

## ヤングケアラーのストレスの背景と支援の実態

Background of the Stress Experienced by “ Young Carers ” and  
the Current Situation of Support Systems for their Well-being

黒澤 多美子\*<sup>1</sup>

Tamiko KUROSAWA

### 要旨

ヤングケアラーとは「本来、大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」である。介護は成人が行うことが一般的であり、未成年者が介護を行っていたことはあまり知られていない。COVID-19の流行が長期化する中、社会的な孤独、孤立や経済格差、高齢化により、若年の介護者は年々増加傾向にある。厚生労働省（2021年）の調査では、世話をしている家族が「いる」と回答した子どもは、小学生6年生6.5%、大学3年生では6.2%であった。ヤングケアラーは、家庭内に有病者が生ずることで家庭内役割が派生する。青木<sup>1)</sup>は「孤独や孤立、心身の健康や学力、家庭・学校・社会生活、将来の選択に影響し、子どもの権利侵害の状況にいたることもある」と述べている。本研究ではヤングケアラーの背景と現状から当事者のストレス内容と支援の実態について文献研究を行った。結果、家庭内のプライベートな問題、家族役割として正当化されやすいことから自身がケアラーと自覚しにくく表面化しにくい。ストレスの背景には、学習を優先するより、家人の世話の割合が高くなり、就学や学校生活や健康面に「つらさ」という負担を与えていることが明らかになった。支援の実態に応じた施策は不十分で、課題として、「発見」と「理解」が必要であり、支援に繋げていくための福祉・介護・医療・教育の連携が重要であった。

【キーワード】 ヤングケアラー 若年介護者 ストレス 介護者支援

### 1. 研究の背景と目的

ヤングケアラーとは、厚生労働省によると「法令上の定義はないが、一般に、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」としている。ヤングケアラー支援の第一人者である濫谷<sup>2)</sup>によると、ケアが必要な家族の世話をしている18歳未満の子どもとしている。また、日本では、2014年頃からヤングケアラーが注目されるようになったと報告している。介護は成人が行うことが一般的であり、未成年者が介護を行っていたことはあまり知られていなかった。近年、COVID-19の流行が長期化する中、社会的な孤独、孤立や経済格差、高齢化が進む中、若年者の介護者は年々増加傾向にある。

厚生労働省のヤングケアラーの初めての全国調査（2020年）<sup>3)</sup>では、世話をしている家族が「いる」と回答した子どもは、中学生5.7%、高校生4.1%であり、2021年の全国調査<sup>4)</sup>では、小学生6年生6.5%、大学3年生では6.2%であった。2021年

のヤングケアラーの一般国民の認知度調査<sup>4)</sup>では、「知っている」が約3割、「良く知らない、聞いたことがない」が7割を示し、認知度の低さが報告されている。

この結果は教育関係者や介護・医療関係者以外の社会に衝撃を与えた。厚生労働省は2年分の調査結果から家族へのケアの実態が明らかになったとして、2022年度（令和4年度）に創設した「ヤングケアラー支援体制強化事業」の実施要綱を都道府県・市町村・特別区に通知した。

2022年3月、毎日新聞は総務省の2017年の就業構造基本調査を独自分析した結果、「介護する10代は、3.7万人、15歳から19歳の8割は通学中」と報じた<sup>5)</sup>。このような調査結果や出版物からは、世話をしている家族がいることでケアラーの健康や学校生活に影響を与えたり、進学や就職に制限がかけられたりする実態が明らかになっている。

このような背景の中にあって、筆者の身近にも難病や認知症の家族のケアをしながら、学業を続けて

\*1 松本短期大学看護学科

いる学生が存在した。このような学生には、学生本来の発達課題を進めること以外に家族の世話が重なり、学業に影響が出ていないか、ストレスを感じているのではないだろうか、その対応はどのようにしているのか、本来の学生生活を安心して送るためにはどのような支援が求められているのだろうか、どのような支援があるのだろうかなどの疑問が生じた。

そこで、まずは、先行研究よりヤングケアラーの実態と支援についての調査が必要であると考えた。研究目的はヤングケアラーに関する現状の研究の動向から、ストレスの背景に焦点をあて、ヤングケアラーの現状を把握し、支援の実態を明らかにするため、文献研究を行った。この研究報告によりヤングケアラーに関する現状認知度をあげ、相談しやすい適切な支援体制の整備に役立てられる資料とする。本研究における用語の定義として、ストレスとは、対象にとって可視化できる苦痛を伴う心理的・身体的・社会的な出来事であるが、広義では自覚のないストレスも含まれるとした。今回の研究の「ヤングケアラー」の言葉の定義は、親などの家族のケアを家庭内で日常的に担う子どもや若者とした。支援の対象は大学生も含むとした。

## II. 研究方法

文献研究を進めるにあたり、データベース検索や書籍等から、研究対象とした文献等を抽出、内容検討し文献統合を行い、比較検討を行う。分析方法並びに分析検討内容については、スーパーバイザーへ助言を依頼し、助言を受けて妥当性に努める。

### 1. データ収集

データベース検索作業期間 2022年6月～8月  
検索対象期間 2012年～2022年、医中誌、メディカルオンライン、CiNiiを用い、キーワードは、「ヤングケアラー」「若年介護者」「ストレス」「介護者支援」として、対象の文献を選定する。言語は日本語に限るとしたデータベース検索で抽出した文献引用文献リストをもとに、再検索し必要な文献を収集し対象文献の再選定を行う。場合によっては著者検索を行う。

### 2. データの整理

(文献内容の分析、系統的整理・分類)

2022年8月～9月各文献の主題、研究目的、ヤングケアラーの定義(年齢を含む)、研究方法、結果について整理する。入手文献の引用文献や研究疑問に関係が深い専門雑誌、統計Dataや著書などの情報をもとに、文献の整理に役立てる。

### 3. 倫理的配慮

著作権法に基づき文献名、出典先、著者名、引用箇所を明確にする。ただし、特別に必要な場合は出典先の許可を得る。著作権の保護の遵守を行う。活用した文献はコピーを取り保存しておく。本研究中に名前、年齢、居住地など個人が特定できる記述はしないよう配慮した。本研究は本学研究倫理審査委員会の承認を得て行った。(承認番号 202203)

## III. 研究結果

### 1. 研究の動向の実態(文献検索から)

文献検索の結果は、6件であり、その中でストレスの背景に特化した研究は0件であった。その主な文献の概要を表1に示す。

文献におけるヤングケアラーの定義は、日本ケアラー連盟の「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」が主であった。河本<sup>6)</sup>も日本ケアラー連盟の定義を使っているが、現状では正式な定義はない。曖昧な定義ではないかとの見解を述べている。

論文の対象者を、ヤングケアラー経験者を対象とした研究(表1のNo1～5)はヤングケアラー支援者を対象とした研究も兼ねていたが、主な研究対象者は、ヤングケアラー経験者を対象としていた。

以上のことからヤングケアラーの当事者のストレスの背景には見解があるものの具体的支援に関する研究については、見当たらなかった。

ヤングケアラーの研究では、ヤングケアラー経験者を対象にした研究、当事者と繋がる外部支援者を対象とした研究にわけられた。

介護対象者は、「きょうだい」「両親」「祖父母」であり、介護者の疾患は「身体障害」「知的障害」「精神障害」「身体機能の低下：がんなど」「認知症」であった。介護内容では、「家事」「きょうだいの世話」被介護者の「外出時の介助や付き添い」といった家庭内役割を担っていた。「情緒サポート」「身体ケア」といった身心の直接的支援及び「与薬の管理」や「病院への付き添い」という医療支援を行っている子どもの存在も明らかとなった。

### 2. 日本におけるヤングケアラーの現状

先行の調査結果から、ヤングケアラーの現状を見てみる。

1) 2020年度(令和2年度)のヤングケアラーの実態に対する調査研究結果<sup>3)</sup>

2020年度の調査(学校調査)中学校、高校では、ヤングケアラーの概念を認知している中学校は約6

表1 ヤングケアラーの先行研究の概要

No	著者 (年代)	タイトル (主題)	研究目的	定義	年齢	方法	結果
1	河本秀樹 (2020) 職業教育研究センター 客員研究員	ヤングケアラー研究の動向と到達点	ヤングケアラー研究の先行研究を要約表にまとめ、現在までの研究状況と到達点を明らかにする。	<b>定義:</b> 「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うような責任を引き受け、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」一般社団法人 日本ケアラー連盟では定義されることが多い。現状では、正式な定義はまだない。 <b>方法:</b> Google Scholar, CiNii Articles 課題設定、文献検索、内容検討、文献統合、論文執筆 <b>結果:</b> 様々な定義が使われており、一致していない。子どもだけの問題から、その家族への支援への視点が必要である。専門職間もヤングケアラーの用語自体の認識が不十分である。子どもが家族介護を当たり前にすると子どもが年齢相当のキヤリアを積めない。自身がヤングケアラーを理解する、周囲が見つけることが問題点である。			
2	青木由美恵 (2016) 関東学院大学 看護学部	介護を担う子ども (ヤングケアラー) に関する文献検討	日本におけるヤングケアラーに関する研究の動向を明らかにする。	<b>定義:</b> 家族に病気や障害のためにケアを要する人がいる場合、ケアの責任を引き受けて、家事や家族の世話、懐疑、感情面のサポートを行っている18歳未満の子ども <b>方法:</b> 医中誌 Web, CiNii, :の主題、研究目的、ヤングケアラーの定義、年齢、方法、結果について整理した。 <b>結果:</b> 少数事例の事例によって実態が明らかにならなかつた。ヤングケアラーの事象の知見は見つけられなかつた。			
3	渡邊照美 (2021) 佛教大学教育学部 教育学科	ヤングケアラーに関する文献検討 一学校教育における支援のあり方	ヤングケアラーに焦点をあて、日本の研究動向から学校教育における支援のあり方を考察する。	<b>定義:</b> 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を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートのサポートなどを行っている18歳未満の子ども (渡谷, 2018) <b>方法:</b> 国内の統計資料を用いて算出したヤングケアラーの実態と教員や高校生等に調査した研究結果を用いる。 <b>結果:</b> 定義は国によって異なる。国内においては年齢の有無が異なる。学校教育における支援方法は、ヤングケアラーの認知度をあげること、学校において早期発見することが重要である。早期発見後の支援として、3つの方法を提案した。			
4	日本総合研究所、令和3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 (厚生労働省)	初めて小学生と大学生の家族ケアの状況やヤングケアラーの実態を明らかにする。	<b>定義:</b> 日本ケアラー連盟の定義 <b>方法:</b> 小学生と大学生を対象とした全国調査。年代の家族ケアの状況、ヤングケアラーの実態調査。並びに一般国民を対象にしたヤングケアラーの認知度調査 <b>結果:</b> 世話をしている家族がいると回答した小学生は6.5%、大学生は6.2%、ヤングケアラーと思われる子どもがいる小学校は3割、大学生は1割弱。SSWは、要請に応じて派遣され、SCは、配置派遣の学校が約半数。概念を認知している小学校は9割。一般国民の認知度は、3割。			
5	三菱UFJリサーチ 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 (厚生労働省)	初めて中学生と高校生の家族ケアの状況やヤングケアラーの実態を明らかにする。	<b>定義:</b> 日本ケアラー連盟の定義 <b>方法:</b> 中学生と高校生を対象とした全国調査。年代の家族ケアの状況、ヤングケアラーの実態調査。 <b>結果:</b> 世話をしている家族がいると回答した中学生は5.7%、高校生は4.1%、ヤングケアラーと思われる子どもがいる中学校は約5割、高校は約6割。概念を認知している中学校は約6割、高校は約6割。SSWは、要請に応じて派遣されるのが5割。ヤングケアラーの対応の難しさやつなぎ先の不透明さや「ヤングケアラー」の周知不足が報告された。			

割、高校は6割であった。現在、家族の世話をしているヤングケアラーがいる中学校は約5割、高校は6割であった。スクールソーシャルワーカー(以後SSWとする)は要請に応じて派遣されているが、SSWが派遣・配置されていない高校は3割だった。

## 2) 2021年度(令和3年度)のヤングケアラーの実態に対する調査研究結果<sup>4)</sup>

2021年度(学校調査)小学校、大学では、ヤングケアラーの概念を認知している小学校は9割。ヤングケアラーと思われる子どもがいる小学校の割合は約3割、大学は1割弱であった。SSWは要請に応じて派遣、スクールカウンセラー(以後SCとする)は配置・派遣されている小学校は約半数であった。家族の世話をしている大学生の場合、健康状態が良くなかった。さらに、欠席、遅刻・早退が多くなっていた。

## 3. ヤングケアラー当事者のストレスの内容

ヤングケアラー当事者を理解する資料として表2の調査結果がある。その結果の中で、ヤングケアラー当事者はストレスを感じていると推察するが、なぜ、相談しないのか? その理由には次のことが報告されている。その内容を表2に示した<sup>7)</sup>。

表2で示したように、ヤングケアラーは相談したくても相談できない理由や、相談しない理由に、誰かに相談するほどの悩みではない。相談しても状況が変わるとも思わない、家族以外の人に相談する悩みではない、話したくない、誰に相談するのがよいかかわからないであった。

表2「なぜ家族の世話について相談しないのか?」

- ・だれかに相談するほどの悩みではない
- ・相談しても状況が変わるとも思わない
- ・家族以外の人に相談するような悩みではない
- ・話したくない
- ・だれに相談するのがよいかかわからない

(出典/三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社：  
ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告  
青木<sup>7)</sup> p13

### 1) ヤングケアラー 小学生の実態

日本総合研究所<sup>4)</sup>(2021)調査では、世話をしている家族がいると回答した小学生は6.5%であった。

世話をしているきょうだいが71%、次に母親が19.8%であった。世話を必要としている父母と回答

した人に父母の状態像について、「わからない」との回答が33.3%と最も高かった。子どもの相談相手は、家族(父母・祖父母・きょうだい)が78.9%であった。学校や大人にしてもらいたいこととして、世話をしている家族がいる全体としては「特になし」が50.9%であった。

一方、本人からの相談相手は家族、保健室の先生SSWやSCの順になっている。小学生本人からは「学校にしてもらいたいこととしては、無い」が半数で、「自由に使える時間がほしい」、「勉強を教えてほしい」「自分のことについて話を聞いてほしい」の順であった。

また、学生の健康状態や出席状況からみると、「健康状態がよくない」「遅刻や早退をよくする」と回答した割合が、世話をしている家族がいない人よりも2倍であった。さらに家族の世話をしている人は、「授業中に寝てしまうことが多い」「持ち物の忘れ物が多い」「提出物を出すのが遅れることが多い」が世話をしていない人の2倍になっていた。

小学校におけるヤングケアラーへの対応に関する取り組みとして、少数ながら、学校以外の外部の支援につないだケースや要保護児童対策協議会に通告するケースが報告されていた。携わった教育関係者からは、「家庭内の様子が分かりにくい」「学校だけでは簡単に介入できないことが難しい」「学校としてできることにも限界がある」といった意見が出されていた。

研究の背景として、2020年の調査<sup>3)</sup>では、ケアをしている子どものうち中学生で約5割、高校生2割が小学生の時からケアをしていることが明らかになった。過度なケア負担で学業や進路選択に支障がでたり、孤独になっていることが明らかになっていた。このような背景から関連づけて実施された。

調査内容の小学生(児童)に及ぼす影響への配慮は、「アンケートを契機に、自分の家庭状況を理解することによるショックや戸惑いが懸念されることやケアを要する家族が見ることで混乱をきたし、結果として児童の日常生活に支障が出てくる可能性がある」として、アンケート内容を吟味し、保護者の目が気になる児童については学校内でのアンケートにとどめた。調査中に児童が相談できる相談先として担任やSSWやSCや電話相談窓口やホームページを児童に通知を依頼していた。

### 2) ヤングケアラー 中学生 高校生の実態

三菱UFJリサーチ&コンサルティング(2020)調査報告<sup>3)</sup>では、世話をしている家族がいると回答した中学生は5.7%、高校生は4.1%であった。家族を世話している影響として、家族の世話をし

いる中学生、高校生は、健康状態がよくない割合が高く、欠席、遅刻・早退がある割合が高いとの結果が報告された。学習状況では、提出物が遅れることが多い、宿題や課題ができてないことが多い。また、家族の世話をしている学生の現在の悩みや困りごとは、「学費（授業料）などの学校生活に必要なお金のこと」「家庭の経済的状況のこと」「自分と家族との関係のこと」といった経済的なことや、家族関係の悩みであったと報告されていた。

更に「時間的ゆとりがない」「世話をしていることにきつさは感じていない」「相談する人が身近にいない」「家族のことを知られたくない」「世話をする時間が長く、精神的にきつい」世話する時間が長いほど「相談しても状況が変わるとも思わない」「家族のことを知られたくない」「誰に相談するのがよいかわからない」の割合が高い。世話に費やす時間は1日平均5.7時間と非常に長く負担感が非常に大きく、大きなストレスになっていると報告されていた。

### 3) ヤングケアラー 大学生の実態

日本総合研究所（2021）の調査報告<sup>4)</sup>では、世話をしていると回答した大学生は6.2%であった。家族の世話をしている大学生の場合、学生自身の健康状態がよくない。さらに、欠席、遅刻・早退がある割合が高くなっている。当事者大学生の確保できている割合が低い項目は、「大学の授業の受講」「大学の授業の予習復習、課題に取り組む時間」「アルバイト」「趣味・娯楽・交友」を悩みとして、「学費など、学生生活に必要な費用」「家庭の経済状況」「自分と家族の関係」「家庭内の人間関係」「病気や障害のある家族のこと」であった。家族の世話をしていたことで、「大学進学の時、何かしら苦労した」が5割であった。「学費等の制約や経済的な不安があった」「受験勉強する時間が取れなかった」「実家から通える範囲の通学面の制約があった」の訴えがあった。約半数が就職に不安をもち、3割が精神的なきつさを感じていた。とくに、ひとり親で自分のみで世話をしている場合が多く、世話時間も長い傾向があった。

大学生のケアラーが求める支援としては、「進路や就職など将来の相談にのってほしい」「学費への支援・奨学金」「自由に使える時間がほしい」の順であった。

以上の報告からは、ヤングケアラーの苦労している実態や、不安、相談のニーズが明らかとなった。大学生は小学生と比較して、ヤングケアラーの認知度が高く、具体的支援のニーズを伝えることが出来ていた。特に、経済面の不安、精神的な負担を抱えていることの実態から、支援の必要性が報告されて

いた。

### 4. ヤングケアラーの一般国民の認知度

2021年のヤングケアラーの一般国民の認知度調査<sup>4)</sup>では、「知っている」は約3割、「良く知らない、聞いたことがない」が7割を示し、認知度が低いことが報告されている。ヤングケアラーと思われる子どもがいた場合の対応については、「わからない」が4割、次いで「本人に様子を聞く」「関係機関に相談する」「わからない」の順であった。年代が若いほど「わからない」「何もしない」の割合が高くなっている。認知経路は、全世代を通じてテレビが最も多く、「新聞」「Webサイト」であった。

以上の報告から、ヤングケアラーの一般国民の認知度が低かったこと、ヤングケアラーの対応については「分からない」という現状、さらに、認知経路は、テレビからの情報が最も多いことが明らかとなった。

### 5. ヤングケアラーの支援の実態

#### 1) 国の支援体制の実態

2021年5月に家族のケアをするヤングケアラーへの支援施策として、①「早期発見・把握にむけた関係機関等への研修機会への推進 ②支援策推進に向けた、ピアサポート等の悩み相談を行う事業の支援やスクールソーシャルワーカーの配置、民間を活用した学習支援 ③「介護力」としないための福祉サービス等の適切な運用 ④「社会的認知度向上」に向けた広報啓発を講じた。厚生労働省は2022年4月に支援マニュアルを作成している。当県においても2022年12月、学校と福祉の連携目的として、生涯学習センターにおいて、福祉関係者と教職員を対象に、厚生労働省関係者やスクールソーシャルワーカーを講師に招き研修会が実施された。研修では、「家族の状況を正確に把握し継続的に確認することが重要である」「高齢者支援に入った結果、ヤングケアラーの問題が見える家庭もある」と現場からの意見共有が行われた。このように、ヤングケアラーの支援の実態やヤングケアラーへの支援施策として「早期発見・把握にむけた関係機関等への研修機会への推進が育まれていた。

#### 2) 2022年度の診療報酬改定による早期発見

2022年度の改定では患者自身だけでなく、患者の家族が18歳未満だった場合、その介護者に注目し、「18歳未満の介護者」の存在を察知し介入することが求められている。単なる診療報酬の改定だけではなく、これを機会に医療者がヤングケアラーに気づく機会を増やすことにつながる意味をもつ。退

院支援計画書には、初めて退院困難な要因に「18歳未満の家族から日常的に介護を受けている」という項目が明記された。地域連携・医療相談室の看護師である今井<sup>8)</sup>は、「患者だけをみるのではなく、患者をケアしている家族ケアする人にも目をむけ、気づき支援する場として、医療機関がキャッチの場となっている」と医療機関の役割を述べている。

診療報酬の改定の意味について上村<sup>9)</sup>は、「ヤングケアラー」という社会問題を、医療者に理解を促すことになると述べている。今回の改定では、入退院支援加算1・2の対象者に「長期的な低栄養が見込まれるケース」「ヤングケアラー」が新しく追加された。具体的には、算定対象の退院困難な要因に表3のように追加明記された。ここで点数化されたことにより、誰もがヤングケアラーのチェックに気づくことが期待されている。

表3 入退院支援加算（退院時1回）の対象  
（ヤングケアラーの追加部分）

<p><b>*太字部分</b>について2022年度診療報酬追加部分 <b>算定要件</b></p> <p>○入退院支援加算1 一般病棟 700点 療養病棟 1300点 原則として入院後3日以内に患者の状況を把握するとともに退院困難な要因を有している患者を抽出する。</p> <p>○入退院支援加算2 患者の入院している病棟等において、原則として入院後7日以内に退院困難な要因を有している患者を抽出する。</p> <p><b>退院困難な要因</b> ア～コ（略）</p> <p><b>サ. 入院治療を行っても長期的な低栄養状態となることがみこまれること</b></p> <p><b>シ. 家族に対する介助や介護等を日常的に行っている児童であること。</b></p> <p><b>ス. 児童等の家族から、介助や介護等を日常的に受けていること</b></p> <p>セ. その他の患者状況から判断してアからスまでに準ずると認められる場合 上村<sup>9)</sup>資料から抜粋 p22-23</p>
--

以上のように、退院困難な要因に、対象を追加することで、ヤングケアラーに気づく機会を増やすことにつながるという期待であった。退院困難な患者を抽出することで、ヤングケアラーの早期発見につながる一つの対策であった。

### 3) 相談窓口の設置

相談窓口として、①児童相談所相談専用ダイヤル ②24時間子供SOSダイヤル（文部科学省）③子どもの人権110番（法務省）日本精神保健福祉士協会「子どもと家族の相談窓口」がある。更に生活困窮に関する相談、障害者や障害児に対する介護等相談、高齢者介護相談といった窓口がある。就労相談については、「ハローワーク」や現在無職で働くことに一歩踏み出そうとしている方への就労相談として「地域若者サポートステーション」が存在する。

ヤングケアラー当事者・当事者同志の交流会には参加型やZoomも有す「ふうせんの会」がある。福祉会連合会が運営する精神疾患の家族による相談は、WEB上で相談・情報交換を行うコミュニティサイト「みんなネットサロン」は、家族同士での交流や、スマホ・pc・タブレットで、匿名・無料となっている。他にも、精神疾患をもつ子どもの会「こどもびあ」では仲間と繋がることできる。

紹介サイトとして、「シブコト障害者の兄弟の会」では体験談や専門家による特集記事や投稿、きょうだい関係団体イベントを紹介している。互い支えあう家族会、笑って、語って、つながっての家族会や共助型コミュニティとして40歳以下の当事者同志を対象としている。

このように、相談窓口としては、公的な窓口から仲間同士の窓口として相談窓口は存在する。しかし、ヤングケアラーがこれらの窓口を利用するかと言え、困難な状況であることが窺われた。

### 4) 学校教育における支援

学校現場におけるSSWやSCの配置や派遣がある。SCによるカウンセリング、教育相談室や保健室で話を聞く、教職員への研修、行政の福祉/子育て部門との連携が一部行われている。

三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2020）調査報告<sup>3)</sup>では、SSWは要請に応じて派遣されるのが、5割であった。日本総合研究所（2021）の調査報告<sup>4)</sup>では、SSWは要請に応じて派遣され、SCは、配置派遣の学校が約半数であった。

## IV. 考察

### 1. ヤングケアラー当事者のストレスの内容の背景の考察

2020年（令和2年度）と2021年度（令和3年度）の子ども子育て支援推進調査研究事業によるヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書から、小学生、中学生、高校生、大学生に共通するストレスの内容の共通点として、次のようなことが言える。

家族の世話をしている場合、健康状態がよくないこと、欠席、遅刻・早退がある割合が高くなり、ケアの時間が長くなるほど、介護の負担感が強くなっている。表2で示したように相談をしにくい状況が介護負担の要因になり、孤独や孤立へつながっているという現状である。調査結果からは、世話に費やす時間が長時間になるほど、学校生活等への影響が大きく、本人の負担感も重くなることが確認された。

研究結果で示したヤングケアラー小学生の実態からは、小学生ほど、介護をしているという認識がなく、またわからない状況であった。なんのために何をしているかわからない状況の中、家族のなかで介護役割が日常化している。その理由について青木<sup>7)</sup>は「他者からみたら大変な生育環境でも、特に小中学生の場合は自分の家庭しか知らず、家庭の事をするのは当然のことと思ひ、SOSを出さないことも多く、大人は何もしてくれないという体験をしている」からではないかと述べている。すなわち、子どもはケアを「負担」としてとらえているわけでもなく、むしろ、ケアをしていることに自負をもっている。家族を思う気持ちや家族の介護をしているという「がんばり」を評価してほしい気持ちなど、いろいろな思いが交錯している。このような状況に置かれているヤングケアラーに対して、身近な人が、支持的に「話を聴く」こと、「気づく事」「理解すること」が大事であると考え。

2021年(令和3年)の小中学生のヤングケアラーの全国実態調査でも配慮された点は、「寝ている子を起こすな」という意見への配慮や、アンケート内容そのものが、ケアラー認識のない子どもに負担をかけないよう慎重な配慮がなされていた。ヤングケアラーに対する認識の高さでは大学生は、小中学生より明瞭であり、支援してほしい内容を具体的に伝えることができ、具体的な対策もたてやすい。そうすると、それぞれの年代に応じた支援が必要になってくる。小中学生の場合は特に、「気づき」が大切に、普段からヤングケアラーの様子をみていることが、次への支援へと繋がると考える。

ヤングケアラーのストレスの背景として、社会的な孤独、孤立や経済格差、高齢化により影響を受けていると考える。ひとり親家庭や病気を持つ家族を世話しなければいけない子ども、親の失業や異国からのなれない家族での日本の生活などから、孤立や孤独を生みやすい要因となる。高齢化により、弱者への支援対策が高齢者や障害者中心となり、ヤングケアラーまで社会の目が行き届かない状況が背景であると推察する。

自己の発達課題である、学習を優先するより、家

人の世話と並行、あるいは家人の世話の割合が高くなり、勉強や学生生活に負の影響がでたりしている。大学進学をあきらめた人、大学に入学したものの通い続けられなかった人、進みたい就職先を断念している人もいる。

津久井<sup>10)</sup>もストレスの内容の背景の構造について、次のように分析している。

- ①こどもが担う負担には、通学に於いての影響として、買い物、掃除やきょうだいの面倒といった世話から集中力が続かず眠くなる、居眠りをする。また本当は進学したいが、進路変更をして就職をする決断を余儀なくされる。自分がケアを担うは当たり前、やむをえないという意識を内在しやすい。
- ②周囲に話しても理解してもらえず、自分がケアを担っていることを話すことができない。
- ③家庭状況は外部から見え難くなってきていて周囲の人間が気付かない。
- ④現行制度で要保護児童として対応はするが、直接ヤングケアラーを支援する制度や機関がなかった。大きな負担になっても、子どもらのがんばりによって生活が維持できている場合、支援の対象となり難い。
- ⑤ヤングケアラーやその家族がSOSを発したとしても応える制度や機関が存在しないので、ヤングケアラーは支援をうけることを諦め、沈黙せざるを得なくなる。

以上のストレスの内容の背景の構造分析からは、ストレスの内容の背景として深刻な状況である。ヤングケアラーが沈黙せざるを得ない状況の理解や気づきが重要であり、それがいかに難しいことか改めて考えさせられた。

## 2. ヤングケアラー支援の必要性

調査結果から、支援の難しさは、「家庭内の様子がわかりにくい」ところにあった。

一般人の認知度の高さが具体的な行動や相談しやすい環境づくりを考える姿勢に結びつきやすいという結果が、2021年のヤングケアラーの一般国民の認知度調査で明らかになった。今後は、周囲の「気づき」を適切に支援に繋げていくことが重要である。医療現場からの「発見」と「理解」の対策が模索の中、進み始めている。2022年度の診療報酬改定は、医療機関である病院がヤングケアラーである患者本人もしくは介護者のいずれかを支援した場合に「入退院支援加算」を算定できるようになった。このことは、医療関係者のヤングケアラーへの認知度を上げ、「早期発見・把握」することで支援に繋がると

期待される。

教育現場においては、学校現場におけるSSWやSCの配置や派遣等の支援がある。だが、学生や家族のプライベートな問題であり、家族における役割ができていて、当然のことのように受け取っているケースも多いことから、ヤングケアラーに対する支援が十分にできているとは言えないのが現状であった。

渡邊<sup>11)</sup>は、ヤングケアラーの早期発見の具体的な支援方法として、「話を聞く」「他職種他機関」「キャリア教育」の3つを提案していることから、教育現場での支援の検討が急務であると考えている。他職種他機関について、学校と福祉についてはスクールソーシャルワーカー(SSW)、心理についてはスクールカウンセラー(SC)、病院等に関することは養護教諭、学校以外の他機関との連携が大切である。教育・福祉・医療の連携をはかり、ひとりで抱え込まないことが重要である。教員の家庭への介入は難しいが、ヤングケアラーの場合、家庭への介入が多くなっていく。また、子ども同士をつなぐ、子ども自らが繋がる支援、大学においてもヤングケアラーへの配慮と継続的支援がこの後、検討すべきであろう。渡邊<sup>11)</sup>が述べているように若年介護者が、教育現場として「子ども」として振る舞える配慮、子どもの存在を肯定することも教育的支援につながるものと考えられる。しかし、現実には業務内容にゆとりのない中での支援であり、まずは「ヤングケアラー」の理解を深めるための研修会や事例検討として他職種他機関と連携をはかり、日頃から顔の見える関係作りを提案したい。

相談しやすい環境づくりとして、「ヤングケアラーの専用窓口であること」「相談がどのような支援につながるかわかりやすいこと」「相談する手順や判断基準がわかりやすいこと」が肝要であると考えられる。

国の施策は色々出されているが、ヤングケアラー自身が安心して、気軽にかかわれるわけではない。むしろ、支援者側に使いやすい内容である。今後はヤングケアラー当事者が本人らしくいられる居場所作りやSNSなどの気軽にいつでも安心して相談できるところが求められていると考える。

更に当事者のストレスや要望をくみ取って自立支援へと援助していく為に、適宜 実態調査をして他職種他機関と連携しながらの支援対策が求められる。

### 3. 今後の課題と対策

本研究でのヤングケアラーの現状を分析した結

果、以下のような課題と対策が求められる。

- ・アプローチできるSSWや行政の福祉/子育て行政の関係機関との連携が必要である。
- ・調整できる専門職との連携が必要である。
- ・周囲がヤングケアラーに対する意識を高め、必要な支援につながるきっかけを作れるような体制を整えることが重要である。
- ・相談しやすい環境作りが求められる。

### 4. 研究の限界

今回は、介護対象者が外国人だった場合の国籍に関するヤングケアラーの実態把握までは至らなかった。今回の文献研究において、対象となる文献が一部分であったことから更に今後も研究を進めていく必要がある。また、本研究では資料として、ヤングケアラーの認知度や実態、支援についてまとめたが、これをもとに、より具体的な支援についての事例研究に取り組みたい。このことがヤングケアラーのさらなる理解や認知度の向上、ヤングケアラーの支援に貢献出来ればと考える。

### V. まとめ

1. ヤングケアラーの現状把握の難しさは、家庭内のプライベートな問題であること、家族役割として正当化されやすいことから、自身がケアラーと自覚しにくく表面化しにくい。
2. ストレス内容の背景には、自己の年代の発達段階に家人の世話がはいり、学習を優先するより家人の世話の割合が高くなり、就学や学生生活や健康面につらさという負担を与えている。
3. ヤングケアラー対策は「発見」と「理解」から支援に繋げていくために福祉・介護・医療・教育の連携が重要である。連携には具体的な役割、連携方法などの検討が必要である。

### 参考・引用文献

- 1) 青木由美恵(2016): 介護を担う子ども(ヤングケアラー)に関する文献検討, ヒューマンケアケア研究会誌, 7(1), 73-78.
- 2) 澁谷智子(2018): 「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.
- 3) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(2020): 令和2年度 子ども子育て支援推進調査研究事業等, ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書.
- 4) 株式会社日本総合研究所(2021): 令和3年度子ども子育て支援推進調査研究事業等, ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書.

- 5) 毎日新聞 (2022) : 令和 4 (2022) 年 4 月 25 日,  
「2017 年の就業構造基本調査の独自分析」, 毎日新聞東京本社.
- 6) 河本秀樹 (2020) : 日本のヤングケアラー研究の動向と到達点, 敬心. 研究ジャーナル 4 (1), 45 - 53.
- 7) 青木由美恵 (2022) : ヤングケアラーの理解と支援課題—支援対象者の「とらえなおし」を意識して, 看護展望, 47(10), 10-15.
- 8) 今井恵子 (2022) : 入退院支援におけるヤングケアラーへの具体的な取り組み, 看護展望, 47(10), 26-31.
- 9) 上村久子 (2022) : 2022 年度診療報酬改定でヤングケアラーへの支援がどう変わるか, 看護展望, 47(10), 21-25.
- 10) 津久井康明 (2022) : 日本の家庭環境・家族関係の実態 / 子どもが担う負担, 看護展望, 47(10), 16-20.
- 11) 渡邊照美 (2021) : ヤングケアラーに関する文献検討 - 学校教育における支援のあり方 - 佛教大学教育学部論集, 32 (3), 91 - 111.
- 12) 小菅亨・松本楊 (2022) : ヤングケアラー当事者からの提言活動, 看護展望, 47(10), 32-36.
- 13) 澁谷智子 (2020) : ヤングケアラー 私の語り, 生活書院, 東京.
- 14) 澁谷智子 (2022) : 「ヤングケアラーってなんだろう」, ちくまプリマー新書.
- 15) 澁谷智子 (2022) : 「ヤングケアラー わたしの語り—子どもや若者が経験した家族のケア・介護—」, ちくまプリマー新書.
- 16) 濱島淑恵 (2021) : 「子どもの介護者 ヤングケアラーの現実と社会の壁」, 角川新書.
- 17) 週刊保健衛生ニュース (2022) : 令和 4 年 4 月 25 日 第 2157, 社会保険実務研究所.
- 18) 厚生労働省 (2022) : 「ヤングケアラーについて」  
<https://www.mhlw.go.jp/srf/young-carer.html>  
(2022 年 6 月 30 日閲覧)
- 19) 毎日新聞出版 (2021) : ヤングケアラー 介護する子どもたち, 毎日新聞出版.