

呉市ケアラー実態把握調査
報告書

令和6年3月
呉市

はじめに

呉市は、令和5年4月から6月にかけて、本市で初めてとなるケアラー実態把握調査を実施しました。

調査の結果や皆さまからの貴重なご意見は、市民の皆さまに、ケアラー支援について理解を深めていただけるよう、また、今後のケアラー支援策のために利用するなど、有効に活用してまいります。

調査をまとめるにあたり、分析等をしていただいた県立広島大学手島洋氏をはじめ、ご助言ご指導等をいただいた日本ケアラー連盟代表理事児玉真美氏、ダブルケアひろしま大谷佳代氏に感謝申し上げますとともに、調査の実施にあたり、ご協力いただきました福祉事業所等の皆さま、アンケートに回答していただいたケアラーの皆さまに、厚くお礼を申し上げます。

令和6（2024）年3月

呉市 福祉保健部 重層的支援推進室

目 次

I. 調査の概要	2
II. 高齢者のケアラーの実態	4
III. 障害児・者のケアラーの実態	30
IV. 調査結果の考察とケアラーが求めていること	56
V. 自由記述（呉市への要望や意見）	63

<資料>

○アンケート調査票

I 調査の概要

1. 調査の名称

「呉市ケアラー実態把握調査」

2. 調査の目的

呉市でケアが必要な方とケアラーを支えるための取組を進める上で、ケアラーの生活実態や困っていることを把握するために実施

3. 調査対象

高齢者（65歳以上）、障害児・者等の介護・お世話・支援を行っている呉市民の方（配布数は下記に記載）

なお、本報告書では、高齢者（65歳以上）の介護やお世話等を行っている人を「高齢者のケアラー」、障害児・者の支援やお世話等を行っている人を「障害児・者のケアラー」と表記しています。

4. 調査方法・期間

○調査票配布方法等

高齢者相談室（地域包括支援センター※1）、居宅介護支援事業所、相談支援事業所等に、調査票を配布してもらい、郵送または Web で回答してもらいました。

※1) 令和5年12月15日より、地域包括支援センターの愛称を「高齢者相談室」と制定。

○調査実施期間 令和5（2023）年4月～6月

5. 配布・回答数

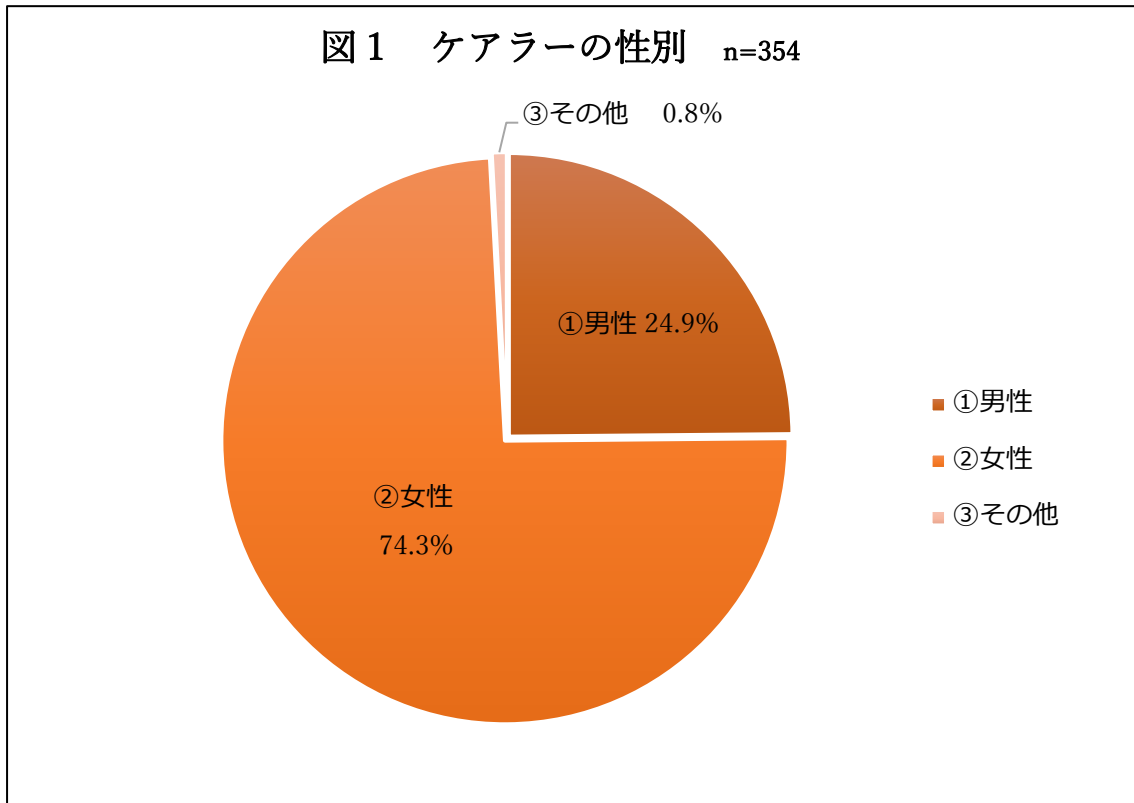
高齢者のケアラー：800余り配布し、354件の回答（回答率 約44%）

障害児・者のケアラー：700余り配布し、208件の回答（回答率 約30%）

Ⅱ 高齢者のケアラーの実態

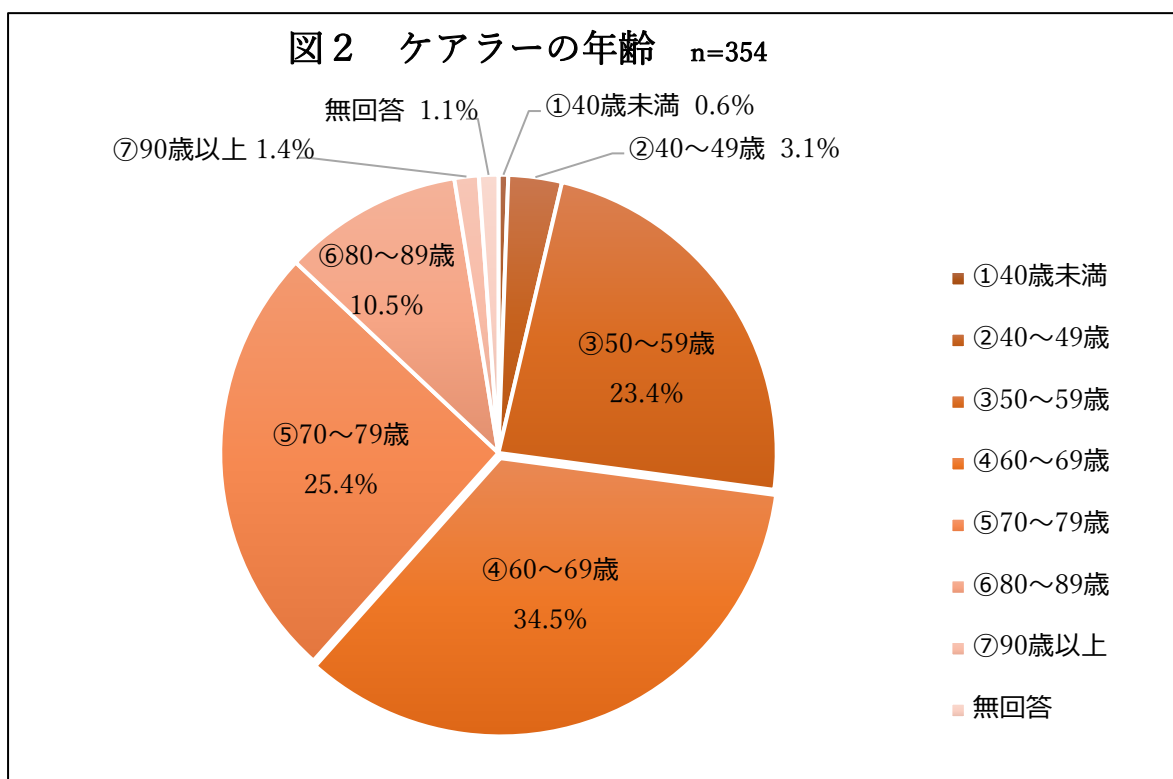
1. ケアラーについて

(1) ケアラーの性別



ケアラーの性別は、女性（74.3%）が全体の7割以上を占めた。

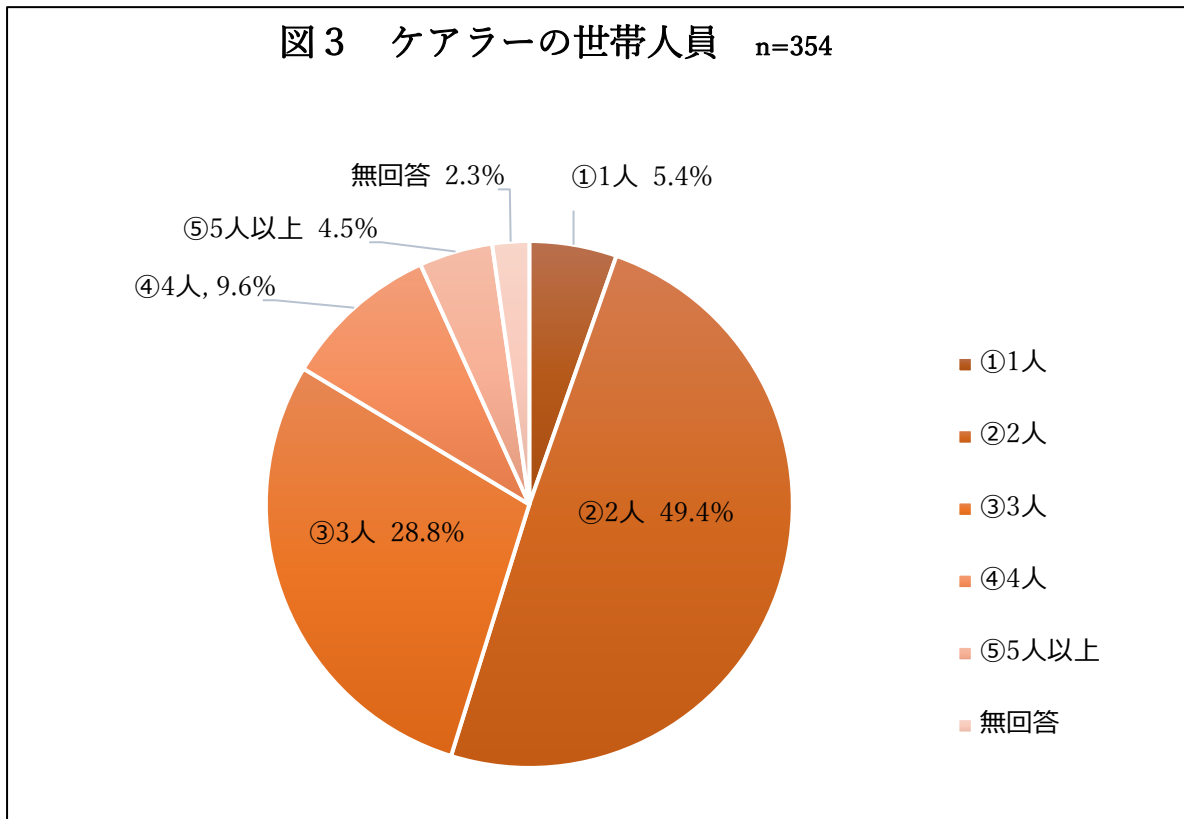
(2) ケアラーの年齢



ケアラーの年齢は、「60～69歳」(34.5%)が最も多く、次いで「70～79歳」(25.4%)、「50～59歳」(23.4%)の順となり、60歳代を中心に50～79歳(83.3%)が全体の8割以上を占めた。

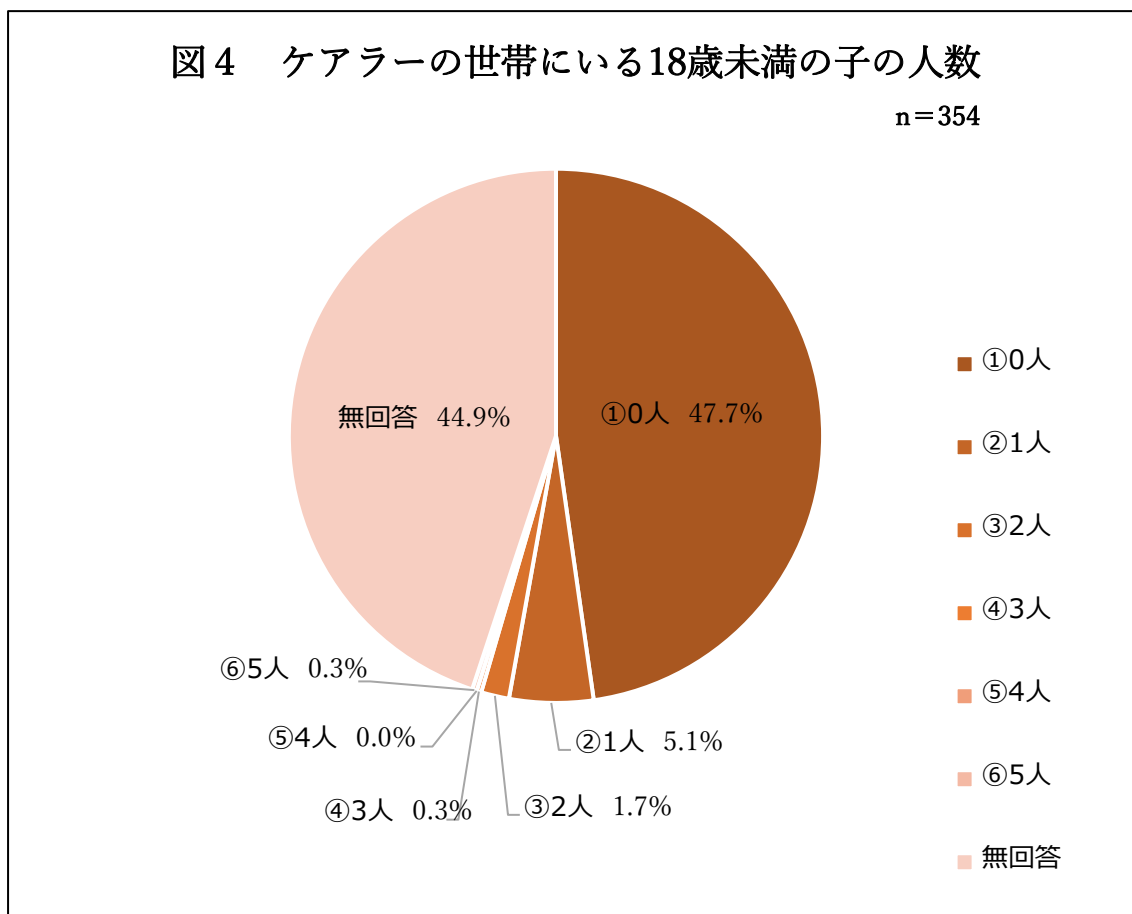
また、80歳以上(11.9%)も全体の約1割を占めた。

(3) ケアラーの世帯状況



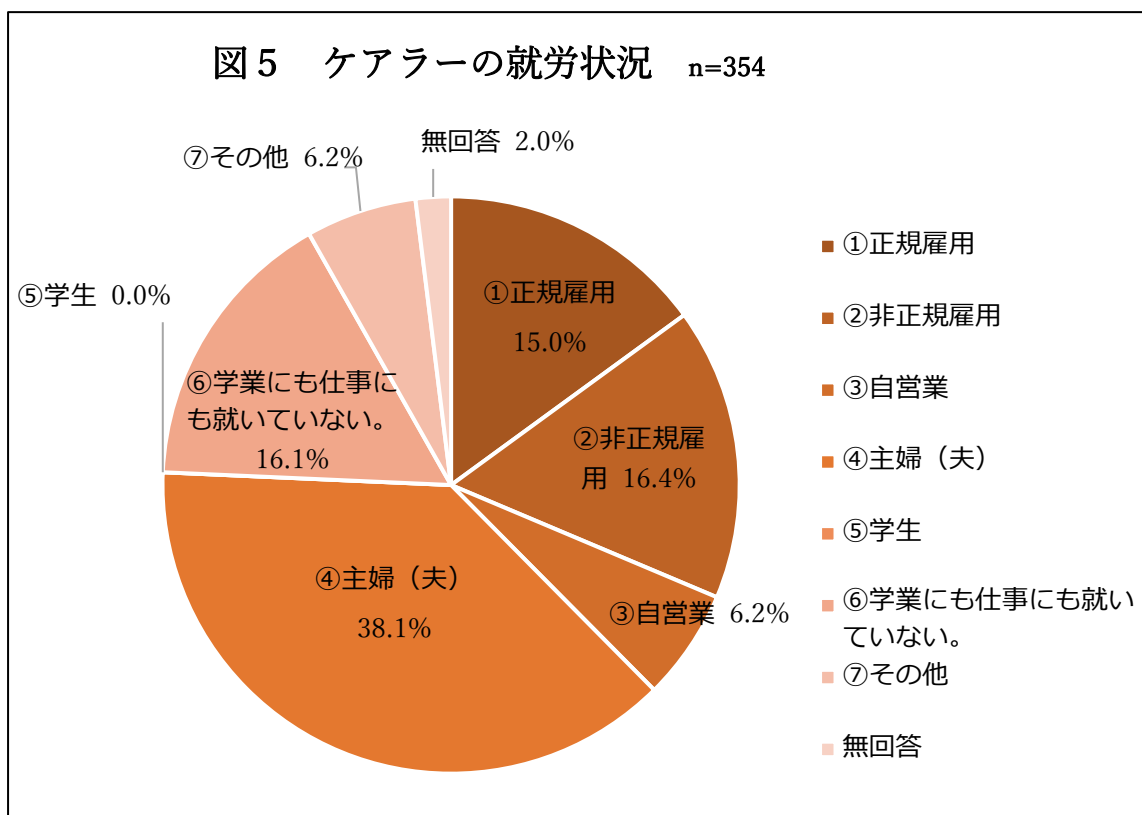
ケアラーの世帯人員は、「2人」(49.4%)が最も多く、世帯の約半数を占めており、次いで「3人」(28.8%)、「4人」(9.6%)の順となった。

(4) ケアラーの世帯にいる18歳未満の子の人数



ケアラーの世帯にいる18歳未満の子の人数は、「0人」(47.7%)が最も多く、世帯の約半数を占めており、次いで「1人」(5.1%)、「2人」(1.7%)の順となった。

(5) ケアラーの就労状況



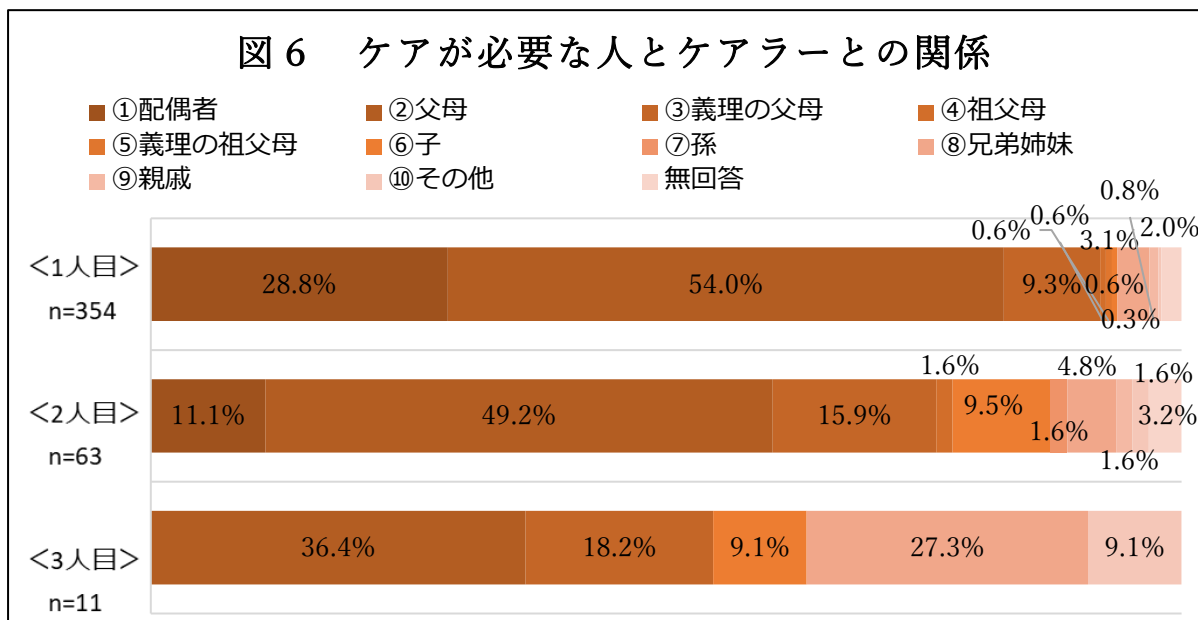
ケアラーの就労状況は、「主婦(夫)」(38.1%)が最も多く、次いで「非正規雇用」(16.4%)、「学業にも仕事にも就いていない」(16.1%)、「正規雇用」(15.0%)の順となった。

また、雇用労働(正規雇用及び非正規雇用)とケアを両立して生活をしている人(31.4%)は、全体の3分の1を占めた。

「その他」では、内職などの回答があった。

2. ケアが必要な人について

(1) ケアが必要な人とケアラーとの関係

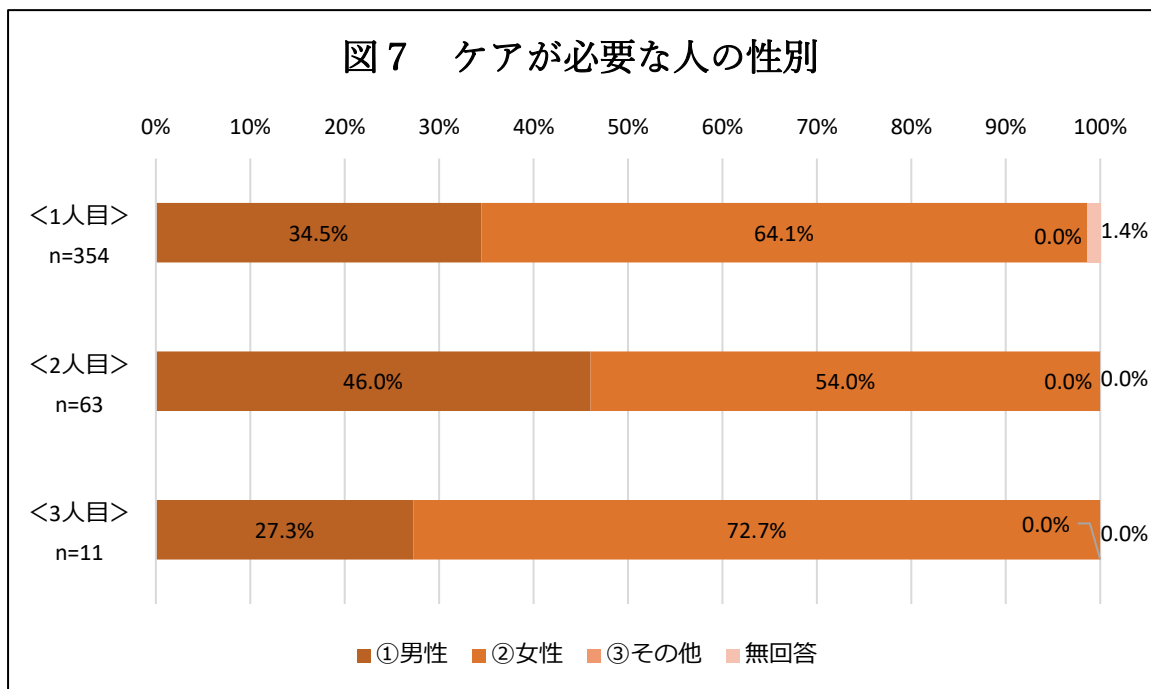


※) ケアをしている人が複数いる場合は、ケアが大変な順に「1人目」「2人目」「3人目」として回答してもらった。(以降の設問についても同様)

	<1人目> n=354	<2人目> n=63	<3人目> n=11
①配偶者	28.8%	11.1%	0.0%
②父母	54.0%	49.2%	36.4%
③義理の父母	9.3%	15.9%	18.2%
④祖父母	0.6%	1.6%	0.0%
⑤義理の祖父母	0.6%	0.0%	0.0%
⑥子	0.6%	9.5%	9.1%
⑦孫	0.0%	1.6%	0.0%
⑧兄弟姉妹	3.1%	4.8%	27.3%
⑨親戚	0.8%	1.6%	0.0%
⑩その他	0.3%	1.6%	9.1%
無回答	2.0%	3.2%	0.0%

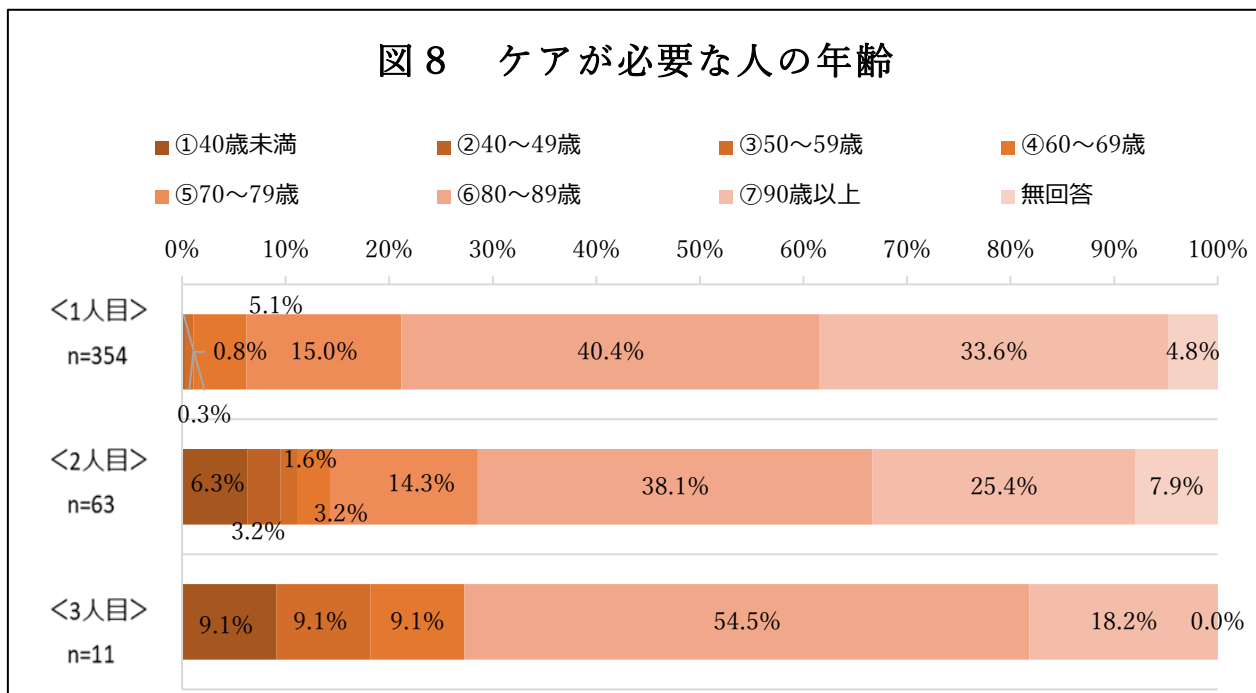
ケアラーから見た、ケアが必要な人の続柄は、1人目、2人目、3人目で「父母」が最も多く、それぞれ54.0%、49.2%、36.4%を占めた。「父母」の次に多いのは、それぞれ異なっており、1人目は「配偶者」(28.8%)、2人目は「義理の父母」(15.9%)、3人目は「兄弟姉妹」(27.3%)となった。

(2) ケアが必要な人の性別



ケアが必要な人の性別は、1～3人目のいずれも「女性」が最も多く、それぞれ64.1%、54.0%、72.7%となった。

(3) ケアが必要な人の年齢

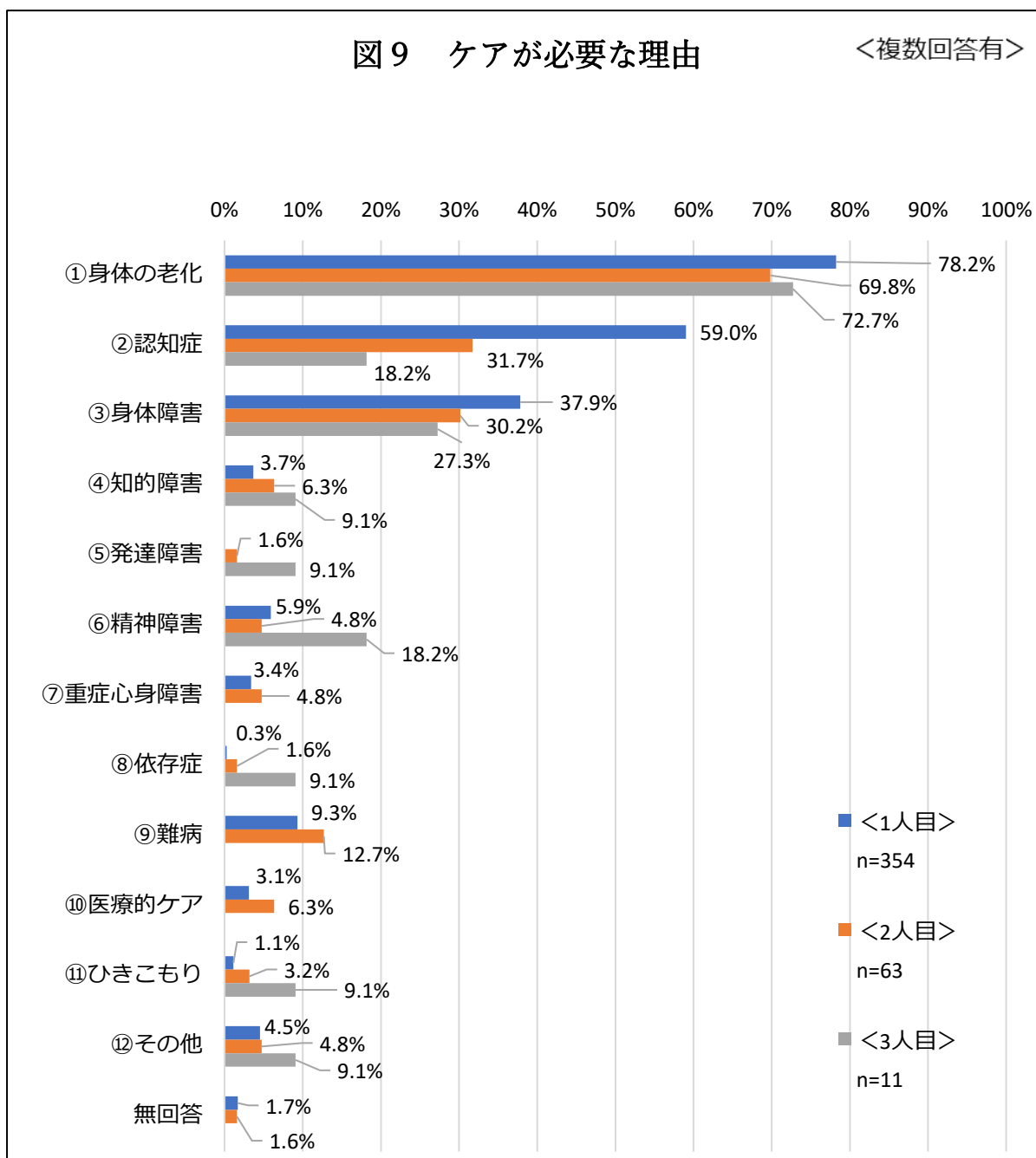


	< 1 人目 > n=354	< 2 人目 > n=63	< 3 人目 > n=11
①40 歳未満	0.0%	6.3%	9.1%
②40～49 歳	0.3%	3.2%	0.0%
③50～59 歳	0.8%	1.6%	9.1%
④60～69 歳	5.1%	3.2%	9.1%
⑤70～79 歳	15.0%	14.3%	0.0%
⑥80～89 歳	40.4%	38.1%	54.5%
⑦90 歳以上	33.6%	25.4%	18.2%
無回答	4.8%	7.9%	0.0%

ケアが必要な人の年齢は、1～3人目のいずれも「80～89歳」が最も多く、それぞれ40.4%、38.1%、54.5%となった。

次いで、1～3人目のいずれも「90歳以上」が多く、それぞれ33.6%、25.4%、18.2%となった。

(4) ケアが必要な理由

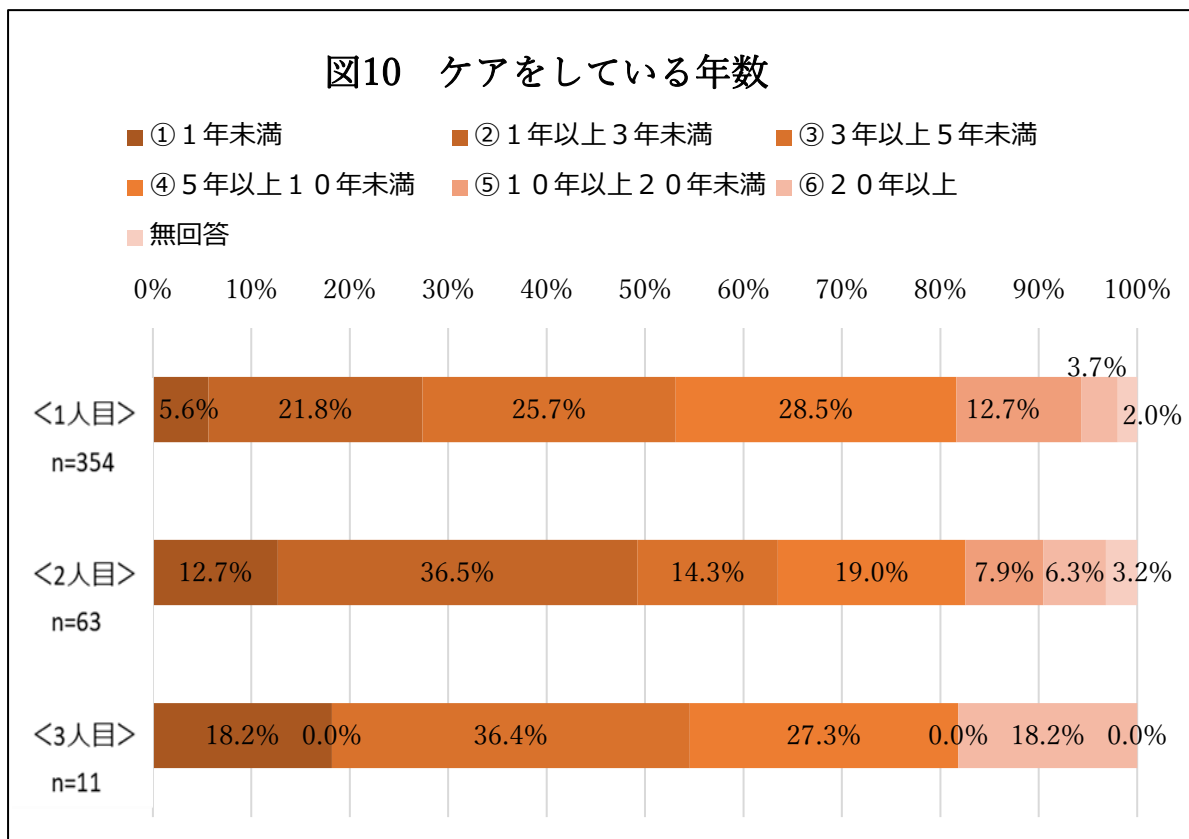


ケアが必要な理由は、1～3人目のいずれも「身体の老化」が最も多く、それぞれ78.2%、69.8%、72.7%となり、全体の7～8割を占めた。

次いで、1～2人目では「認知症」が多く、それぞれ59.0%、31.7%となり、3人目は「身体障害」(27.3%)となった。

「その他」では、慢性疾患、骨折などの回答があった。

(5) ケアをしている年数

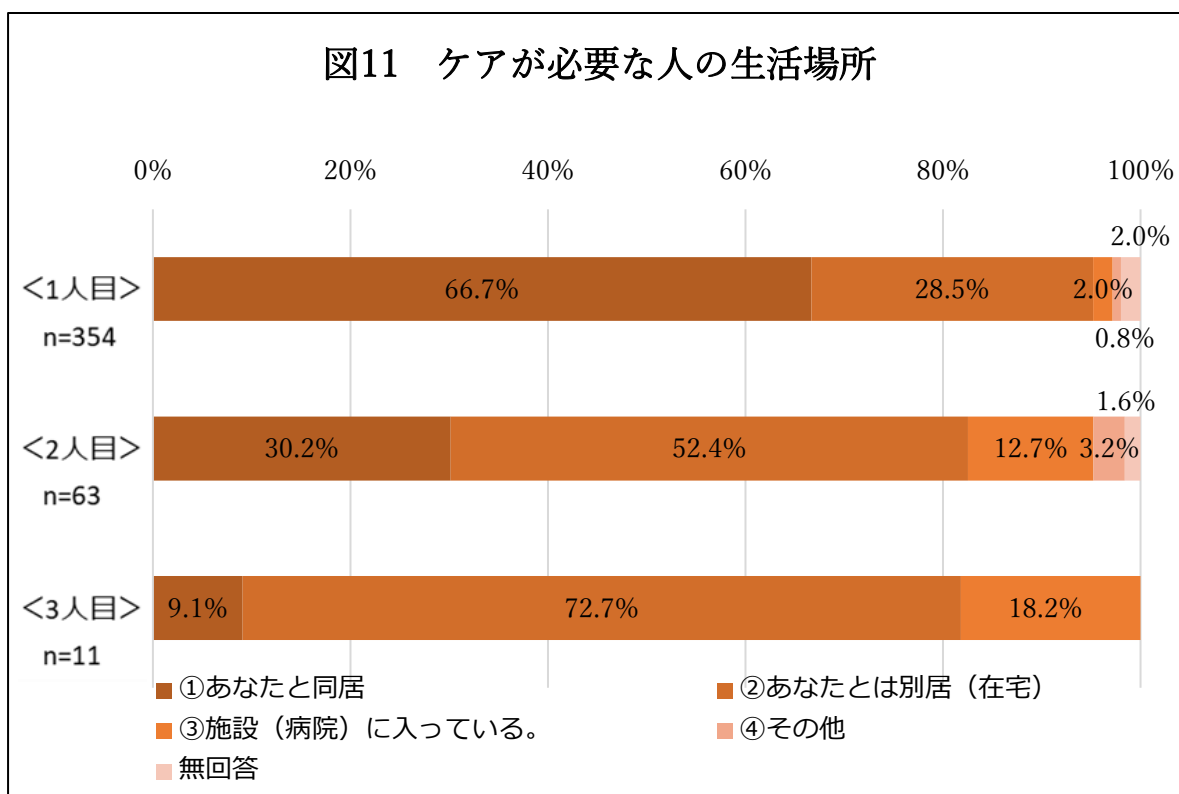


ケアラーがケアをしている年数は、1人目で「5年以上10年未満」(28.5%)が最も多く、次いで「3年以上5年未満」(25.7%)、「1年以上3年未満」(21.8%)の順となった。

2人目では、「1年以上3年未満」(36.5%)が最も多く、「5年以上10年未満」(19.0%)、「3年以上5年未満」(14.3%)の順となった。

3人目では、「3年以上5年未満」(36.4%)が最も多く、「5年以上10年未満」(27.3%)、「1年未満」(18.2%)の順となった。

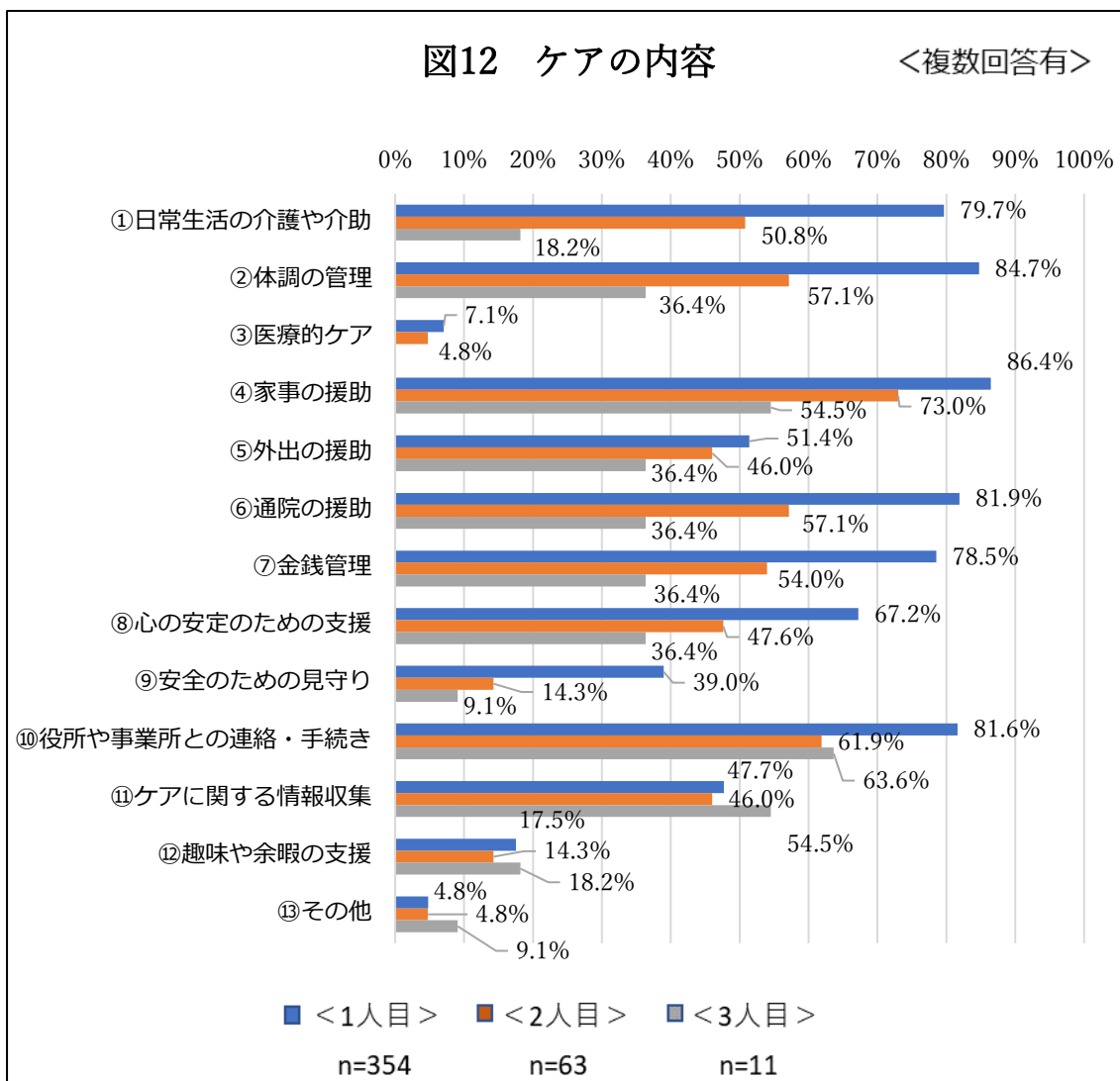
(6) ケアが必要な人の生活場所



ケアが必要な人の生活場所は、1人目では「あなたと同居」（66.7%）が最も多く、2人目は「あなたと別居（在宅）」（52.4%）、3人目は「あなたと別居（在宅）」（72.7%）となった。

ケアラーがケアを必要とする人と同居しているのは、1人目が最も多く、2人目から3人目へと徐々に割合が減少している（1人目：66.7%、2人目：30.2%、3人目：9.1%）。

(7) ケアの内容

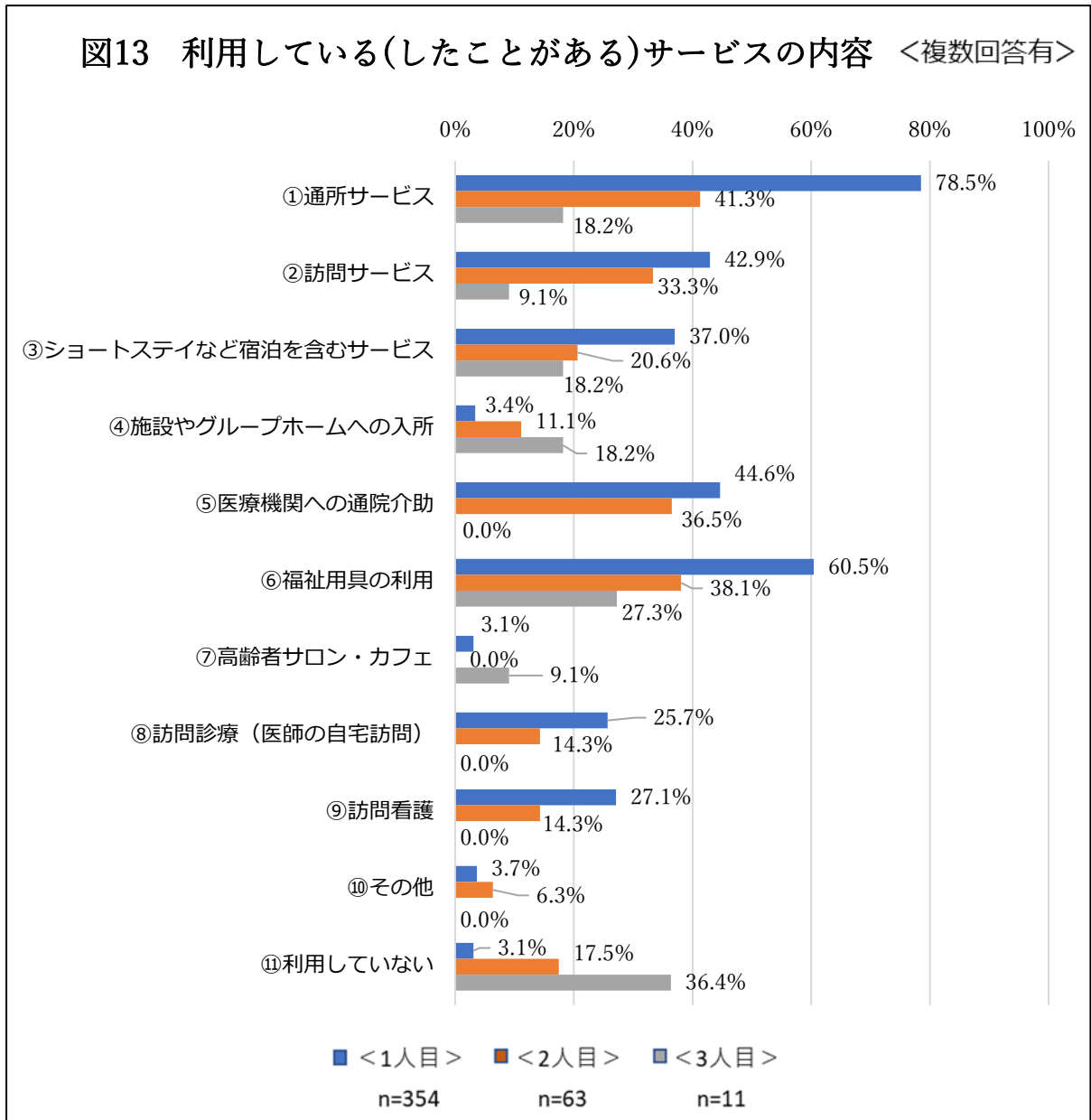


ケアラーが行うケアの内容は、1人目では「家事の援助」(86.4%)、「体調の管理」(84.7%)、「通院の援助」(81.9%)、「役所や事業所との連絡・手続き」(81.6%)が8割を超えていた。2人目、3人目においても、同様のケア内容が上位を占めた。

「その他」では、近所の方へのお礼やお詫び、定期的な訪問、電話などの回答があり、ケアラーは多様なケアを担っていた。

※本設問に関わり「最も負担の多いケアの内容」の設問を設けていたが、選択肢のうち1つ選択する回答方法どおりではない回答が多数見られたため、集計を行わなかった。

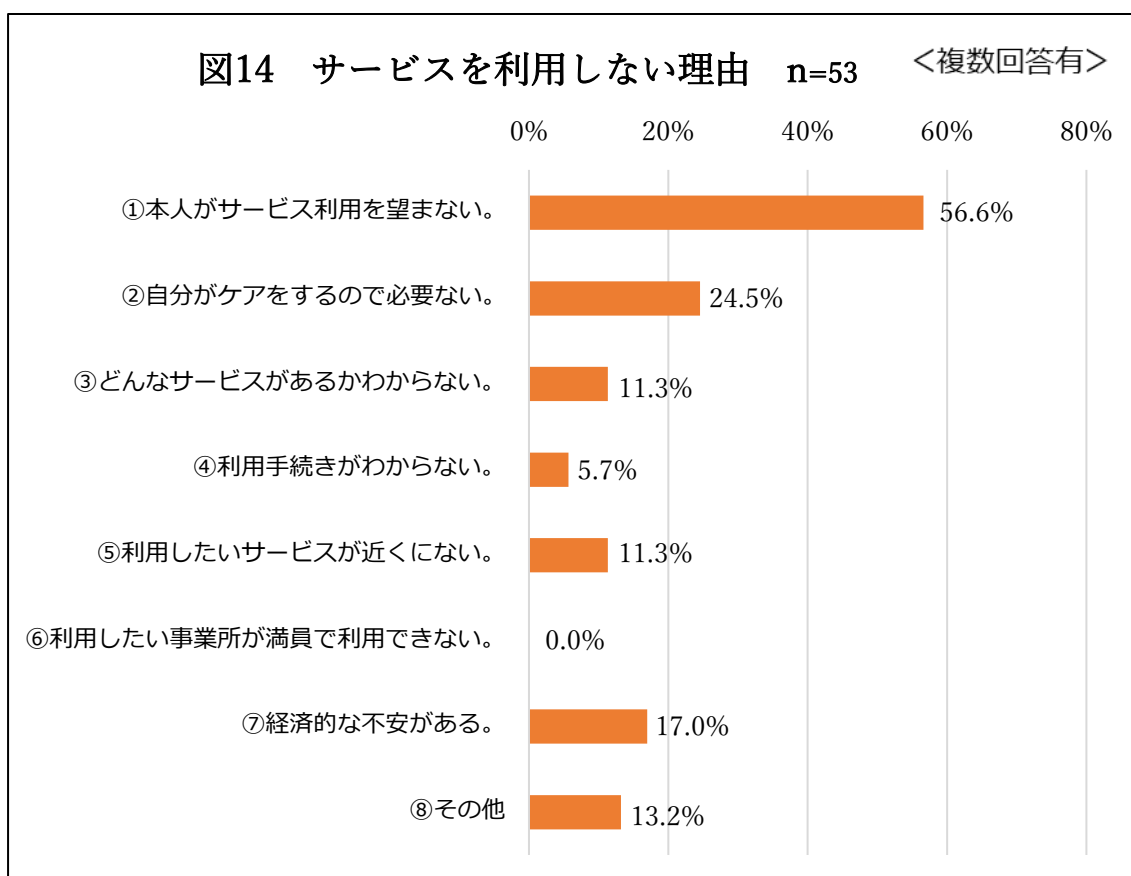
(8) ケアが必要な人が利用している（したことがある）サービス



ケアが必要な人が利用している（したことがある）サービスは、1人目では「通所サービス」（78.5%）が最も多く、次いで「福祉用具の利用」（60.5%）、「医療機関への通院介助」（44.6%）、「訪問サービス」（42.9%）の順となった。2人目については、1人目と同様の傾向だったが、3人目では「利用していない」（36.4%）が最も多くなった。

「その他」では、宅配弁当などの回答があった。

(9) サービスを利用しない理由

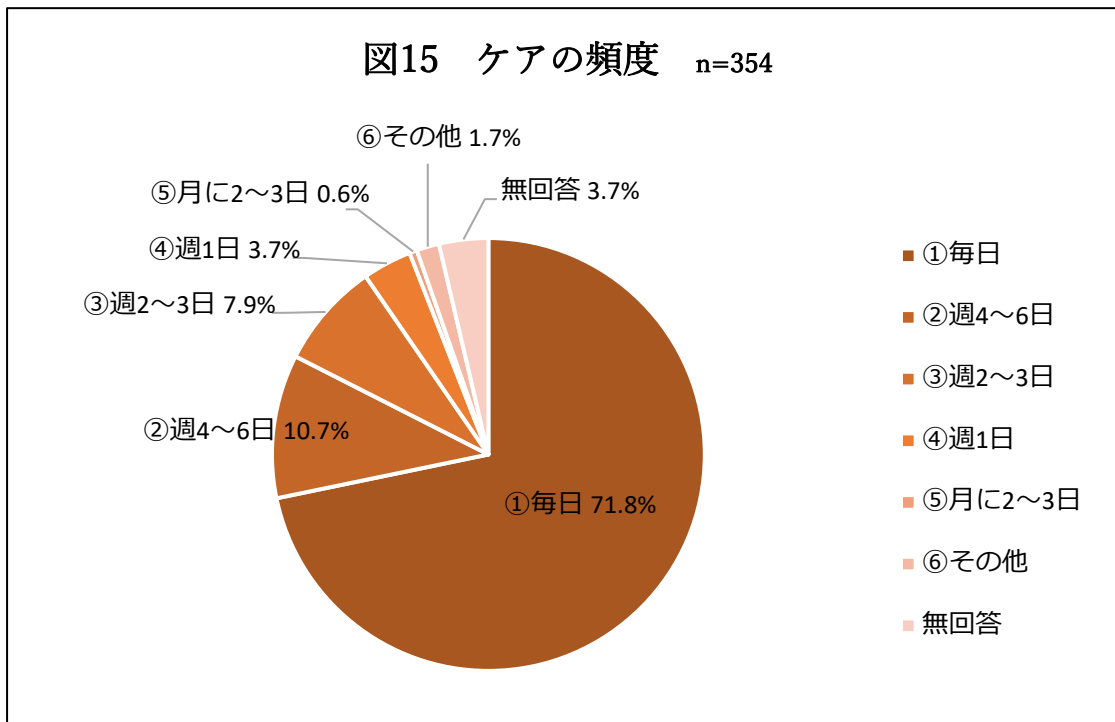


サービスを利用しない理由は、「本人がサービス利用を望まない」(56.6%)が最も多く、次いで「自分がケアするので必要ない」(24.5%)、「経済的な不安がある」(17.0%)の順となった。

「その他」では、住居が訪問サービスを利用するのに難しい場所にある、本人がひきこもりであるなどの回答があった。

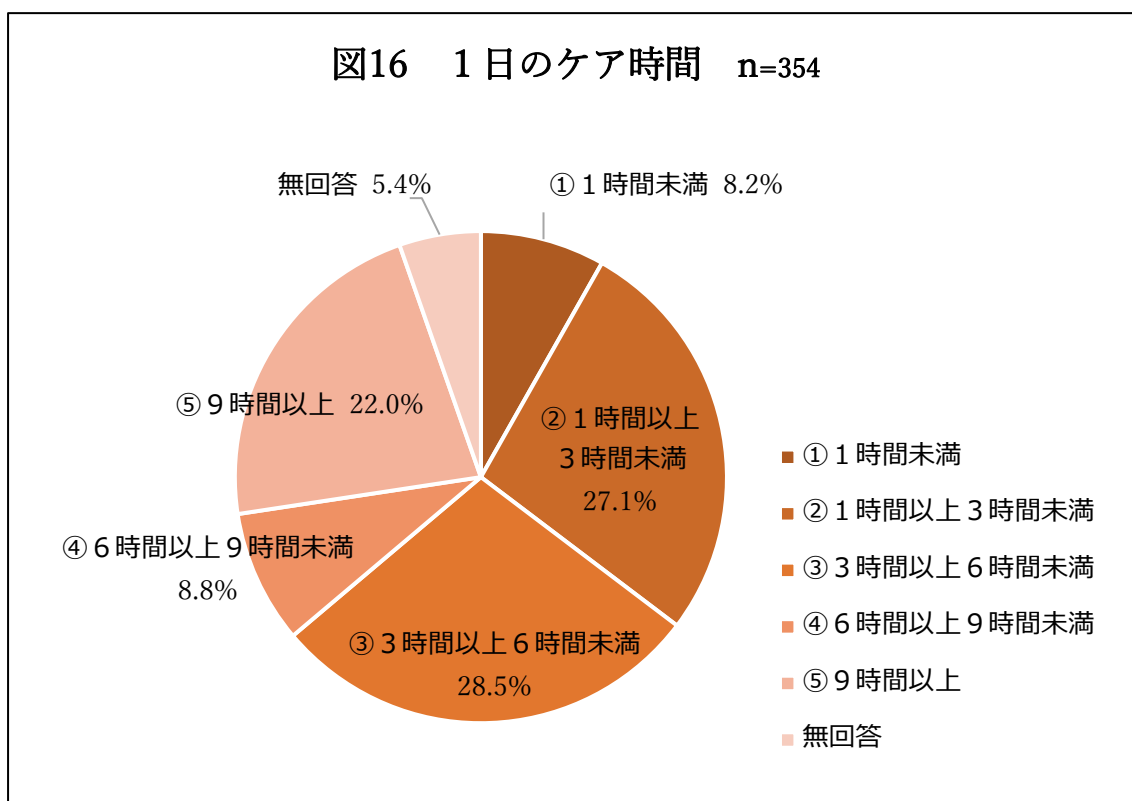
3. ケアラーの生活状況

(1) ケアの頻度



ケアラーがケアをしている頻度は、「毎日」(71.8%)が最も多く、次いで「週4～6日」(10.7%)、「週2～3日」(7.9%)の順となった。

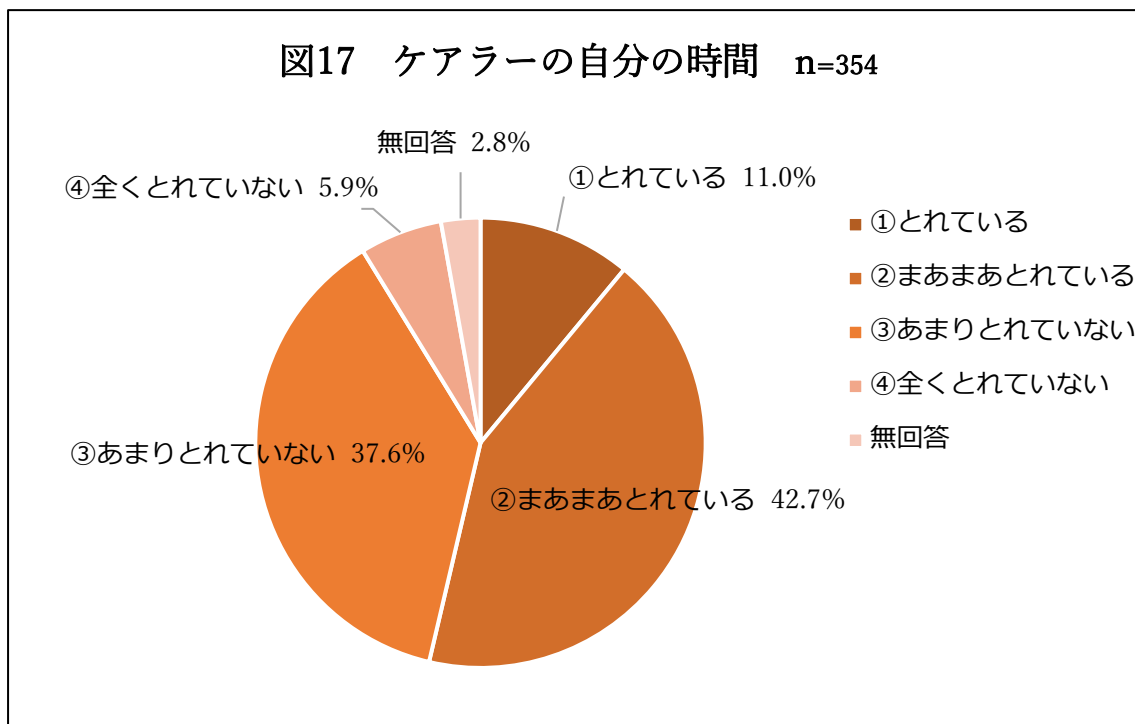
(2) 1日のケア時間



ケアラーの1日のケア時間は、「3時間以上6時間未満」(28.5%)が最も多く、次いで「1時間以上3時間未満」(27.1%)、「9時間以上」(22.0%)の順となった。

また、「9時間以上」と「6時間以上9時間未満」を合わせると30.8%となり、ケア時間が6時間以上の人全体が全体の3割を占めた。

(3) ケアラーの自分の時間

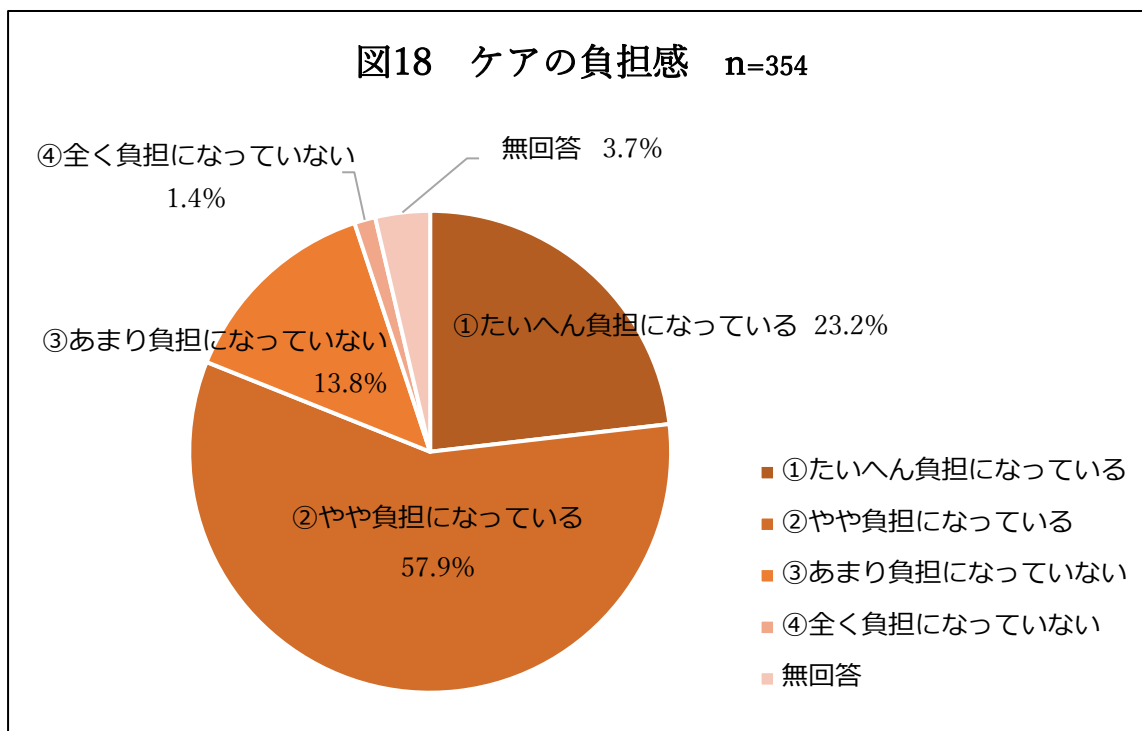


ケアラーの自分の時間については、「まあまあとれている」(42.7%)が最も多く、「あまりとれていない」(37.6%)の順となった。

また、「とれている」と「まあまあとれている」を合わせると53.7%となり、「とれている」が半数以上を占めた。

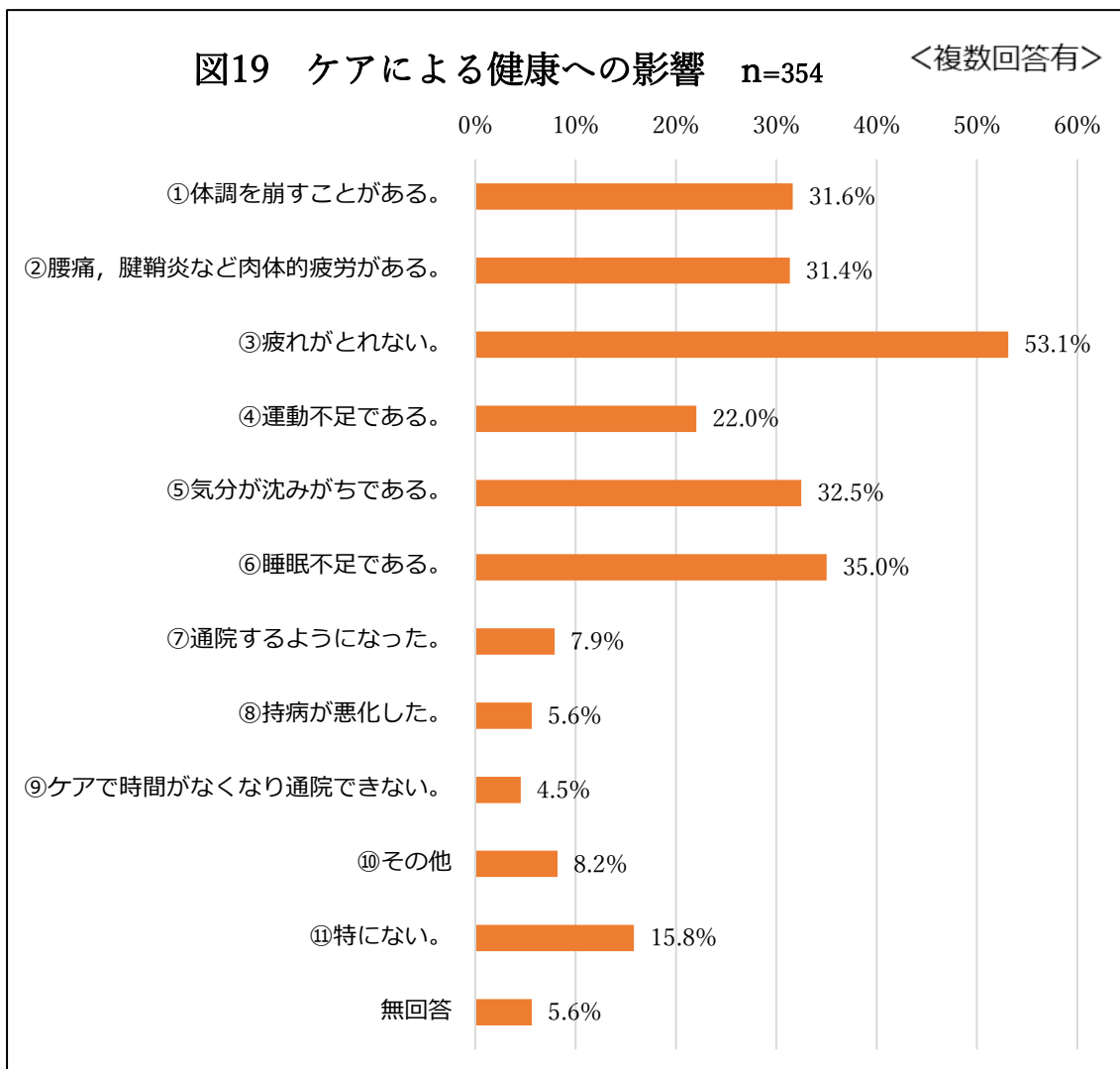
一方で、「全くとれていない」と「あまりとれていない」を合わせると43.5%となり、「とれていない」と感じている人は約4割を占めた。

(4) ケアの負担感



ケアをすることの負担感は、「やや負担になっている」(57.9%)が最も多く、次いで「たいへん負担になっている」(23.2%)の順となっており、「負担になっている」と回答した人は81.1%となり、約8割を占めた。

(5) ケアによる健康への影響

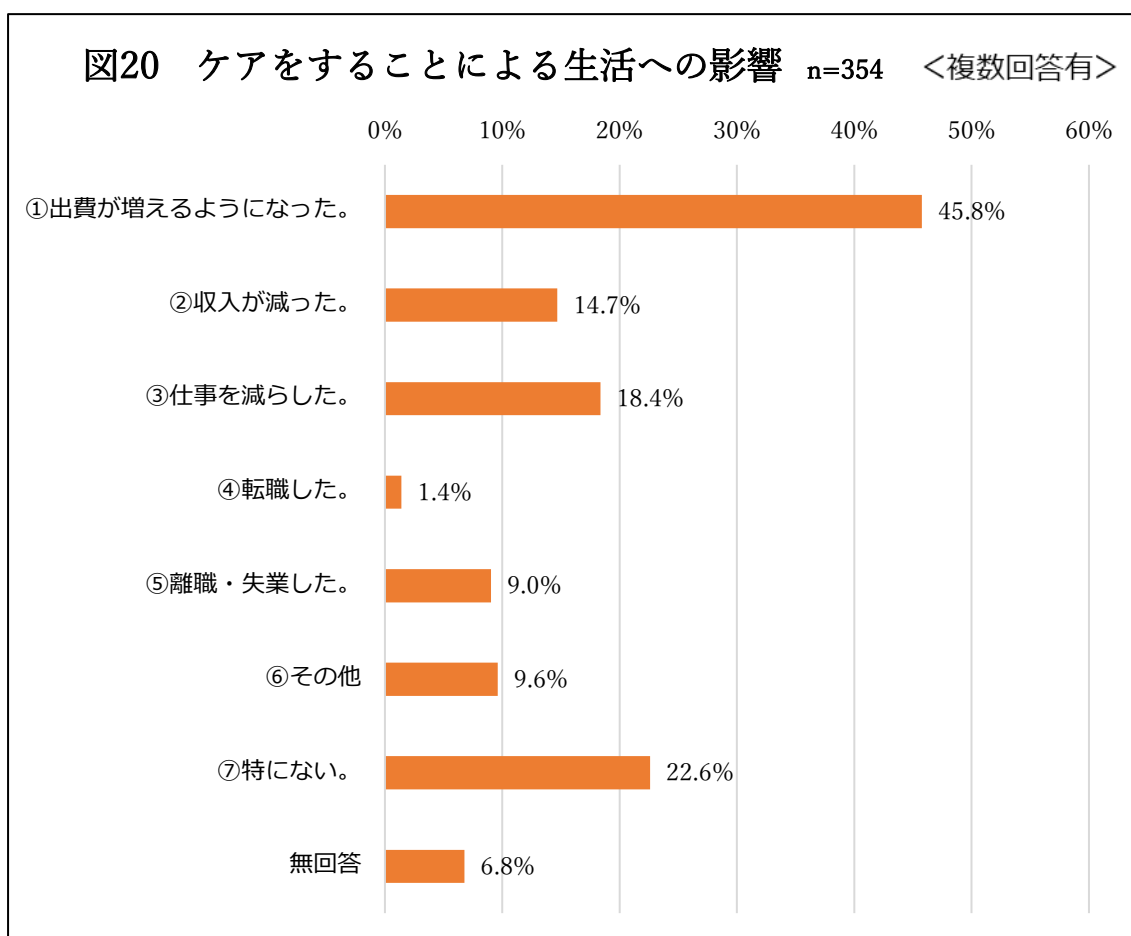


ケアによる健康への影響は、「疲れがとれない」(53.1%)が最も多く、次いで「睡眠不足である」(35.0%)、「気分が沈みがちである」(32.5%)、「体調を崩すことがある」(31.6%)、「腰痛, 腱鞘炎など肉体的疲労がある」(31.4%)の順となった。

一方で、「特にない」(15.8%)は、約7人に1人程度となった。

「その他」では、将来への不安や、体重減少、ストレス、イライラするなどの回答があった。

(6) ケアをすることによる生活への影響



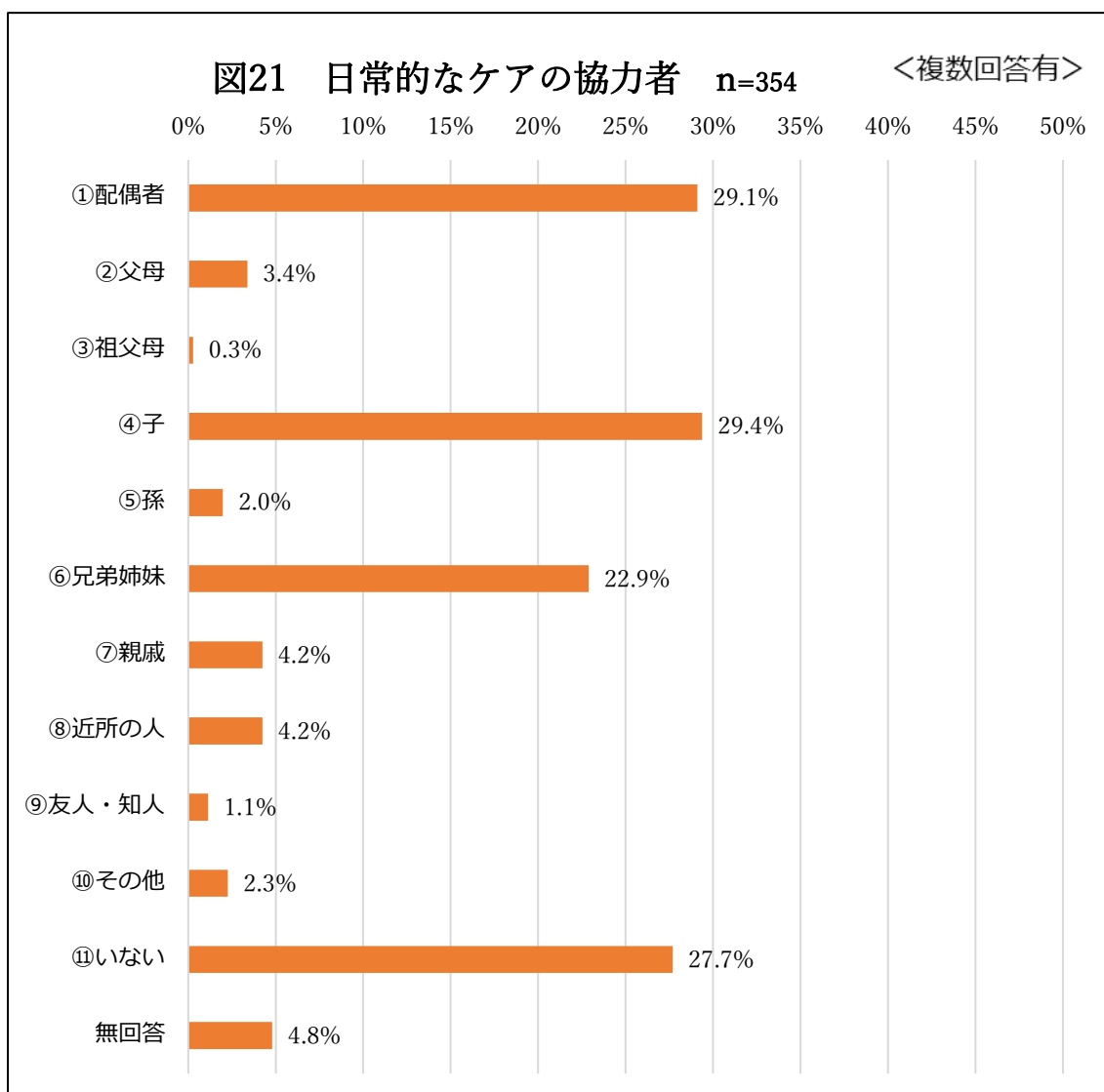
ケアをすることによるケアラーの生活への影響については、「出費が増えるようになった」(45.8%)が最も多く、次いで「仕事を減らした」(18.4%)、「収入が減った」(14.7%)の順となった。

また、「仕事を減らした」(14.7%)「離職・失業した」(9.0%)「転職した」(1.4%)など、仕事への影響も大きいことがわかった。

一方で、「特にない」(22.6%)が約2割を占めた。

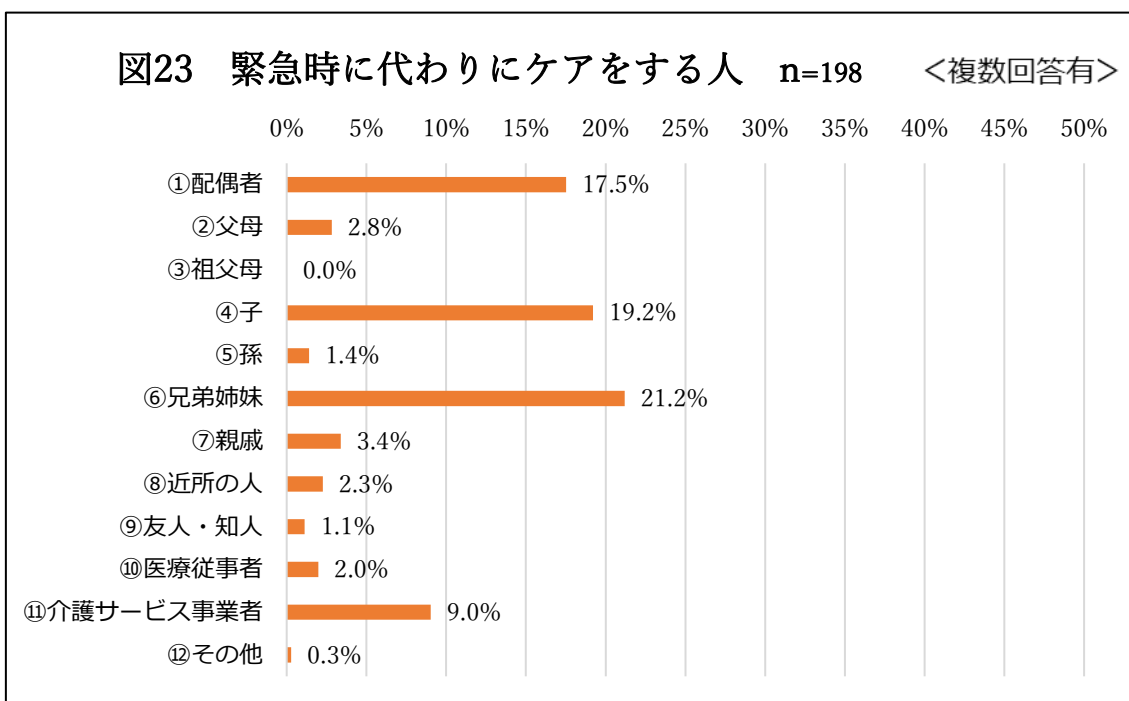
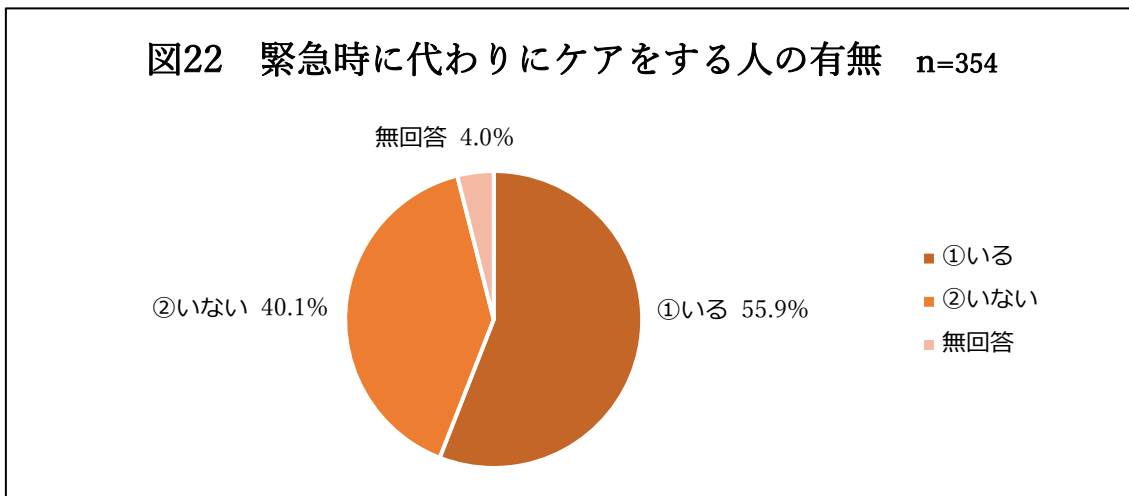
「その他」では、外出や趣味の制限などの回答があった。

(7) 日常的なケアの協力者



日常的なケアの協力者は、「子」(29.4%)が最も多く、次いで「配偶者」(29.1%)、「兄弟姉妹」(22.9%)の順となった。
また、協力者が「いない」(27.7%)が、約3割を占めた。
そのほかの回答は、全て5%未満となった。

(8) 緊急時に代わりにケアをする人

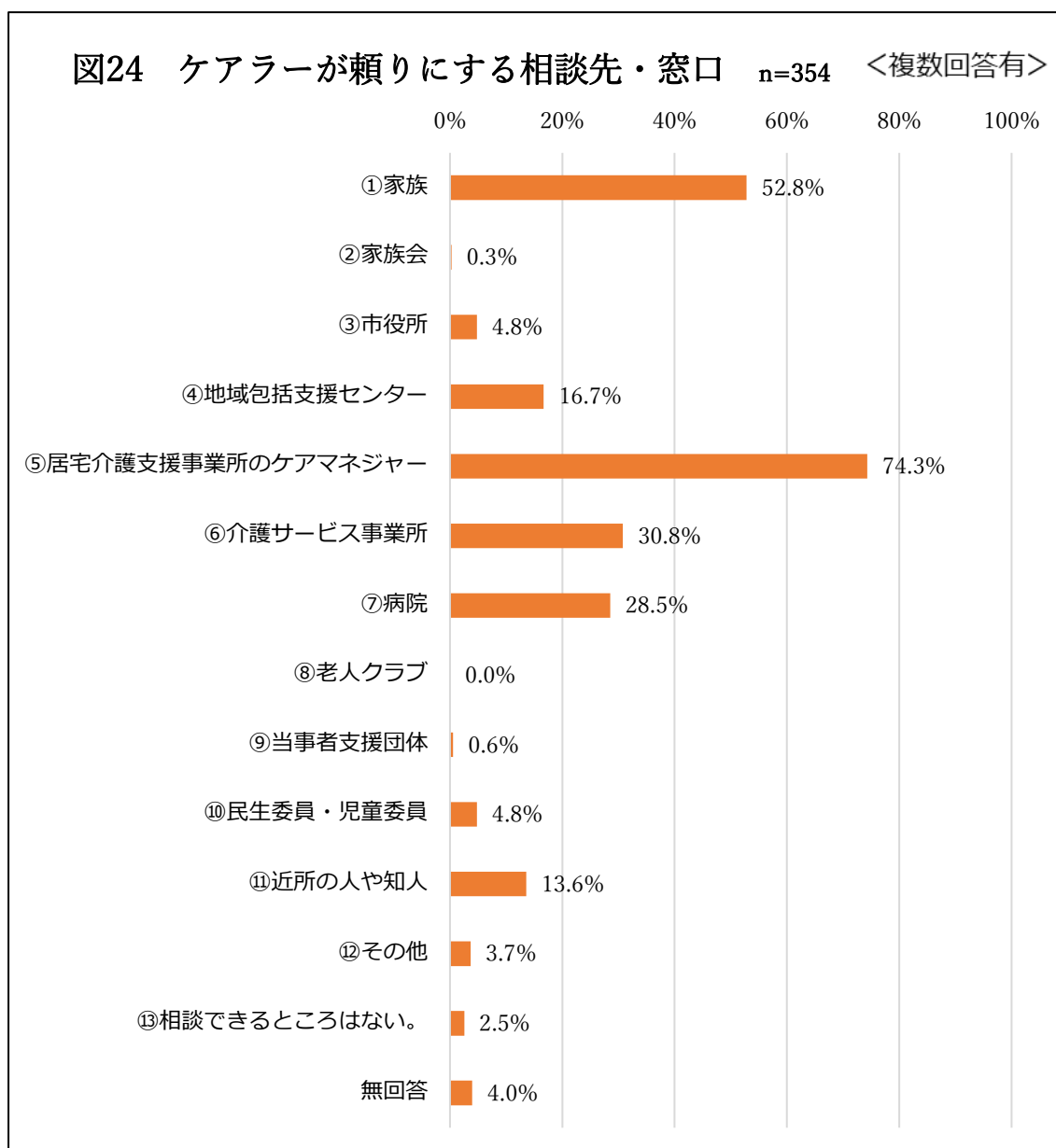


ケアラーの緊急時に代わりにケアをする人の有無については、「いる」が55.9%で、「いない」は40.1%となった。

また、その場合のケアを担う人は、「兄弟姉妹」が21.2%、「子」が19.2%、「配偶者」が17.5%となった。そのほかの回答は、全て10%未満となった。

「緊急時に代わりにケアをする人がいない」と回答した人は40.4%となり、(7)で「日常的な協力者がいない」と回答した人の27.7%よりも多くなった。

(9) ケアラーが頼りにする相談先・窓口



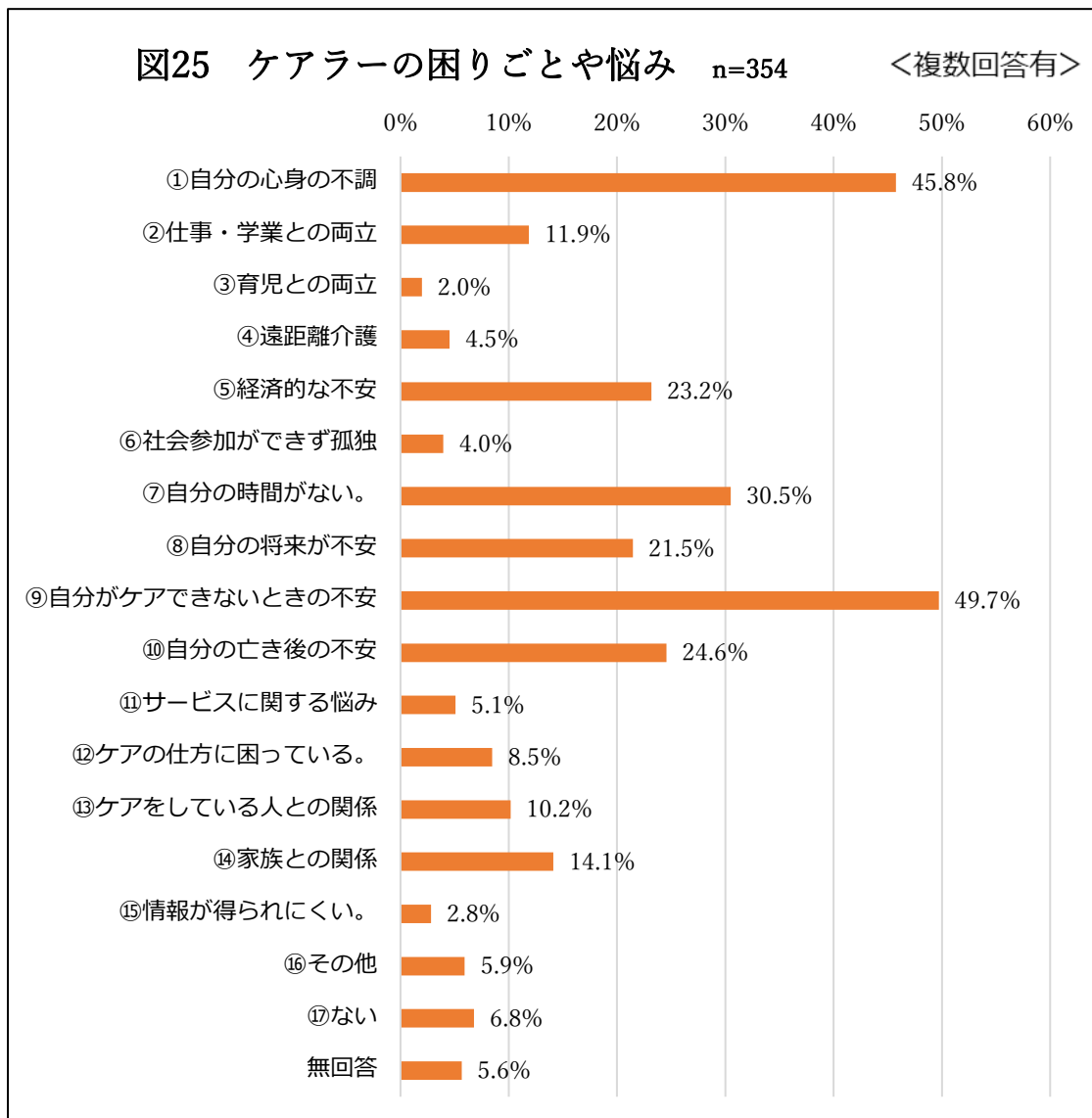
ケアラーが頼りにしている相談先・窓口は、「ケアマネジャー」(74.3%)が最も多く、次いで「家族」(52.8%)、「介護サービス事業所」(30.8%)、「病院」(28.5%)の順となり、介護と医療の専門機関が挙げられていた。

一方で、「相談できるところはない」は2.5%となった。

「その他」では、インターネットなどの回答があった。

4. ケアラーの望む支援

(1) ケアラーの困りごとや悩み



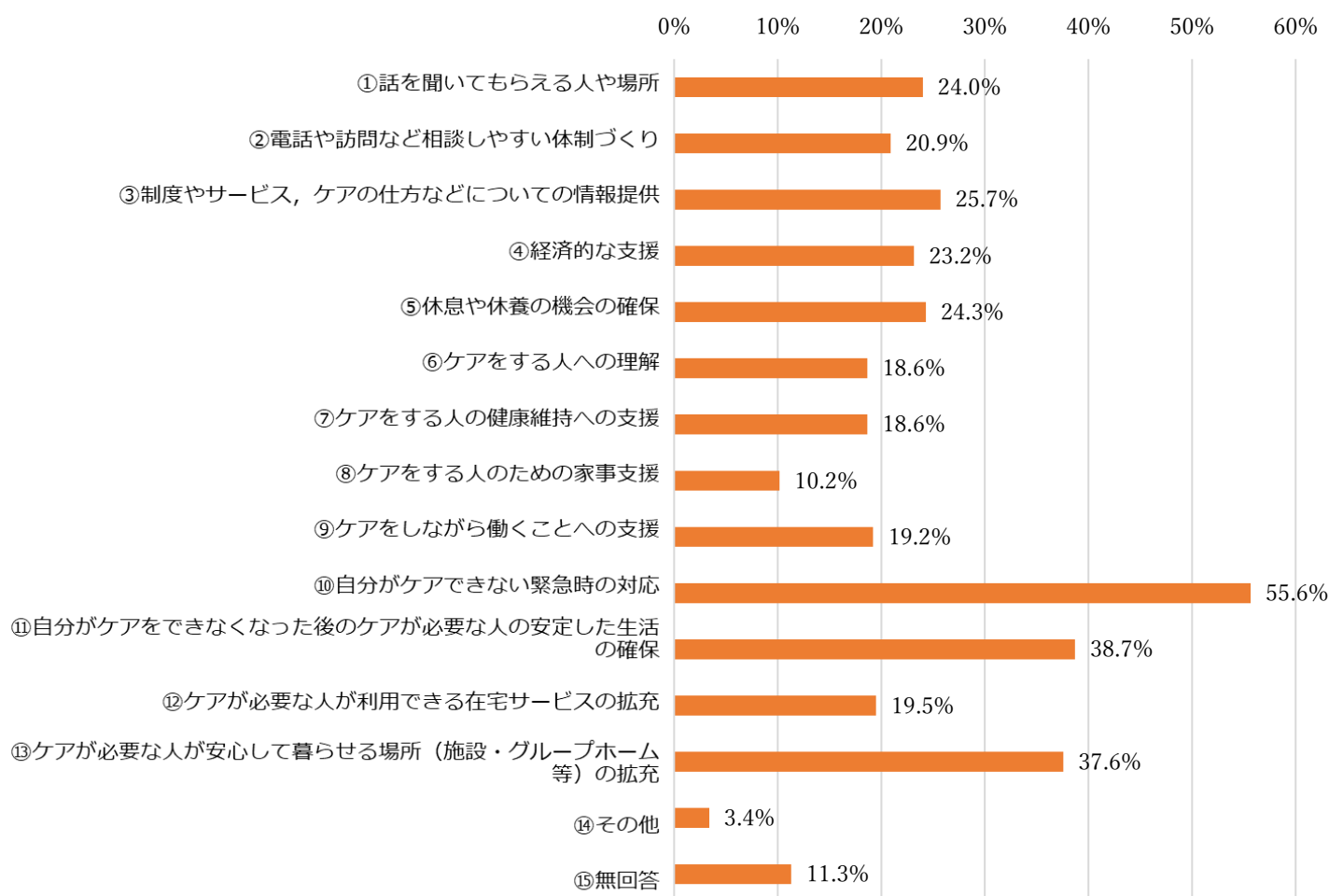
ケアラーの困りごとや悩みは、「自分がケアできないときの不安」(49.7%)が最も多く、次いで「自分の心身の不調」(45.8%)、「自分の時間がない」(30.5%)、「自分の亡き後の不安」(24.6%)の順となった。

一方で、「ない」は6.8%となった。

「その他」では、地域での役割(自治会の班の役員)が担えないことが挙げられていた。

(2) ケアラーが望む支援

図26 ケアラーが望む支援内容 n=354 <複数回答有>

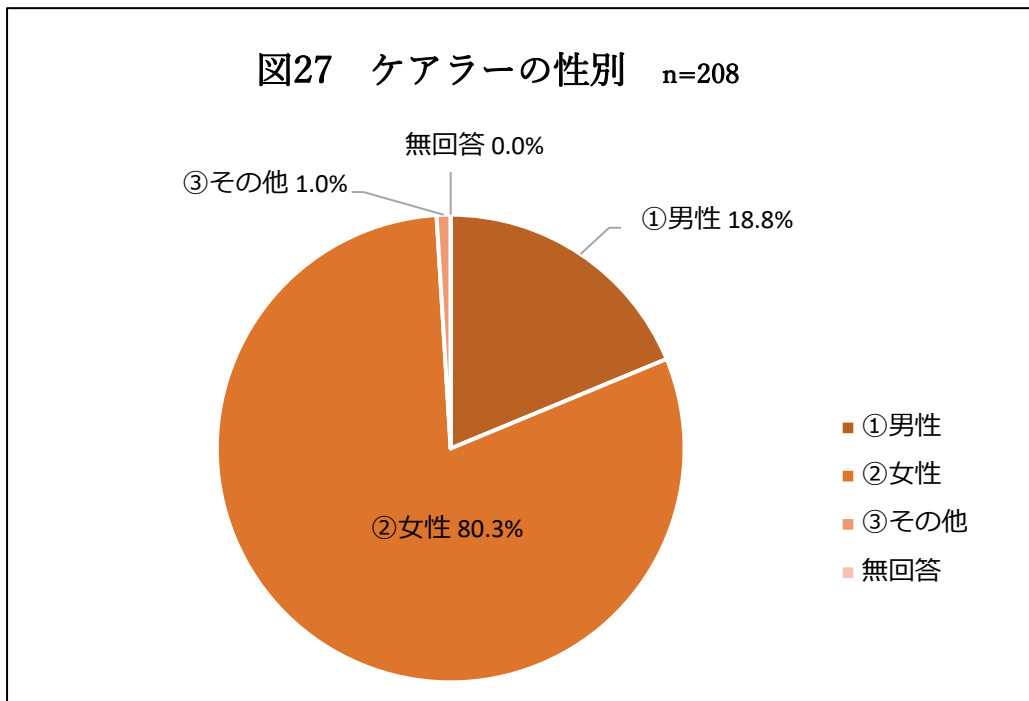


ケアラーが望む支援は、「自分ができない緊急時の対応」（55.6%）が最も多く、次いで「自分がケアできなくなった後のケアが必要な人の安定した生活の確保」（38.7%）、「ケアが必要な人が安心して暮らせる場所（施設・グループホーム等）の拡充」（37.6%）の順となった。

Ⅲ 障害児・者のケアラーの実態

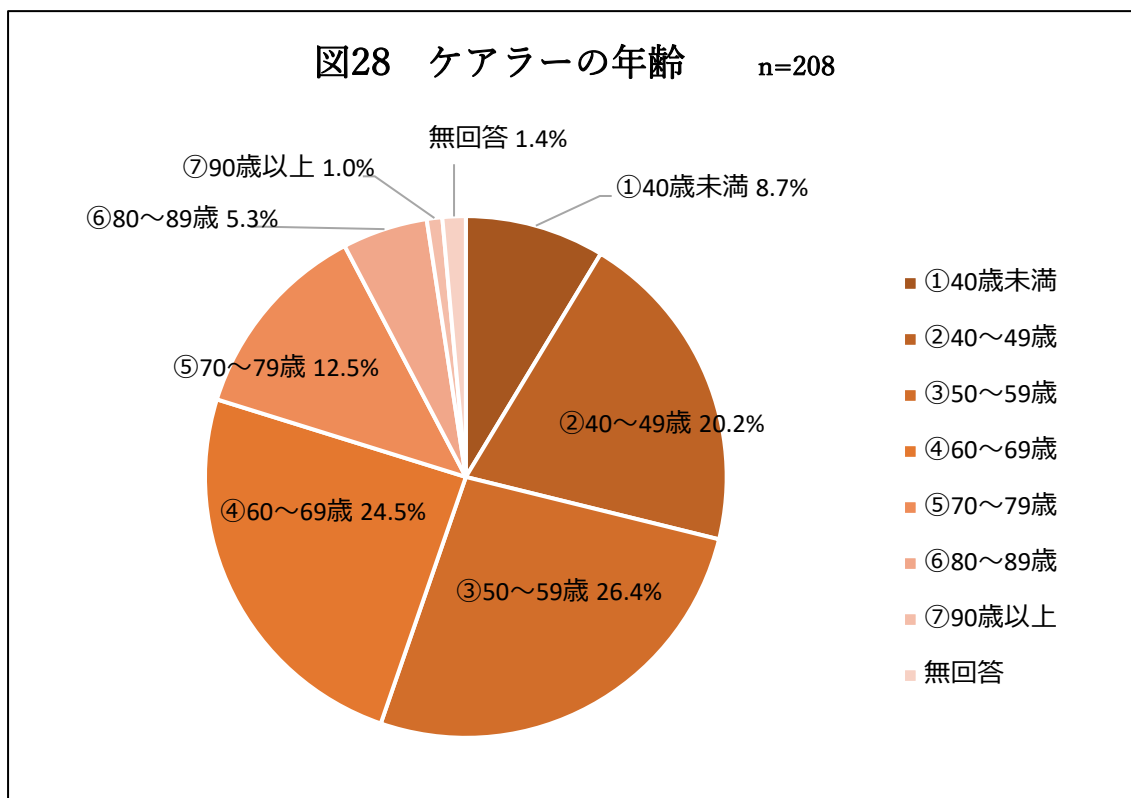
1. ケアラーについて

(1) ケアラーの性別



ケアラーの性別は、女性が80.3%となり8割を占めた。

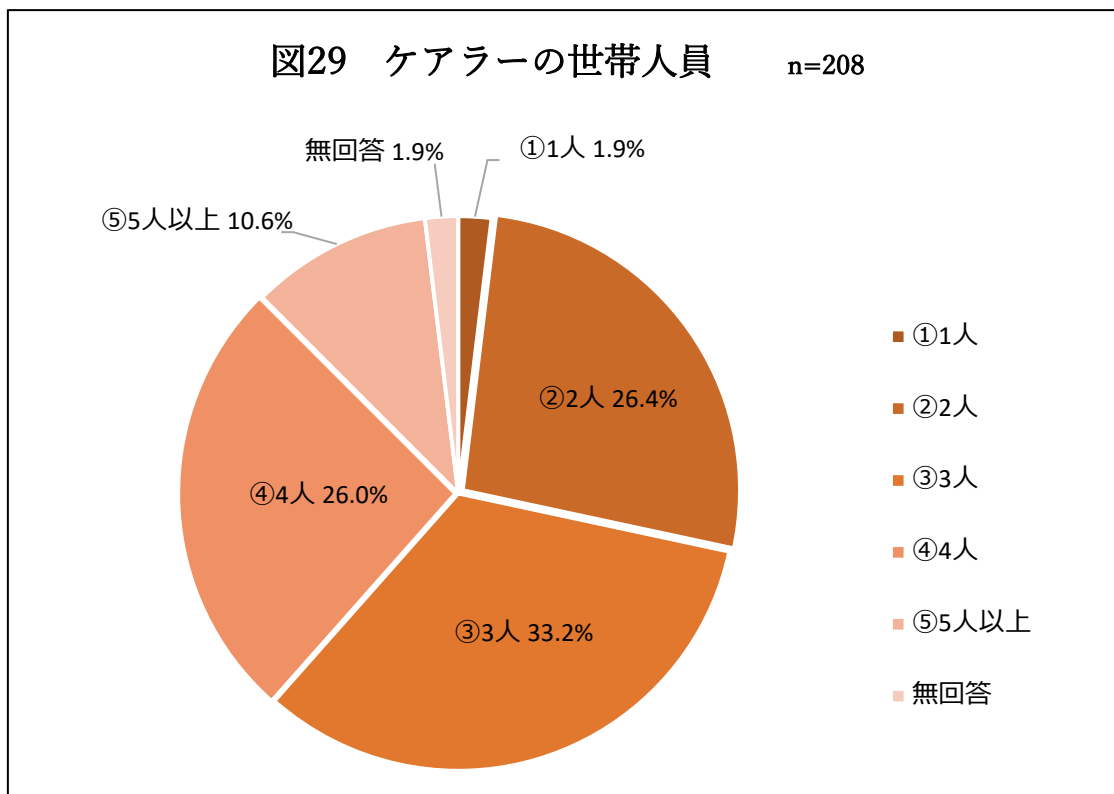
(2) ケアラーの年齢



ケアラーの年齢は、「50～59歳」(26.4%)が最も多く、次いで「60～69歳」(24.5%)、「40～49歳」(20.2%)の順となった。

また、80歳以上が6.3%、60歳～79歳は37.0%となっており、60歳以上のケアラー(43.3%)が4割を占めた。

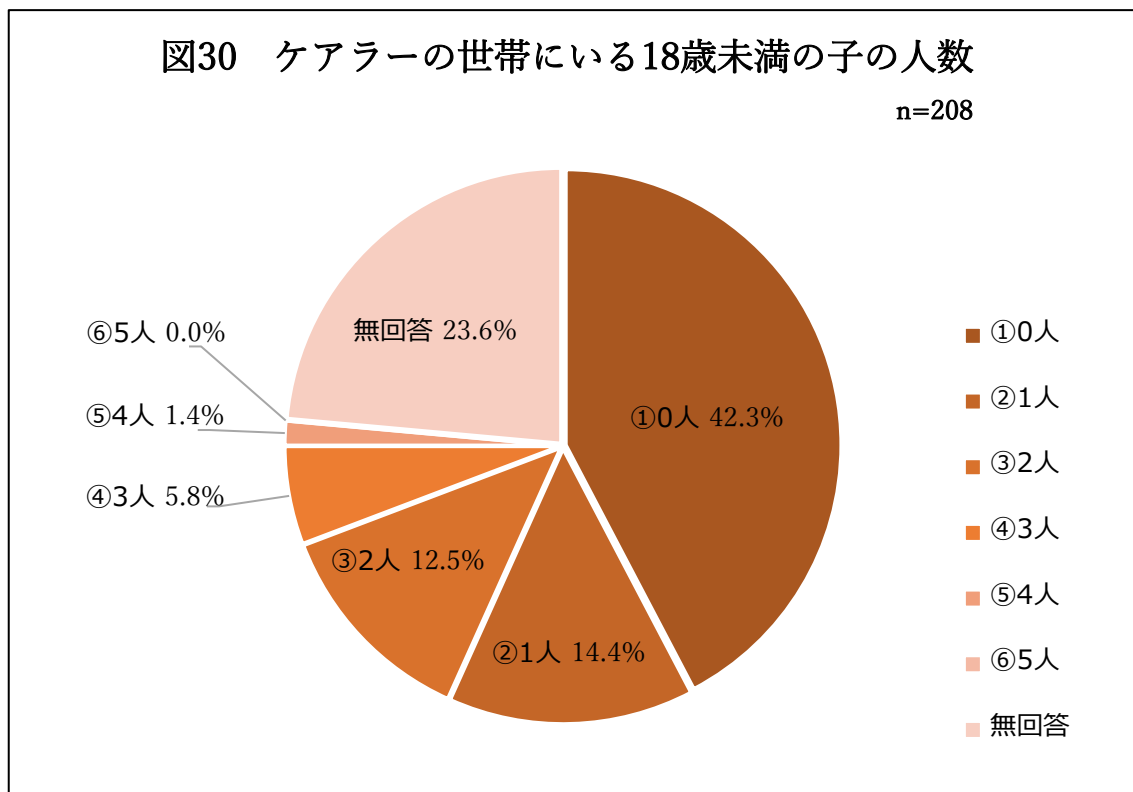
(3) ケアラーの世帯状況



ケアラーの世帯人員は、「3人」(33.2%)が最も多く、次いで「2人」(26.4%)、「4人」(26.0%)の順となった。

また、「2人」と「3人」を合わせると59.6%となり、約6割を占めた。さらに「4人」を加えると85.6%となり、8割以上を占めた。

(4) ケアラーの世帯にいる 18 歳未満の子の人数

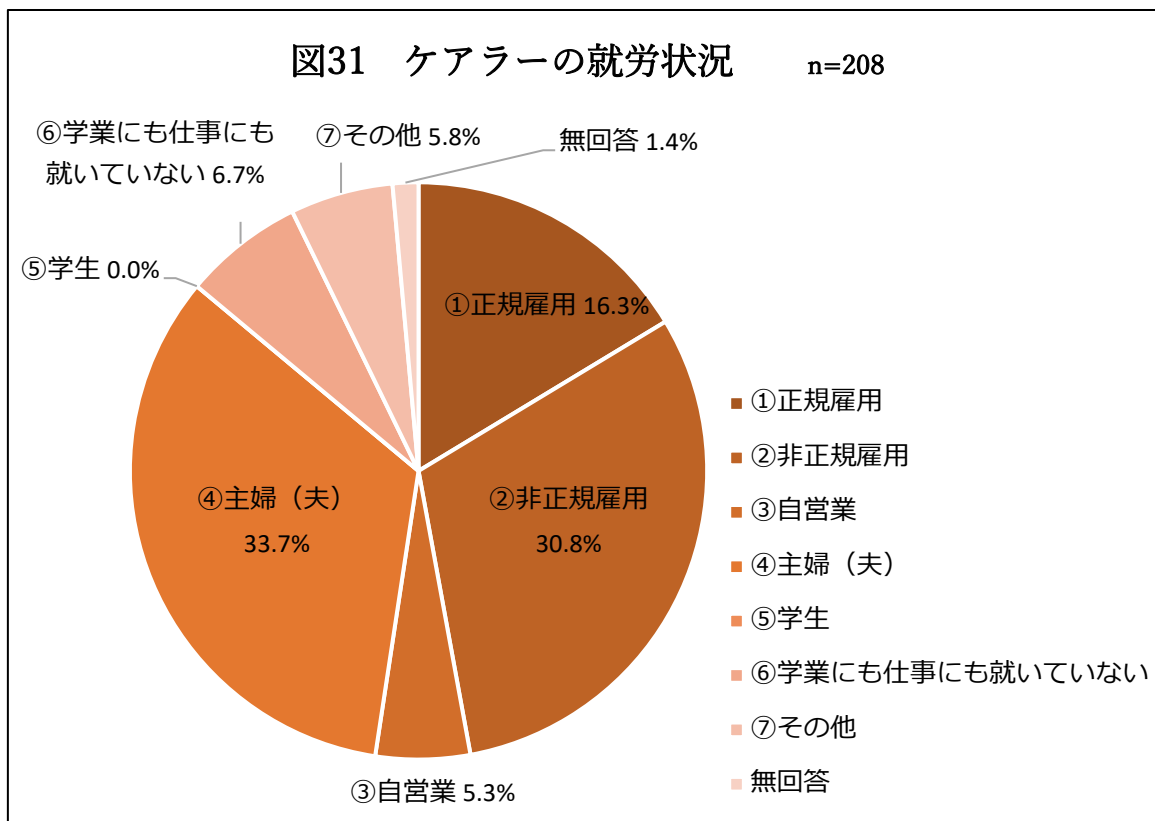


ケアラーの世帯にいる 18 歳未満の子の人数	1 人	2 人	3 人	4 人	5 人	合計
障害児・者のケアラーの世帯	14.4%	12.5%	5.8%	1.4%	0.0%	34.1%
高齢者のケアラーの世帯	5.1%	1.7%	0.3%	0.0%	0.3%	7.4%

ケアラーの世帯にいる 18 歳未満の子の人数は、「0 人」(42.3%) が最も多く、世帯の約 4 割を占めており、次いで「1 人」(14.4%)、「2 人」(12.5%) の順となった。

高齢者のケアラーの世帯と比較すると、18 歳未満の子の人数が突出して多いことが判明した。

(5) ケアラーの就労状況



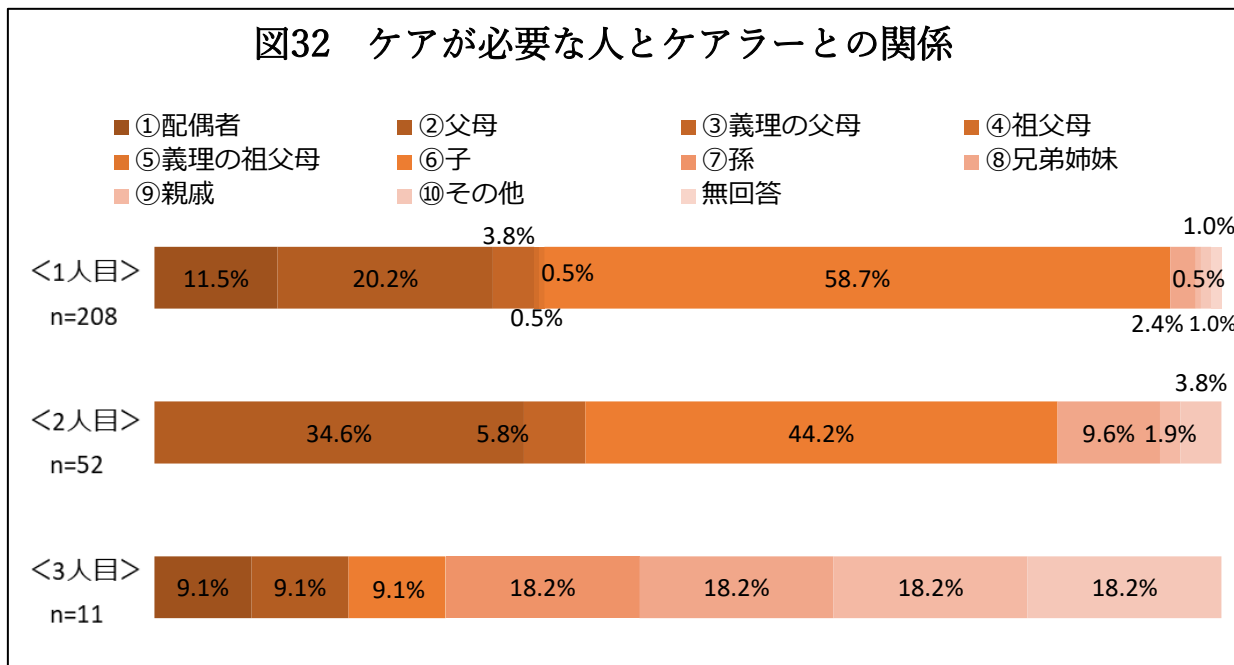
ケアラーの就労状況は、「主婦(夫)」(33.7%)が最も多く、次いで「非正規雇用」(30.8%)、「正規雇用」(16.3%)の順となった。

また、雇用労働(正規雇用及び非正規雇用)とケアを両立して生活をしている人(47.1%)は、約5割を占めた。

「その他」では、内職などの回答があった。

2. ケアが必要な人について

(1) ケアが必要な人とケアラーとの関係

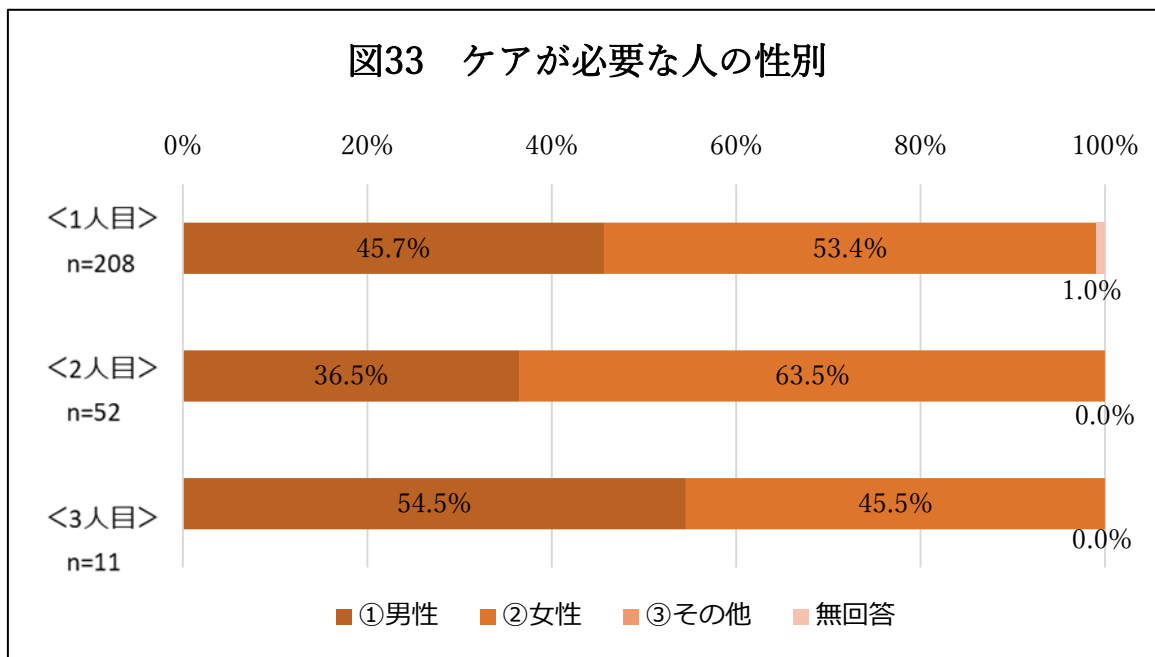


※) ケアをしている人が複数いる場合は、ケアが大変な順に「1人目」「2人目」「3人目」として回答してもらった。(以降の設問についても同様)

	<1人目> n=208	<2人目> n=52	<3人目> n=11
①配偶者	11.5%	0.0%	9.1%
②父母	20.2%	34.6%	9.1%
③義理の父母	3.8%	5.8%	0.0%
④祖父母	0.5%	0.0%	0.0%
⑤義理の祖父母	0.5%	0.0%	0.0%
⑥子	58.7%	44.2%	9.1%
⑦孫	0.0%	0.0%	18.2%
⑧兄弟姉妹	2.4%	9.6%	18.2%
⑨親戚	0.5%	1.9%	18.2%
⑩その他	1.0%	3.8%	18.2%
無回答	1.0%	0.0%	0.0%

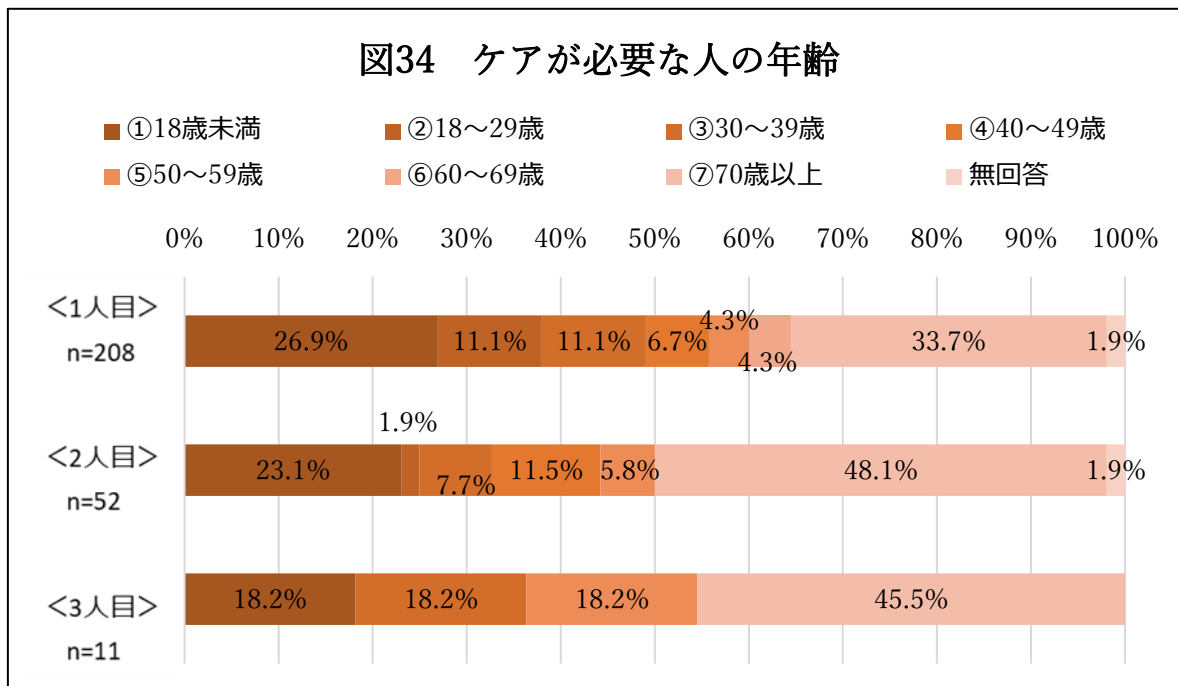
ケアラーから見た、ケアの必要な人の続柄は、1人目、2人目で「子」が最も多く、それぞれ58.7%、44.2%となった。また、3人目は多様な続柄となった。

(2) ケアが必要な人の性別



ケアが必要な人の性別には、大きな差異は生じなかった。

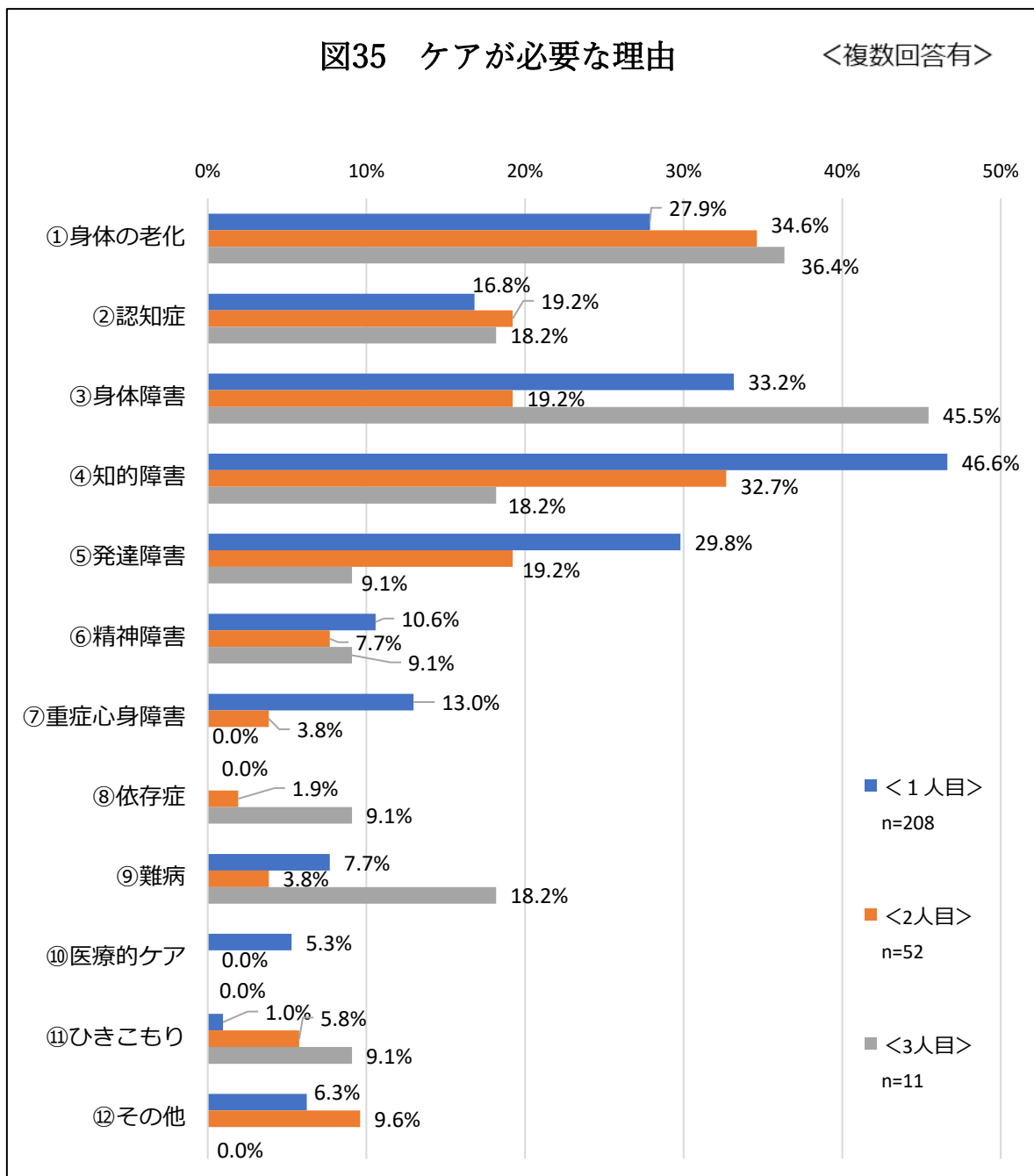
(3) ケアが必要な人の年齢



	< 1 人目 > n=208	< 2 人目 > n=52	< 3 人目 > n=11
①18 歳未満	26.9%	23.1%	18.2%
②18~29 歳	11.1%	1.9%	0.0%
③30~39 歳	11.1%	7.7%	18.2%
④40~49 歳	6.7%	11.5%	0.0%
⑤50~59 歳	4.3%	5.8%	18.2%
⑥60~69 歳	4.3%	0.0%	0.0%
⑦70 歳以上	33.7%	48.1%	45.5%
無回答	1.9%	1.9%	0.0%

ケアが必要な人の年齢は、1～3人目のいずれにおいても、「70歳以上」が最も多く、それぞれ33.7%、48.1%、45.5%となった。次いで「18歳未満」が多く、それぞれ26.9%、23.1%、18.2%となった。

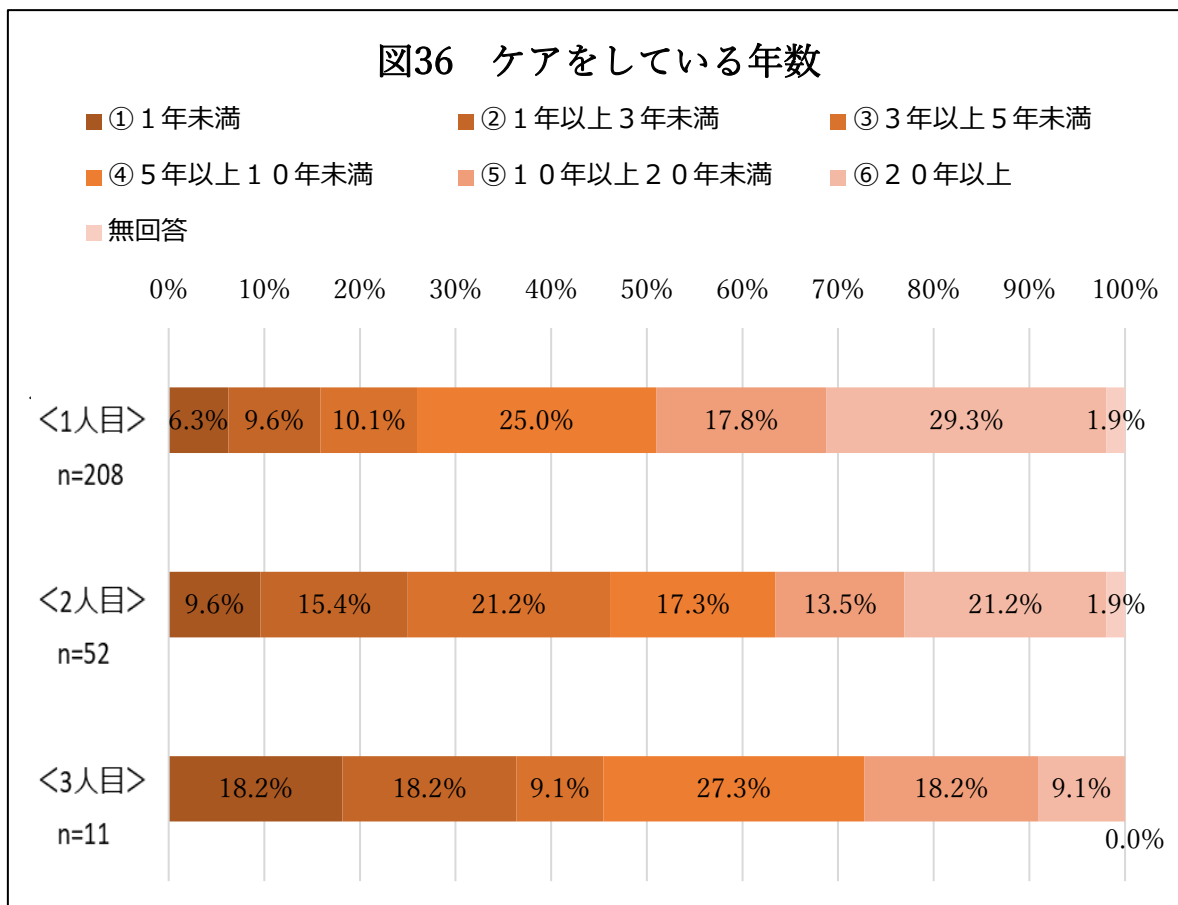
(4) ケアが必要な理由



ケアが必要な理由は、1人目は「知的障害」(46.6%)が最も多く、次いで「身体障害」(33.2%)、「発達障害」(29.8%)、「身体の老化」(27.9%)の順となった。

「その他」では、悪性疾患などの回答があった。

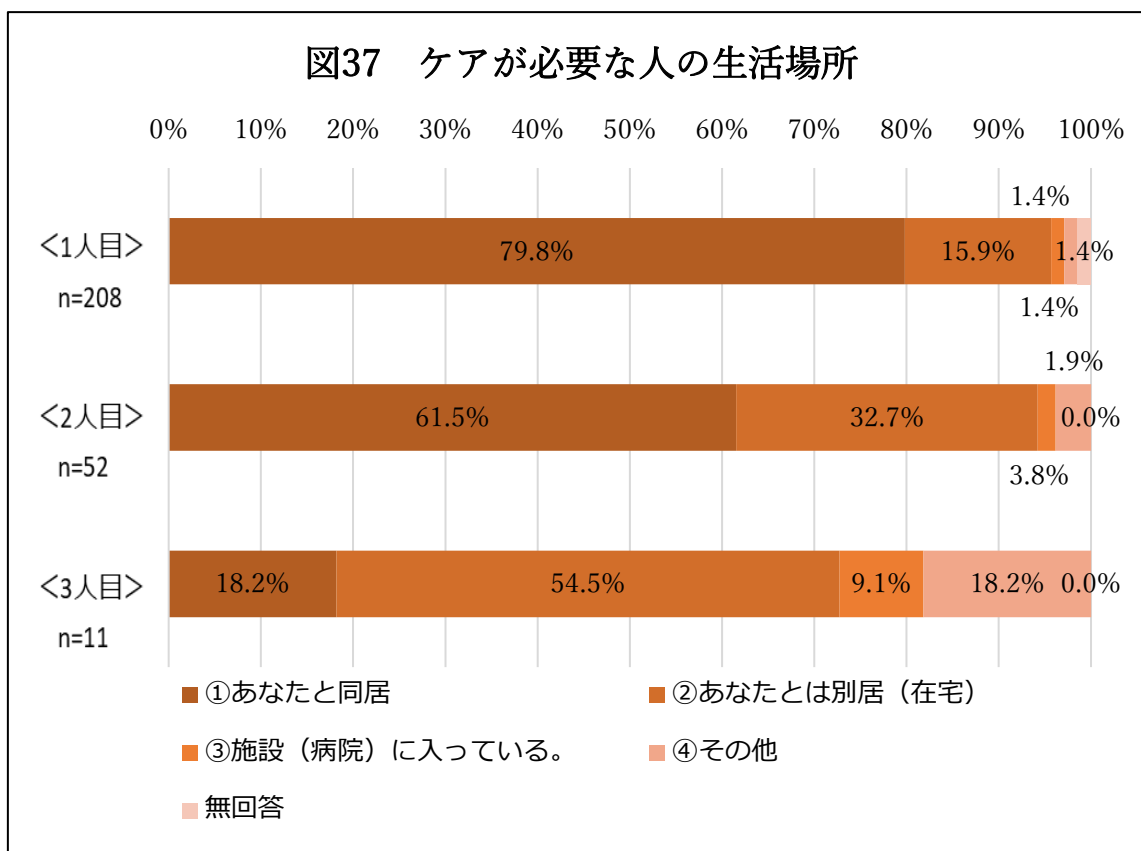
(5) ケアをしている年数



ケアラーがケアをしている年数は、「20年以上」が1人目と2人目で最も多く、それぞれ29.3%と21.2%となった。3人目では「5年以上10年未満」(27.3%)が最も多くなった。

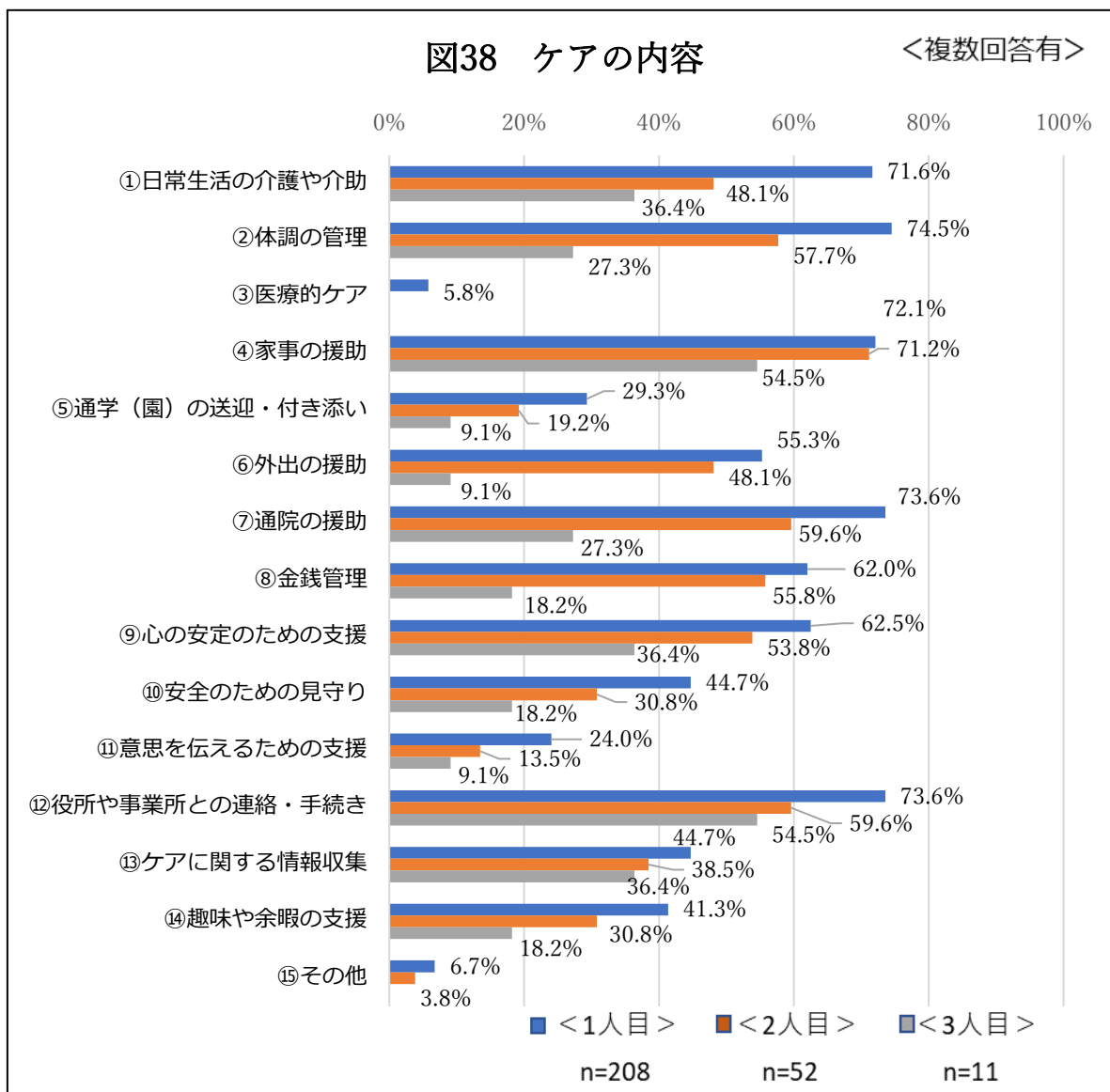
また、1人目ではケアをしている年数が10年以上となる人は47.1%となり、約5割を占めた。

(6) ケアが必要な人の生活場所



ケアが必要な人の生活場所は、1人目と2人目で「あなたと同居」が最も多く、それぞれ79.8%、61.5%となり、3人目は「あなたと別居(在宅)」(54.5%)が最も多くなった。

(7) ケアの内容

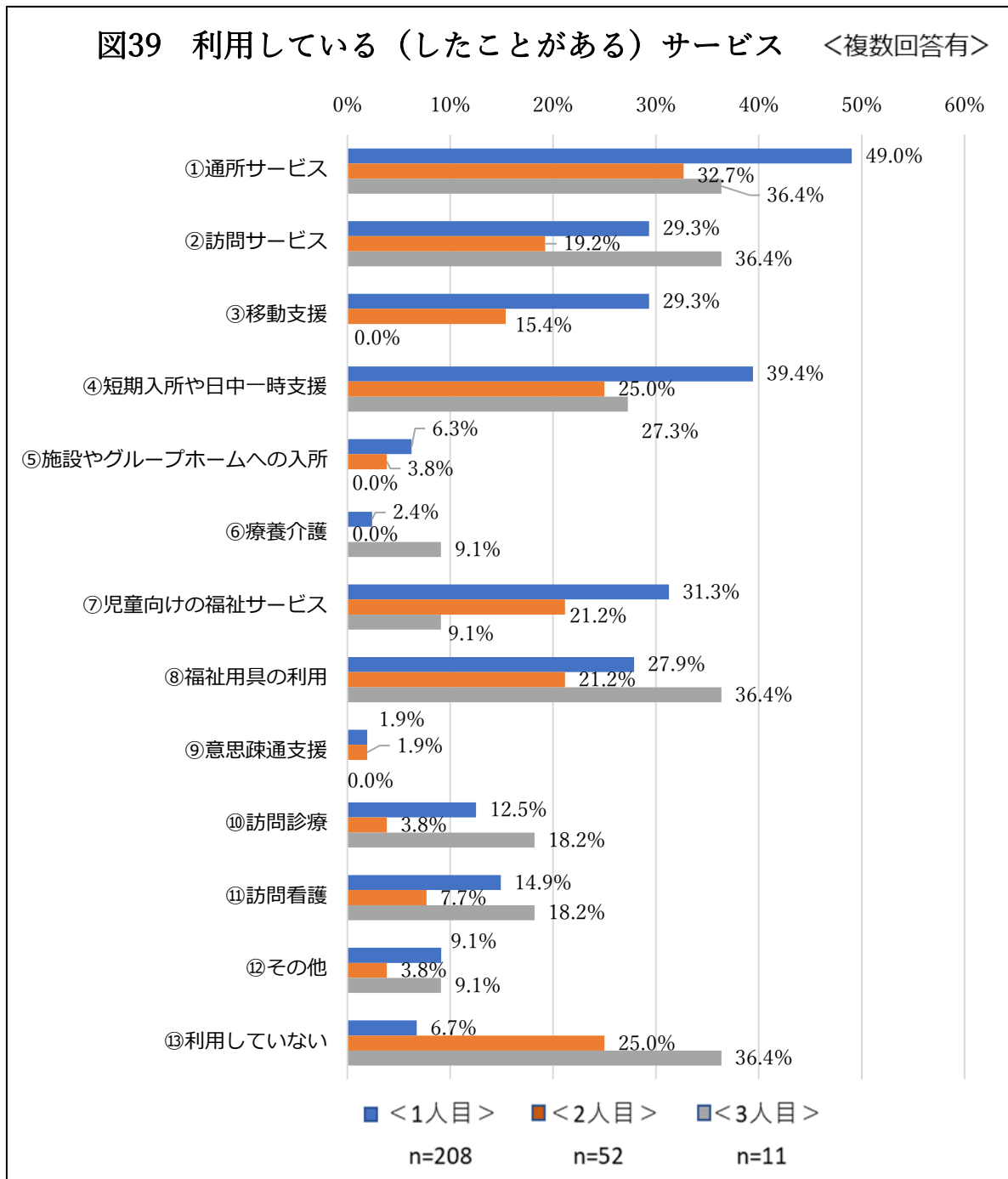


ケアラーが行うケアの内容は、1人目では「体調の管理」(74.5%)、「通院の援助」(73.6%)、「役所や事業所との連絡・手続き」(73.6%)、「家事の援助」(72.1%)が7割を占めた。

「その他」では、学習面でのサポートなどの回答があり、ケアラーは多様なケアを担っていることが判明した。

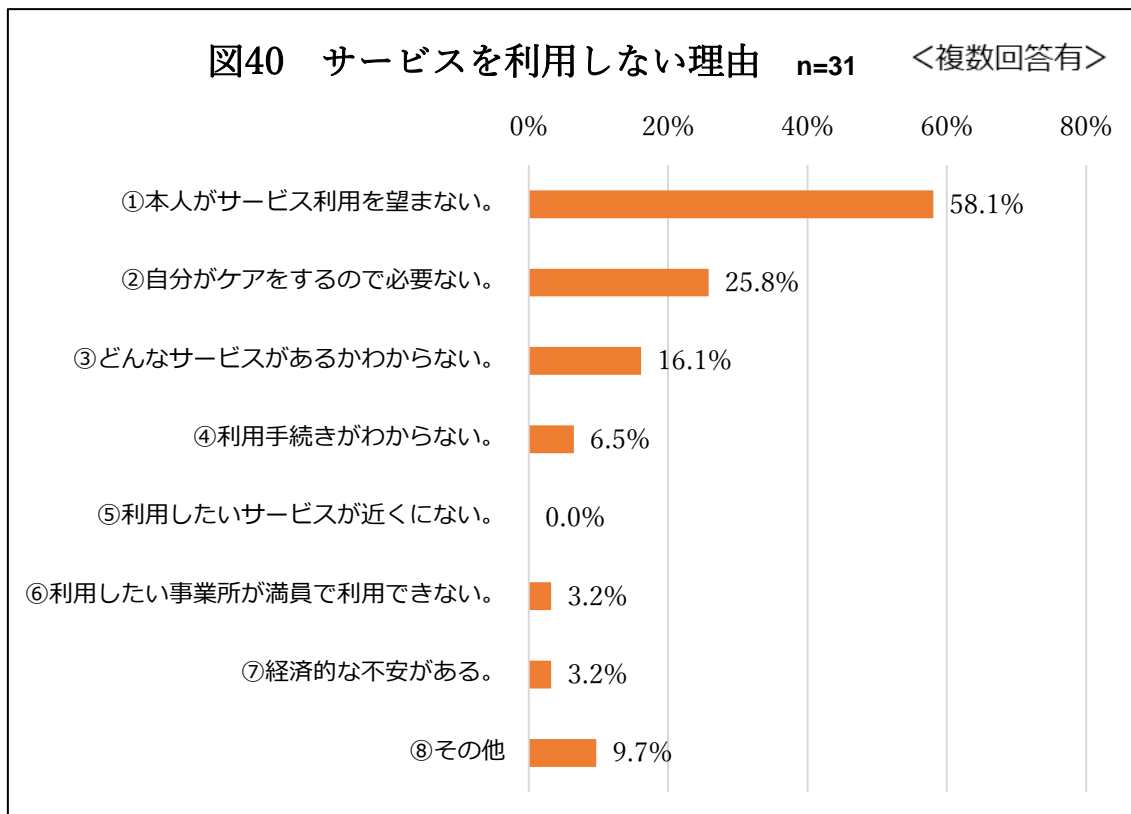
※本設問に関わり「最も負担の多いケアの内容」の設問を設けていたが、選択肢のうち1つ選択する回答方法どおりではない回答が多数見られたため、集計を行わなかった。

(8) ケアが必要な人が利用している（したことがある）サービス



ケアが必要な人が利用している（したことがある）サービスは、1人目では「通所サービス」（49.0%）が最も多く、次いで「短期入所や日中一時支援」（39.4%）、「児童向けの福祉サービス」（31.3%）、「福祉用具の利用」（27.9%）の順となった。

(9) サービスを利用しない理由

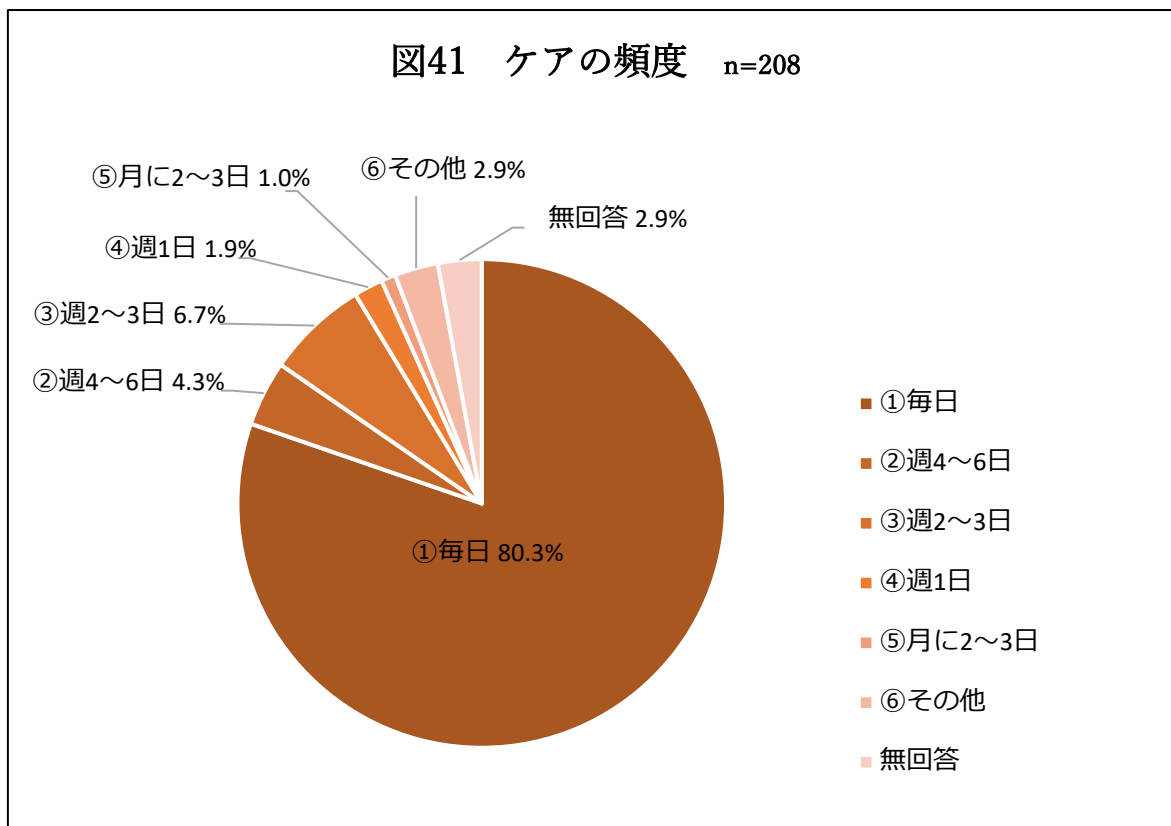


サービスを利用しない理由は、「本人がサービス利用を望まない」(58.1%)が最も多く、次いで「自分がケアするので必要ない」(25.8%)、「どんなサービスがあるかわからない」(16.1%)の順となった。

一方で、「利用したい事業所が満員で利用できない」と「経済的な不安がある」は、5%未満となった。

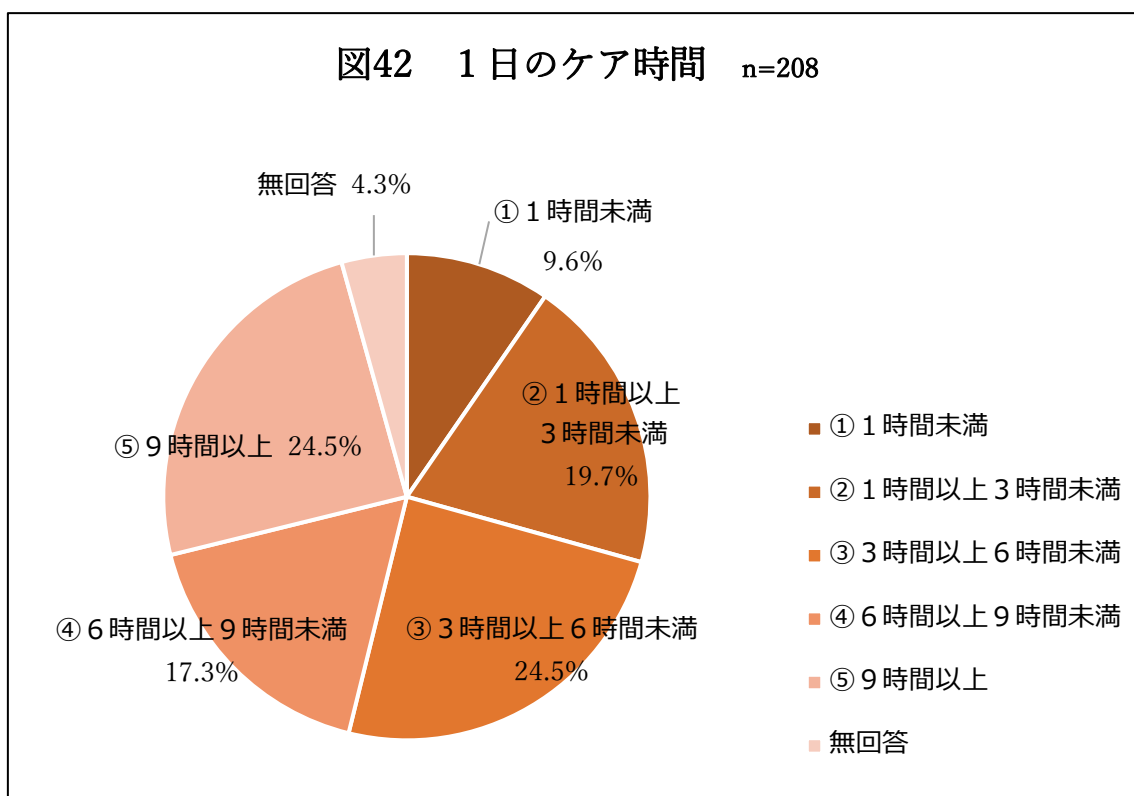
3. ケアラーの生活状況

(1) ケアの頻度



ケアラーがケアをしている頻度は、「毎日」(80.3%)が最も多く、次いで「週2～3日」(6.7%)、「週4～6日」(4.3%)の順となった。

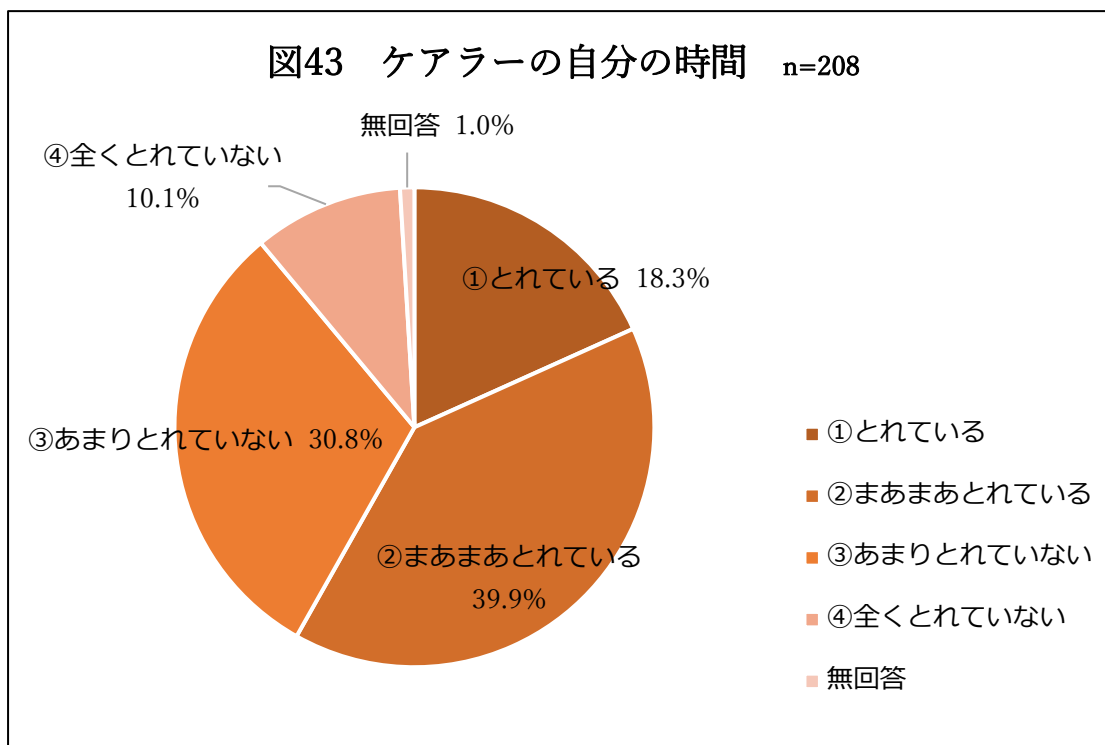
(2) 1日のケア時間



ケアラーの1日のケア時間は、「3時間以上6時間未満」と「9時間以上」が24.5%で最も多く、次いで「1時間以上3時間未満」(19.7%)、「6時間以上9時間未満」(17.3%)の順となった。

「6時間以上9時間未満」と「9時間以上」を合わせると41.8%となり、6時間以上の人々が4割を占めた。

(3) ケアラーの自分の時間

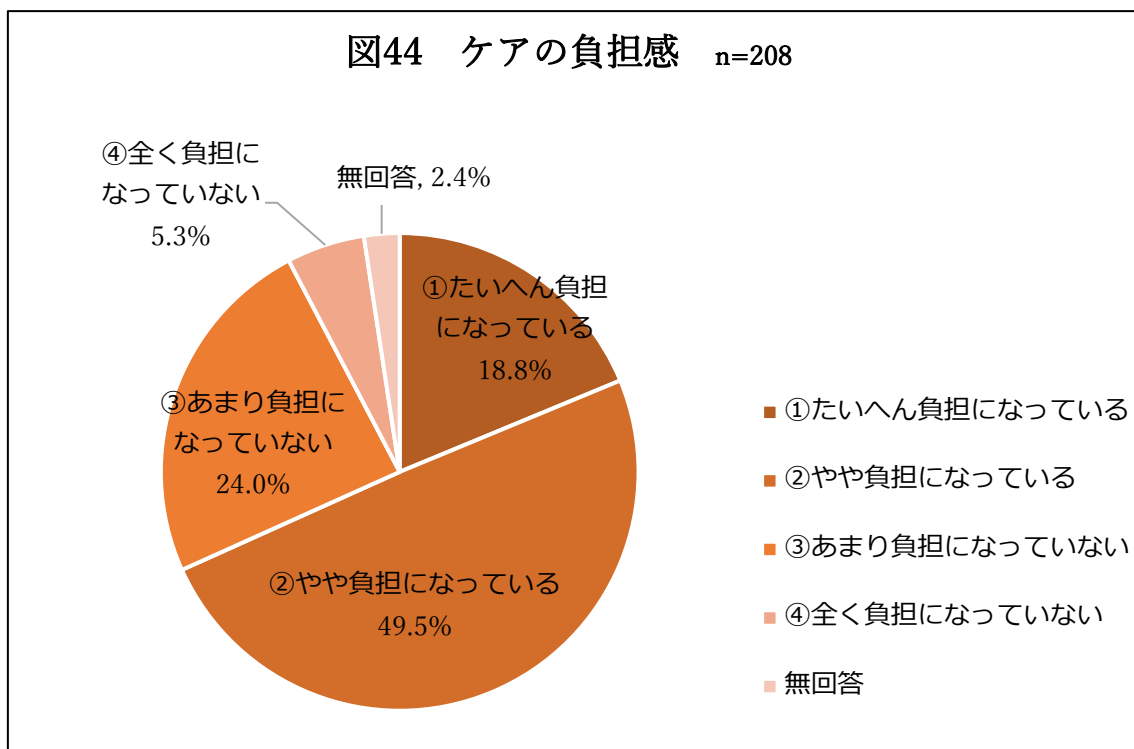


ケアラーの自分の時間について、「まあまあとれている」(39.9%)が最も多く、「あまりとれていない」(30.8%)の順となった。

「とれている」と「まあまあとれている」を合わせると58.2%となり、「とれている」と感じている人が約6割を占めた。

一方で、「とれていない」と「あまりとれていない」を合わせると40.9%となり、「とれていない」と感じている人も4割を占めた。

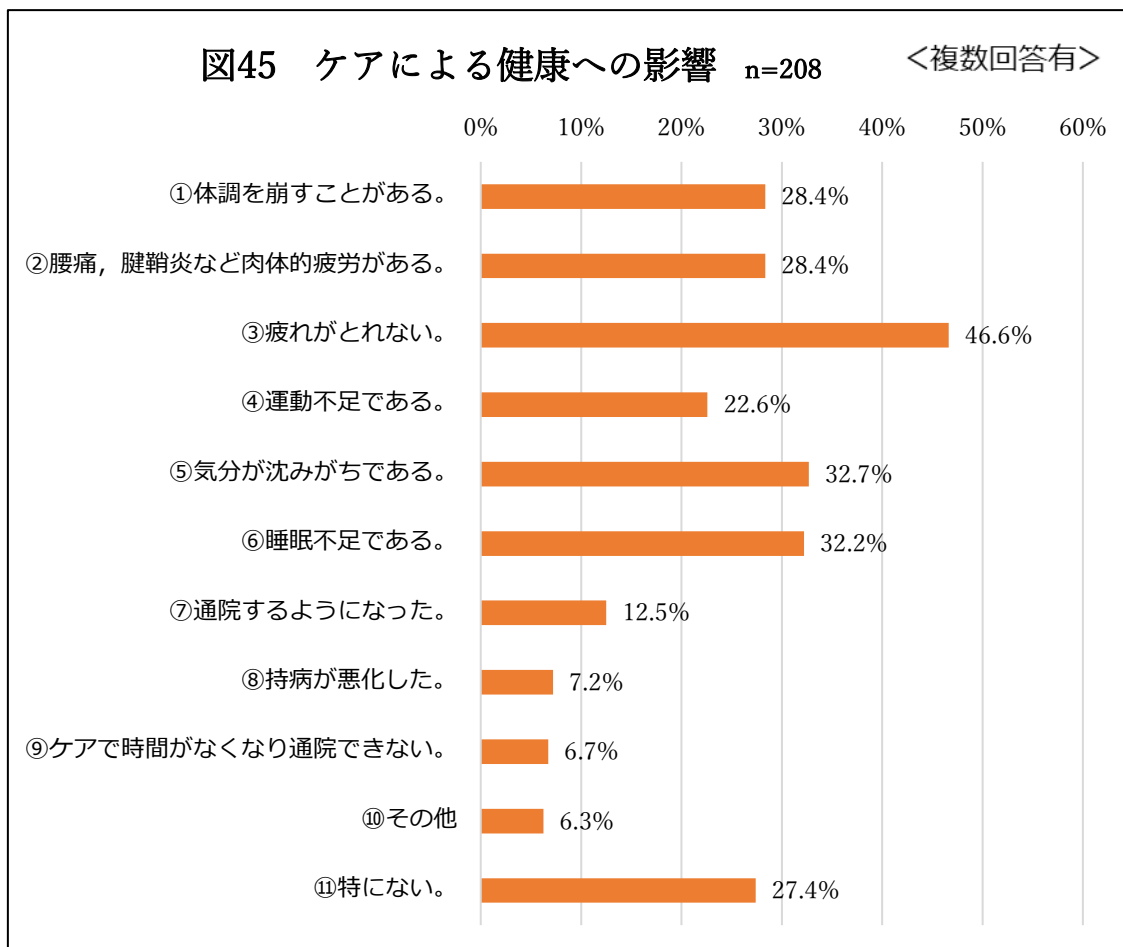
(4) ケアの負担感



ケアの負担感は、「やや負担になっている」(49.5%)が最も多く、次いで「あまり負担になっていない」(24.0%)、「たいへん負担になっている」(18.8%)の順となった。

また、「たいへん負担になっている」と「やや負担になっている」を合わせると68.3%となり、負担になっている人が約7割を占めた。

(5) ケアによる健康への影響

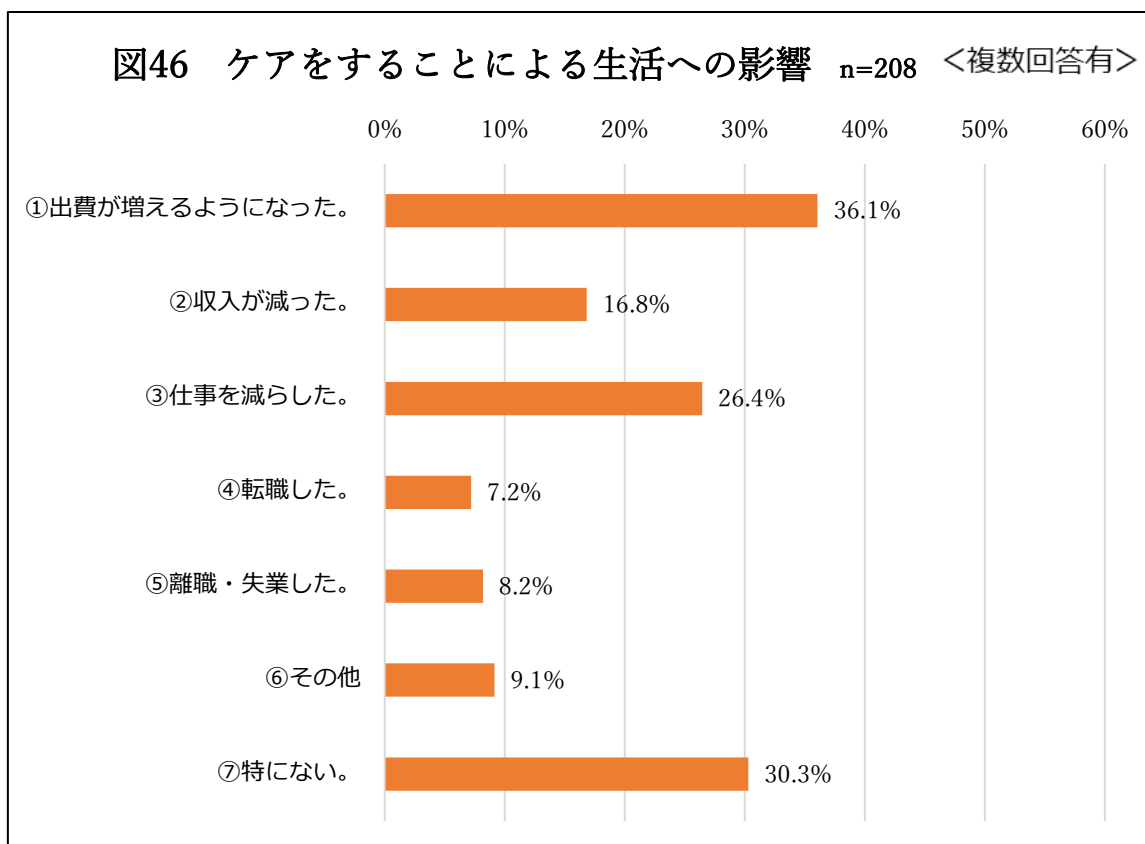


ケアによる健康への影響は、「疲れがとれない」(46.6%)が最も多く、次いで「気分が沈みがちである」(32.7%)、「睡眠不足である」(32.2%)、「体調を崩すことがある」(28.4%)、「腰痛, 腱鞘炎など肉体的疲労がある」(28.4%)の順となった。

一方で、「特にない」(27.4%)が4分の1を占めた。

「その他」では、ストレスやイライラするなどの回答があった。

(6) ケアをすることによる生活への影響



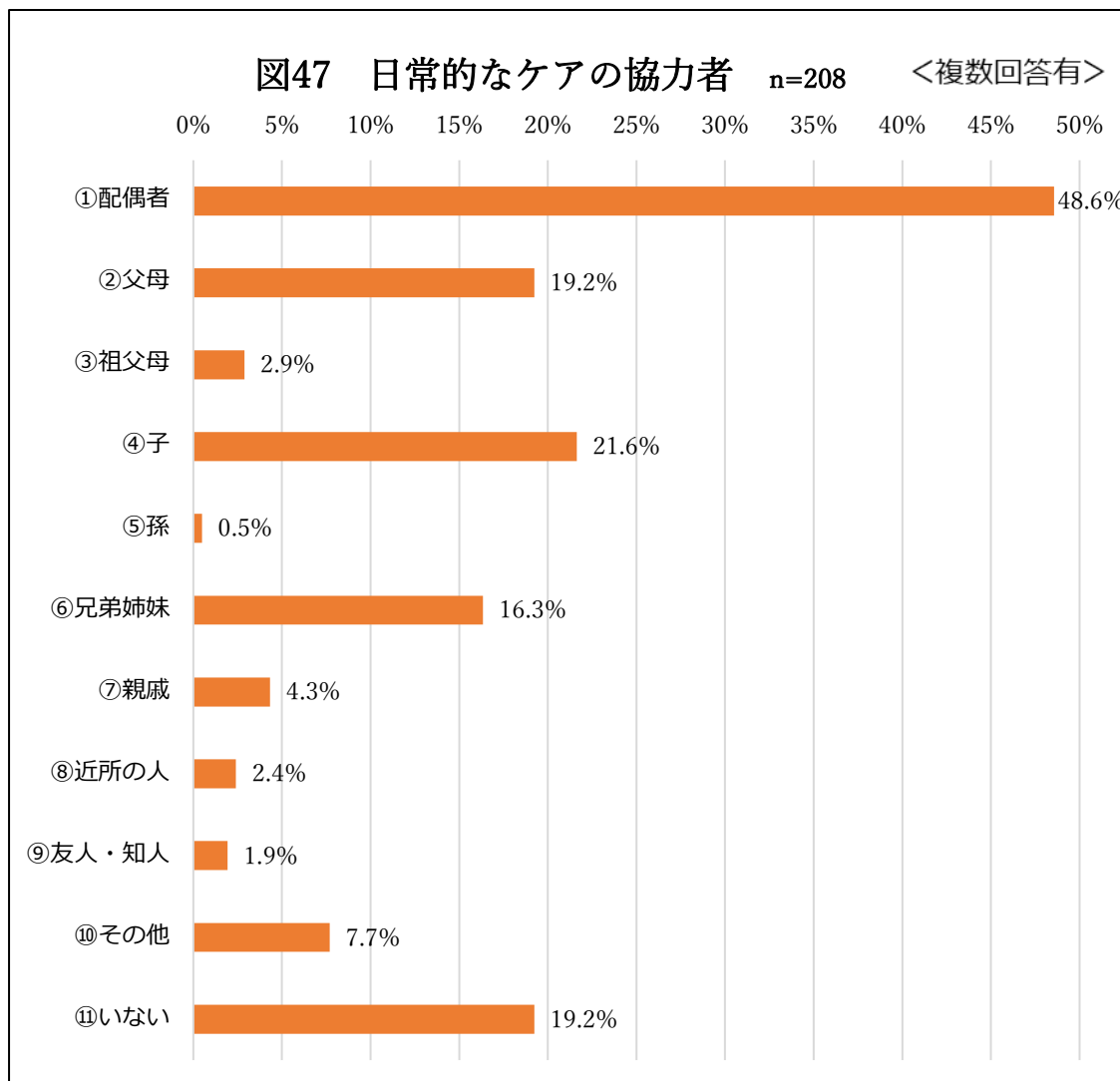
ケアをすることによる生活への影響については、「出費が増えるようになった」(36.1%)が最も多く、次いで「仕事を減らした」(26.4%)、「収入が減った」(16.8%)の順となった。

また、「仕事を減らした」(26.4%)「離職・失業した」(8.2%)「転職した」(7.2%)など、仕事への影響も大きいことがわかった。

一方で、「特にない」(30.3%)が3割を占めた。

「その他」では、ケアをするための引っ越しや、交友関係の制限などの回答があった。

(7) 日常的なケアの協力者



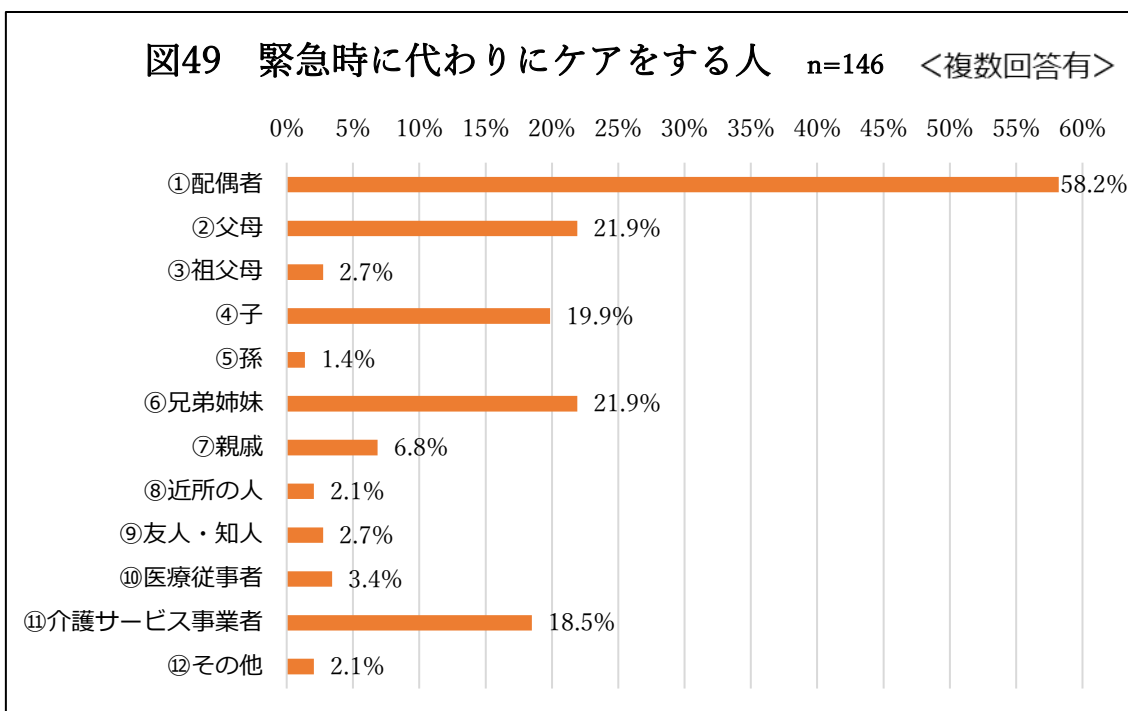
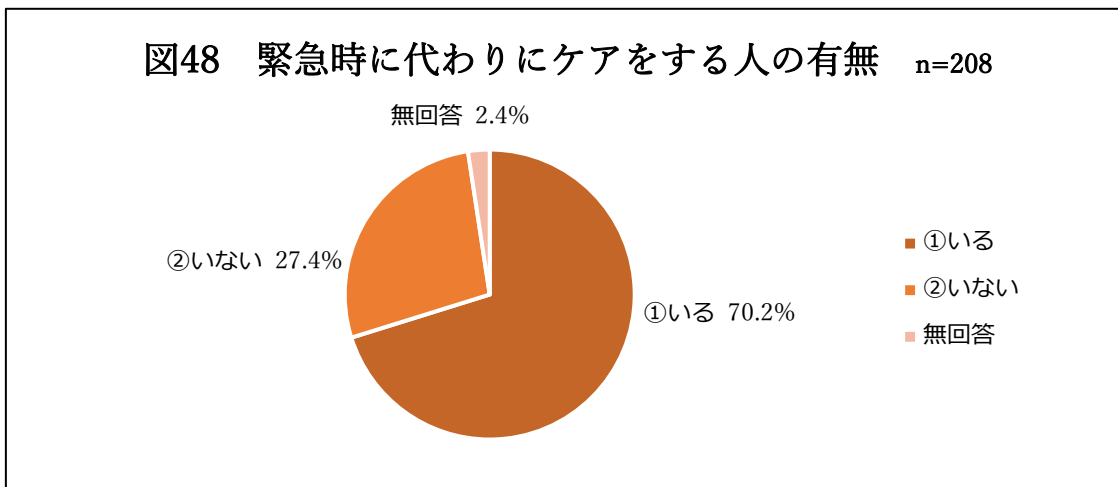
日常的なケアの協力者は、「配偶者」(48.6%)が最も多く、次いで「子」(21.6%)、「父母」(19.2%)、「兄弟姉妹」(16.3%)の順となった。

また、協力者が「いない」(19.2%)が、約2割を占めた。

そのほかの回答は、全て5%未満となった。

「その他」では、仕事仲間との回答もあった。

(8) 緊急時に代わりにケアをする人

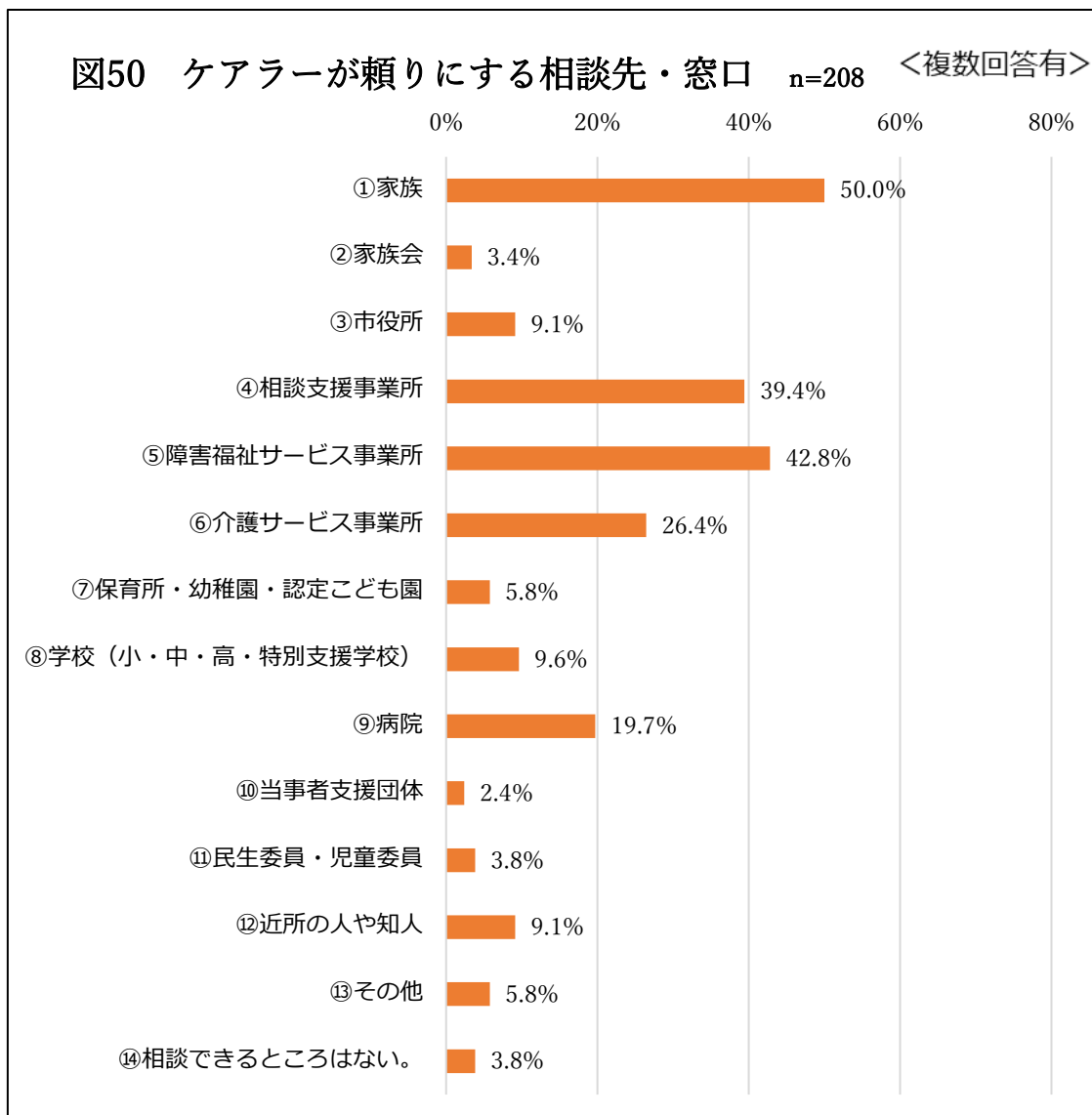


ケアラーの緊急時に代わりにケアをする人の有無は、「いる」が70.2%、「いない」は27.4%となった。

また、その場合のケアを担う人は、「配偶者」(58.2%)が突出して多く、次いで「父母」(21.9%)と「兄弟姉妹」(21.9%)、「子」(19.9%)、「介護サービス事業者」(18.5%)の順となった。

そのほかの回答は、全て10%未満となった。

(9) ケアラーが頼りする相談先・窓口

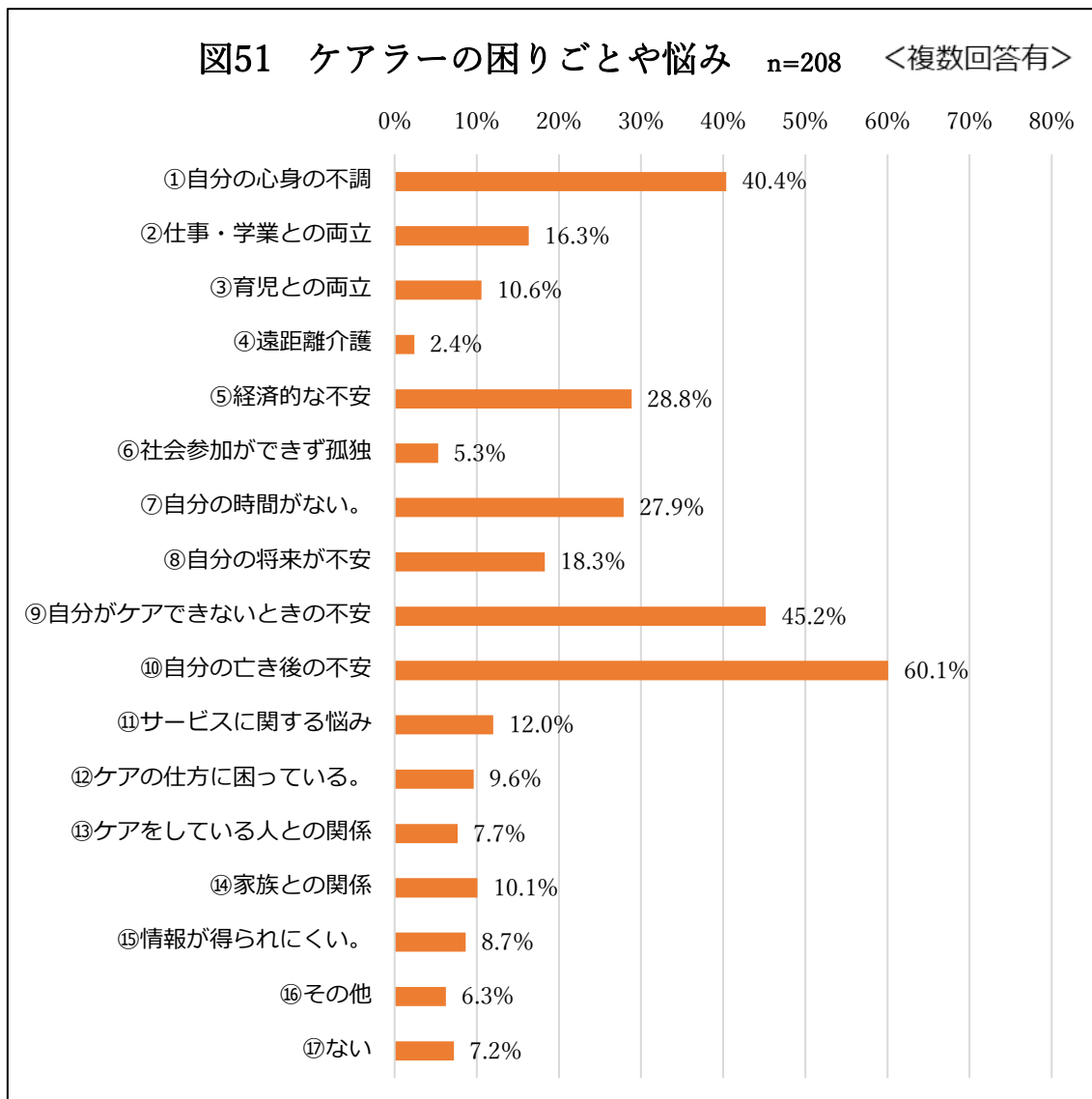


ケアラーが頼りにしている相談先・窓口は、「家族」（50.0%）が最も多く、次いで「障害福祉サービス事業所」（42.8%）、「相談支援事業所」（39.4%）、「介護サービス事業所」（26.4%）の順となった。

一方で、「相談できるところはない」は3.8%となった。

4. ケアラーの望む支援

(1) ケアラーの困りごとや悩み



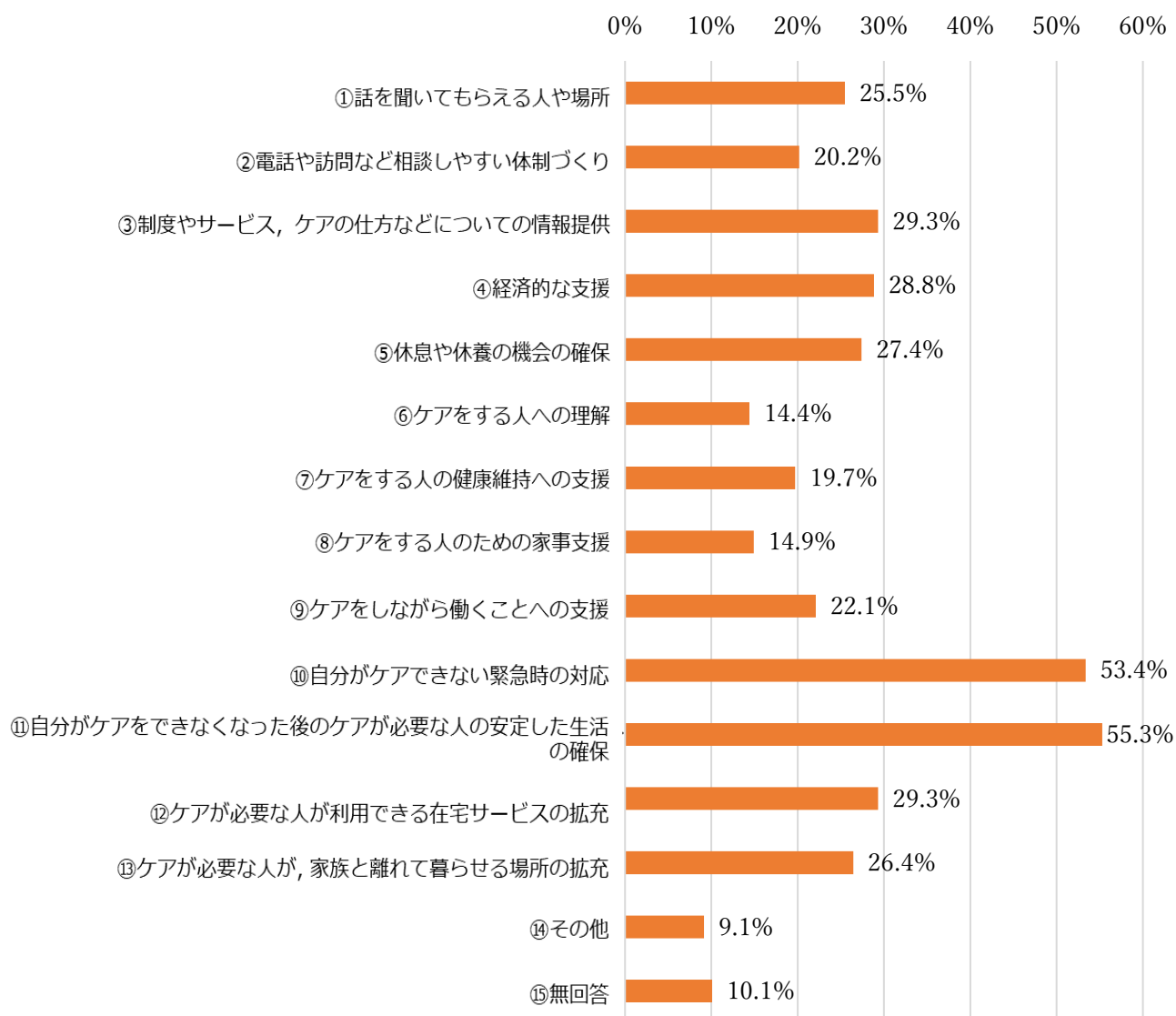
ケアラーの困りごとや悩みは、「自分の亡き後の不安」(60.1%)が最も多く、次いで「自分がケアできないときの不安」(45.2%)、「自分の心身の不調」(40.4%)、「経済的な不安」(28.8%)、「自分の時間がない」(27.9%)の順となった。

一方で、「ない」は7.2%となった。

「その他」では、支援者との関係性などの回答があった。

(2) ケアラーが望む支援

図52 ケアラーが望む支援内容 n=208 <複数回答有>



ケアラーが望む支援内容は、「自分がケアできなくなった後のケアが必要な人の安定した生活の確保」(55.3%)が最も多く、次いで「自分ができない緊急時の対応」(53.4%)、「制度やサービス, ケアの仕方などについての情報提供」(29.3%)、「ケアが必要な人が利用できる在宅サービスの拡充」(29.3%)の順となった。

IV 調査結果の考察と

ケアラーが求めていること

＜調査結果の考察＞

1. ケアラーの生活の環境

(1) 高齢化と少人数世帯の中でケアするケアラー

高齢者及び障害児・者のケアラーについては、高齢者のケアラーでは60歳代、障害児・者のケアラーでは50歳代の年齢層が最も多く、日常的なケアへの身体的負担が高いことが判明した。

さらに、高齢者のケアラーでは2人世帯、障害児・者のケアラーでは3人世帯が最も多く、少人数世帯の中で日常的なケアが行われていることが判明した。

ケアラーが行っているケアは、高齢のケアラーによる老々介護や高齢になってきた親が障害のある子に行うケアが、世帯人員が少ない中で行われており、この世帯の環境では、ケアラーの心身の調子が良くないときには、同居世帯の中で代わりにケアを行う人の確保が難しく、同居と別居を含めた家族内でケアのやりくりがされていることが明らかになった。

(2) 長期間ケアし続けているケアラー

ケアラーがケアをしてきた年数は、高齢者のケアラーでは「5年から10年」、障害児・者のケアラーでは「20年以上」が最も多く、ケアラーが長期にわたってケアしている現状が明らかになった。

ケアラーが日常的に身体的負担の大きいケアを、長期間行っているということから、ケアのある生活はケアラー自身の生活や人生に大きな影響を与えていることがうかがわれる。

(3) 複数のケアを担うケアラー

本調査では、ケアが必要な人が複数いるケアラーの状況も明らかになったが、その特徴のひとつに、ケアが必要な人の2人目と3人目とは別居している人が多いことがある。

2人目、3人目のケアが必要な人は、高齢者のケアラーでは半数以上、障害児・者のケアラーでは3分の1以上が別居によるケアを行っている。

ひとりのケアラーが、複数の人のケアを行うこと自体も大きな身体的負担を要すると考えられるが、これに加え、別居による物理的な距離の移動や離れた

場所による日常生活の状況把握の難しさが重なることによる負担は、大変大きいと考えられる。

また、一般的に、子育てや介護を同時期に担うことを指す「ダブルケア」を行っている人は、高齢者のケアラーでは7.4%、障害児・者のケアラーでは34.1%いることが判明した。

今後、ダブルケアラーを含め、複数のケアを行っているケアラーがさらに増加することが予想される。

現在、それぞれの分野で相談・対応を行っているが、今後は包括的に相談を受け止め、幅広い分野に対応できるよう、各相談窓口職員の資質向上が求められる。

2. ケアラーの日常のケア

(1) 日常化しているケア生活

ケアラーがケアをしている頻度は、高齢者のケアラーでは7割、障害児・者のケアラーでは8割が毎日と回答しており、日常生活の中に、常にケアがあることが判明した。

また、ケアしている時間は、高齢者のケアラーと障害児・者のケアラーともに、様々な時間数に分布しており、多様な世帯の事情により、ケアする時間数に差が生じているものと考えられる。

そのような中で、9時間以上をケアに費やす回答も、高齢者のケアラーで22.0%、障害児・者のケアラーでは24.5%となっており、長時間ケアも決して少なくない傾向が見られた。

ケアラーが毎日、そして長時間にわたりケアしている日常は、ケアラーがケアから離れる選択肢がない環境の中で、ケアしていることが背景にあると考えられる。

(2) ケアの内容と利用されている福祉サービス

ケアが必要な人が利用している介護や福祉のサービスは、通所サービス、訪問介護、日中一時支援、福祉用具などの在宅向けの公的サービスがほとんどであった。

なお、今回の調査は、高齢者のケアラーが介護支援専門員等を通じて、障害児・者のケアラーが障害福祉サービス事業者を通じた配布が主であったため、

実際にサービス利用をしている回答者が中心となったことは留意しておく必要がある。

今回の回答者以外のケアラーで、公的サービスを利用していないケアラーの状況は、別に把握することが必要であろう。

上記のように、ケアラーは公的サービスを利用しつつも、日常的にケアを行っており、そのケアの内容は家事援助、体調管理、通院援助、金銭管理など日常生活に欠かせないもので多岐にわたり、かつ制度や専門職などの現在の公的サービスにより代替が難しい部分を担っていることが判明した。

3. ケアラーの暮らしへの影響

(1) 多くのケアラーが感じている負担感

日常的でかつ長時間のケアを行うケアラーは、自分自身のための時間の確保については、肯定的な評価と否定的な評価がそれぞれほぼ半数の回答であった。

その一方で、ケアすることへの負担感は「負担に感じている」との回答が、高齢者のケアラーでは約8割、障害児・者のケアラーでは約7割占めており、ほとんどのケアラーが負担を感じていることがわかった。

これらの結果から、ケアラーは、ケアにより自分の時間が確保できない状況であるかどうかにかかわらず、ケアにより生じる生活への影響を負担と感じていることがうかがえた。

(2) ケアラーの健康への影響

ケアラーのケアによる健康への影響は、「疲れがとれない」が最も多く、身体的な負担や睡眠不足など体調面に及ぼす影響が多く示されていた。

これらの状況が改善せずに慢性化してくると、抑うつ傾向や不安障害等の慢性的な健康障害となることが懸念される。そのため、ケアラー自身が心と身体の健康を保つことのできる支援体制の整備が求められる。

(3) ケアラーの就労と経済的負担

正規雇用、非正規雇用を問わず、仕事に就いているケアラーは、高齢者のケアラーでは3割、障害児・者のケアラーでは5割近くに及んでいるが、一方、ケアのための転職、離職、失業、就労時間を減らしたなど、仕事への影響が生

じている。

日本の介護離職者は年間10万人を超え、国は「介護離職ゼロ」を目標に掲げ、介護休暇など支援制度の拡充を図っているが、勤務先に制度が整備されていない場合や、ケアラーへの理解の乏しさから、離職に追い込まれるケースもある。

仕事は、単に収入を得る手段だけに留まらず、社会とのつながりや生きがいでもあるという点にも注意を向け、ケアのためにケアラーがキャリアを諦めなくてもよい社会の実現に向けた環境整備が求められている。

また、ケアラーの就労に関わる経済的な影響のほか、在宅でのケア生活にかかる経費、おむつなどの消耗品や通院などの移動に要する交通費（タクシー利用などを含む。）など少くない費用を、ケアラーがサポートしていることが判明した。公的サービスの自己負担額が増額される傾向が見られる中で、ケアに要する経済的負担の軽減をどのように図るのかは大きな課題と言える。

4. ケアラーを支える環境

（1）家族を頼りにするケアラー

ケアラーが日常的に協力を得られる人及び緊急時に協力を得られる人は、配偶者、子、親などの家族が最も多く、家族をケアしているケアラーを支えるのも家族であることがうかがえた。しかし、「協力者がいない」との回答も決して少なくなかった。

日常的な協力者がいないと回答したのは、高齢者のケアラーでは約3割、障害児・者のケアラーでは約2割もいる。また、「緊急時の協力者がいない」と回答したのは、高齢者のケアラーでは4割、障害児・者のケアラーでは約3割となっていた。

これらのケアラーは、専門職のサポートがあるとは考えられるが、日常のケアを孤立した環境の中で担っていることが考えられ、積極的なサポート体制の強化が必要と考えられる。

（2）ケアラーが頼る相談機関の専門職

ケアラーが頼りにしている相談先については、高齢者のケアラーではケアマネジャーが7割以上と多数を占めていた。障害児・者のケアラーでは、家族が5割、これに続いて相談支援事業所と障害福祉サービス事業所がそれぞれ4割となっている。

「相談できるところはない」との回答は、高齢者のケアラーと障害児・者のケアラーともに5%未満で、多くのケアラーは家族や専門職に相談していることが判明した。

ケアラーは、専門職のいる機関や事業所への相談は積極的に考えていることから、専門職はケアラーの生活状況を把握し、ケアラーのニーズを十分に理解することが重要であり、ケアラーを「ケア機能を担う人」と捉えるのではなく、ケアラーにも、自分自身の生活と人生があることを念頭に置いた支援が求められる。

<ケアラーが求めていること>

1. ケアラーの不安は自分の役割の代替

ケアラーの困りごとや悩みは、自分の体調に関すること、自分がケアできないときの不安が4～5割を占めていた。また、障害児・者のケアラーでは、自分が亡くなった後の不安が6割で最も多かった。

ケアラーが感じている不安は、今のケア生活で重要な役割を担う自分の役割が、体調不良なども含めて果たせなくなる時に、代替する手段の乏しさが背景にあると言える。ケアラーがケアを担えないときに安心して任せられる社会的な手段の充実が求められていると言える。

また、ケアラー自身については、「社会参加ができず孤独」「自分の将来が不安」といった回答が低い割合となっており、ケアラー自身も、ケアが必要な人と同様に、自分も支援の対象であるとの考えが浸透していない可能性もあり、「ケアラー支援」について、さらに社会的認知を進める必要があると考える。

2. ケアラーの休息とケアラー同士の分かち合い

ケアラーの望む支援内容は、ケアラーの困りごとにも出ていた「緊急時」も含めて、自分がケアできなくなった時の代替的対応策のことが多く出されていた。それとともに、将来ケアラーがケアできなくなった時でも安心してケアを任せられるケア（主に入所型のサービス）の充実を望む声も多かった。この他にも、ケアに必要な情報提供や経済的な支援策など、これまでの調査結果から見られたニーズも示されていた。

これらの内容と同様に、「ケアラーが話を聞いてもらえる場所」を求める声も高齢者のケアラーと障害児・者のケアラーともに、4分の1ほどが回答していた。

ケアラーが専門職や家族とは別に、ケアラー同士だからこそ話せる場は、ケアラーの孤立を防ぎ、ケアラーの本音を分かち合える場として重要であるが、まだ十分に広がっておらず、今後、こうした場の拡大が求められる。

<最後に>

本調査を通して、ケアラーは自分自身のことを「ケアラー（要介護者等と同等の支援の対象者としての家族介護者）」と認識することなく、日々のケアや日常に追われ、自分の人生の充実よりも、多岐にわたるケアに悩み、不安を抱えている現状が判明した。

「大切な人を介護(ケア)するあなたも、大切な一人です。」(栗山町「ケアラー手帳」)

「ケアするあなたも、支えたい」(呉市ケアラー支援のキャッチフレーズ)

というメッセージを、より多くのケアラーに届けるとともに、ケアが必要な人のための制度の充実を図り、ケアラーが孤立することなく、将来にわたり「自らの希望を持ち続けることができる」、「助けを求めることができる」地域づくり、施策を進めていきたい。

V 自由記述（呉市への要望や意見）

ケアラーへの支援について、呉市への要望や意見を抜粋、編集して記載

<サービスや支援の充実>

- * 同居だと、選べるサービスの範囲が少なく、ケアを中心として1日中動いている人も、週2とか月に何日か、自由になれる時間を確保できるサービスもあるとありがたいです。(60代・女性)
- * ケアされる側の状態だけで介護度が決まり、利用限度額が決まるのではなく、ケアラー側の状態(年齢、ケア期間)も考慮し、より援助していただければありがたい。(ケアラーへの直接援助も含む。)(60代・女性)
- * デイサービス等を利用させたくても、子どもが自閉傾向で、あまり人の中に行きたがらないため、自分がケアをするしかない。そのため、自分の時間が少なく、仕事をしたくても難しい。家族だけではなく、社会全体で育ててほしいが、本人の特性があり、なかなか難しい。どんな特性の子どもでも、支援してもらえる、制度と専門性のある人を望みます。(40代・女性)
- * 男性が入所できる数が少なくて利用できない。全てに対して、圧倒的に男性の居場所が少なく、介護する女性が困っている事が多いと思います。もっと男性を、女性と同等に、全てにおいて数を同じにさせていただきたく、それは最終的には女性を助けることになると思います。どこをみても、介護するのは女性が主になっていると思います。(80代・女性)
- * 相談も大事だが、長期的になると実質的な協力が欲しい。自分が動けば、相談や話を聞いてくれる所は色々あり、感謝しているが、サービスがあっても人がいないなど、結果的には親がするしかない。(40代・女性)
- * ケアラーと一口に言っても、ケアしている相手、家族構成、経済状況等々の違いで必要とされる支援の内容や量は全く違うと思います。必要な人に必要な支援が届くような仕組み作りをお願いします。(50代・女性)
- * 福祉は基本、自己申告であり、情報を持っている人、いない人に格差がある。あと、年代別の支援が断絶していて、総合的な支援が足りない。長期間の継続した支援を望みます。(40代・女性)
- * 重度になればなるほど、家族や地域での支援は大変になっていきます。家族から離れて、家族のようにケアしてくれる場所と人材が少しずつでも増えて、あそこもある、こっちにもあるようになればありがたいです。(50代・女性)

<緊急時の代替>

- * 育児との両立で子供が体調を崩した時、介護してくれる人がいないことがあり、困った。
(20代・女性)
- * ケアラーに対する支援が呉市では全くない。ケアラーが不在、病気になって支援してほしい時に、すぐ支援してもらえる体制や受け入れ場所、施設が欲しい。(70代・女性)
- * コロナにかかった時も、デイケア施設でクラスターが発生した時も、施設が閉鎖されて介護を家族で行うことになりました。何の支援もなく大変でした。どうにかならないのでしょうか。(60代・女性)
- * 介助する私が体調を崩した時、困ります。大きい病院へ行くと時間がかかり、デイサービスは8時～15時に帰るので、不安です。(80代・女性)
- * 相談は出来るが、体調不良の時は、自分しかいない。どんなにしんどくても、自分でするしかない。(40代・女性)
- * 自分がケアできなくなった時、自分が亡くなった後等、沢山の不安があります。ケアをしていくには、身内だけでは限界があります。ケアが必要な子、人が人として一生涯生きていけるような支援、場所、支援を提供してくれる所が沢山必要です。(60代・女性)
- * ケアをすることが大変負担になっている。ケアの必要な子が生まれた時からなので、生活の一部、育児、毎日の流れとして行っているの、辛いと思わないよう心がけています。ケアが必要なことで、私は就労が思うようにはできません。私が病気になったら、また、死んだらどうするのかと不安はあります。(40代・女性)
- * 緊急時の場合の預かり場所などのサービス拡充。制度やサービスなどの情報提供をより詳しく、オープンにしてほしい。(50代・女性)

<将来の不安>

- * 初めての事ばかりで、不安が多々あります。老々介護で自分の身の事とか、病人への不安で気持ちが落ち込むことがあります。(70代・女性)
- * 2人とも高齢になり、これから先はどうなるか分かりません。(90代・男性)

<ケアラーの仕事と経済的負担>

- * 老々介護で大変です。経済的に余裕があれば施設にお願いする事も出来ますが、私は年金が少ないので、難しいです。すべての値上がりで毎月2,3万円、わずかな貯金を崩し、子供が差し入れてくれる食糧で何とか生活しています。来春には運転免許証も返上しないといけない、病院通いもタクシーでと思うと、不安でなりません。(80代・女性)

- * 父の年金が少ないため、日々の食事(減塩の宅配弁当)、生活費、通院費(病院代、薬代)などを私が負担しております。自分たちの生活もありますので、もう少し市の方で負担して頂けたら助かります。(50代・女性)
- * 仕事を離職し収入が減るため、自分の将来が不安です。介護のスキマ時間に在宅で、仕事ができたらよいが、なかなか職安に行くこともできず、探しに行っても条件に合うものがありません。(50代・女性)
- * 自分達の将来を考えるとまだ働きたいと願いますが、働けないほど親に手がかかるようになったときに、経済的支援があれば嬉しいです。出来るだけ自分が見てやりたい気持ちはありますが、仕事と親のサポートで、今はいっぱいいっぱいです。(50代・男性)
- * サービスを利用することで金銭負担がかかるため、お金のない障害児をもつ家庭は難しい。逃げ場がなく、親が子に手をかけるようになる前に、子育てに注力できるような環境作りのため、経済的支援にもっと重点を置いてほしいです。家事・育児・仕事、両立できませんでした。転職したけど、辞めました。(30代・女性)
- * 今後自分の体にも不安があり、将来どうなるのか、今のままでは経済的にも体力的にも不安で、今自分がいなくなったらどうなるのかと思うと、もう少し自分のことができるようになってほしいと思い、イライラして怒るようになり、悪循環を繰り返している。お金がなくても十分なケアが受けられるようになれば、安心して気分も楽になると思う。(70代・女性)
- * 発達障害に対する支援は療育がありますが、それ以外は無いと言っていていいと思います。本人が落ち着いてくれればいいのですが、それまでは仕事へ行けない。ただ、今仕事できないと今後経済的に不安なので、どうしたらいいかわからない。(40代・女性)
- * 仕事場の理解がない。子育ては大きく宣伝したりしているのに、介護に理解が無さ過ぎる所が多すぎる。介護で休む人達のための CM とかつくったりしてアピールしてほしい。(40代・女性)
- * 病気で側についてあげたいときでも、仕事で側についてあげられません。調子が悪い時には、仕事を休んで側についてあげられるようにしてもらいたいです。(50代・女性)
- * 介護のため、正社員で働けずパートなのに、パートだから、職場の介護休暇が利用できない。モヤモヤする気分です。(50代・女性)

<手続きの負担>

- * サービスを利用する前の手続きを、もっと簡単にしてもらいたいです。本当に困っていることをもっと手軽に、気軽に利用できるサービスがあればうれしいです。私の父母も、介護サービスを受けるまではなかなか踏み込めなかったです。(50代・女性)

- * 介護する私も歳を重ね、老人の歳となり、サービスを受けながらも、頭も体も大変になってきました。いろいろ書類を書く事、手続きする事が難しいです。簡略化や代行して下さる方が欲しいです。(60代・女性)

<ケアラー自身のための時間の確保>

- * 思っていた以上に自分の時間がありません。自分の介護で何を変えれば、自由の時間ができるのか。そういうアドバイスをいただける方がいるとありがたいです。(50代・女性)
- * 365日24h 気が休まらず、たまに、日曜日(1年に2回程)に預かってもらい、日帰り旅行でリフレッシュしたいと作業所に頼んだが、「緊急時以外ダメです」と断られた。私達ケアする者は、リフレッシュすることも許されないのかと愕然とした。(60代・女性)
- * ケアする人がもっと気軽にショートを利用して、レスパイト出来る時間が取れる施設があれば、とてもありがたいなと思います。(40代・女性)

<情報共有できる場や機会>

- * 同じように介護している人のお話を聞きたいですね。(情報交換したいです。)介護には出費も多いので、働けないケアラーに対して、少しでも金銭的援助があればと思いますね。(60代・女性)
- * 同じような介護をされている方との情報交換ができる場所か、体制があると不安が少しでも解消できるかもしれません。(60代・女性)
- * 気軽に当事者家族として話せる場、つながりが欲しい。幼稚園、小学校に通っていても、同じ悩みをもつ人とつながれない。きっと一人だけではないとは思いますが、コロナで集まり(参観日、イベント)が減った分、自分の子どもの成長が、ほかの子と比べてどうなのかわかりづらく、同じ悩みを持っていそうな保護者とも話せない。機会がほしい。(30代・女性)
- * 相談先がどこかなどの情報を、簡単に得られる環境になってほしい。また、日中の公共交通機関の利便性の悪いところが改善されれば、自分が病院などに外出した時に、短時間で帰宅できる。バスの本数が少なくて、自分の診察をあきらめて帰らなければならないことがよくある。(80代・女性)
- * コロナを機に家族会がなくなり、情報を得る機会が失われ、困りました。将来を見据えたケアができるよう、先のことを教えてくれる人とつながりたいです。自分が体調不良などで動けなくなった時、とたんに家の中が回らなくなります。(40代・女性)
- * 情報がなく、一人で困っている人もいる。本当に必要な人に届いていない。(50代・女性)

- * 知人の知人が、成人している発達障害のお子さんに関してどこに相談したらいいかわからなくて困っていると相談されたので、相談窓口を分かりやすく出来れば、助かる方が多いのではないかと思います。(30代・女性)

<理解や寄り添い>

- * 親の世代の考え方と、今の世代の考え方とのギャップがある。父親は、家事などは女の仕事という考えがあり、非常に女性を見下したものの言い方をして、心が病みそうになる。シニア世代になる人達が、年金受給をする前に、生活環境の見直し、健康管理、食生活、お金の管理についてなど、誰もが一度は必ず講習を受けて学ぶ機会を、市から提供してほしい。(50代・女性)
- * 配偶者に知的障害があり、16年前他県から呉市に転入して来た。それ以降、一度も呉市役所から支援の連絡はなかった。他県で情報が共有されていないので仕方がないが、もう少し障害者にやさしい市役所になってほしい。(70代・男性)
- * 障害、認知症に対する知識、理解がない方と接するときには、感覚の違いの大きさに戸惑います。障害のある人、認知症の方への理解が少しでも深くなり、少しでも寄り添える社会になってほしいと思います。(50代・男性)

<その他、複合意見等>

- * これからは、人生100年時代を迎え、かつ在宅希望の100才以上の方も多いと聞きます。老々介護のケアラーを対象にした、情報支援も兼ねた、私たちケアラーの企画に取り組んでほしいと思います。(70代・女性)
- * ①介護認定の見直し。歩行が難しくなっても、認知機能が低下した位だと介護度は低く、使いたいサービスが使えない。②介護福祉事業所の質の管理。寄り添ってくれ、ほっとする事業所もあるが、心無い言葉を言われる事業所もあり、質にバラつきがある。③歩道の整備、管理。車道に沿った歩道のP 出入口の傾斜、道路側へ歩行者が行ってしまう。真っすぐに歩こうと思うと力がいる。力のない高齢者にとっては負担、安全じゃない。歩道に置いてあるお店の「のぼり」のブロック状のおもし、狭い歩道がより狭くなり、「のぼり」がはためくと視界が遮られる。歩道が短い距離でアップダウンを繰り返すとしんどいです。ベビーカーを押していても同じです。老人だけではありません。(60代・女性)
- * 病院などで、毎回説明しないといけないし、できない事を病院の先生に毎回怒られる。(30代・女性)
- * まさか自分たちが障害のある子どもを育てることになるとは思いもしなかったもので、絶望

と不安でいっぱいでした。どこから動いていいのか、誰に相談していいのか、まず何をしたらいいのかわかりませんでした。もし、可能であるならば、何歳から療育に通ったほうがいいのか、サポートファイルの作成、保育園や療育園へ進むのか、就学前の教育相談など、「例えば」という形で提示していただけると、見通しをもつことができ、不安が少し軽減するのかなと思います。また、放課後等デイサービスを利用させていただくにあって、毎年、息子の様子などの記入の多さ、書いて持って行っても、提出先で記入事項を赤ペンで追加され、求められたことが書いていなかったのかと、人によっては少し残念な空気を感じるので、前年度のものに書き加えるなど、様式の見直しをしていただきたいです。(30代・女性)

<資料> アンケート調査票

対象:高齢者のケアラー

ご家族等の介護や
お世話をしている方への
アンケート調査

令和5年5月

呉市福祉保健部
重層的支援推進室

調査へのご協力をお願い

◎高齢や病気のご家族等の介護やお世話など(この調査では、**家族等の介護や看病、日常生活の手助けなどを「ケア」、家族介護等をする人を「ケアラー」と表現します。**)は、うれしいことも楽しいこともあります**が、ケアをすることに悩んだり、自分の時間がなくなって困ったりすることもあると思います。**

◎こうした悩みなどが大きくなっていくと、**ケアが必要な人も、ケアをする人も、両方の生活等が立ちゆかなくなってしまうことが心配されます。**

◎呉市では、**両方の人を支えるため、ケアラーの皆さん自身の仕事や就学、生活・人生とケアの両立ができるよう、取組を進めていこうとしています。**そのためには、**ケアラーの皆さんが困っていることや、呉市が取り組んでいくべきことを教えていただきたく、この調査を行いますので、ご協力をお願いいたします。**

ケアラーはこんな人たちです

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration: Izumi Shiga



障害のある子どもの子育て・障害のある人の介護をしている



健康不安を抱えながら高齢者が高齢者をケアしている



仕事と病気の子どもの看病でほかに何もできない



仕事を辞めてひとりで親の介護をしている



遠くに住む高齢の親が心配で頻繁に通っている



目を離せない家族の見守りなどのケアをしている



アルコール・薬物依存やひきこもりなどの家族をケアしている



障害や病気の家族の世話や介護をいつも気にかけている

こころやからだに不調のある人への「介護」「看病」「療育」「世話」「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たちのことです。

調査に関するお知らせ

◎この調査は、呉市が地域包括支援センターや居宅介護支援事業所等を通じて、要介護(要支援)認定を受けている人等、主に高齢の要介護者をケアしている方に対して行っています。

◎**調査は無記名で行います**。回答は任意ですが、大切な調査ですので、できるだけご協力をお願いいたします。

◎**答えにくい質問にはお答えいただかなくても構いません**。無理のない範囲でご回答をお願いいたします。

★WEBでもお答えいただけますので、下のURLにアクセス、またはQRを読み取りご回答いただくか、記入していただいた調査票を、同封した返信用封筒に入れて、投函してください。

期限：令和5年6月30日(金)

◎調査結果を踏まえて、ケアをしている皆さんを支援するための取組を進めてまいります。

◎集計結果は呉市のホームページなどで公表しますが、ご協力いただいた方が特定されることはありませんので、ご安心ください。

◎回収した調査票は厳重に取り扱います。

お問い合わせ先

呉市福祉保健部 福祉保健課

重層的支援推進室

電話：(0823)25-5715

メール：zyusou@city.kure.lg.jp

<https://1c35ab61.form.kintoneapp.com/public/683ff8fbfd969f34ffc089eacf98f927606023b924662d4e881be9e48743027f>



<調査の回答方法>

- ◎この調査は、家族等の中で、いちばんケアをしている人が書いてください。
- ◎質問に対する回答は、該当する項目に「○」を付けるか、または、（ ）に数字（番号）等を記入してください。

例) **1 性別を教えてください。**

() 男性 () 女性 () その他

2 年齢は何歳ですか。(令和5年4月1日時点)

() 歳

5 あなたから見てどのような関係ですか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

ケアをしているあなた自身のことを教えてください。

1 性別を教えてください。

() 男性 () 女性 () その他

2 年齢は何歳ですか。(令和5年4月1日時点)

() 歳

3 あなたの世帯状況(あなたを含めた人数)を教えてください。(令和5年4月1日時点)

世帯人数 () 人

18歳未満の子ども () いる ⇒ () 人 () いない

65歳以上の高齢者 () いる ⇒ () 人 () いない

4 あなたのお仕事について教えてください。

() 正規雇用(正社員)

() 非正規雇用(契約社員・派遣社員・パート・アルバイトなど)

() 自営業(家業の手伝いを含む)

() 主婦(夫)

() 学生

() 学業にも仕事にも就いていない。

() その他()

あなたがケアをしている人のことを教えてください。

※あなたが、ケアをしている人が複数いる場合は、ケアが大変な順に、1人目、2人目、3人目を記入してください。

5 あなたから見てどのような関係ですか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①配偶者 ②父母 ③義理の父母 ④祖父母 ⑤義理の祖父母
⑥子 ⑦孫 ⑧兄弟姉妹 ⑨親戚 ⑩その他

6 その人の性別を教えてください。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①男性 ②女性 ③その他

7 その人の年齢は何歳ですか。(令和5年4月1日時点)

1人目 () 歳 2人目 () 歳 3人目 () 歳

8 その人にケアが必要な理由は何ですか。(いくつでも○をしてください。)

	1人目	2人目	3人目
身体の老化			
認知症			
身体障害			
知的障害			
発達障害			
精神障害(依存症を除く。 精神障害の疑いも含む)			
重症心身障害			
依存症(アルコールや薬物 など。依存症の疑いも含む)			
難病			
医療的ケア(経管栄養や人工呼吸 器の管理、痰の吸引など)			
ひきこもり			
その他 []			

9 ケアは何年くらいしていますか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①1年未満 ②1年以上3年未満 ③3年以上5年未満
④5年以上10年未満 ⑤10年以上20年未満 ⑥20年以上

10 あなたがケアをしている人の生活の場所はどこですか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①あなたと同居 ②あなたとは別居(在宅)
③施設(病院)に入っている。 ④その他(具体的に)

11 あなたがケアをしている内容は何ですか。（当てはまるケアすべてに○をし、負担が最も大きいケアに◎をしてください。）

	1人目	2人目	3人目
日常生活の介護や介助（食事、洗面、排せつ、着替え、入浴、移動介助など）			
体調の管理（服薬の援助、体温や血圧の測定、心身の健康への注意など）			
医療的ケア（経管栄養や人工呼吸器の管理、痰の吸引など）			
家事の援助（買い物、食事の用意や後片付け、洗濯、掃除など）			
外出の援助（サービスへの送迎、買い物などへの同行など）			
通院の援助（送迎、付き添い、薬の受け取りなど）			
金銭管理（ATMでの入出金、各種料金の支払い、通帳の管理など）			
心の安定のための支援（話しかけたり、そばにいるなど）			
安全のための見守り（はいかひの防止など）			
役所や事業所との連絡、書類の作成や提出などの手続き			
ケアに関する情報収集			
趣味や余暇の支援			
その他（具体的に： ）			

12 あなたがケアをしている人が利用している（したことがある）サービスは何ですか。（いくつでも○をしてください。）

	1人目	2人目	3人目
通所サービス（デイサービスや通所リハビリなど）			
訪問サービス（ヘルパーの訪問、訪問リハビリや訪問入浴など）			
ショートステイなど宿泊を含むサービス			
施設やグループホームへの入所			
医療機関への通院介助			
福祉用具の利用			
高齢者サロン・カフェ			
訪問診療（医師の自宅訪問）			
訪問看護			
その他（具体的に： ）			
利用していない			

13 サービスを利用していないに○をした方は、利用していない理由を教えてください。（いくつでも○をしてください。）

- () 本人がサービス利用を望まない。
- () 自分がケアをするので必要ない。
- () どんなサービスがあるかわからない。
- () 利用手続きがわからない。
- () 利用したいサービスが近くにない。
- () 利用したい事業所が満員で利用できない。
- () 経済的な不安がある。
- () その他 ()

ケアをしているあなたの生活状況について教えてください。

14 あなたは、ケアをどのくらいしていますか。（複数の人をケアしている場合は、合計してお答えください。）

- () 毎日 () 週4～6日 () 週2～3日 () 週1日
- () 月に2～3日 () その他 ()

15 あなたが1日にケアにかけている時間はどのくらいですか。

- () 1時間未満 () 1時間以上3時間未満
- () 3時間以上6時間未満 () 6時間以上9時間未満
- () 9時間以上

16 あなたは、自分のための時間（趣味や休息など）を充分にとれていますか。

- () とれている。 () まあまあとれている。
- () あまりとれていない。 () 全くとれていない。

17 ケアをすることがどのくらい負担になっていますか。

- () たいへん負担になっている。 () やや負担になっている。
- () あまり負担になっていない。 () 全く負担になっていない。

18 ケアをすることで、あなたの健康状態に、以下のようなことはありますか。（いくつでも○をしてください。）

- () 体調を崩すことがある。 () 腰痛、腱鞘炎など肉体的疲労がある。
- () 疲れがとれない。 () 運動不足である。
- () 気分が沈みがちである。 () 睡眠不足である。
- () 通院するようになった。 () 持病が悪化した。
- () ケアで時間がなくなり通院できない。
- () その他（具体的に：)
- () 特にない。

19 ケアをすることで、あなたの生活に、以下のようなことはありましたか（いくつでも○をしてください。）

- 出費が増えるようになった。
- 収入が減った。
- 仕事を減らした。
- 転職した。
- 離職・失業した。（理由： _____）
- その他（具体的に： _____）
- 特にない。

20 日常的にケアに協力してくれる人はいますか。（何人でも）※義理の関係なども含む。

- 配偶者 父母 祖父母
- 子 孫 兄弟姉妹
- 親戚 近所の人 友人・知人
- その他 [_____]
- いない

21 あなたが体調の悪い時などの緊急時に、あなたの代わりにケアをしてくれる人はいますか。（日常的に協力してくれる人と同じでも可）

- いる いない

22 21で「いる」と答えた方、その人は誰ですか。（何人でも）※義理の関係なども含む。

- 配偶者 父母 祖父母
- 子 孫 兄弟姉妹
- 親戚 近所の人 友人・知人
- 医療従事者 介護サービス事業者
- その他 [_____]

23 あなたが頼りにしている相談先や窓口などを教えてください。（いくつでも○をしてください。）

- 家族 家族会
- 市役所 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業所のケアマネジャー
- 介護サービス事業所 病院
- 老人クラブ 当事者支援団体
- 民生委員・児童委員 近所の人や知人
- その他 [具体的に： _____]
- 相談できるところはない。

24 ケアで困りごとや悩みはありますか。(いくつかでも○をしてください。)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 自分の心身の不調 | <input type="checkbox"/> 仕事・学業との両立 |
| <input type="checkbox"/> 育児との両立 | <input type="checkbox"/> 遠距離介護 |
| <input type="checkbox"/> 経済的な不安 | <input type="checkbox"/> 社会参加ができず孤独 |
| <input type="checkbox"/> 自分の時間がない | <input type="checkbox"/> 自分の将来が不安 |
| <input type="checkbox"/> 自分がケアできない時の不安 | <input type="checkbox"/> 自分の亡き後の不安 |
| <input type="checkbox"/> サービスに関する悩み | <input type="checkbox"/> ケアの仕方について困っている |
| <input type="checkbox"/> ケアをしている人との関係 | <input type="checkbox"/> 家族との関係 |
| <input type="checkbox"/> 情報が得られにくい | |
| <input type="checkbox"/> その他〔具体的に： | 〕 |
| <input type="checkbox"/> ない | |

25 あなたは、どのような支援を望みますか。(いくつかでも○をしてください。)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 話を聞いてもらえる人や場所 | |
| <input type="checkbox"/> 電話や訪問など相談しやすい体制づくり | |
| <input type="checkbox"/> 制度やサービス、ケアの仕方などについての情報提供 | |
| <input type="checkbox"/> 経済的な支援 | <input type="checkbox"/> 休息や休養の機会の確保 |
| <input type="checkbox"/> ケアをする人への理解 | <input type="checkbox"/> ケアをする人の健康維持への支援 |
| <input type="checkbox"/> ケアをする人のための家事支援 | <input type="checkbox"/> ケアをしながら働くことへの支援 |
| <input type="checkbox"/> 自分がケアできない緊急時の対応 | |
| <input type="checkbox"/> 自分がケアをできなくなった後のケアが必要な人の安定した生活の確保 | |
| <input type="checkbox"/> ケアが必要な人が利用できる在宅サービスの拡充 | |
| <input type="checkbox"/> ケアが必要な人が安心して暮らせる場所（施設・グループホーム等）の拡充 | |
| <input type="checkbox"/> その他〔具体的に： | 〕 |

ケアをしている人への支援について、呉市に対しご意見やご要望があれば、記入してください。

以上で調査は終わりです。ご協力ありがとうございました。

対象:障害児・者のケアラー

ご家族等の支援や
お世話をしている方への
アンケート調査

令和5年4月

呉市福祉保健部
重層的支援推進室

調査へのご協力をお願い

◎障害のあるご家族等の支援やお世話など(この調査では、**家族等の介護や看病、療育や日常生活の支援などを「ケア」、家族介護等をする人を「ケアラー」と表現します。**)は、うれしいことも楽しいこともあります**が、ケアをすることに悩んだり、自分の時間がなくなって困ったりすることもあると思います。**

◎こうした悩みなどが大きくなっていくと、**ケアが必要な人も、ケアをする人も、両方の生活等が立ちゆかなくなってしまうことが心配されます。**

◎呉市では、**両方の人を支えるため、ケアラーの皆さん自身の仕事や就学、生活・人生とケアの両立ができるよう、取組を進めていこうとしています。**そのためには、**ケアラーの皆さんが困っていることや、呉市が取り組んでいくべきことを教えていただきたく、この調査を行いますので、ご協力をお願いいたします。**

ケアラーはこんな人たちです

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration: Izumi Shiga



障害のあるご子どもの子育て・障害のある人の介護をしている



健康不安を抱えながら高齢者が高齢者をケアしている



仕事と病気の子どもの看病でほかは何もできない



仕事を辞めてひとりで親の介護をしている



遠くに住む高齢の親が心配で頻繁に通っている



目を離せない家族の見守りなどのケアをしている



アルコール・薬物依存やひきこもりなどの家族をケアしている



障害や病気の家族の世話や介護をいつも気にかけている

こころやからだに不調のある人への「介護」「看病」「療育」「世話」「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たちのことです。

調査に関するお知らせ

◎この調査は、呉市が相談支援事業所等を通じて、主に障害のあるご家族等をケアしている方に対して行っています。

◎**調査は無記名で行います**。回答は任意ですが、大切な調査ですので、できるだけご協力をお願いいたします。

◎**答えにくい質問にはお答えいただかなくても構いません**。無理のない範囲でご回答をお願いいたします。

★WEBでもお答えいただけますので、下のURLにアクセス、またはQRを読み取りご回答いただくか、記入していただいた調査票を、同封した返信用封筒に入れて、投函してください。

期限：令和5年5月31日(水)

◎調査結果を踏まえて、ケアをしている皆さんを支援するための取組を進めてまいります。

◎集計結果は呉市のホームページなどで公表しますが、ご協力いただいた方が特定されることはありませんので、ご安心ください。

◎回収した調査票は厳重に取り扱います。

お問い合わせ先

呉市福祉保健部 福祉保健課

重層的支援推進室

電話：(0823)25-5715

メール：zyusou@city.kure.lg.jp

[https://1c35ab61.form.kinto
neapp.com/public/aa0c3c20d
e56cc188dcd355bd810b4bb3
b347e788a9b2fe7f7e06dbe6f
f42b94](https://1c35ab61.form.kinto.neapp.com/public/aa0c3c20de56cc188dcd355bd810b4bb3b347e788a9b2fe7f7e06dbe6ff42b94)



<調査の回答方法>

- ◎この調査は、家族等の中で、いちばんケアをしている人が書いてください。
- ◎質問に対する回答は、該当する項目に「○」を付けるか、または、()に数字(番号)等を記入してください。

例) 1 性別を教えてください。

(○) 男性 () 女性 () その他

2 年齢は何歳ですか。(令和5年4月1日時点)

(45) 歳

5 あなたから見てどのような関係ですか。

1人目(⑥) 2人目(①) 3人目()

ケアをしているあなた自身のことを教えてください。

1 性別を教えてください。

() 男性 () 女性 () その他

2 年齢は何歳ですか。(令和5年4月1日時点)

() 歳

3 あなたの世帯状況(あなたを含めた人数)を教えてください。(令和5年4月1日時点)

世帯人数 () 人

18歳未満の子ども () いる ⇒ () 人 () いない

65歳以上の高齢者 () いる ⇒ () 人 () いない

4 あなたのお仕事について教えてください。

() 正規雇用(正社員)

() 非正規雇用(契約社員・派遣社員・パート・アルバイトなど)

() 自営業(家業の手伝いを含む)

() 主婦(夫)

() 学生

() 学業にも仕事にも就いていない。

() その他()

あなたがケアをしている人のことを教えてください。

※あなたが、ケアをしている人が複数いる場合は、ケアが大変な順に、1人目、2人目、3人目を記入してください。

5 あなたから見てどのような関係ですか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①配偶者 ②父母 ③義理の父母 ④祖父母 ⑤義理の祖父母
⑥子 ⑦孫 ⑧兄弟姉妹 ⑨親戚 ⑩その他

6 その人の性別を教えてください。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①男性 ②女性 ③その他

7 その人の年齢は何歳ですか。(令和5年4月1日時点)

1人目 () 歳 2人目 () 歳 3人目 () 歳

8 その人にケアが必要な理由は何ですか。(いくつでも○をしてください。)

	1人目	2人目	3人目
身体の老化			
認知症			
身体障害			
知的障害			
発達障害			
精神障害(依存症を除く。 精神障害の疑いも含む)			
重症心身障害			
依存症(アルコールや薬物 など。依存症の疑いも含む)			
難病			
医療的ケア(経管栄養や人工呼吸 器の管理, 痰の吸引など)			
ひきこもり			
その他 []			

9 ケアは何年くらいしていますか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①1年未満 ②1年以上3年未満 ③3年以上5年未満
④5年以上10年未満 ⑤10年以上20年未満 ⑥20年以上

10 あなたがケアをしている人の生活の場所はどこですか。

1人目 () 2人目 () 3人目 ()

- ①あなたと同居 ②あなたとは別居(在宅)
③施設(病院)に入っている。 ④その他(具体的に)

11 あなたがケアをしている内容は何ですか。（当てはまるケアすべてに○をし、負担が最も大きいケアに◎をしてください。）

	1人目	2人目	3人目
日常生活の介護や介助（食事、洗面、排せつ、着替え、入浴、移動介助など）			
体調の管理（服薬の援助、体温や血圧の測定、心身の健康への注意など）			
医療的ケア（経管栄養や人工呼吸器の管理、痰の吸引など）			
家事の援助（買い物、食事の用意や後片付け、洗濯、掃除など）			
通学（園）の送迎または付き添い			
外出の援助（サービスへの送迎、買い物などへの同行など）			
通院の援助（送迎、付き添い、薬の受け取りなど）			
金銭管理（ATMでの入出金、各種料金の支払い、通帳の管理など）			
心の安定のための支援（話しかけたり、そばにいるなど）			
安全のための見守り（飛び出しの防止など）			
意思を伝えるための支援（通訳や手話など）			
役所や事業所との連絡、書類の作成や提出などの手続き			
ケアに関する情報収集			
趣味や余暇の支援			
その他（具体的に： ）			

12 あなたがケアをしている人が利用している（したことがある）サービスは何ですか。（いくつでも○をしてください。）

	1人目	2人目	3人目
通所サービス（生活介護や就労支援（A型・B型）など）			
訪問サービス（ヘルパーによる入浴や食事など日常生活の支援）			
移動支援			
短期入所や日中一時支援（ショートステイ・一時預かりなど）			
施設やグループホームへの入所			
療養介護（医療的ケアと常時の介護を伴う病院などへの長期入院）			
児童向けの福祉サービス（放課後等デイサービスや児童発達支援など）			
福祉用具の利用			
意思疎通支援（手話通訳者や要約筆記者の派遣など）			
訪問診療（医師の自宅訪問）			
訪問看護			
その他（具体的に： ）			
利用していない			

13 サービスを利用していないに○をした方は、利用していない理由を教えてください。（いくつでも○をしてください。）

- () 本人がサービス利用を望まない。
- () 自分がケアをするので必要ない。
- () どんなサービスがあるかわからない。
- () 利用手続きがわからない。
- () 利用したいサービスが近くにない。
- () 利用したい事業所が満員で利用できない。
- () 経済的な不安がある。
- () その他 ()

ケアをしているあなたの生活状況について教えてください。

14 あなたは、ケアをどのくらいしていますか。（複数の人をケアしている場合は、合計してお答えください。）

- () 毎日 () 週4～6日 () 週2～3日 () 週1日
- () 月に2～3日 () その他 ()

15 あなたが1日にケアにかけている時間はどのくらいですか。

- () 1時間未満 () 1時間以上3時間未満
- () 3時間以上6時間未満 () 6時間以上9時間未満
- () 9時間以上

16 あなたは、自分のための時間（趣味や休息など）を充分にとれていますか。

- () とれている。 () まあまあとれている。
- () あまりとれていない。 () 全くとれていない。

17 ケアをすることがどのくらい負担になっていますか。

- () たいへん負担になっている。 () やや負担になっている。
- () あまり負担になっていない。 () まったく負担になっていない。

18 ケアをすることで、あなたの健康状態に、以下のようなことはありますか。（いくつでも○をしてください。）

- () 体調を崩すことがある。 () 腰痛、腱鞘炎など肉体的疲労がある。
- () 疲れがとれない。 () 運動不足である。
- () 気分が沈みがちである。 () 睡眠不足である。
- () 通院するようになった。 () 持病が悪化した。
- () ケアで時間がなくなり通院できない。
- () その他（具体的に：)
- () 特にない。

19 ケアをすることで、あなたの生活に、以下のようなことはありましたか（いくつでも○をしてください。）

- 出費が増えるようになった。
- 収入が減った。
- 仕事を減らした。
- 転職した。
- 離職・失業した。（理由： _____）
- その他（具体的に： _____）
- 特にない。

20 日常的にケアに協力してくれる人はいますか。（何人でも）※義理の関係なども含む。

- 配偶者 父母 祖父母
- 子 孫 兄弟姉妹
- 親戚 近所の人 友人・知人
- その他 [_____]
- いない

21 あなたが体調の悪い時などの緊急時に、あなたの代わりにケアをしてくれる人はいますか。（日常的に協力してくれる人と同じでも可）

- いる いない

22 21で「いる」と答えた方、その人は誰ですか。（何人でも）※義理の関係なども含む。

- 配偶者 父母 祖父母
- 子 孫 兄弟姉妹
- 親戚 近所の人 友人・知人
- 医療従事者 介護サービス事業者
- その他 [_____]

23 あなたが頼りにしている相談先や窓口などを教えてください。（いくつでも○をしてください。）

- 家族 家族会
- 市役所 相談支援事業所
- 障害福祉サービス事業所 介護サービス事業所
- 保育所・幼稚園・認定こども園 学校（小・中・高・特別支援学校）
- 病院 当事者支援団体
- 民生委員・児童委員 近所の人や知人
- その他 [具体的に： _____]
- 相談できるところはない。

24 ケアで困りごとや悩みはありますか。（いくつでも○をしてください。）

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 自分の心身の不調 | <input type="checkbox"/> 仕事・学業との両立 |
| <input type="checkbox"/> 育児との両立 | <input type="checkbox"/> 遠距離介護 |
| <input type="checkbox"/> 経済的な不安 | <input type="checkbox"/> 社会参加ができず孤独 |
| <input type="checkbox"/> 自分の時間がない | <input type="checkbox"/> 自分の将来が不安 |
| <input type="checkbox"/> 自分がケアできない時の不安 | <input type="checkbox"/> 自分の亡き後の不安 |
| <input type="checkbox"/> サービスに関する悩み | <input type="checkbox"/> ケアの仕方について困っている |
| <input type="checkbox"/> ケアをしている人との関係 | <input type="checkbox"/> 家族との関係 |
| <input type="checkbox"/> 情報が得られにくい | |
| <input type="checkbox"/> その他（具体的に： _____） | |
| <input type="checkbox"/> ない | |

25 あなたは、どのような支援を望みますか。（いくつでも○をしてください。）

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 話を聞いてもらえる人や場所 | |
| <input type="checkbox"/> 電話や訪問など相談しやすい体制づくり | |
| <input type="checkbox"/> 制度やサービス、ケアの仕方などについての情報提供 | |
| <input type="checkbox"/> 経済的な支援 | <input type="checkbox"/> 休息や休養の機会の確保 |
| <input type="checkbox"/> ケアをする人への理解 | <input type="checkbox"/> ケアをする人の健康維持への支援 |
| <input type="checkbox"/> ケアをする人のための家事支援 | <input type="checkbox"/> ケアをしながら働くことへの支援 |
| <input type="checkbox"/> 自分がケアできない緊急時の対応 | |
| <input type="checkbox"/> 自分がケアをできなくなった後のケアが必要な人の安定した生活の確保 | |
| <input type="checkbox"/> ケアが必要な人が利用できる在宅サービスの拡充 | |
| <input type="checkbox"/> ケアが必要な人が、家族と離れて暮らせる場所の拡充 | |
| <input type="checkbox"/> その他（具体的に： _____） | |

ケアをしている人への支援について、呉市に対しご意見やご要望があれば、記入してください。

以上で調査は終わりです。ご協力ありがとうございました。