

地域で家族等の介護を行うケアラーの生活に関する調査報告書

令和5年10月

栗山町福祉課
栗山町社会福祉協議会

I 調査の概要

【調査目的】

本調査は、令和2年11月の栗山町社会福祉協議会によるケアラー実態調査¹に基づき、栗山町におけるケアラーの実態を把握することで、その現状や課題、ニーズなどを把握し、今後の支援体制の構築や新たな社会資源を開発するための基礎資料として、栗山町と栗山町社会福祉協議会が共同で実施した。

【調査対象】

栗山町内の居宅介護支援事業所及び栗山町地域包括支援センター（以下「事業所」という。）に関わる被介護者をケアするケアラー及びいのちのバトン（救急救命キッド）²配布世帯（以下「いのちのバトン」という）のうち、事業所と関わりのない配布世帯に対し実施した。

なお、いのちのバトンは、ケアラーと同様に生活に不安を抱える世帯であることから、ケアラーとの比較対象として取り扱う。

【調査方法】

直接又は郵送による配付を行い、郵送で回収する。対象者は抽出調査。

【調査時期】

令和5年7月～9月

【回収結果】

配票数 553 件 回収数 173 件 回収率 31.2%（有効回答数 172 件）

属性	配票数	回収数	有効回答数	回収率
事業所	185	89	89	48.1%
いのちのバトン	368	84	83	22.5%
合計	553	173	172	31.2%

【報告書について】

- （1）集計は小数点第2位を四捨五入している。そのため回答比率の合計は必ずしも100%にならない場合がある。
- （2）2つ以上の回答を可能にした複数回答の場合は、その回答比率の合計は100%を超える場合がある。
- （3）数表、図表、文中に示すNは、比率算出上の基数（標本数）である。全標本数を示す「全体」を「N」とし、「該当数」を「n」で表記する。

注1 本調査は、栗山町社会福祉協議会により令和3年3月に発行された『地域における支えあいの可能性とケアをする人の生活に関する調査』報告書を参照のこと。

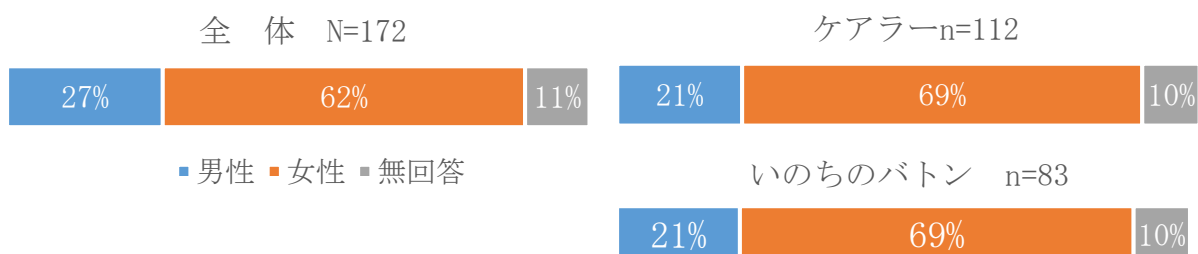
注2 いのちのボタンとは、ケアラー世帯や独居高齢者世帯など、生活に不安を抱える世帯に対し、緊急連絡先やかかりつけの医療機関などの状況を記入した安心カードを入れた容器で冷蔵庫に保管し、緊急時に対応するもの。令和5年4月1日現在、町内の578世帯に配付している。

【回答者属性】

1) 性 別

回答者の性別構成は、全体では「男性」が27%、「女性」が62%となり男女比では女性が35ポイント高い結果になった。そのうちケアラーに対象を絞ると、「男性」が21%、「女性」が69%と48ポイント高い結果となり、「女性」がケアの担い手になっていることがわかった。

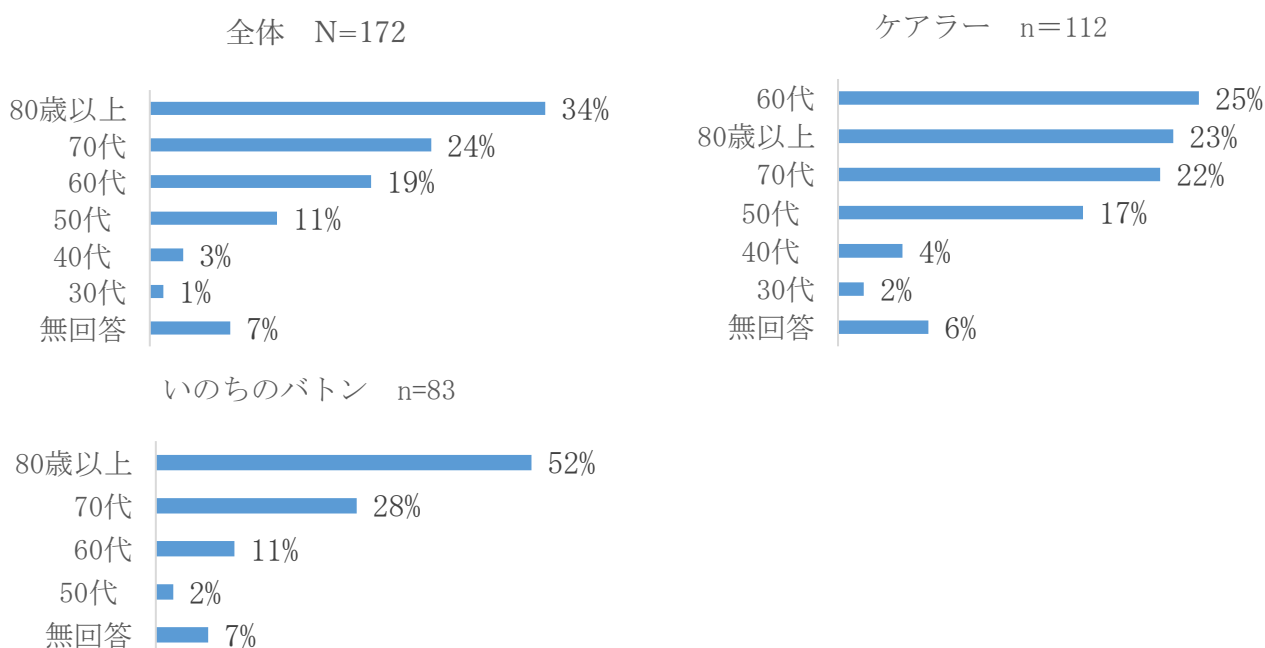
問1 あなたの性別について、どちらかに○をつけてください。



2) 年 代

回答者の年代構成は、全体では「80歳以上」が最も多く34%になった。ケアラーでは、「60代」が25%と最も多く、次に「80歳以上」が23%、「70代」が22%という順になった。なお、いのちのボタンの場合は、回答者のうち半数以上の52%が「80歳以上」の結果になった。

問2 あなたの年齢について、当てはまるものに○をつけてください。



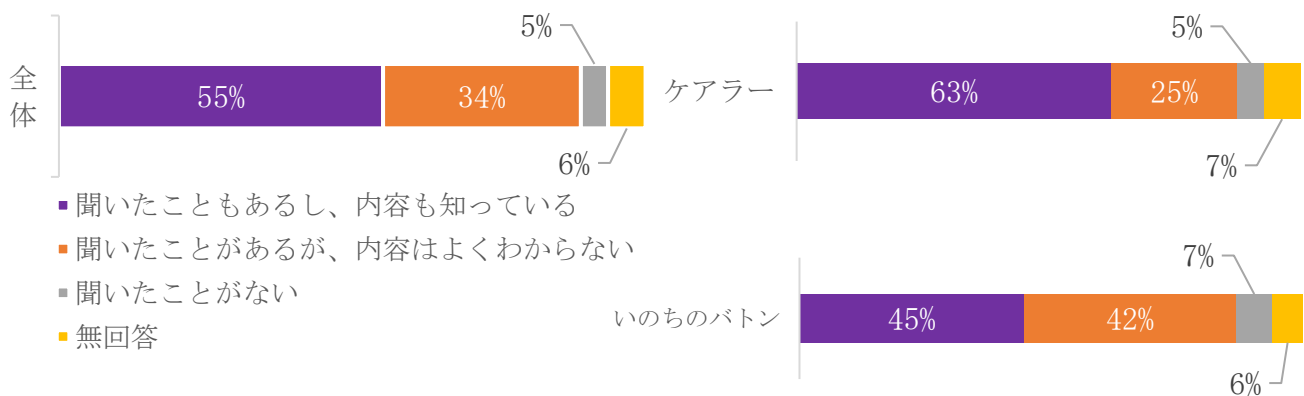
Ⅱ 調査結果

【「ケアラー」の言葉の認知度】

回答者に「ケアラー」の言葉の認知度を尋ねたところ、全体では、「聞いたこともあるし、内容も知っている」が55%、「聞いたことがあるが、内容はよくわからない」が34%と、合計89%が言葉を認知している結果となり、町民全体に「ケアラー」の言葉が浸透していることがわかった。

なお、ケアラーでは、「聞いたこともあるし、内容も知っている」が63%といのちのボタンよりも18ポイント高く、ケアラーがケアをする立場や環境にあることを、より高く認識していることが伺えた。

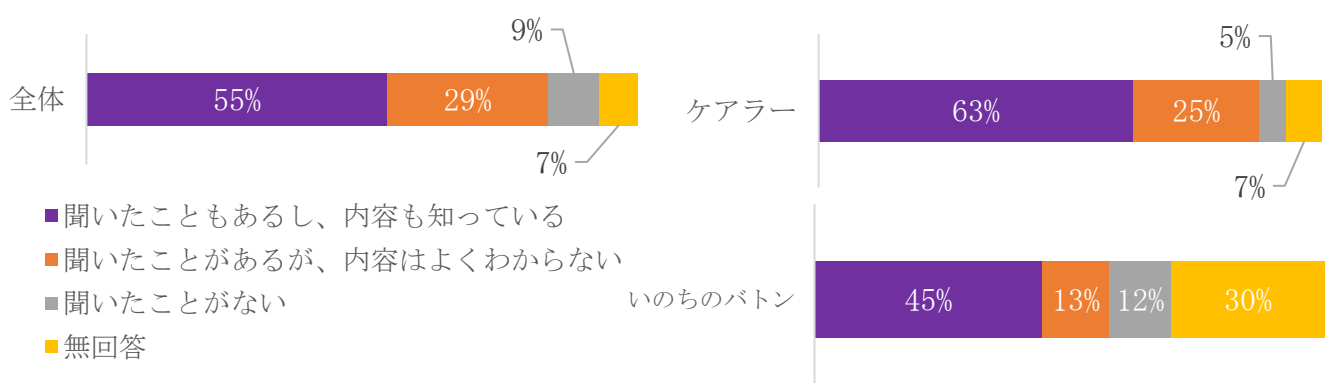
問3 あなたは、「ケアラー」という言葉を聞いたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。



【「ヤングケアラー」の言葉の認知度】

回答者に「ヤングケアラー」の言葉の認知度を尋ねたところ、全体では、「聞いたこともあるし、内容も知っている」が55%、「聞いたことがあるが、内容はよくわからない」が29%と、89%が言葉を認知していることがわかった。これをケアラーといのちのボタンで比較すると、ケアラーの場合は88%、いのちのボタンは58%と、ケアラーが30ポイント高い結果になった。

問4 あなたは、「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。



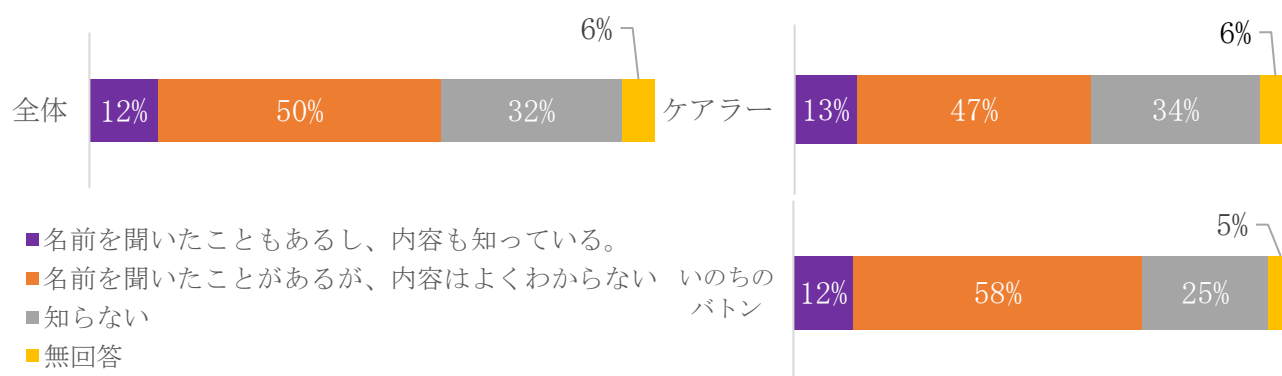
【栗山町ケアラー支援条例の認知度】

回答者に「栗山町ケアラー支援条例」の認知度を尋ねると、全体では、「聞いたところがあるし、内容も知っている」が12%、「聞いたことがあるが、内容はよくわからない」が50%と合計62%が言葉を認知していることがわかった。

これをケアラーといのちのバトンで比較すると、ケアラーは合計60%、いのちのバトンは合計70%といのちのバトンが10ポイント高い結果になった。

栗山町ケアラー支援条例の町民の理解・浸透は、進んでいるもののケアラーのための条例であるが生活に不安を抱える者のうち、ケアラーの認知度が低いことから、周知・啓発での課題がある。

問5 あなたは、「栗山町ケアラー支援条例」を聞いたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。



【被介護者の人数】

回答者に、被介護者の人数を尋ねると、ケアラーは、1人のケアラーに対し1.2人の被介護者が存在することがわかった。

いのちのバトンでは、83人中、ケアラーに該当する対象者は0.3人になった。被介護者の構成比は35%になり、いのちのバトンの3人に1人は、ケアラーであることがわかった。

なお、ケアラーの被介護者の人数は、被介護者（対象者112人）が「1人」と答えた者が最も多く81%（91人）、「2人」が、14%（16人）、「3人」が3%（3人）、「5人」が1%（1人）、無回答1%（1人）という結果になった。

問7 介護や日常生活での世話が必要な人はどなたですか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

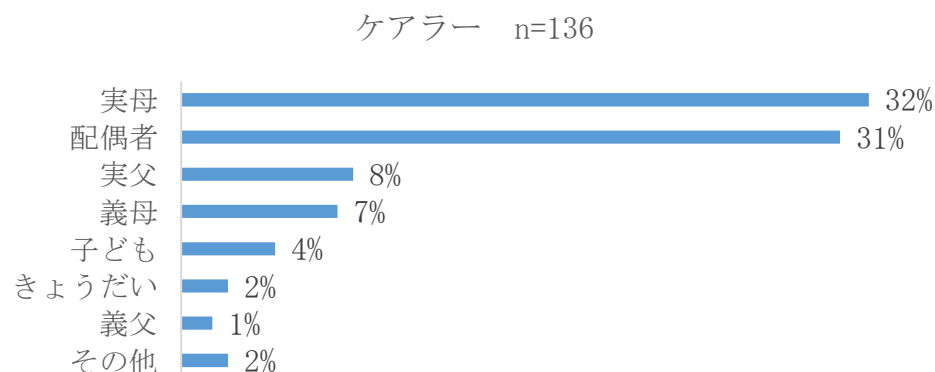
表1 被介護者数

属性	対象者数	被介護者数	対象者1人あたり
ケアラー	112人	137	1.2人
いのちのバトン	83人	29	0.3人

【被介護者の属性】

ケアラーに被介護者の属性を尋ねると、「実母」が 32%と最も高く、「配偶者」が 31%、「実父」8%、「義母」7%、「子ども」4%の順になった。

問7 あなたが、介護や日常生活での世話をを行っている人はどれくらいいますか。



【ヤングケアラーの実数及びそのケアの内容】

回答者のうちケアラーに、ヤングケアラーの有無について確認すると、2%（2人）のケアラーから、「はい」と回答があり、いのちのバトンには回答がなかった。

問8 あなたの家族の中で、18歳未満の子どもがきょうだいのお世話や、介護のお手伝い等をしていることはありますか。どちらかに○をつけてください。

表2 ヤングケアラーのケアの内容

ケアの内容	人数
家族に代わり買い物・料理・掃除・洗濯などの家事	2人
幼いきょうだいの世話	1人
食事の介助や着替えなどの身の回りの世話（薬の管理含む）	1人
家計の助けのため、アルバイトをしている	1人
話し相手	1人

【医療機関受診の有無】

回答者に、医療機関受診の有無と、受診をしていない場合、その理由を尋ねた。ケアラーは、78%が「受診している」と回答する一方で、いのちのバトンは65%と、ケアラーがいのちのバトンよりも13ポイント高いことがわかり、ケアラーがそのケア等の理由により、受診につながりやすい傾向があることがわかった。

なお、受診している者のうち、もっとも多いのは70代になり、ケアラーは92%、いのちのバトンは74%とケアラーの方が18ポイント高い。どの世代においても、ケアラーのポイントが高い傾向にあることがわかった。

ケアラーは心身の不調から受診する傾向にあるが、医療機関を概ね受診できているといえる。

問10 医療機関の受診について、どちらかに○をつけてください。

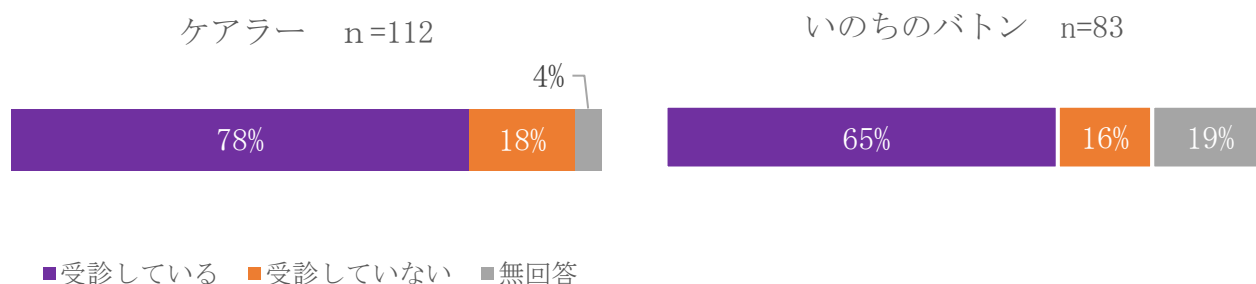


表3 受診対象者の世代別比較 ※ () は回答者の実数

世代	ケアラー (n=112)	いのちのバトン (n=83)
80代以上	73% (19)	67% (29)
70代	92% (23)	74% (17)
60代	82% (23)	67% (6)
50代	58% (11)	0% (0)
40代	80% (4)	—
30代	50% (1)	—

【受診していない理由】

回答者のうちケアラーに受診をしていない理由を尋ねると、「心身の不調がないため」が50%、受診する必要を感じないが40%と、ケアすることで医療機関を健康上の問題を抱えていないことがわかる一方で、「受診する必要があるがケアのため受診できない」回答も5%あり、ケアの環境のために受診できないケアラーが存在することがわかった。

問11 問10で「受診していない」と回答された方に伺います。受診していない理由で当てはまるものに1つ○をつけてください。

表4 ケアラーの受診していない理由 ※ () は回答者実数

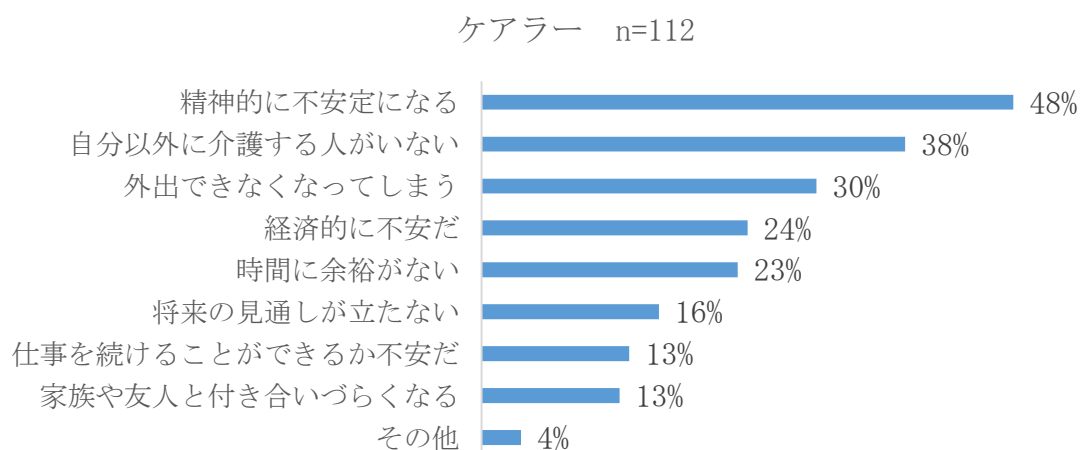
質問項目 (n=29)	構成比
心身の不調がないため	50% (10)
受診する必要があるがケアのため受診できない	5% (1)
受診する必要を感じない	40% (8)
無回答	5% (1)

【ケアする上での懸念】

回答者のうちケアラーに、介護する上での気がかりなことを尋ねると約半数の48%が「精神的に不安定になる」と回答した。また、「自分以外に介護する人がいない」が38%、「外出できなくなってしまう」が30%、「経済的に不安だ」が24%、「時間的に余裕がない」が23%という結果となった。

ケアラーは精神的なストレスや時間的な拘束、経済事情から安定的にケアができるかなど、日常的に不安を抱える傾向にあることがわかった。

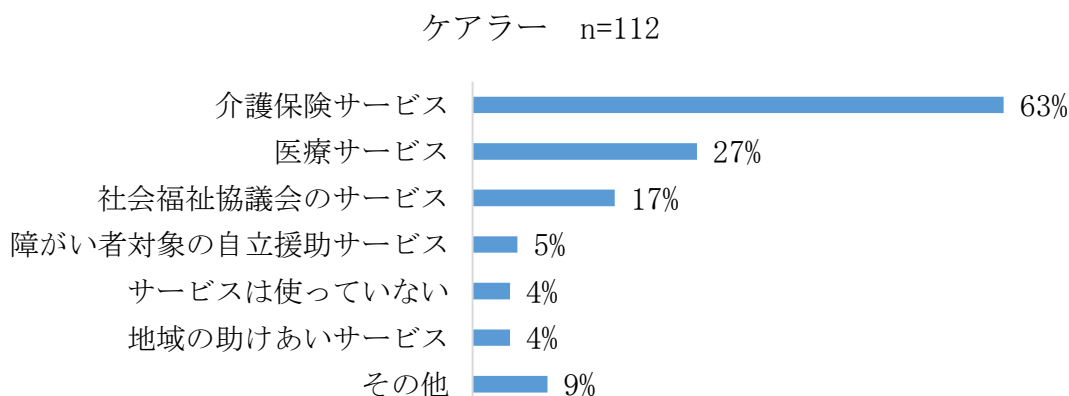
問12 あなたは、介護をしている中でどのようなことが気がかりですか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）



【利用する社会資源】

回答者のうちケアラーにおいて、利用する社会資源で最も多いものは、「介護保険サービス」で63%、次に「医療サービス」の27%、「社会福祉協議会のサービス（いのちのバトンなど）」が17%という結果になった。一方で、「サービスを使っていない」という回答が4%あり、サービスの必要性の有無の問題はあるにしろ、社会資源を利用する必要性があっても利用できないケアラーがいる可能性があることがわかった。

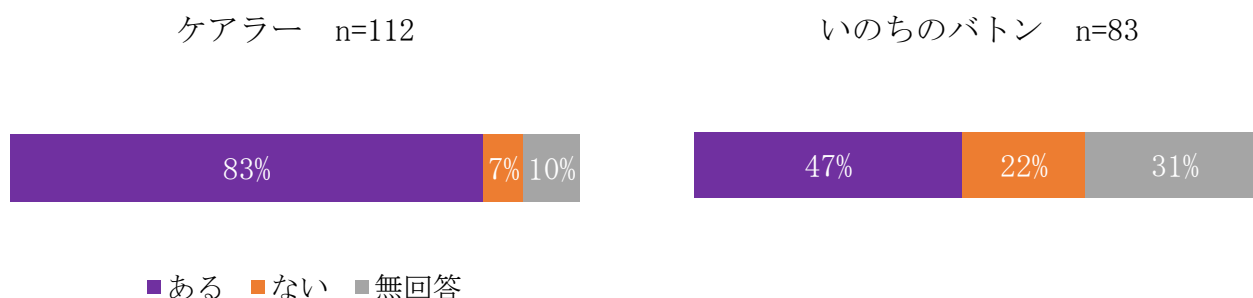
問13 あなたが介護している方は、次のようなサービスを利用していますか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）



【相談者の有無】

回答者に、ケアのことで相談できる相談者の有無を尋ねたところ、ケアラーでは83%が「ある」と回答し、いのちのバトンでは47%が「ある」と回答し、ケアラーがいのちのバトンよりも36ポイント高い結果になった。ケアラーは、介護サービス等を利用している傾向にあるため、その分社会資源とつながり、相談できる環境にあることがわかったが、その一方で、いのちのバトンでは、日常的に生活に不安があったとしても、相談できる人や機関が「ない」と回答した者が22%になり、生活問題が発生した場合の相談相手がいない者も一定数いることがわかった。

問14 あなたには、介護のことで相談できる人や機関がありますか。



【相談者の属性】

回答者で、介護のことで相談できる人や機関が「ある」と回答した者に、相談者は誰になるのかを尋ねた。

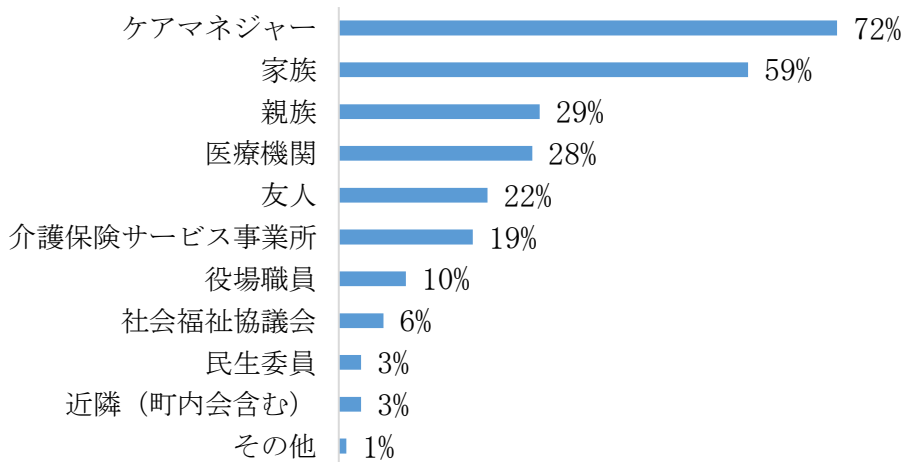
ケアラーでは、「ケアマネジャー」が最も多く72%になった。次に「家族」59%、「親族」29%、「医療機関」28%、「友人」22%の順になり、ケアマネジャーや家族が、相談にあたっての拠り所になっていることがわかった。

いのちのバトンでは、介護保険サービスによるケアマネジャーが選任されていない者が多いこともあり、最も高かった者は、「家族」で59%になった。次に、「親族」36%、「医療機関」28%、「社会福祉協議会（ケアラーサポーター・ケアラー支援専門員含む）」が26%の順になった。

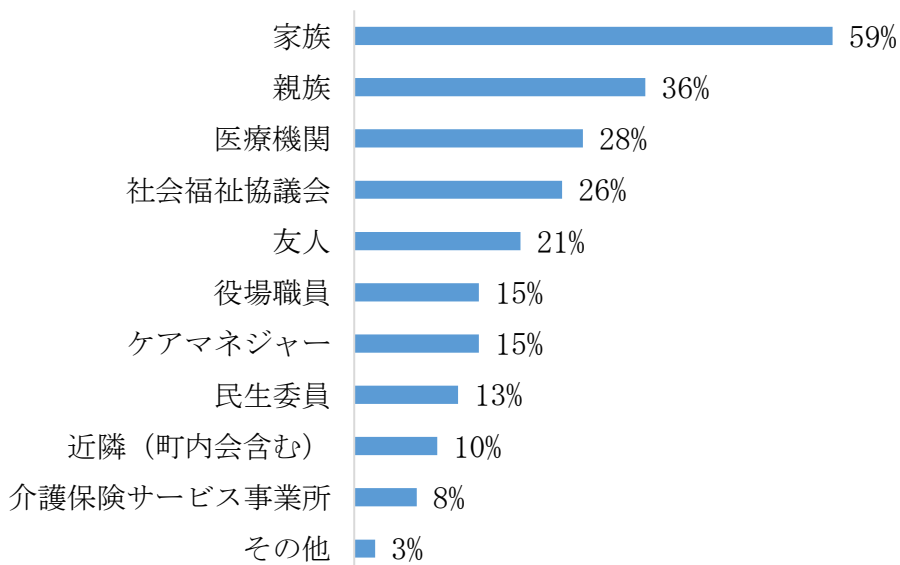
社会福祉協議会では、ケアラーと比較するといのちのバトンが20ポイント高い結果となり、いのちのバトンでは、社会福祉協議会によるケアラーサポーターの相談活動を含めて、相談相手が介護保険サービス外で広がりを見せていることがわかった。

問15 問14で「ある」と回答された方に伺います。どのような人や機関に相談していますか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

ケアラー n=93



いのちのバトン n=39



【ケアラーの就労の有無】

回答者のうちケアラーに、就労の有無を尋ねたところ、「フルタイムで働いている」が20%、「パートタイムで働いている」が20%の合計40%になり、ケアラーの5人に2人が就労している結果となった。

これを年代別（n=44）でみると、「50代」が59%と最も高く、次に「60代」が55%になった。また、「70代」では、23%、「80歳以上」9%と高齢になっているケアラーでも就労している、就労しなくてはならない状況に置かれていることがわかった。

問16 あなたの現在の勤務形態について、当てはまるものに○をつけてください。

ケアラー n=112



- フルタイムで働いている
- パートタイムで働いている
- 働いていない
- 無回答

表5 ケアラー就労者年代別

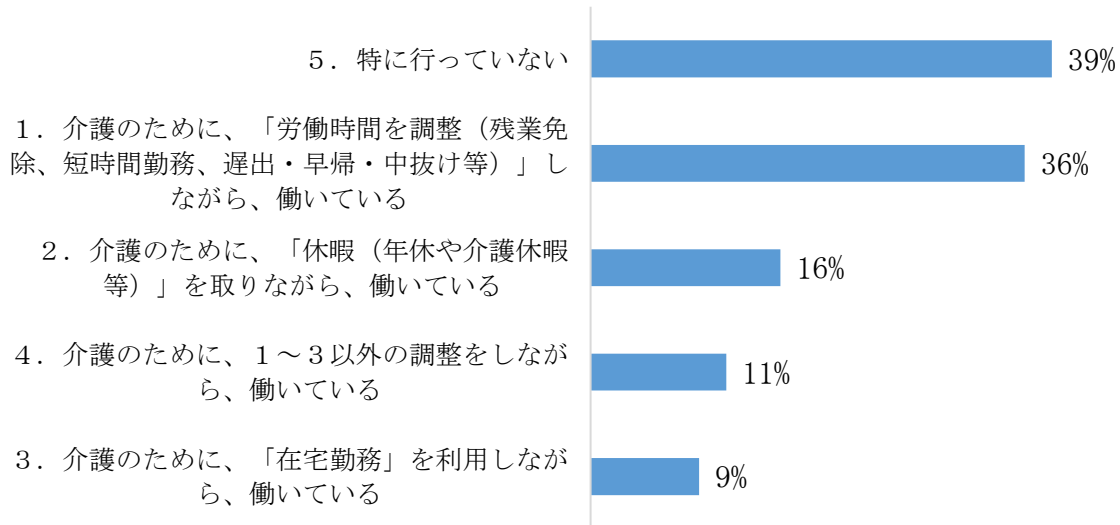
年代	フルタイム	構成比	パートタイム	構成比	就労合計	構成比
30代	1	5%	1	5%	2	9%
40代	2	9%	3	14%	5	23%
50代	7	32%	6	27%	13	59%
60代	7	32%	5	23%	12	55%
70代	1	5%	4	18%	5	23%
80代以上	1	5%	1	5%	2	9%
無回答	3	14%	2	9%	5	23%
合計人数	22	—	22	—	44	—

【ケアラーの就労の実態】

就労しているケアラーに介護をするにあたって、働き方についての調整等をおこなっているか尋ねたところ、「特に行っていない」が39%、その一方で、「1. 介護のために、「労働時間を調整（残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等）」しながら、働いている」が36%と、「2. 介護のために、「休暇（年休や介護休暇等）」を取りながら、働いている」が16%と時間調整や休暇をとりながら、ケアを行う者が一定数いることがわかった。

問17 問16で「フルタイム」又は「パートタイム」で「働いている」と回答された方にお伺いします。
あなたは、介護をするにあたって、何か働き方についての調整等をしていますか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

ケアラー n=44

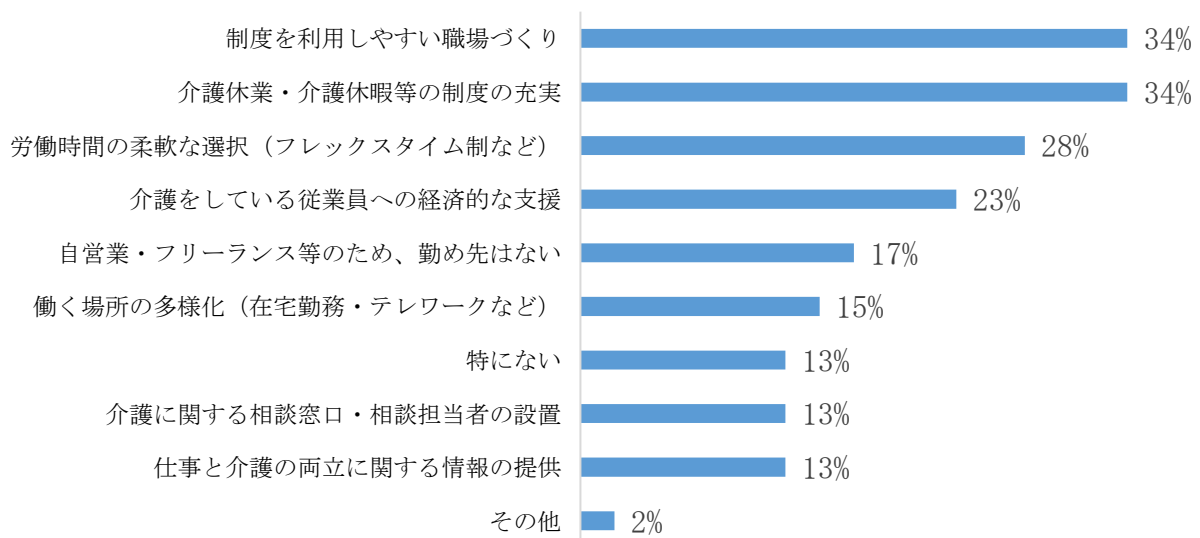


【仕事と介護の両立支援】

就労するケアラーに、仕事と介護を両立するために、就業先にどのような支援を求めたいか尋ねたところ、「制度を利用しやすい職場づくり」と「介護休業・介護休暇等の制度の充実」が共に34%と最も高く、制度を利用するに当たり職場の環境に問題があること、また、介護休業・介護休暇等の制度に利用に当たって、利用しにくいと受け止めている者が多い。次に、「労働時間の柔軟な選択（フレックスタイム制など）」28%、「介護をしている従業員への経済的な支援」が23%の順になったことから、雇用条件の問題や、介護休暇による所得保障の問題や介護費用の増大など課題が挙げられる。

問18 問16で「フルタイム」又は「パートタイム」で「働いている」と回答された方にお伺いします。あなたは、勤め先からどのような支援があれば、仕事と介護の両立に効果があると思いますか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

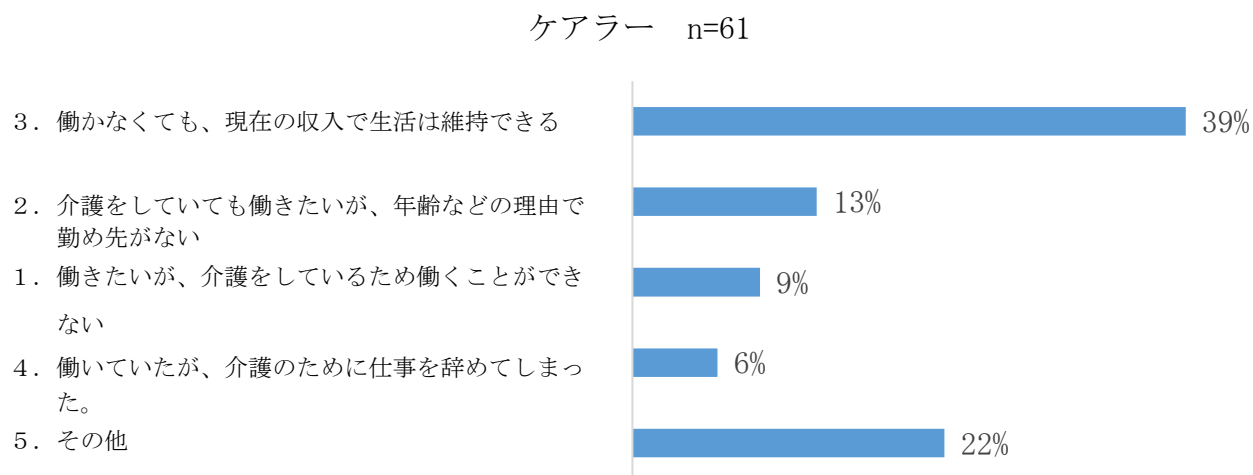
ケアラー n=44



【非就労のケアラーの実態】

就労していないケアラーに、その理由を尋ねると「働かなくても、現在の収入で生活は維持できる」と回答した者が 39% になった。ケアラーが、生計維持者ではなく、配偶者等からの経済的支援を受けることができる場合や、年金収入が一定数ある者が回答しているケースが考えられる。その一方で、「介護をしていますが、働きたいが、年齢などの理由で勤め先がない」が 13%、「働きたいが、介護をしているため働くことができない」が 9%、「働いていたが、介護のために仕事を辞めてしまった」が 6%（6 人）となり、就労意欲があっても、様々な要因で就労が制限される、または、ケアの結果、介護離職につながるケースが一定数いることがわかった。

問 19 問 16 で「働いていない」と回答された方に伺います。あなたが働いていない理由で、当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

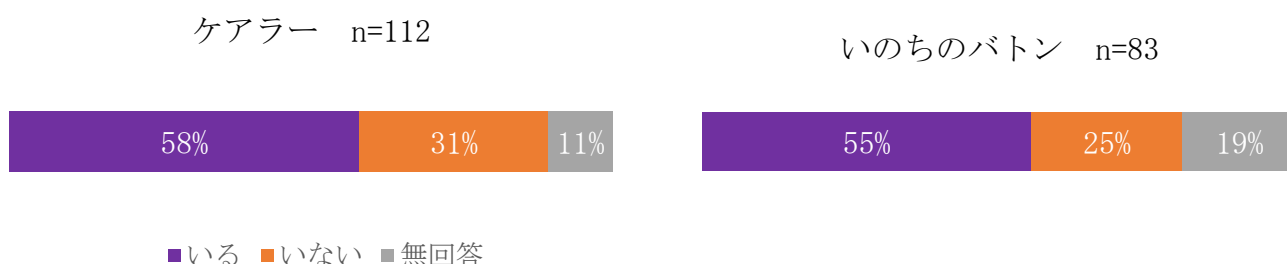


【地域とのつながり】

回答者に、対象者を気にかけてくれる、支えてくれる地域住民がいるかを尋ねると、ケアラーの場合は、「いる」と答えた者が 58%、「いない」と答えた者が 31% となった。また、いのちのバトン配付者の場合には、「いる」と答えた者が 55%、「いない」と答えた者が 25% となった。ケアラーの方が、「いない」と答えた者が、いのちのバトンより 6 ポイント高い結果になった。

ケアラーもいのちのバトンも、その半数以上が、地域とのつながりがある一方で、ケアラーの場合は、概ね 3 人に 1 人が地域から孤立し、気にかけてくれる・支援してくれる地域住民がいないことがわかった。

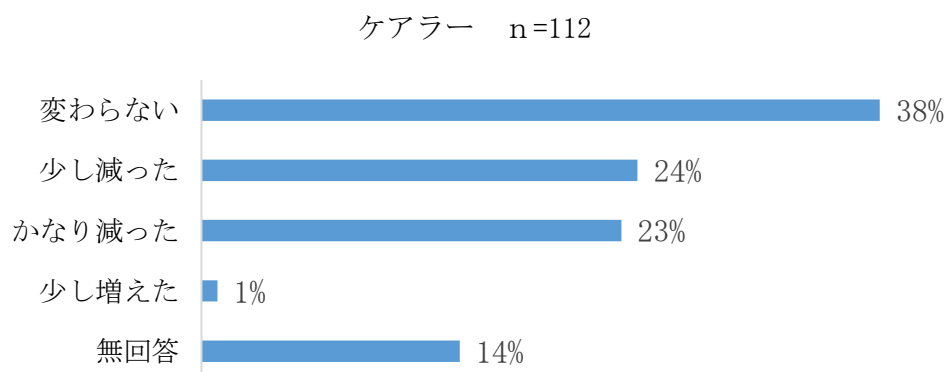
問 20 あなたを気にかけてくれている・支えてくれる地域住民いるか、○をつけてください。



【社会活動の機会】

ケアラーに、ケアによる社会活動の増減を尋ねたところ、「変わらない」と答えた者が38%いる一方で「少し減った」が24%、「かなり減った」が23%と、ケアすることで社会活動が減少した者が合計で47%と全体の半数近いことがわかり、ケアすることで社会活動が制限されることがわかった。

問2 1 介護や日常生活上のお世話のために、以前に行っていた趣味やボランティア、サークル活動などの社会活動の機会が減りましたか。当てはまるものに○をつけてください。

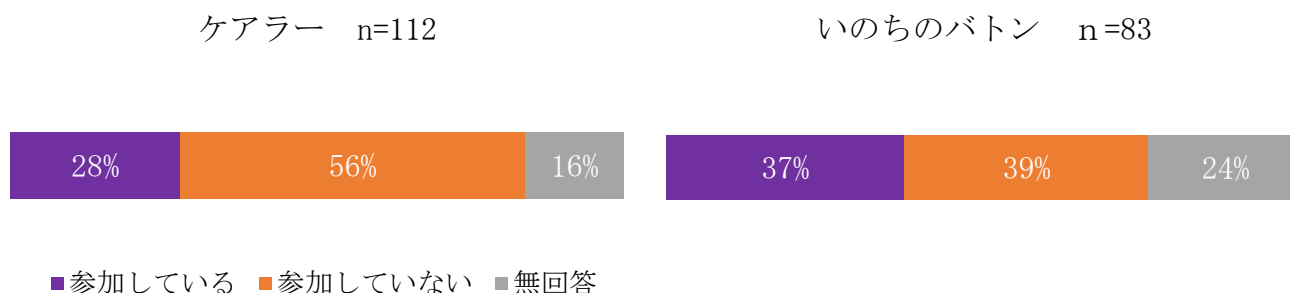


【つどいの場とその種別】

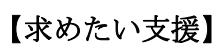
回答者に、つどいの場に参加しているかを尋ねると、ケアラーの場合は、56%が「参加していない」と回答し、いのちのバトンは39%であり、ケアラーが17ポイント高い結果になった。ケアラーはケアを行うことで、つどいの場に参加することが難しくなる傾向がわかった。

また、回答者で「参加している」と答えた者のうち、その参加先を訪ねるとケアラーでは68%、いのちのバトンでは74%が「町内会・自治会」活動に参加している者が最も高い。また、「サークルなどの会」への参加はケアラーが39%、いのちのバトンが16%とケアラーが23ポイント高い。「ケアラーズカフェ」は、ケアラーが6%、いのちのバトンは、13%といのちのバトンが7ポイント高い結果になった。また、その他の回答では、全体で老人クラブ4件、囲碁サークル1件、脳トレ教室1件、わくわく広場1件の回答があった。

問2 2 あなたは、現在、以下のような地域の人たちがつどう場に参加していますか。どちらかに○をつけてください。



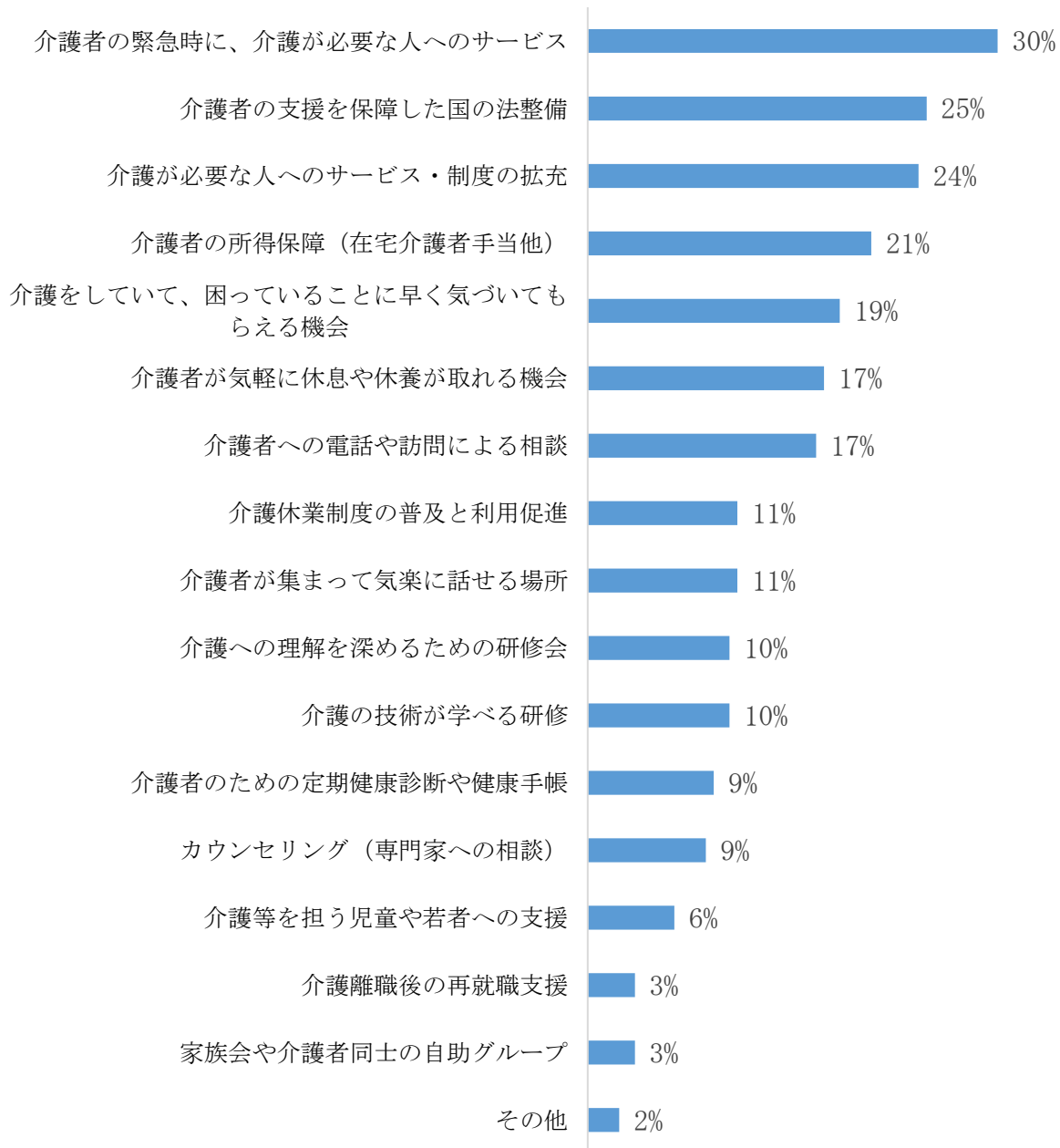
1. ケアラーズカフェ 2. サロン 3. サークルなどの会 4. 町内会・自治会
5. 友人・知人のつどい 6. その他（具体的に： ）



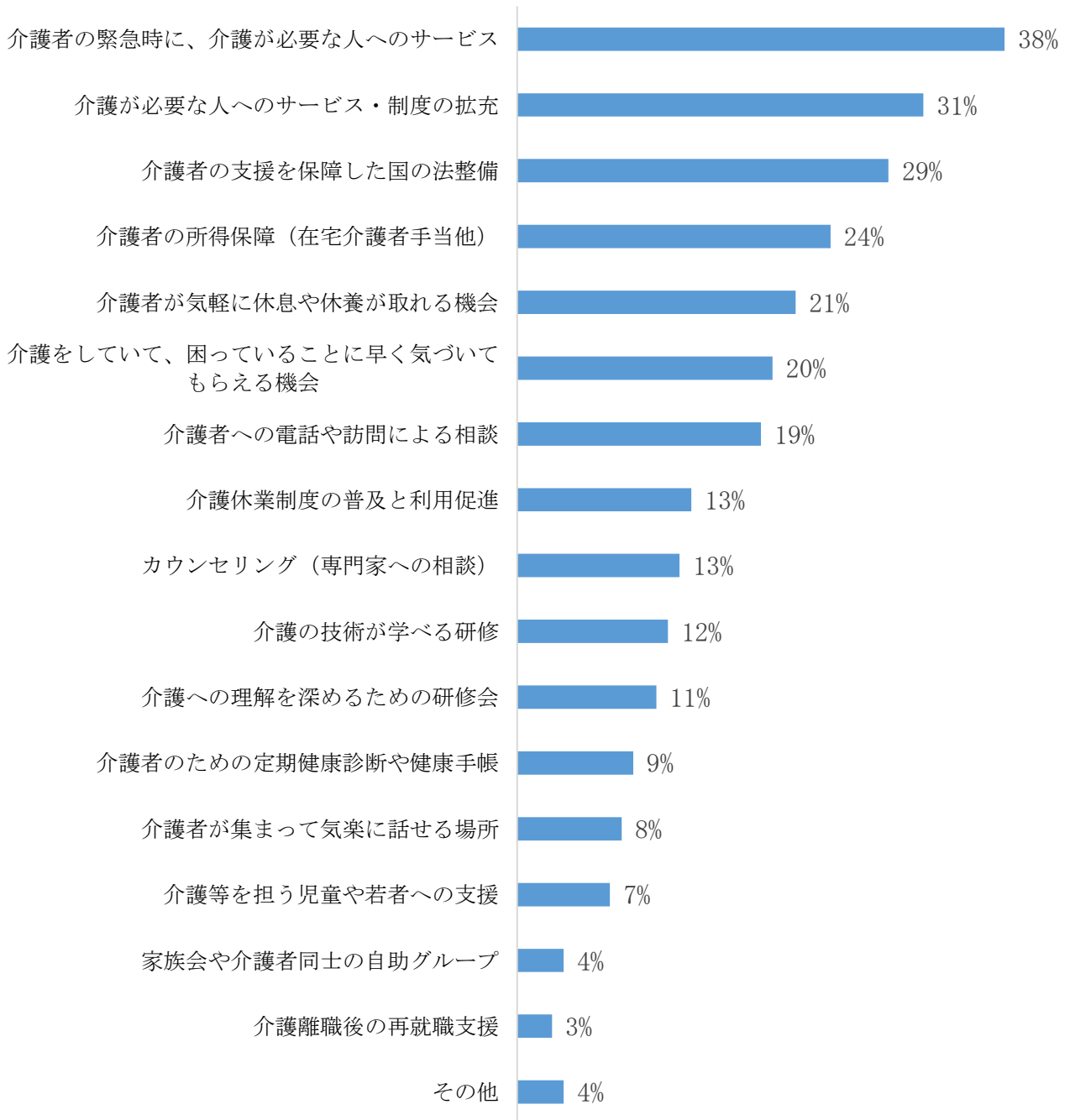
これをケアラーといのちバトンで比較すると、双方ともに同様の傾向にあることがわかるが、ケアラーは、「介護者の緊急時に、介護が必要な人へのサービス」が38%と最も高く、いのちのバトンでは、18%と回答し、ケアラーが20ポイント高い。また、「介護が必要な人へのサービス・制度の拡充」が31%、であり、いのちのバトンより14ポイント高く、「介護者の支援を保障した国の法整備」が29%と、いのちのバトンよりも9ポイント高い結果となった。

問 2 4 次のうち、あなたにはどのような支援等あれば、これからの生活がより良くなると思いますか。当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

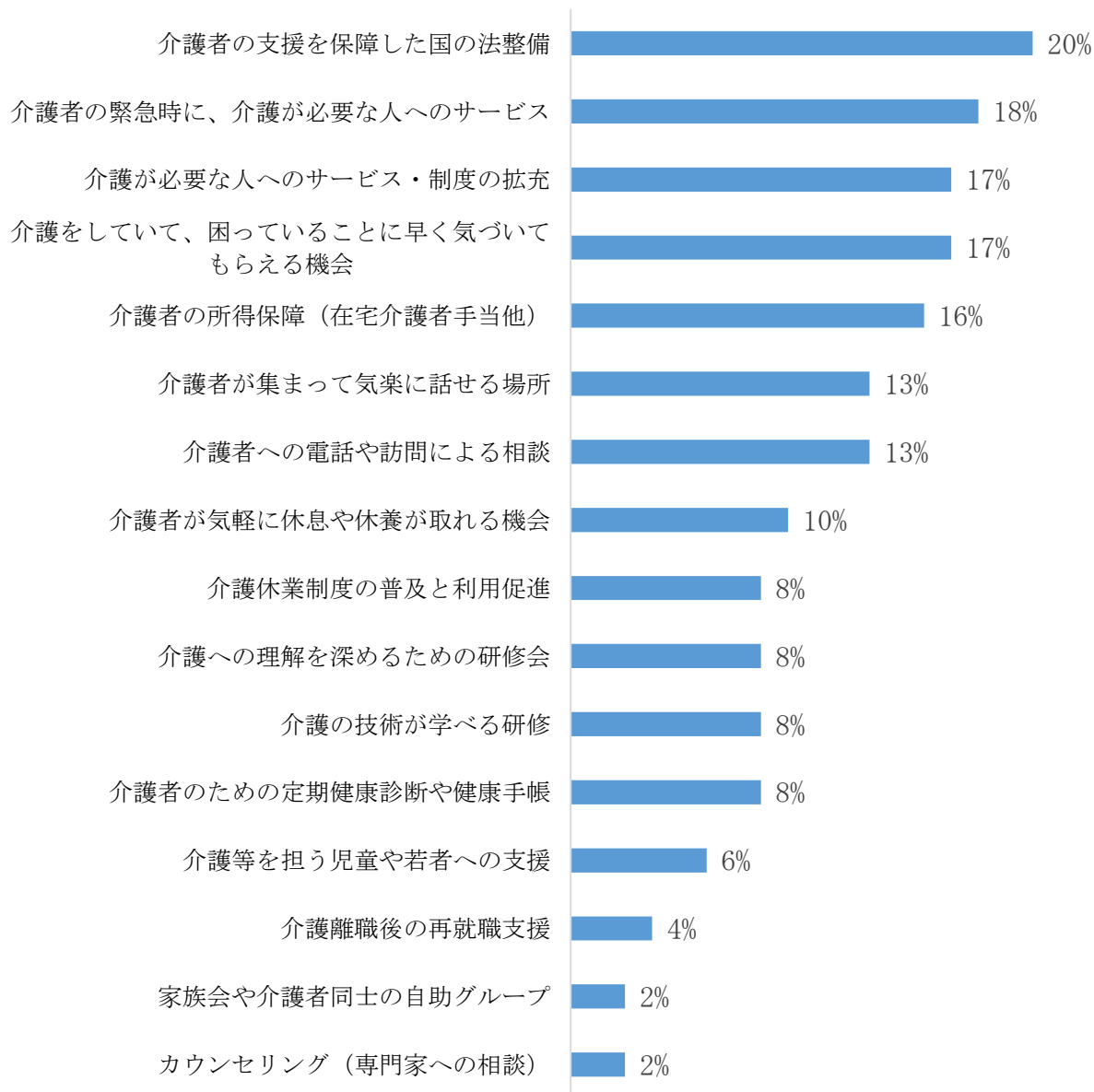
全体 N=172



ケアラー n=112



いのちのバトン n=83



【ケアラーの不安や悩み】

ケアラーにケアをする上での不安や悩みを自由記述で尋ねると下記のような回答があった。なお、原文の誤字・脱字などは加筆・修正している。

問25 現在、あなたはケアラーとして、どんな問題や不安・悩みがありますか。ご自由にお書きください。

- ・今のところ、特に気にせず介護している。この先母が自分のことができなくなると仕事をやめなくなると思っている。そばに兄弟が居る（主人の）ので他の方々から見ると充実しているのかとも思う。母がいつまでも自分のことをできることを願っている。
- ・在宅介護が実行できるうちは面倒を見るが、いよいよできなくなった時、速やかに老人ホーム（町内）への受け皿を希望したい。
- ・今は入所できてほっとしています。介護者が緊急時にすぐショートステイが利用できるようなになればと急病の時、思いました。
- ・今のところ困っている事はありませんが。私自身が高齢になってきたので、自分が突然体調不良になってしまったらどうしようと思う事があります。日々無事に過ごせていることに感謝しています。これからもよろしく願いいたします。
- ・難病の家族の精神面のケアについて悩んでいる。病気が進行するにつれて精神的にも落ち込み、意欲も元気もない。気を遣う性格のため、家族にすら遠慮して本音や辛さを吐き出せないでいる。少しでも気持ちを楽しんであげたいと思うが、どうしたら良いのかわからない。
- ・介護の内容、ケアラーの生活環境等によって対応が違います。よって、現在はケアマネジャーの方に相談しています。不安・悩みはケアラー（自分）の健康問題が一番ですね。
- ・認知症と認めない人と生活しているので、その点はどこに相談し本人に話し受診させたらいいかわからない。感情のムラがありすぎて、生活していても疲れる。
- ・親が103歳、私が82歳老々介護です。いつまで続けられるか不安。自分のことは自分で務めています。が役所の皆様にお世話になることが多くなると思います。よろしくお願いします。
- ・2月から施設に入所しています。はじめての入所で本人も不安がありましたが、何とか今は落ち着いて生活してくれています。最初の施設の方々に感謝と、今の施設の方々に感謝の気持ちでいっぱいです。
- ・現在は特にありませんが、最初は介護認定をどうやってうけるのか、又、どんなサービスを受ける事ができるのか等全くわかりませんでした。大人でも、戸惑ってしまうのですから、もし子供だったら、ヤングケアラーだったらと思うとずっと支援の仕方を考えてほしいと思います。
- ・①自分の健康に不安があり、介護できなくなった場合どうするのか ②札幌まで抗がん剤治療に週1回通院する必要がある。冬道が大変なので栗山町民が通院、又は看護のために何泊かできるアパートのようなものが札幌にあると便利
- ・私の場合は、老老介護でもなく、ヤングケアラーでもなく、なんとなく中途半端な存在だと思う事が多い。介護サービスは私がいるために使えない事ばかりで、私はただただ1人でやるしかない。何かに参加するとか、1人で休むとか1人でやっているのでは現実的ではない。他の人たちはどうやって介護や介

助の時間から離れられているのかとても不思議。どこかに相談、誰かに相談といっても本人がいるところで話せないこともあり、それもできない。「いつも明るく一生懸命やっている」人という風に見られたり、言われたりするけどさすがに50歳になり、体力的に大変で不安は大きい。介護に関わる人へのケアやフォローはそういう経験のある人たちの意見や考えをとりいれながらじゃないと、どこにもうまくはまらない私みたいな人はけっこういるのでないかなと思います。

- ・自分が病気になった時 週3回デイ以外の休みの時は、親の介護で外出できない。・今は車で長沼まで親と自分が病院に。車の運転ができなくなり病院に行くときどうしようかと？自分が突然に倒れた時、入院などした時に事前申請の面倒がなく特養や施設に預かりしてくれる様になってほしいです。
- ・90歳を過ぎているので体調がいちばん心配です。今年みたいに30度越えですね。それに注意しています。過去に熱中症3回やっていますので！！
- ・夫の病状にあった食事を作ることができず困っている。夫が歩けないので外出時は困る。自分が倒れたらどうしようと不安である。
- ・夫は大きくて転んだ時介助できない。娘は遠くにいるのですぐには来てもらえない。
- ・要介護という状況は突然やって来た。将来への不安は相当なものだった。虐待・介護殺人も話題になってきた頃でいい人でありたいと無理をしていたことを思い出す。ケアマネジャー、家族会等で不安を話すことで精神的負担が減少していった経験は心の余裕を得る機会だった。先日の家族会で栗山町の介護体制は評判になった。自治体によって介護対応が異なることは問題だ。今後増え続けるであろう介護者対策に一石を投じるきっかけとなってほしい。
- ・夫婦二人で入れる施設。自分も夫も動けなくなってきた。家をこのままにしておけば息子に迷惑がかかる。
- ・私の母は認知症です。それでも昨年10月まではデイサービスに通所させていただきながら家族と普通に暮らせていました。でも、慢性硬膜下血腫となり現在はベッドの上で横たわり寝たまの入院生活になってしまいました。認知症でも元気であった母、また、食べたり、話したりしたいと母の笑顔や話し声が恋しくてたまりません。心がとても淋しいです。認知症はどう言うものかと言う知識やどういう接し方を心がけて理解しフォローしていけばよいかの教育の機会があるとよいと思いました。
- ・介護を受けている身内が一人暮らしなので、自分の体の都合がつかない時、旅行などで留守にする時に様子を見守ってくれる人がいないので心配。
- ・育児・仕事・家事・介護 全て私1人で担っていることです。人に頼れる性格ではないので、現状かなり自分の時間もなくストレスが。円形脱毛となって出ている状況です。今はただ、自分の時間が欲しいそれだけです。
- ・土日祝祭日深夜早朝は主介護者である私の体調が急に悪くなった場合の相談や介護サービス（特養）の利用ができる体制が整っていると聞いていますが、その時にスムーズにお願いできるかどうかイメージができません。平日の日中ならば居宅のケアマネに相談すれば何とかかなと思います。例えば老々介護されている方とか、一人で介護されている方で相談できる体制が町で整えてある事を知らない人もいるのではないかと思います。私自身は「いのちのバトン」のようなものを緊急時慌てないように用意しておこうかと考えています。緊急避難しなければならないときは、栗山の場合ほぼないのかな？と思われそうですが、もしそのような時にオムツ等の介護用品がすぐ利用できる準備があれば助かります。私自身も地域の助けを必要とする方がいらっしゃるならば、お手伝いしたいと考えますが、まずは地域へ

の社会参加から取り組んでいきたいと思っています。少しずつ。

- ・症状がひどくなり、介護のため仕事ができなくなった場合の生活の保障、介護費用など不安、後一年で退職となるため退職後の生活（経済的に）に不安がある。
- ・父を介護する私自身も高齢になってきており、自身の通院等もあり外出時が心配。
- ・介護をしていて困ったのは認知度。いったいどこまでが本当でどこまでが妄想？認知症検査が隠れてするものではなく、堂々と受けるようになると良いと思います。「私がバカ」だって言いたいのか？と言われ悲しかった。精神科ではなく、もっと気楽に検査が受けられるようになるといいですね。
- ・私共には子供がいまないので私が病気になった場合はその日から主人は一人で暮らせませんのでとても心配です。町内に姪がいますので助けてはもらっています。先日もお風呂から出ることができなくなり、主人の友人が助けてくれました。私1人の力では男の人の介護は重労働です。老々介護です。ケアマネさんが慣れてきたころに変わるのでデータはあるとは思いますが、細かいことなどまた説明しなくてはならない事もあるのでケアマネさんはあまり変わらないでほしいです。
- ・仕事がある為、緊急時（体調不良）すぐに（本人のところに）行ったり、対応できない。特に受診が1人で難しい為休暇をとって遠方から来ないといけないのでとても負担。受診に付き添ってもらえるサービスがほしいと思う。サービスも土日祝は休みのため安否が不安。
- ・ケアマネの人にも話しますが、介護の人の話をすべて本当の事と思わないでほしい。介護している人の話が本当の事なので
- ・通院や買い物介助があり、資格を活かした仕事で正規職員として働けず、パートとして働くことしかできないので経済的に苦しい。自分や子どもとの生活も豊かにならず加えて自分にも障がいがあるので将来が不安。望んでパートで働いていないが、燃料や灯油、食料品も高く自分の生活だけでいっぱい、いっぱいである。要介助者は身内だが、近くに住みいつでも助けに行ける環境になると、私の好きな旅行もあきらめるしかない。資格を活かして働けば今より収入は上がるが、その分時間に制限がありとても難しいのであきらめるしかない。
- ・体重が減った。体力がなくなった。自分になんかあった時は、母は誰がみるのか？
- ・2人の高齢者は自分のことはほとんどできるのですが、行動がゆっくりとなり、又、少しずつサポートしなければならないことが多くなってきました。そのため生活全体の時間がかかり、自分（私）の自由時間が大変減りました。対外的な活動もあり、夜の時間の確保が難しくなってきました。なんとか3人で楽しく暮らしていることには感謝しています。ケアマネジャー様にも大変お世話になり力強く考えております。
- ・自分自身が高齢なので、健康を維持する事に非常に気を遣っています。今年の高温はこたえました。金銭面の不安。父の収入がないため生活どうしたらいいのか毎日悩む。自分が家を出ることになったら親は生活していけるのか。家のローンもあるのに収入がない。困っている。いい制度（年金とか）あったら、あるなら教えてほしい。職場に対して有給を沢山使ってしまうから気まずい。理解はしてくれてはいるが。介護休暇は年5日あるがすぐになくなる。
- ・職場に介護休暇がないので、働きづらい。金銭的にも厳しい。
- ・これから先、自分が健康を維持できなくなった時が心配です。子どもに介護を頼めない。まだ、自分たちの生活だけで忙しくて親の介護までは無理だと思います。

地域で家族等の介護を行うケアラーの生活に関する調査

この調査は、栗山町内で家族等の介護を行う人の生活に関するものです。

家族等の介護を行う人のことを「ケアラー」と呼んでいます。ケアラーの皆様の支えになる「栗山町ケアラー支援推進計画」を策定する上での資料になりますので、ご協力のほどお願い申し上げます。

なお、本調査にご協力いただける場合は、アンケートに記入の上、同封の返信用封筒にて**令和5年9月30日**までにご返送ください。ご協力が難しい場合は、アンケートに回答しなくても構いません。（返送も不要です。）

※この調査は、栗山町内の居宅介護支援事業所のご協力を頂いて、実施しております。

令和5年7月

栗山町福祉課

栗山町社会福祉協議会

※ケアラーとは下記のイラストのとおり、介護などを行っている方を指します。



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



遠くにひとりで住む高齢の親が
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



仕事と病気の子どもの看病で
ほかにも何もできない



仕事を辞めて
ひとりで親の介護をしている



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

出典：日本ケアラー連盟

【回答者の属性】

問1 あなたの性別について、どちらかに○をつけてください。

1. 男性 2. 女性

問2 あなたの年齢について、当てはまるものに○をつけてください。

- | | | |
|-----------------|-----------|---------|
| 1. 子ども(歳) | 2. 20 代 | 3. 30 代 |
| 4. 40 代 | 5. 50 代 | 6. 60 代 |
| 7. 70 代 | 8. 80 歳以上 | |

【ケアラーの認知度】

問3 あなたは、「ケアラー」という言葉を聞いたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。

1. 聞いたこともあるし、内容も知っている
2. 聞いたことがあるが、内容はよくわからない
3. 聞いたことがない

問4 あなたは、「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。

1. 聞いたこともあるし、内容も知っている
2. 聞いたことがあるが、内容はよくわからない
3. 聞いたことがない

問5 あなたは、「栗山町ケアラー支援条例」を聞いたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。

1. 名前を聞いたこともあるし、内容も知っている
2. 名前を聞いたことがあるが、内容はよくわからない
3. 知らない

【介護をしている状況】

問6 あなたが、介護や日常生活での世話を行っている人はどれくらいいますか。

(人)

問7 介護や日常生活での世話が必要な人はどなたですか。当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 子ども 2. 配偶者 3. 実父 4. 実母 5. 義父 6. 義母
7. きょうだい 8. おじ 9. おば 10. 甥 11. 姪 12. その他()

問8 あなたの家族の中で、18歳未満の子どもがきょうだいのお世話や、介護のお手伝い等をしていることはありますか。どちらかに○をつけてください。

1. はい

2. いいえ

問9 問8で、18歳未満の子どもが行っているお世話の内容で、当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 家族に代わり買い物・料理・掃除・洗濯などの家事 2. 幼いきょうだいの世話
3. 目の離せない家族の見守りや声かけ
4. 食事の介助や着替えなどの身の回りの世話(薬の管理含む) 5. 入浴やトイレの介助
6. 家計の助けのため、アルバイトをしている 7. 話し相手
8. その他(具体的に:)

問10 医療機関の受診について、どちらかに○をつけてください。

1. 受診している

2. 受診していない

問11 問10で「受診していない」と回答された方に伺います。受診していない理由で当てはまるものに1つ○をつけてください。

1. 心身の不調がないため 2. 受診する必要があるがケアのため受診できない
3. 受診する必要を感じない

問12 あなたは、介護をしている中でどのようなことが気がかりですか。当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 精神的に不安定になる(イライラしてしまうなど)
2. 外出できなくなってしまう
3. 時間に余裕がない
4. 家族や友人と付き合いづらくなる
5. 自分以外に介護する人がいない
6. 経済的に不安だ
7. 仕事を続けることができるか不安だ
8. 将来の見通しが立たない
9. その他(具体的に:)

問13 あなたが介護している方は、次のようなサービスを利用していますか。当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 医療サービス
2. 介護保険サービス
3. 障がい者対象の自立援助サービス
4. 社会福祉協議会のサービス(いのちのバトンなど)
5. 地域の助けあいサービス
5. その他(具体的に:)
6. サービスは使っていない

問14 あなたには、介護のことで相談できる人や機関がありますか。

1. ある 問15へ 2. ない 問16へ

問15 問14で「ある」と回答された方に伺います。どのような人や機関に相談していますか。当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 家族 2. 親族 3. 友人 4. 近隣(町内会含む) 5. 民生委員
6. ケアマネジャー 7. 介護保険サービス事業所(ケアマネジャーを除く)
8. 社会福祉協議会(ケアラーサポーター・ケアラー支援専門員含む)
9. 医療機関 10. 役場職員 11. 学校の先生
12. その他(具体的に:)

【仕事と介護】

問16 あなたの現在の勤務形態について、当てはまるものに○をつけてください。

- | | | |
|-----------------|---|------|
| 1. フルタイムで働いている | } | 問17へ |
| 2. パートタイムで働いている | | |
| 3. 働いていない | | 問19へ |

※「パートタイム」とは、「1 週間の所定労働時間が、同一の事業所に雇用される通常の労働者に比べて短い方」が該当します。いわゆる「アルバイト」、「嘱託」、「契約社員」等の方を含みます。自営業・フリーランス等の場合も、就労時間・日数等から「フルタイム」・「パートタイム」のいずれかを選択してください。

問17 問16で「フルタイム」又は「パートタイム」で「働いている」と回答された方にお伺いします。あなたは、介護をするにあたって、何か働き方についての調整等をしていますか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

1. 介護のために、「労働時間を調整(残業免除、短時間勤務、遅出・早帰・中抜け等)」しながら、働いている
2. 介護のために、「休暇(年休や介護休暇等)」を取りながら、働いている
3. 介護のために、「在宅勤務」を利用しながら、働いている
4. 介護のために、2～4以外の調整をしながら、働いている
5. 特に行っていない

問18 問16で「フルタイム」又は「パートタイム」で「働いている」と回答された方にお伺いします。あなたは、勤め先からどのような支援があれば、仕事と介護の両立に効果があると思いますか。当てはまるものに○をつけてください。（複数回答可）

1. 介護休業・介護休暇等の制度の充実
2. 制度を利用しやすい職場づくり
3. 労働時間の柔軟な選択(フレックスタイム制など)
4. 働く場所の多様化(在宅勤務・テレワークなど)
5. 仕事と介護の両立に関する情報の提供
6. 介護に関する相談窓口・相談担当者の設置
7. 介護をしている従業員への経済的な支援
8. その他(具体的に:)
9. 自営業・フリーランス等のため、勤め先はない
10. 特にない

問19 問16で「働いていない」と回答された方に伺います。あなたが働いていない理由で、当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 働きたいが、介護をしているため働くことができない
2. 介護をしていても働きたいが、年齢などの理由で勤め先がない
3. 働かなくても、現在の収入で生活は維持できる
4. 働いていたが、介護のために仕事を辞めてしまった
5. その他(具体的に: _____)

【地域とのつながり】

問 20 あなたを気にかけてくれている・支えてくれる地域住民いるか、○をつけてください。

1. いる
2. いない

問21 介護や日常生活上のお世話のために、以前に行っていた趣味やボランティア、サークル活動などの社会活動の機会が減りましたか。当てはまるものに○をつけてください。

1. かなり減った
2. 少し減った
3. 変わらない
4. 少し増えた
5. かなり増えた

問22 あなたは、現在、以下のような地域の人たちがつどう場に参加していますか。どちらかに○をつけてください。

1. 参加している

問 23 へ

2. 参加していない

問 24 へ

問23 問22で「参加している」と答えた方に伺います。どのようなつどいに参加していますか、当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. ケアラズカフェ
2. サロン
3. サークルなどの会
4. 町内会・自治会
5. 友人・知人のつどい
6. その他(具体的に: _____)

問24 次のうち、あなたにはどのような支援等あれば、これからの生活がより良くなると思いますか。当てはまるものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 介護をしていて、困っていることに早く気づいてもらえる機会
2. 介護者への電話や訪問による相談
3. 介護者が気軽に休息や休養が取れる機会
4. 介護者のための定期健康診断や健康手帳
5. カウンセリング(専門家への相談)
6. 介護者が集まって気楽に話せる場所
7. 家族会や介護者同士の自助グループ
8. 介護の技術が学べる研修
9. 介護への理解を深めるための研修会
10. 介護等を担う児童や若者への支援(遊びや学習支援、就労支援、子ども食堂含む)
11. 介護者の所得保障(在宅介護者手当他)
12. 介護休業制度の普及と利用促進
13. 介護離職後の再就職支援
14. 介護が必要な人へのサービス・制度の拡充
15. 介護者の緊急時に、介護が必要な人へのサービス
16. 介護者の支援を保障した国の法整備
17. その他(具体的に: _____)

問25 現在、あなたはケアラーとして、どんな問題や不安・悩みがありますか。ご自由にお書きください。

提出締切 令和5年9月30日

ご協力ありがとうございました。

