

# 視点

## 埼玉発 ケアラー (家族など無償の介護者)支援 —国民皆介護の時代—

日本女子大学家政学部家政経済学科教授  
一般社団法人日本ケアラー連盟代表理事

堀越 栄子



「できれば老人病院や施設ではなく、住み慣れた自宅でみてあげたい。でもそれが現実になると、心身ともに疲れ果て、孤独と怒りに悩まされるのです」、「介護がなければ生活がもう少し楽になるとか、そんなみにくいことを考える自分が情けなくなります。家族みんなが優しい気持ちで母の介護を続けたいのです」等々、ケアラー<sup>注)</sup>の気持ちは複雑です。でも、その多くは「声なき声」のまま胸の内にしまわれたままです。

日本には、高齢者の介護を支援する介護保険制度、病気や怪我をした人のための医療保険制度、障害者の福祉をはかりまた自立を支援する制度がありますが、それらの人々を「無償で介護する家族などの介護者」を直接に支援する公的な制度はほとんどありません。市民団体が10年ほど前からケアラー支援を焦点化した活動をはじめ、また、自治体レベルでの取り組みが始まったところです。埼玉県内であれば、たとえば所沢市が健康ニッポン21を進める中で「健康づくりに取り組みにくい人」としてケアラーの健康づくりを取り上げ、さいたま市が清水市長の公約により、「介護者サロン」を市内の地域包括支援センターで実施しています。

2010年に、特定非営利活動法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンとケアラー連盟は、全国5地域の約2万世帯に、アンケート調査を行いました(厚生労働省補助金)。介護者の精神的、身体的、経済的な過剰な負担や、介護理由による離職、殺人、自殺等さまざまな実態が明らかになっていますが、さらに、在宅ケアラーの存在率やケアラ

ーのニーズを把握し、必要な施策につなげたいという狙いがありました。その結果、次のようなことか明らかになりました。

在宅ケアラーのいる世帯は5世帯に1世帯／3分の1が男性／年齢層は、40歳未満から80歳代まで幅広い。介護をしている相手は10歳未満から90歳以上で、組み合わせも多様／4人に1人は介護をする相手が複数／子どもがいる介護者の13人に1人は育児と介護の両方をしている／12人に1人は20年以上の介護／4～5人に1人は深夜(0時から5時)に睡眠が中断／身体の不調を感じている人は2人に1人／こころの不調を感じている人は4人に1人以上／5人に1人が孤立感を感じる(感じた)／介護者は、「介護者自身への支援策(在宅介護者手当、仕事との両立、介護者への理解、休息・休養など)」と「介護をしている相手に対する日常的そして緊急時の支援策」との両方を強く望んでいる。

このように、介護問題は、介護関係の両当事者である「介護を必要とする人」と「介護をする人」の双方を取り上げてはじめてその全体像が把握できる問題です。

埼玉県内では、さいたま市、朝霞市、春日部市、川口市、熊谷市、越谷市、所沢市、深谷市、本庄市、八潮市の市民団体とさいたまNPOセンターが協働して「介護する人を支える」取り組みをしています。

注)：「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人への気づかい」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人のことです。ケアをする相手の年齢や病気、障がいの種類を問いません。