

# 今、なぜケアラー支援なのか その必要性と支援の在り方

一般社団法人日本ケアラー連盟代表理事  
日本女子大学名誉教授

堀越 栄子（ほりこしえいこ）

「ケアラー」、とりわけ「ヤングケアラー」の実態や支援の必要性について、メディアでかなり取り上げられるようになってきました。しかしながら、ケアラー／ヤングケアラーの定義や、その現状、抱える問題・課題については、まだよくわからないという人も多いと思います。

他方で、家族の世話は家族がするのが当たり前、子どもがお手伝いをするのは良いことである、家族だけで無理ならケアを必要とする人へのサービスを増やせば良い、という意見もあります。

ケアラーは、心身の疲労、経済的負担などにより日常生活に支障が生じ、さらには社会から孤立するなど、自分らしい人生を歩めない場合があります。ヤングケアラーの場合、子どもの権利が侵害される事態も生じています。今後ますますケアを必要とする人が増加し、それに伴いケアラーも増加します。そこで本稿では、ケアラー支援の必要

性について考えます。

## ケアラー支援条例制定の背景とめざす社会

2020年3月、全国で初めて、ケアラーを支援する「埼玉県ケアラー支援条例」が、全会一致で成立しました。

2022年10月7日現在、都道府県では茨城県、北海道、長崎県、政令市ではさいたま市、市区町村では名張市、総社市、備前市、入間市、白河市、栗山町、浦河町、那須町の13の自治体で制定されています（入間市はヤングケアラーを対象とした条例です）。ケアラーを支援する法律は制定されていないので、自治体による条例制定が先行しています。

ケアラーについての法令上の定義はまだ日本にはなく、埼玉県の条例では「高齢、身体上又は精神上的の障害又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、

看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者をいう」とされ、「ケアラーのうち、十八歳未満の者」をヤングケアラーとしています。

つまり、ケアラーとは無償の家族介護者等を指し、ケアワーカーは含んでいません。

では、なぜ、条例を制定してケアラーを支援することになったのでしょうか。条例により若干の違いはありますが、趣旨は共通しています。ここでは、条例制定の背景についても触れている、茨城県が制定した条例の前文のポイントをご紹介します。

- ケアラーは、ケアを受ける人を支える上で重要な役割を果たしている。
- しかしながら、ケアに伴う過大な精神的、身体的、経済的負担により、ケアラーの日常生活に支障が生じ、さらには、社会から孤立するなど、ケアがケアラー自身の活動や生き方に深刻な影響を及ぼすおそれも考えられる。
- とりわけ日常的にケアを行っている子どもたち、ヤングケアラーは、年齢や成長の度合いに見合わない重い責任や負担を負うことで、教育や人格形成に影響を及ぼし、人生の選択肢が狭められること等が懸念される。
- ヤングケアラーの健やかな育成、教育の機会の確保等を図るとともに、全てのケアラーとケアを受ける人が、誰一人取り残されず、共に安心できる生活を送り、自分らしい人生を歩んでいくことができるよう、ケアを家族等だけの問題にとどまらない世代を超えた社会問題として認識し、ケアラーを社会全体で支えていく必要がある。
- 他の自治体の条例を見ても、「全てのケアラーが個人として尊重される」「ケアと自己の幸福追求との調和を図る」「ケアラーが周囲から大切にされ、社会



1951年生まれ。さいたま市在住。地元で、「自分たちのまちは自分たちの手で」と、1980年代から「おおみや・市民の会」の活動に加わる。1997年に現在の「認定NPO法人さいたまNPOセンター」の設立に参加し、2017年より代表理事。2010年には日本ケアラー連盟の創設にかかわり、以来、全国2万世帯のケアラー実態調査や自治体におけるヤングケアラー実態調査、政策提言、自治体職員や専門職、市民団体等へのケアラー・ヤングケアラー支援研修を担っている。著書多数。

から孤立することなく健康で心豊かな生活を営める」「ケアラーが将来にわたる夢や希望を持つて暮らせる」ことが、ケアラー支援の基本理念として盛り込まれています。

このように、条例制定の意義は、ケアラーの存在を社会が認識し、ケアラーのケア負担を減らし、ケアラー自身が健康で文化的な暮らしを営み、自分の人生の主人公になれるよう、社会全体で応援することをルール化したことにあります。

## ケアラー支援は人生の支援

では、「健康で文化的な暮らし」とはどのような要素を含む暮らしなのでしょう。

イギリスの「2014年ケアに関する法律(Care Act 2014)」には、地方自治体の一般的責任として「個人のウェルビーイングを推進すること」が記載されており、福祉(良好な状態)に問題がないかどうかをチェックする際に参考になります。それは次の通りです(仮訳)。

個人の尊厳(敬意を払った対応を含む)／身体および精神的健康ならびに感情面のウェルビーイング／虐待やネグレクトからの保護／当該個人による日常生活のコントロール(当該個人に提供されるケアおよび支援、ならびにその提供方法)／就労、教育、研修またはレクリエーションへの

参加／社会的および経済的ウェルビーイング／家族や個人の関係／住居の適性／当該個人による社会貢献

ケアをすることでウェルビーイングが阻害されていたら、ケアラー支援が必要ということになります。

それでは、ケアラー支援の事例を見ることで、支援のイメージを共有したいと思います。家庭内暴力の被害を受けながら、家族を介護する20代女性Aさんへの支援事例です。(千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会「中核地域生活支援センター活動白書2016」を基に一部改変)※

Aさん(長女)は、90代の祖母と60代の父の介護をしており、30代の長男から暴力を受けていました。それを見兼ねた(傍観しない、発見する)、当該家庭に薬を配達していた薬剤師が中核地域生活支援センターに相談し(つなぐ)、センター職員がすぐに訪問してAさんに話を聞くと(行動する、話を聞く)、支援ニーズを把握する、誰に相談してよいかわからず「私がやるしかない」ということでした。祖母と父にはケアマネジャーがついて相談に乗っていましたが、Aさんを支援してくれる人はおらず、むしろ、市役所やケアマネジャーからはキーパーソンとしてさまざまなことを求められ、大きな負担

とともに孤立を感じている状態でした。

センターは、家族のキーパーソンとして負担が集中しているAさんを支えることが必要と判断し、Aさんに自分自身の生活を大切にもらうため、まずはAさんが週に1回半日だけでも自分の時間を持つことを目標としました(支援計画を立てる)。センターは、Aさんとともに関係者へ働きかけ、その結果、介護サビスの利用を嫌がっていた祖母や父は、関係者の丁寧なかかわりによってサビスを利用することになりました。長男については、センターがつなげた精神科の受診によって高次脳機能障害であることが判明し、精神保健福祉手帳を取得し、相談支援専門員の支援のもと障害福祉サビスの利用が開始されました(家族全体を見る、多機関連携)。

長女の介護負担は軽減され、週に1回は散歩や買い物など自分の時間を持つようになるとともに、関係機関のそれぞれが長女の状況を気にかけて、相談相手となりました。その中で、徐々に負担に思っていることや困っていることを話すことができるようになってきたAさんは、表情が明るくなり、高校時代に取り組んでいたスポーツに再チャレンジしてみようかと笑えるようになったということでした。

この事例で重要な点は、関係機関が、Aさんが果たしている「介護」という側面のみに注目するのではなく、Aさんの

介護以外の側面を視野に入れ、Aさんを20代のひとりの女性として認識し、その視点から支援を始めたことです。それによって今後、Aさんは将来の見通しを持てるようになるのではないのでしょうか。

日本のケア政策は地域包括ケアとして進められていますが、その中にケアラー支援は含まれていないと言っても過言ではありません。あくまでも、要介護者のケアのための家族介護者支援となっています。でも、ようやく、自治体から全世代のケアラー支援が始まりました。要介護者にとって良いことはケアラーにとっても良いことは要介護者にとっても良いことのはずです。

ケアラー支援は、①法律や条例を制定する、②できることから、行政が施策を推進する、③気がついた人・団体・地域が取り組むことで進みます。入り口はどれでも良いと思いますが、いずれも必要です。ケアラー支援という切り口から、誰もが個人として尊重され、健康で文化的な生活を営むことができる、共に生きる社会を実現したいと思います。

※千葉県中核地域生活支援センター  
千葉県独自の施策。4事業(包括的相談支援、地域総合  
コーディネート、市町村等バックアップ、権利擁護を  
担う。県内13の広域福祉圏域)に設置。

〈参考〉  
一般社団法人日本ケアラー連盟ホームページ2010  
年設立。ケアラーを社会的に支援する必要性および社  
会的仕組みについて提言し、「ケアラー支援法(ケア  
ラー支援条例)の制定に取り組む」