間であるのに対し、ひとり親家庭は平均4.3時間で世話の頻度や世話に費やす時間が長く、ケア負担が大きい状況があった¹⁸⁾。濱島らの調査¹⁴⁾では、ケア期間は平均3年11カ月で、ケア頻度は毎日が最も多く、週4、5日と合わせると半数を超えていた。また、三菱UFJリサーチ&コンサルティングの調査¹³⁾では、平日1日あたり世話に費やす時間は、中学2年生は平均4.0時間、全日制高校2年生は平均3.8時間であった。ケア開始年齢の平均は、中学2年生は9.9歳、高校2年生は12.2歳であった。中学生では、ケア開始が「小学生（高学年）」の割合が高い⁷⁾ことから、ケア長期化による学校生活や健康への影響が懸念され対応が必要である。

4. ヤングケアラーの健康状態とケア認識

ヤングケアラーの健康状態は、ケア負担によ

るストレスや疲労、寝不足、感情・精神面の不安定など¹⁵⁾に加え、ヤングケアラーの35.6%は心理的ストレスがあり、12.8%は主観的健康観が良くない¹⁸⁾。そして、平日1日あたりのケア時間が7時間以上の場合は、「時間的余裕がない」42.5%、「精神的にきつい」34.2%、「身体的にきつい」26.0%、など⁷⁾、心身の健康に影響が生じている。健康的な生活の満足感を持つような支援が必要である。そして子どもたちの健康状態や支援ニーズについて詳細な調査を行い、ニーズに応じた支援が求められる。

ヤングケアラーの自己認識では、家族のケアを担っている高校生の中には自分をヤングケアラーだと認識していない者もあった。ヤングケアラーという言葉の認知度を高め、自身がおかれている状況を客観視することができるような周囲のサポートが必要²⁰⁾である。また、中高生の8割はヤングケアラーについて「聞いたことがない」と回答しており、当事者だけでなく周囲の子どもたちの認知度も低い⁷⁾ことから、学校だけでなく社会全体の認知度を高めていく必要がある。社会の認知が高まることで、例えば自分の家庭しか知らない小中学生が家族のケアをするのは当然と思い、特に助けを求めない²¹⁾ような場合でも、周囲が気づき早期発見・支援につながる事が期待できる。何より子どもたち自身の認識を高めていくことも重要である。

5. ヤングケアラーの学校生活への影響

学校生活への影響について、北山らの調査⁵⁾では「宿題や書類などの忘れ物が多い」「友だちとの関わりが薄い」「遅刻・早退が多い」等があった。

同様の報告は他の調査^{7) 15) 21)}においてもされている。平日のケア時間が1日3時間以上にも及ぶと、「学校で一人で過ごすことが多い」「友人と遊んだりおしゃべりしたりする時間が少ない」など、介護による友だち関係への影響は少なくない。学校や近隣において差別的な扱いやいじめを受けているとの報告²²⁾もある。しかし、半数以上の子どもたちは「相談できる人が身近

にいない」「家族のことを知られたくない」などの理由から誰にも相談することなく、潜在化、孤立化するヤングケアラーの存在が指摘されている¹⁴⁾。子どもたちがいつでも相談できるような敷居の低い身近な相談環境を整え、適切な支援につなげることが喫緊の課題といえる。また、ケア対象を含めた家族全体を支援する家族支援の視点が重要であり、地域の専門職が積極的に介入し連携して支援できるような仕組み作りが必要である。特に地域で活動する保健師は、自ら支援を求めない人や求められない人を把握し必要な支援につなげる役割がある。

6. ヤングケアラーに関する教員や専門職の認識

日本ケアラー連盟の調査^{15) 24)}では、公立小中学校の教員の認知度は、南魚沼市で25.5%、藤沢市で40.8%であった。東北地方の公立中学校では3%²⁵⁾に留まり、9割を超える教員に認知されていない。公立高校の教員の認知度は28.5%¹⁴⁾で、約7割の教員には認知されなかった。三菱UFJリサーチ&コンサルティングの調査¹³⁾では、ヤングケアラーの概念を知っている学校は中学校で58.1%、全日制高校で62.6%であるが、意識して対応している学校は中学校で約2割、高校で約1割に留まっていた。専門職の認知度について、病院の医療福祉専門職を対象にした調査²³⁾では29.4%で、小中高校の教員同様に低い認知度であった。一方、市町村要保護児童対策協議会の認知度は、令和2年度の認知度は元年と比較して30ポイント上昇し76.5%であった。認知度が大幅に高まっていることがうかがえる¹³⁾。政令市や中核市などの自治体の認知度は40%前後であり、自治体の規模によっても認知度が異なっていた。

Ⅳ ヤングケアラー支援に向けて

日本のヤングケアラー研究を概観した結果、ヤングケアラーの支援課題は、①ヤングケアラーに関する認知度の向上、②ヤングケアラーの相談支援の充実、③地域で孤立させない支援

の3点があげられる。これらの課題解決にはヤングケアラー本人だけでなくケア対象である家族支援の視点を持ち、ニーズに対応した支援に向けた取り組みが必要と考える。以下に考察する。

1. 家族全体を視野に入れた支援の重要性

子どもがケア役割を担う背景には、家族の病気や障がい等により家事やきょうだいの世話、介護役割を担わざるを得ない状況がある。不足している家族のセルフ機能のサポートや、家族役割の調整、ケア対象へのフォーマルサポートの活用など、家族全体を視野に入れた支援が重要である。そのためには、本人・家族のアセスメントを行って、家族相互の関係の理解と支援ニーズを把握し必要な支援につなげることが必要である。アセスメントに関しては、ヤングケアラー支援に先駆的なイギリスでは、「ライフスキル」の考え方を取り入れ、年齢に相応しない役割や責任を担っているかいないかのアセスメントを行い、家族全体の状態を踏まえた支援の必要性を判断している²⁶⁾。どの程度のケアを担っている場合にヤングケアラーとみなすか、「手伝い」と「ケア」の明確な基準がないために判断の難しさが指摘されている²⁷⁾。家族の状態とヤングケアラーのケア状況をより適切に評価できるアセスメントが求められる。

また、ケア対象の多くが祖父母や精神疾患等の親であることから、介護保険や福祉サービス等を活用し、分野を超えた関わりによりヤングケアラーの負担軽減だけでなく早期発見し支援につなげることが期待できる。提供されるサービスの種類によって関わる職種も異なるため、ヤングケアラーの存在を把握、あるいは存在が疑われるような情報を把握した際の対応について、マニュアルを作成し関係者間で共有することで支援にもつながりやすい。

2. ソーシャルキャピタルを活用したヤングケアラー支援

ヤングケアラーの認知度は、学校の教員だけでなく専門職等も低いことから、ヤングケア

ラーを早期に発見し支援につなげるためには、社会全体の認知度を高めていくことが重要である。研修会やイベント等における積極的な広報活動に加え、イギリスで行われているようなヤングケアラー理解の集中月間を設け、様々な企画で理解を深めることは大切と考える。ヤングケアラー自身もSNSなどを活用して現状や思いなどを発信することで、理解を深めることにつながると考える。

ヤングケアラーの多くが、相談者がいない、家族のことを知られたくないなどの理由から、ケアに関して誰にも相談経験がなかった。そして孤独感や疎外感を懐き将来への不安を感じつつ²⁸⁾、一人で抱え込む傾向にある。子どもたちの不安や思いをしっかりと聴き必要な支援につなげるために、地域のソーシャルキャピタルを活用した多様な関わりが重要と考える。相談経験のある子どもの相談相手は友人が多く、親戚や学校の先生がこれに次ぎ専門職への相談は僅かである。友だちはケアに関する思いや気持ちを分かち合える存在と思われるが、制度や支援に関する情報や知識は薄く相談支援につながりにくいと思われる。子どもたちにとって行政機関もなじみが薄い。つながるツールを開発し積極的な情報発信や、双方向の相談支援が大切である。また、精神疾患を患う親をもつ子どもの場合、精神疾患を恥と捉えて隠そうとすることがあり、スティグマを払拭させることも相談できる環境づくり²⁹⁾に必要である。

ヤングケアラーの孤立を防ぐ支援も重要で、ピアサポート等のグループ支援により当事者同士の交流の機会が大切である。保健師は従来からピアサポートを育成しグループ支援を行って、経験を分かち合える場や機会を積極的につくってきた。ヤングケアラーについても、ピアグループによる情報共有や交流は重要であり、地域の保健師の経験値が活用できると考える。また、制度の狭間にある世帯や支援を求められない人を把握し、支援につなげる役割が保健師にはある。学校や福祉制度の狭間で支援につな

がりにくい⁹⁾ヤングケアラーの、制度の狭間で看過されているヘルスニーズをしっかりと把握し支援につなげることが求められ、教育、福祉、介護、医療などの地域の多様な主体が顔の見える関係を築き、機関や分野を超えて連携して取り組むことが不可欠である。

わが国が近年提唱している「地域共生社会」の実現に向けた柱の一つに、「地域を基盤とする包括的支援の強化」がある。これは地域包括ケアの理念を普遍化し、高齢者に限らず生活上の困難を抱える障害者や子どもの自立した生活のため、包括的な支援体制を構築し切れ目のない支援を実現する³⁰⁾ことである。ヤングケアラー支援もその理念を踏まえ、地域のソーシャルキャピタルを活用した支援体制の確立が求められる。

V まとめ

本稿では、日本におけるこれまでのヤングケアラー研究を概観し、その現状を踏まえソーシャルキャピタルを活用したヤングケアラー支援について考察した。

子どもたちがケアを担う背景には、親や祖母など家族の病気や障がい、離婚や死別などによる「ひとり親家庭」、親の仕事が多忙等の理由から、家事や家族の世話、ケア役割を担わざるを得ない状況があった。ヤングケアラー支援の課題には、①ヤングケアラーに関する認知度の向上、②ヤングケアラーの相談支援の充実、③地域で孤立させない支援があげられる。支援に向けて、情報発信や啓発活動等により社会の認知度を高め理解を深めていくことが重要である。また、潜在するヤングケアラーの早期発見と支援のために、地域のソーシャルキャピタルを活用し、多様な主体が顔の見える関係を築いて、分野を超えて連携・協働して支援することが重要である。

引用・参考文献

- 1) 内閣府「令和3年度版高齢社会白書」
https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2021/zenbun/pdf/1s1s_01.pdf (2021.10.20アクセス)
- 2) 土屋葉：「障害の傍らで—ALS患者を親に持つ子どもの経験」, 障害学研究 (2) p 99-123, 2006.
- 3) 武田卓也：要介護者を支える若年介護者が直面する問題に関する一考察 あるひとり親家族の事例分析を通して, 介護福祉学 15 (1), 74-80, 2008.
- 4) 森田久美子：メンタルヘルス問題の親を持つ子どもの経験—不安障害の親をケアする青年のライフストーリー, 立正社会福祉研究, 12 (1), 1-10, 2010.
- 5) 北山佐和子, 石倉健二：ヤングケアラーについての実態調査—過剰な家庭内役割を担う中学生—, 兵庫県教育大学学校教育学研究, 第27巻, p 25-29, 2015.
- 6) 総務省「令和2年国勢調査 人口等基本集計」
https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2020/kekka/pdf/summary_01.pdf (2021.11.15アクセス)
- 7) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書. 2019.
https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2019/04/koukai_190426_14.pdf (2020年9月15日閲覧)
- 8) 三富紀敬：イギリスの在宅介護者, ミネルヴァ書房, 東京, 2000.
- 9) 渋谷智子：ヤングケアラーを支える法律—イギリスにおける展開と日本での応用可能性, 成蹊大学文学部紀要 第52号, 2017.
- 10) 厚生労働省「ヤングケアラーの支援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携プロジェクトチーム」
<https://www.mhlw.go.jp/content/000837347.pdf> (2021.11.02アクセス)
- 11) 渋谷智子：ヤングケアラー—介護を担う子ども・若者の現実—, 中央公論新社, 東京, 2018.
- 12) 阿部計彦：ヤングケアラーと子どもへの権利侵害—ネグレクト調査の再分析から—, 西南学院大学人間科学論集15 (1), p 75-117, 2019.
- 13) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング：令和2年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業 ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書.2021.
https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2021/04/koukai_210412_7.pdf (2021年10月9日閲覧)
- 14) 濱島淑恵, 宮川雅充, 南 多恵子:高校生ヤングケアラーの存在割合とケアの状況—埼玉県立高校の生徒を対象とした質問紙調査—, 厚生学の指標, 67 (12), p 13-19, 2020.
- 15) 日本ケアラー連盟ヤングケアラープロジェクト：藤沢市ケアを担う子ども (ヤングケアラー) についての調査《教員調査》報告書, 日本ケアラー連盟, 2017.
- 16) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書. 2019.
https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2019/04/koukai_190426_14.pdf (2020年9月15日閲覧)
- 17) 森田久美子：子ども・若年介護者の実態, 立正大学社会福祉研究所年報第18号 p 41-51, 2016.
- 18) 渡邊多永子, 田宮菜奈子, 高橋秀人：全国データによるわが国のヤングケアラーの実態把握—国民生活基礎調査を用いて—, 厚生学の指標66 (13), 2019.
- 19) 滝島真優：イギリスにおける学校と支援組織との連携による慢性疾患や障がいのある子どものきょうだい支援の実際, 目白大学総合科学研究第17号, p 69-79, 2021.
- 20) 宮川雅充, 濱島淑恵：ヤングケアラーの自己認識—大阪府立高校の生徒を対象にした質問紙調査—, 日本公衆衛生雑誌68 (3) p 157-166, 2021.
- 21) 青木由美恵:ケアを担う子ども(ヤングケアラー)・若者ケアラー—認知症の人々の傍らにも—, 認知症ケア研究誌 2, p 78-84, 2018.
- 22) 三富紀敬：介護を担う子どもと支援事業, 静岡大学経済研究, 2 (3), 2008.
- 23) 渋谷智子：ヤングケアラーに対する医療福祉専門職の認識 東京都医療社会事業協会会員へのアンケート調査の分析から, 社会福祉学, 54 (4), 70-81, 2014.
- 24) 日本ケアラー連盟ヤングケアラープロジェクト：

- 南魚沼市ケアを担う子ども（ヤングケアラー）についての調査《教員調査》報告書，日本ケアラー連盟，2015.
- 25) 奥山滋樹：公立中学校教員を対象としたヤングケアラーに関する生活状況および校内での支援に関する調査，臨床心理学20巻2号，220-228，2020.
- 26) 滝島真優：イギリスにおける学校と支援組織との連携による慢性疾患や障がいのある子どものきょうだい支援の実際，目白大学総合科学研究第17号，p 69-79，2021.
- 27) 宮川雅充，濱島淑恵：ヤングケアラーの生活満足感および主観的健康観：大阪府立高校の生徒を対象にした質問紙調査，日本公衆衛生雑誌68（3）p 157-166，2021.
- 28) 横瀬利枝子：孫世代が担う高齢者介護—その倫理的課題—，生命倫理26（1），2016.
- 29) 蔭山正子，横山恵子，坂本 拓他，：精神疾患の親をもつ子どもの体験と学校での相談状況；成人後の実態調査，日本公衆衛生雑誌68（3）p 157-166，2021.
- 30) 藤内修二：地域共生社会，地域保健，50巻第3号，51-55，2019.

Trends and support for young carers research in Japan

Kyoko Aoyama

Abstract

With the publication of studies that focused on children and young people who provide care for their family members (young carers), issues involving young carers have been featured in the media, and attracted attention. Young carers face many issues including infringement of rights and influence on their health, as well as the influence on their growth, development, and education. However, due to the difficulties in identifying such children, measures to support young carers have not been fully discussed although the importance of supporting them is emphasized. In this background, this study aims to describe details of issues experienced by young carers by reviewing previous studies published in Japan, and discuss the utilizing of social capital for supporting young carers.

To support young carers it is necessary to identify them at an early stage through social networks and to work with cross-sectoral cooperation among the organizations concerned and other professionals. For this, the utilizing of community social capital is very important.

Keywords: young carers, family care, support, collaboration, social capital