

# ヤングケアラー

なぜ子どもがケアを担うことになるのか

澁谷 智子  
(成蹊大学)

# ヤングケアラーとは？

慢性的な病気や障がい、  
精神的問題やアルコール・  
薬物依存などを抱える家族  
の世話をしている18歳未満  
の子どもや若者

## Coronavirus (COVID-19)

[Get the latest advice about coronavirus](#)

[Home](#) > [Health A to Z](#) > [Social care and support guide](#) > [Support and benefits](#)

## Being a young carer: your rights

You're a young carer if you're under 18 and help to look after a relative with a disability, illness, mental health condition, or drug or alcohol problem.

If you're a young carer, you probably look after one of your parents or care for a brother or sister.

You may do extra jobs in and around the home, such as cooking, cleaning or helping someone get dressed and move around.

You may also give a lot of physical help to a brother or sister who's disabled or ill.

Along with doing things to help your brother or sister, you may be giving them and your parents emotional support, too.

# なぜ、子どもがケアを担うことが起きるのか

ヤングケアリングのスクリーニングをする時には、病気や障害を持つ親や家族と一緒に住む子どもはケアをしていると想定してはいけません。親の病気や障害は、子どもがケアを担う状況を引き起こす可能性があるきっかけとしてのみ見られるべきです。普通、ヤングケアリングは、病気や障害のある大人が親としての役割を果たすことへの支援において、適切な医療や福祉のサービスがなかったり効果的でなかったりする場合に起こります。



ラフバラ大学ヤングケアラー研究グループが作成したヤングケアラースクリーニングシート (YC-QST-20) のガイドラインの2ページより

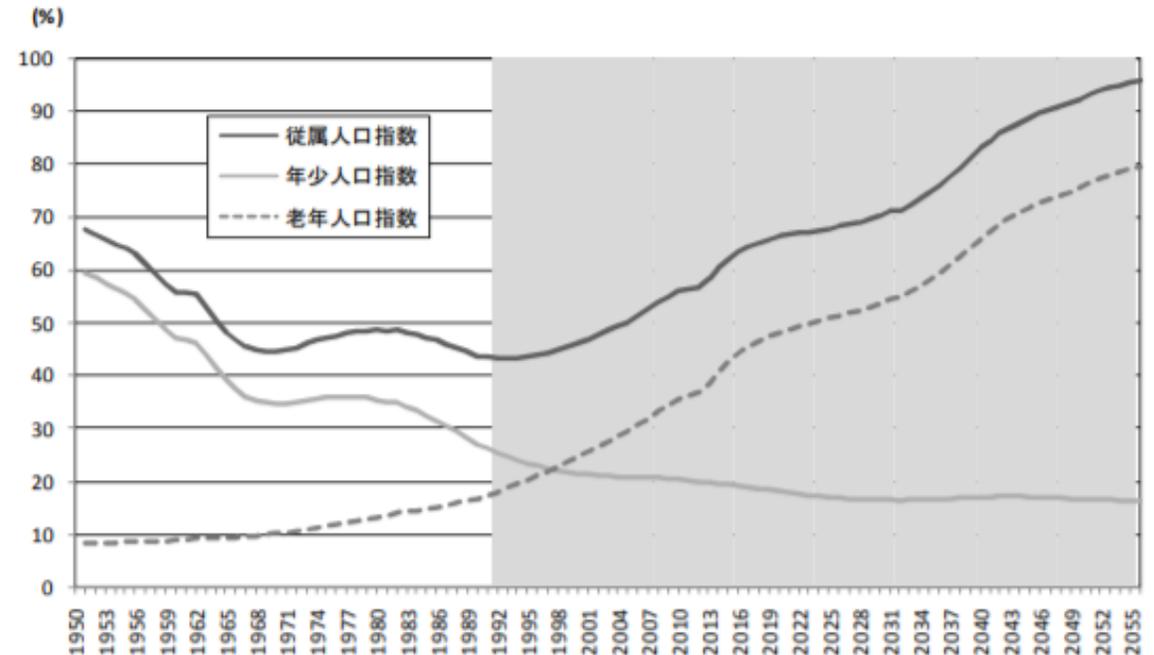
<http://youngcarer.sakura.ne.jp/img/b-ycqst20-ja-descrip2.pdf>で日本語翻訳版の閲覧可能

# 日本で家族の領域に起きた変化

- 一世帯あたりの人数 1953年には5人 → 2016年には2.47人
- 共働き数 1980年には614万世帯 → 2017年には1188万世帯
- ひとり親家庭の数 1988年度 母子世帯 84.9万世帯  
→ 2011年度 母子世帯 123.8万世帯
- 平均寿命 1947年には男性50.06歳、女性53.96歳  
2019年には男性81.41歳、女性87.45歳  
(2016年の健康寿命は男性72.14歳、女性は74.79歳)
- 高齢者数 1965年には618万人 → 2018年には3557万人
- 精神疾患を持つ人の数 1999年には204.1万人 → 2014年には392.4万人

# 15～64歳の生産年齢人口が総人口に占める 割合が少ない「人口オーナス」の時代

- ・人口減少の中で、女性も元気な高齢者も労働市場で働くことを推奨される。
- ・ケアを必要とする人は増え、在宅福祉が推進されるのに、大人は労働市場で働かざるを得ない状況で、家庭にかけられる時間やエネルギーが減っている。



(備考) 2008年以降は将来人口推計による。従属人口指数 = (0～14歳人口 + 65歳以上人口) / 15～64歳人口、年少人口指数 = 0～14歳人口 / 15～64歳人口、老年人口指数 = 65歳以上人口 / 15～64歳人口

小峰隆夫・岡田恵子, 2009, 「人口オーナス下の産業・企業」『イノベーション・マネジメント』第6巻, 87-98, 法政大学イノベーション・マネジメント研究センター. P.90より

# 家事関連時間（家事、介護・看護、育児、買い物）

## 1日あたりの家事関連時間(2016年)

「夫が有業で妻が無業の世帯」

妻が7時間56分、夫が50分

「共働き世帯」

妻が4時間54分、夫が46分

表4-4 共働きか否か、行動の種類別生活時間の推移（平成8年～28年）  
一週全体、夫婦と子供の世帯の夫・妻

		共働き世帯					夫が有業で妻が無業の世帯				
		平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年	平成8年	平成13年	平成18年	平成23年	平成28年
夫	仕事等	8.14	8.02	8.22	8.30	8.31	8.12	8.11	8.19	8.22	8.16
	家事関連	0.20	0.26	0.33	0.39	0.46	0.27	0.35	0.42	0.46	0.50
	うち家事	0.07	0.09	0.11	0.12	0.15	0.05	0.07	0.08	0.09	0.10
	育児	0.03	0.05	0.08	0.12	0.16	0.08	0.13	0.17	0.19	0.21
妻	仕事等	4.55	4.38	4.43	4.34	4.44	0.03	0.04	0.02	0.04	0.06
	家事関連	4.33	4.37	4.45	4.53	4.54	7.30	7.34	7.34	7.43	7.56
	うち家事	3.35	3.31	3.28	3.27	3.16	5.02	4.49	4.42	4.43	4.35
	育児	0.19	0.25	0.36	0.45	0.56	1.30	1.48	1.57	2.01	2.24

総務省統計局「平成28年社会生活基本調査 生活時間に関する結果  
結果の概要」より

子育て期のひとり親

女性が3時間59分

男性が1時間9分

表1-2 子育て期のひとり親の家事関連時間

	家事関連時間（分）			
	家事	介護・看護	育児	買い物
子育て期のひとり親（女性）	158	5	43	33
子育て期のひとり親（男性）	37	1	12	19

\*総務省統計局「平成28年社会生活基本調査 生活時間に関する結果 結果の概要」34～37ページを基に作成

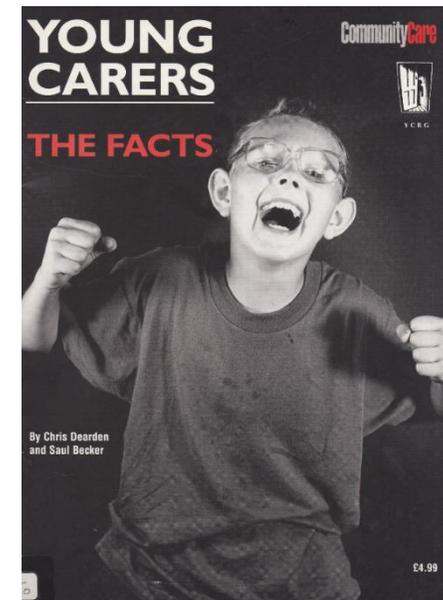
澁谷智子, 2018, 『ヤングケアラー』中公新書, p.10より

# 1995年のイギリスの ヤングケアラー実態調査の報告書

今後、子どもがケア役割を引き受けることへの需要は、減るよりも、増えていく可能性が高い。イギリスを含め、ヨーロッパのすべての国々は、似たような人口統計上の傾向や家庭動向に直面している。高齢者の増加、世帯人数の減少、家族ユニットの再構築（ひとり親家庭の増加や再婚などによる再構成家族の増加）などである。

In the future, demand for children to take on caring roles is more likely to increase than decrease. All European countries, including Britain, are confronting similar demographic and family trends. There is an ageing population, family size is declining and the family unit has been restructured (for example, increasing numbers of lone parent families and more reconstituted families).

Dearden and Becker 1995, p.35より



## Your choices about caring

Some people start giving care at a very young age and don't really realise they're carers. Other young people become carers overnight.

If someone in your family needs to be looked after, you may really want to help them.

But as a young carer, you shouldn't be doing the same things as adult carers.

Nor should you be spending a lot of your time caring for someone, as this can get in the way of you doing well at school and doing the same kinds of things as other children or young people.

It's important you decide how much and what type of care you're willing or able to give, or whether you should be a carer at all.

Decide whether you're the right person to offer the care needed by the person you look after.

All disabled adults are entitled to support from their local council, depending on their needs, so they shouldn't have to rely on their children to care for them.

## ケアに関するあなたの選択肢

家族の誰かが世話を必要としていたら、あなたは助けたいと思うかもしれません。でも、あなたはヤングケアラーとして、大人のケアラーと同じことをするべきではありません。また、誰かのケアをするために、あなたの時間を多く使うべきでもありません。それは、あなたが学校でしっかり勉強したり他の子どもや若者と同じようなことをしたりする妨げになることがあるからです。あなたがしたいと思う、あるいはしてあげられると思うケアのタイプと量を判断するのは大切です。また、そもそもあなたがケアラーとなるべきなのかどうかを判断するのも大切です。

# 埼玉県によるヤングケアラー実態調査

## 埼玉県ケアラー支援計画のための ヤングケアラー実態調査結果

### (内容)

1. ヤングケアラーの属性
2. 被介護者の属性
3. ケアの状況
4. ケアの影響
5. ヤングケアラーが望むサポート
6. ヤングケアラー本人の状況
7. 自由意見

令和2年11月25日

埼玉県内のすべての  
高校2年生5万5000人を  
対象に2020年夏に実施。

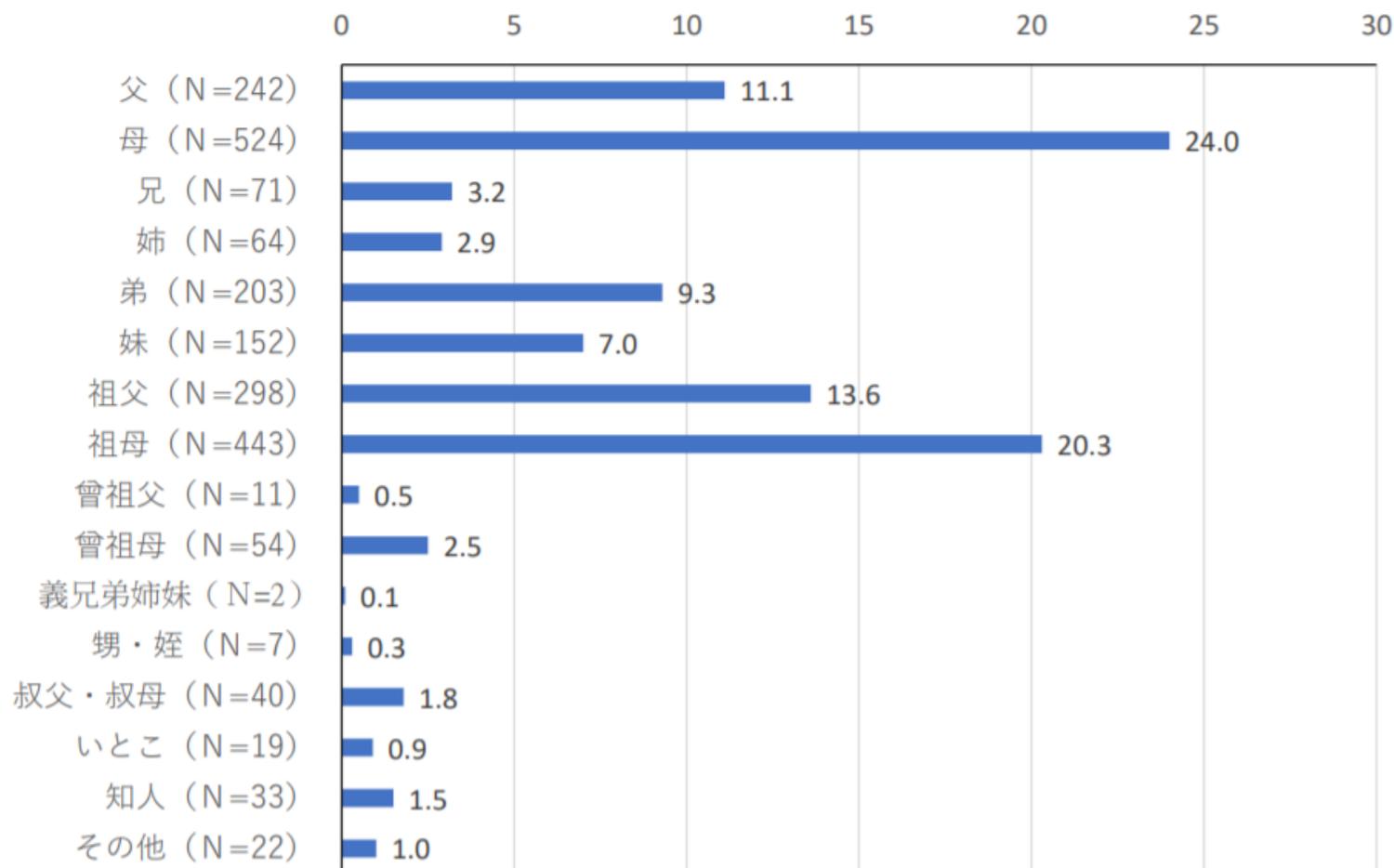
回答者4万8261人のうち、  
4.1%にあたる1969人が  
ヤングケアラーとして  
分析される(25人に1人)。

## 2-1 被介護者の続柄

- 被介護者(N=2,185)の、ヤングケアラーとの関係(続柄)をみると、「母」(N=524)が24.0%と最も高く、次いで「祖母」(N=443)が20.3%、「祖父」(N=298)が13.6%、「父」(N=242)が11.1%の順であった。

図表2-1. 被介護者の続柄(複数回答)

単位：%

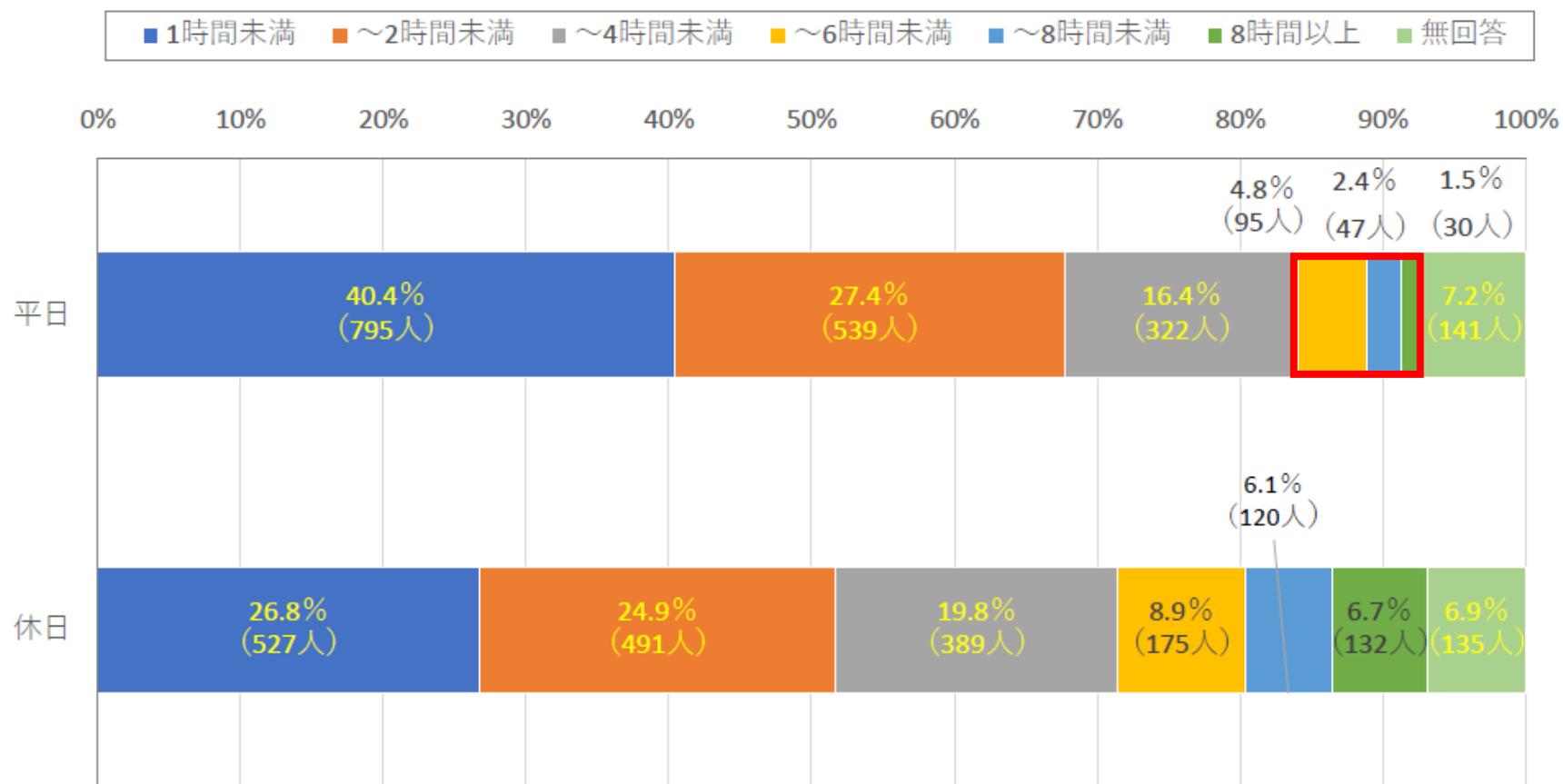


注)本集計は被介護者数(2,185人)に対して行っている。

### 3-3 ケアにかかる時間（平日・休日）

- ケアにかかる時間（N=1,969）をみると、平日は「1時間未満」（N=795）が40.4%と最も高く、次いで「1時間以上2時間未満」（N=539）27.4%と、2時間未満が全体の約7割を占めていた。
- 休日も平日同様、「1時間未満」（N=527）が26.8%と最も高く、次いで「1時間以上2時間未満」（N=491）24.9%の順であったが、その割合は約5割に減少しており、平日に比べると、ケアにかかる時間がより長くなっていた。

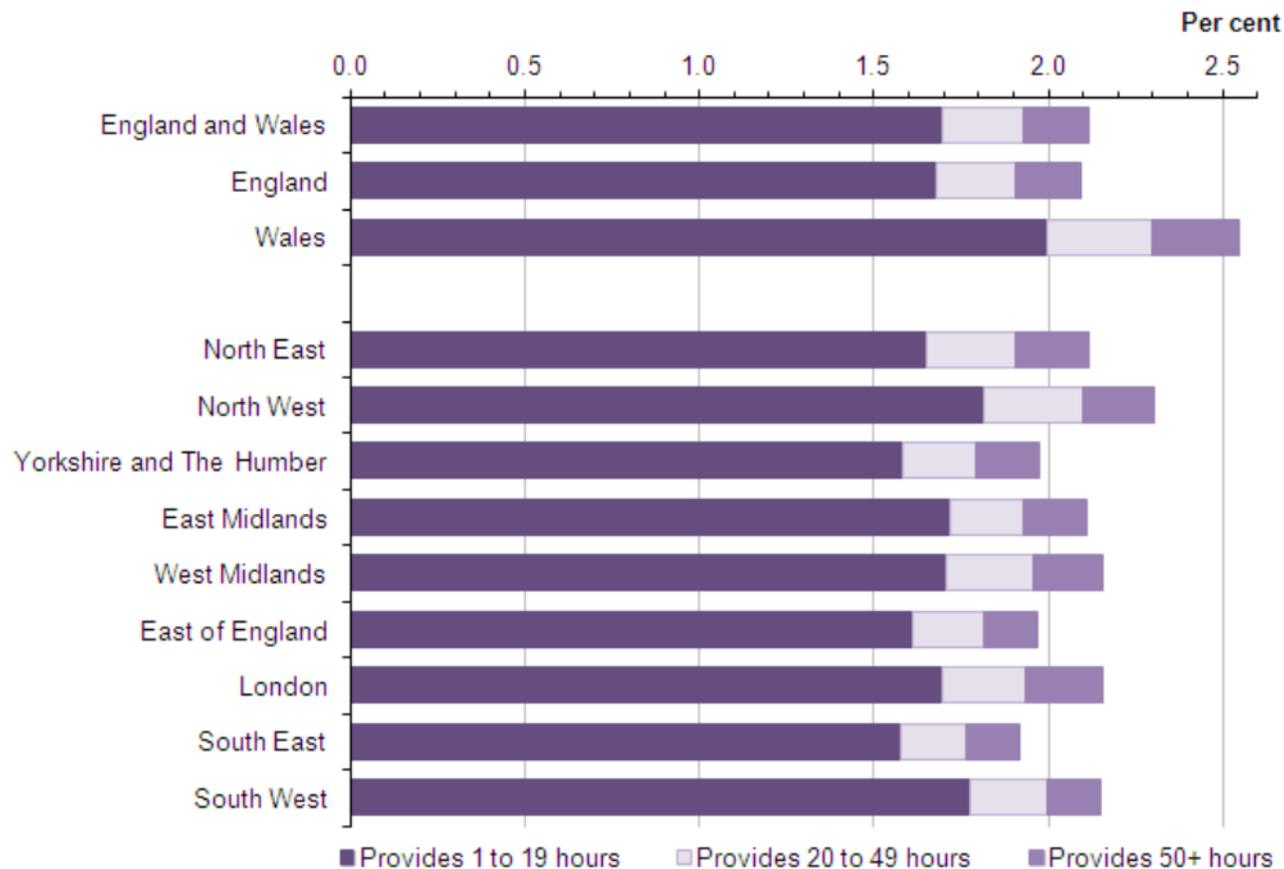
図表3-3. ケアにかかる時間の割合



注)本集計はヤングケアラー本人(1,969人)に対して行っている。

# 2011年のイギリスの 国勢調査との比較

Figure 2: Provision of unpaid care per week for 5 to 17-year-olds in England and Wales, 2011

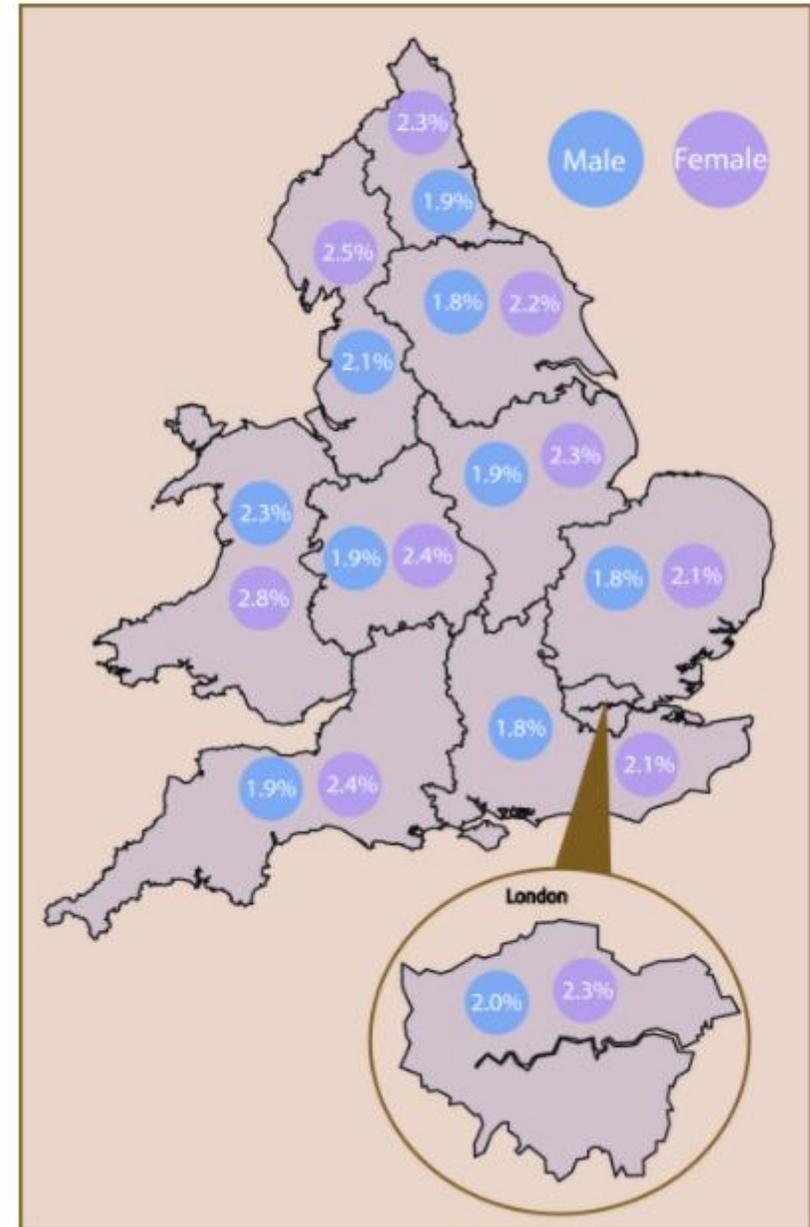


Source: Census - Office for National Statistics

ケア時間は週に1~19時間が大半

In 2011, girls aged 5 to 17 provided more unpaid care than boys, in all English regions and Wales (Figure 1).

Figure 1: Percentage of unpaid care provided by 5 to 17-year-olds: by sex in English regions and Wales, 2011



Source: Census - Office for National Statistics

# 2003年にイギリスで行われた ヤングケアラー実態調査との比較

## Time spent caring

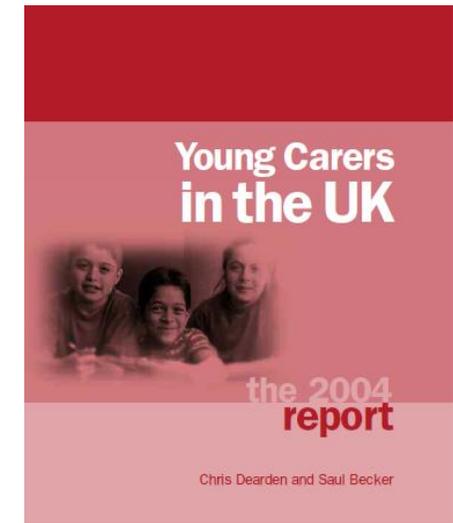
We were interested to know how many hours per week young people spent caring, but very few projects monitor this type of information. However, we received data in 2149 cases (35 per cent of the sample). Table 9 shows the results.

**Table 9:**  
Hours spent caring per week

Hours caring per week	%
5 hours or less	15% (332)
6-10 hours	34% (737)
11-15 hours	17% (361)
16-20 hours	16% (347)
21-30 hours	10% (210)
31-40 hours	4% (79)
41-50 hours	2% (39)
Over 50 hours	2% (44)

**Note:** n = 2149, 4029 missing cases

87のヤングケアラープロジェクトを通して、6178人のヤングケアラーのデータが分析された。ケア時間は、2149人のデータのみ。



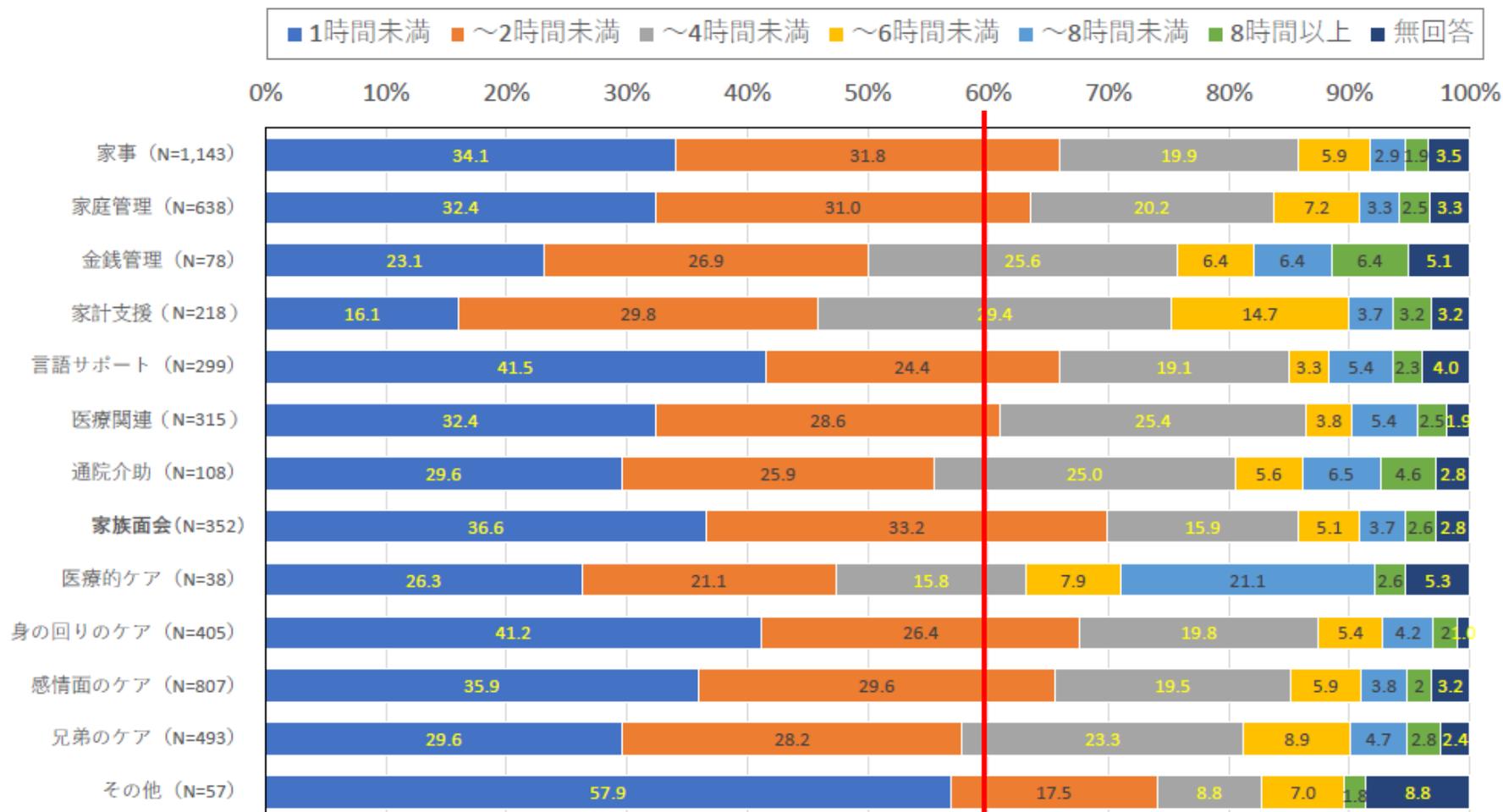
CARERS UK

報告書は2004年刊行

### 3-3-1 ケア内容別に見たケア時間（平日の場合）

- 4時間以上の割合をみると、「医療的ケア(経管栄養の管理や痰の吸引など)」が31.6%と最も高く、次いで「家計支援(バイトで働くなど)」21.6%、「金銭管理(請求書の支払い・銀行でのお金の出し入れなど)」19.2%の順であった。

図表3-3-1. ケア内容別に見た平日のケア時間の割合



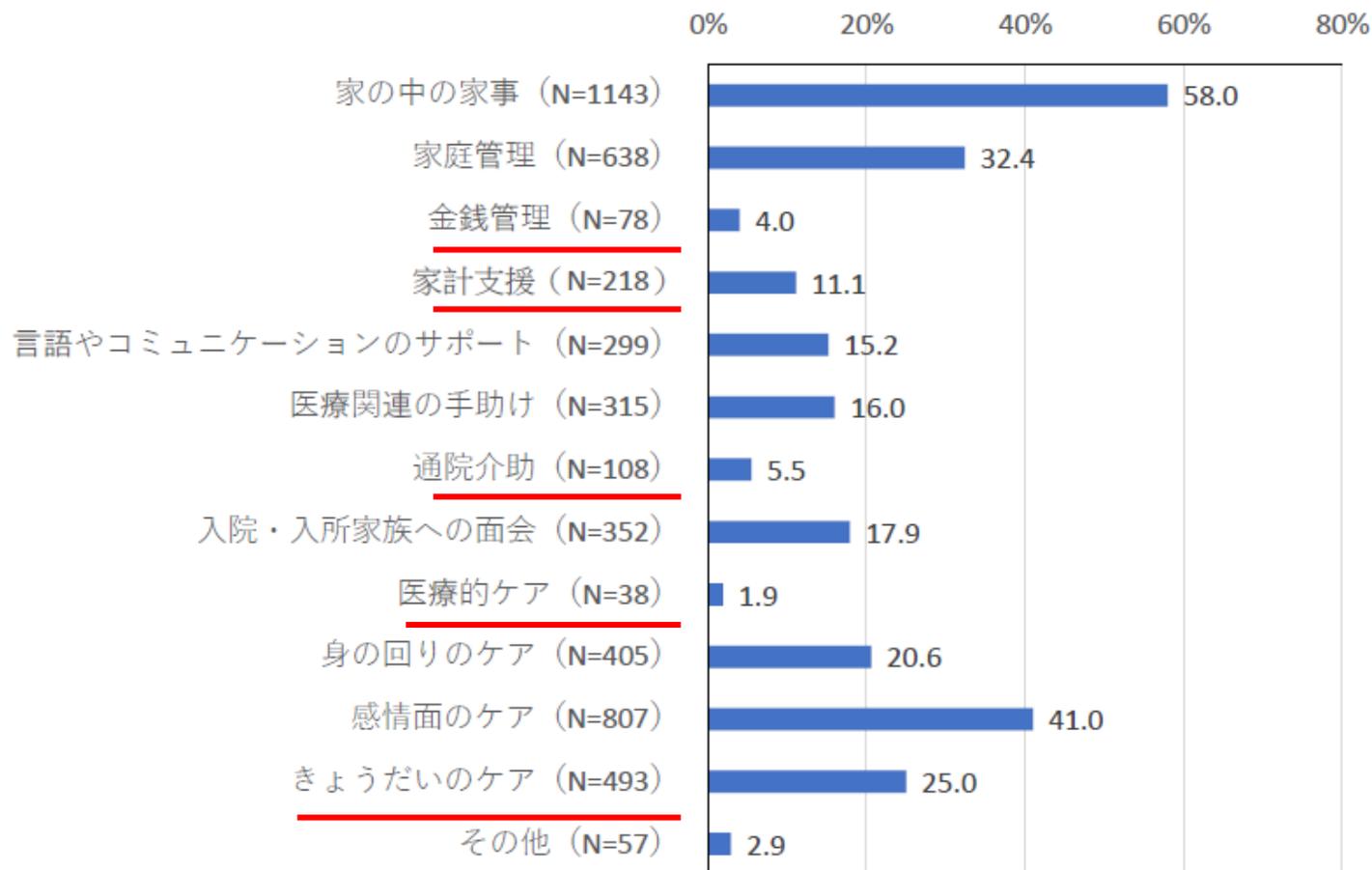
注)本集計はヤングケアラー本人(1,969人)に対して行っている。

## 3-1 ヤングケアラーが行っているケアの内容

- ヤングケアラーが行っているケアの内容（N=1,969）をみると、「家事(食事の用意・後片付け・洗濯・掃除など）」（N=1,143）が58.0%と最も高く、次いで「感情面のケア(その人のそばにいる・元気づける・話しかける・見守る・外に連れ出したりするなど）」（N=807）41.0%、「家庭管理(買い物・家の修理仕事・重いものを運ぶなど）」（N=638）32.4%、「きょうだいのケア」（N=493）25.0%の順であった。

図表3-1. ヤングケアラーが行っているケアの内容(複数回答)

単位：%



注)本集計はヤングケアラー本人(1,969人)に対して行っている。

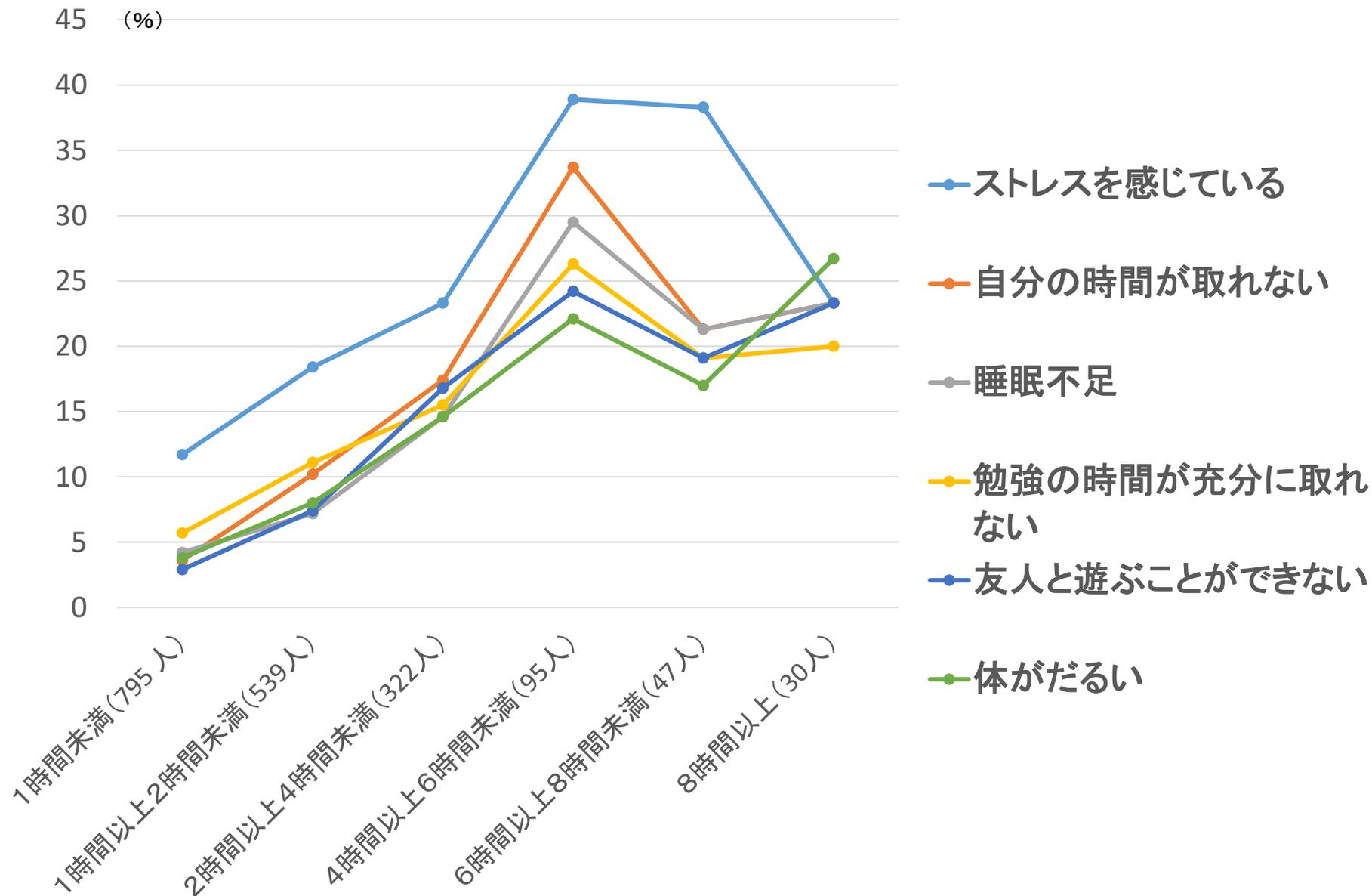
# 1日あたりのケア時間と 学校生活への影響(平日)

	1時間未満 (795人)	1時間以上 2時間未満 (539人)	2時間以上 4時間未満 (322人)	4時間以上 6時間未満 (95人)	6時間以上 8時間未満 (47人)	8時間以上 (30人)	無回答 (141人)
学校を休みがちになっている	1.5	1.3	2.8	6.3	8.5	13.3	1.4
学校への遅刻が多い	1.8	3.3	6.5	12.6	4.3	10	2.1
部活ができない	1.5	3.5	7.1	13.7	6.4	13.3	0.7
勉強の時間が充分に取れない	5.7	11.1	15.5	26.3	19.1	20	3.5
授業に集中できない	2.6	3.7	8.4	11.6	8.5	13.3	3.5
成績が落ちた	0.9	3.5	4.7	18.9	8.5	6.7	1.4
友人と遊ぶことができない	2.9	7.4	16.8	24.2	19.1	23.3	1.4
周囲の人と会話や話題が合わない	1.1	3.3	7.8	6.3	10.6	20	0
ケアについて話せる人がいなくて 孤独を感じる	22	19.1	17.7	12.6	25.5	20	7.8
ストレスを感じている	11.7	18.4	23.3	38.9	38.3	23.3	9.2
睡眠不足	4.2	7.2	14.6	29.5	21.3	23.3	5
しっかり食べていない	1.4	1.5	3.4	12.6	8.5	13.3	0.7
体がだるい	3.8	8	14.6	22.1	17	26.7	3.5
自分の時間が取れない	3.6	10.2	17.4	33.7	21.3	23.3	2.1
進路についてしっかり考える余裕 がない	1.5	1.5	6.2	7.4	8.5	13.3	0.7
受験の準備ができていない	0.9	2	3.1	7.4	6.4	10	1.4
アルバイトができない	5.2	6.1	7.1	12.6	6.4	6.7	2.8
特に影響はない	49.9	41.6	37.9	32.6	40.4	40	14.2

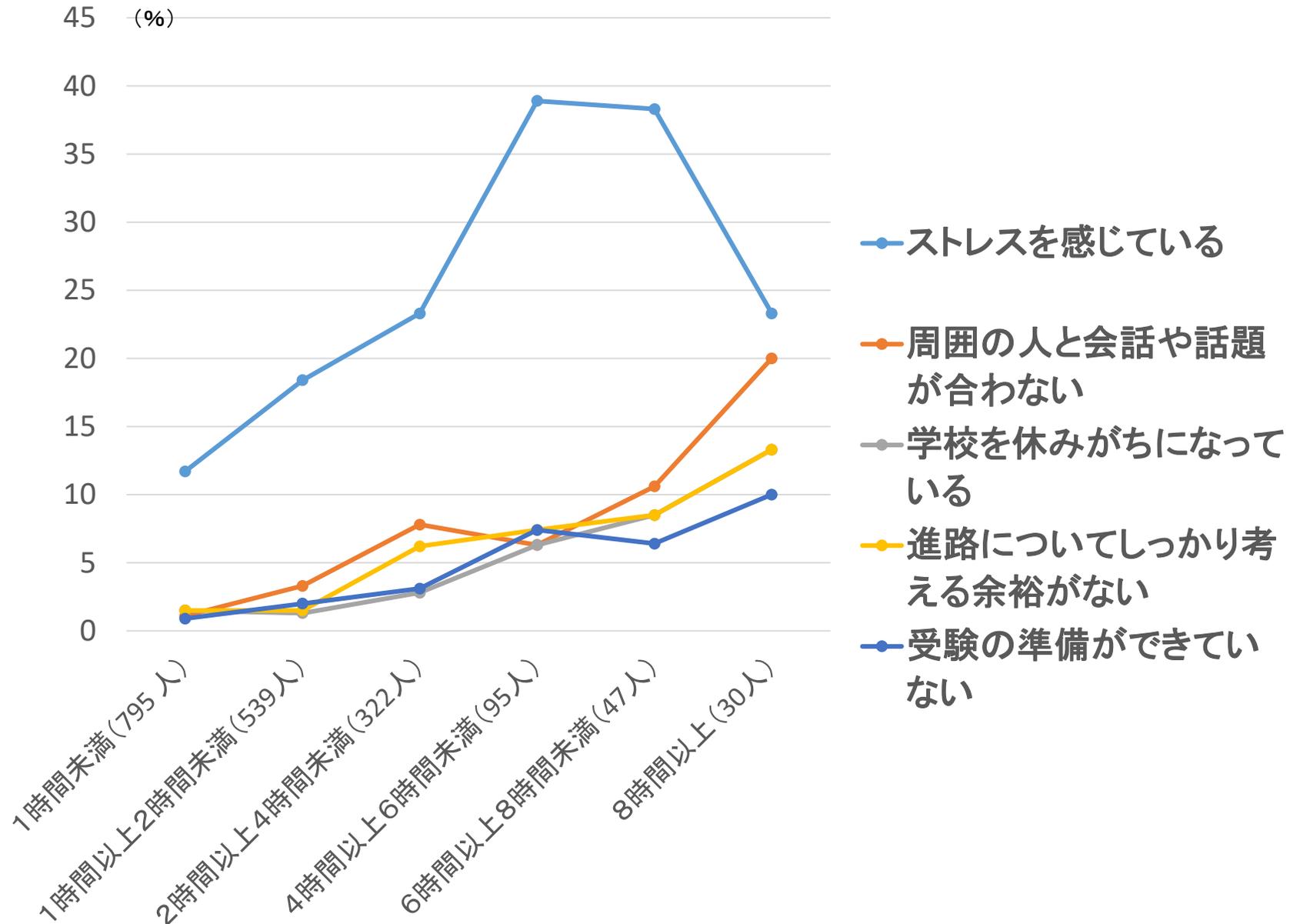
埼玉県  
の調査結果  
23～24ページを基に  
筆者が作成した表

単位は%

# 平日のケア時間と学校生活への影響



# 平日のケア時間と学校生活への影響



# 高校生たちは、 どういうところからケアの影響を受けていくのか

(ケア時間が増えていくと共に、10%以上になっていく項目)

- ①ケアについて話せる人がいなくて孤独を感じる、ストレスを感じる
- ②自分の時間が取れない、勉強の時間が充分に取れない
- ③友人と遊ぶことができない、睡眠不足、体がだるい
- ④成績が落ちた、部活ができない、学校への遅刻が多い、  
アルバイトができない、しっかり食べていない、授業に集中できない
- ⑤周囲の人と会話や話題が合わない
- ⑥学校を休みがちになっている、進路についてしっかり考える余裕がない、受験の準備ができていない

# 誰がヤングケアラーを支援できるのか？

ケアを必要とする人を中心に作られている日本の制度において、要介護者や要援護者をサポートする専門職からは、同居する子どもは、中高生であっても「インフォーマルな社会資源」「介護力」と見られがち。しかも、大人の介護者と同等に扱われているようなところがある。

家族は余裕がない。

学校の先生は、家庭のケアの状況まで把握できないことも多い。

制度のはざままで、誰からも支援されないヤングケアラー

ケアを必要とする家族の状況を把握した上で、ケアをする子どもの立場に立って、話を聞いたり相談にのれる専門職はいるのか？

# ヤングケアラー支援は何を目指すのか？

- ケアを必要とする人の幸福(ウェルビーイング)だけでなく、  
ケアを行う子どもの幸福(ウェルビーイング)も大切にされるべき。
- 「家族」の力が以前よりも弱体化していることを考慮しないまま、  
「家族の助け合い」に頼る形では、子どもや若者にそのしわ寄せがいき、  
ヤングケアラーは「子どもの権利」さえ守られていない現状がある。  
そんな子どもの権利擁護は誰ができるのか。

# 第3回ヤングケアラー国際会議が掲げること

ヤングケアラーが自分の力を完全に発揮できるように  
enable young carers to reach their full potential

“IDENTIFY, SUPPORT, AND LISTEN TO YOUNG CARERS”

ヤングケアラーを見つけ、サポートし、その話に耳を傾ける

# 資料

- Dearden, Chris and Saul Becker, 1995, *Young Carers: The Facts*, Sutton: Reed Business Publishing.
- Dearden, Chris and Saul Becker, 2004, *Young Carers in the UK: The 2004 Report*, London: Carers UK.
- 小峰隆夫・岡田恵子, 2009, 「人口オーナス下の産業・企業」『イノベーション・マネジメント』第6巻, 87-98, 法政大学イノベーション・マネジメント研究センター.
- 厚生労働省, 2015, 「ひとり親家庭等の現状について」(<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/0000083324.pdf>, 2021年3月10日閲覧).
- 厚生労働省, 2017a, 「第22回生命表について」([https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/22th/dl/22th\\_02.pdf](https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/22th/dl/22th_02.pdf), 2021年3月10日閲覧).
- 厚生労働省, 2017b, 「世帯数と世帯人員の状況」『平成28年国民生活基礎調査の概況』(<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa16/dl/16.pdf>, 2021年3月10日閲覧).
- 厚生労働省, 「参考資料」([https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12201000-Shakaiengokyokushougaihokenfukushibu-Kikakuka/0000108755\\_12.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12201000-Shakaiengokyokushougaihokenfukushibu-Kikakuka/0000108755_12.pdf), 2021年3月10日閲覧).
- 厚生労働省, 2020, 「図表1-2-6 平均寿命と健康寿命の推移」『令和2年版厚生労働白書—令和時代の社会保障と働き方を考える』(<https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/19/backdata/01-01-02-06.html>, 2021年3月10日閲覧).
- 内閣府男女共同参画局, 2018, 「1-3-4図「共働き世帯数の推移」『男女共同参画白書(概要版)平成30年版』([https://www.gender.go.jp/about\\_danjo/whitepaper/h30/gaiyou/html/honpen/b1\\_s03.html](https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h30/gaiyou/html/honpen/b1_s03.html), 2021年3月10日閲覧).
- NHS, 2018, “Being a Young Carer: your rights” (<https://www.nhs.uk/conditions/social-care-and-support-guide/support-and-benefits-for-carers/being-a-young-carer-your-rights/>, 2021年3月10日閲覧).

# 資料

- Office for National Statistics, 2013, “Providing unpaid care may have an adverse affect on young carers’ general health” ( <https://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20160107224205/http://www.ons.gov.uk/ons/rel/census/2011-census-analysis/provision-of-unpaid-care-in-england-and-wales--2011/sty-unpaid-care.html>, 2021年3月10日閲覧).
- 埼玉県, 2020, 「埼玉県ケアラー支援計画のためのヤングケアラー実態調査結果(2021年2月16日更新版)」 ( <https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/187028/04.pdf>, 2021年3月10日閲覧).
- 埼玉県, 2020, 「埼玉県ケアラー支援計画のためのヤングケアラー実態調査票」 ( <https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/187028/youngcarer-tyousahyou.pdf>, 2021年3月10日閲覧).
- 澁谷智子, 2017, 「ヤングケアラーを支える法律——イギリスにおける展開と日本での応用可能性」『成蹊大学文学部紀要』第52号, 1-21. ( [http://repository.seikei.ac.jp/dspace/bitstream/10928/909/1/bungaku-52\\_1-21.pdf](http://repository.seikei.ac.jp/dspace/bitstream/10928/909/1/bungaku-52_1-21.pdf), 2021年3月10日閲覧).
- 総務省統計局, 2017, 「平成28年社会生活基本調査 生活時間に関する結果 結果の概要」 ( <https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/pdf/gaiyou2.pdf>, 2021年3月10日閲覧).
- 総務省統計局, 2018, 「統計からみた我が国の高齢者—「敬老の日」にちなんで— 高齢者の人口」 ( <https://www.stat.go.jp/data/topics/topi1131.html>, 2021年3月10日閲覧).
- The 3rd International Young Carers Conference, 2021, ( <https://eurocarers.org/2021-iycc/about/>, 2021年3月10日閲覧).
- ヤングケアラー支援のページ「支援に役立つ質問シート」( <http://youngcarer.sakura.ne.jp/check.html>, 2021年3月10日閲覧).
- Young Carers Rsearch Group, 2013, YC-QST-20, Loughborough: Loughborough University (日本語翻訳版は <http://youngcarer.sakura.ne.jp/img/a-ycqst20-ja1.pdf> で閲覧可能, 2021年3月10日閲覧).
- Young Carers Rsearch Group, 2013, YC-QST-20 Guidance: Notes for Researchers and Health, Social Care and Education Professionals, Loughborough: Loughborough University (日本語翻訳版は <http://youngcarer.sakura.ne.jp/b-ycqst20-ja-descrip.pdf> で閲覧可能, 2021年3月10日閲覧).