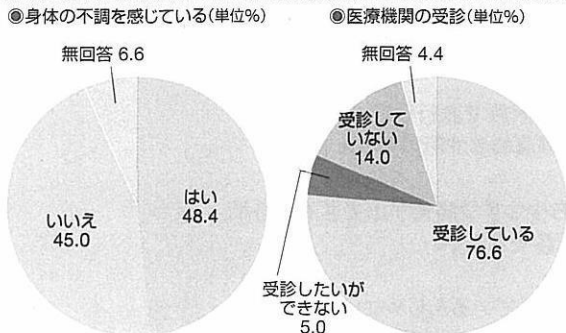


●ケアラーは現在も将来も問題や不安、悩みを抱えています

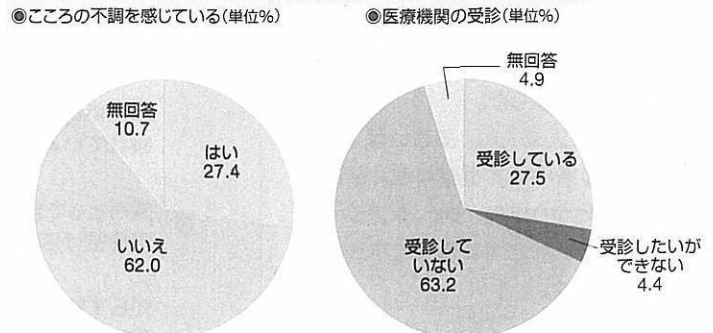
2,075人のケアラーは、健康状態や経済状態、気持ち・負担感・孤立感などの問題を抱えています。

グラフの赤色で示したグループは相対的に少数であっても、支援への希望の強い、緊急対応の必要なケアラーグループです

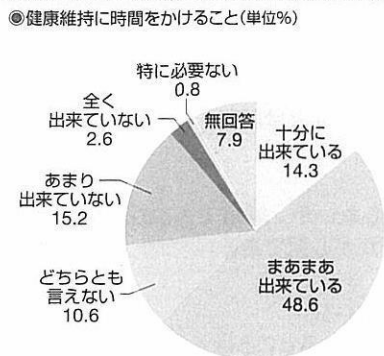
身体の不調を感じている人は2人に1人。
そのうち、20人に1人は
受診したくてもしていません。



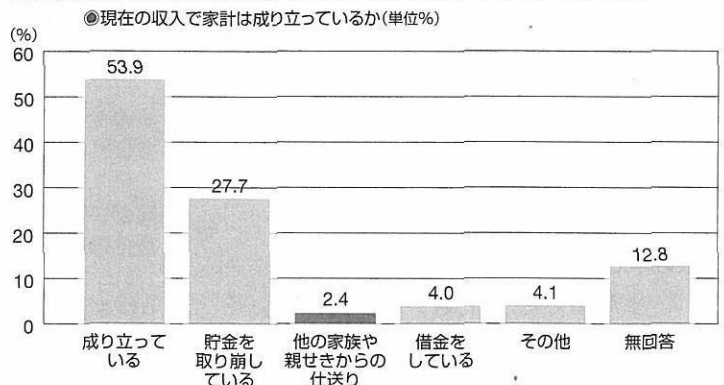
こころの不調を感じている人は1人に1人以上。
そのうち、20人強に1人は
受診したくてもできていません。



10人に1人は全く、7人に1人はあまり
健康維持に時間がかけていません。



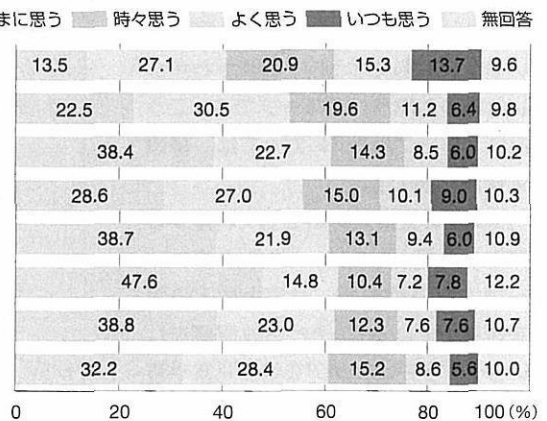
40人に1人は、他の家族や親せきからの仕送りで
家計が成り立っています。



5~7人に1人のケアラーは
不満やとまどい、
不自由を感じています。

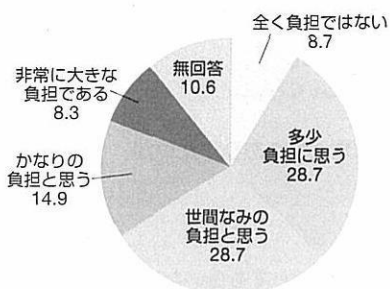
●ケアラーの気持ち(単位%)

1. 介護をしている人の行動に対し、困ってしまう
2. 介護をしている人のそばにいと腹が立つ
3. 介護があるので家族や友人と付き合いづらくなっている
4. 介護をしている人のそばにいと、気が休まらない
5. 介護があるので自分の社会参加の機会が減った
6. 介護をしている人の家にいるので、友だちを自宅によびたくてもよべない
7. 介護をだれかに任せてしまいたい
8. 介護をしている人に対してどうしていいかわからない



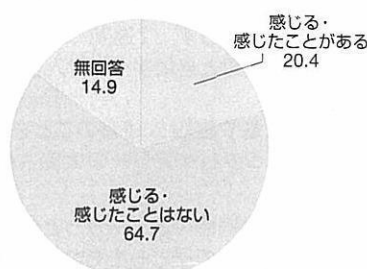
7人に1人はかなりの負担、
12人に1人は非常に大きな
負担と感じています。

●介護はどのくらい負担になっているか(単位%)



5人に1人が
孤立感を感じています

●ケアにより孤立していると感じる(感じた)こと(単位%)



⑤ ケアラーは いろいろな支援を 求めています

「とてもほしい」支援が平均6個

イギリスやアメリカなど海外ですで行われているケアラー支援策を参考にどのような支援がほしいかを、となりページのグラフで示されているように、21項目について聞きました。

ケアラーの2人に1人、あるいは3人に1人が幅広く多様な支援策を強く望んでいることがわかります。また、ケアラーは「とてもほしい」とする項目を平均6個選択しています。

ケアラーにより異なる希望の濃淡

ケアラーには、すべての項目に強い希望を持つグループと、いくつかの支援策のみを強く希望するグループがあります。

すべての項目についてとくに強く希望しているケアラーの例としては、「介護は非常に大きな負担である」、「健康維持に時間をかけることができていない」、「こころに不調を感じており、受診したいができない」、「全く健康でない」、「家族の中で自分の収入が低かったのでケアラーとなった」、「ケアラー年齢40歳未満」、「ケアをしている相手が10歳未満」、「ケアをしている相手が3人以上」、「介護により家族や友人と付き合いづらくなった」といつも思う、「介護をしている人に対してどうしていいかわからない」といつも思う」グループです。こうしたケアラーグループに対しては、緊急に支援が必要です。

いくつかの支援策のみを強く希望するケアラーの例としては、「失業中のケアラーは、経済的支援、仕事とケアの両立を希望している」「子どもの療育をしているケアラーは、ケアを担う児童や若者（ヤングケアラー）への支援」を希望しているなどです。

「ケアをしている相手」と両方への支援を

さらにとっても大事なことは、ケアラーは、「ケアラー自身への支援策」と「ケア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とです。ケアをしている相手への初期の段階から終末までの包括的なサービスの提供はケアラー支援の前提となっています。

- 1 発達障害の子どもに早期に気づくことができるよう、学校で説明会などを開き、親と相談窓口をつないでほしい。.....
- 2 夫がいやがるので介護サービスを使っていないが、ケアラーの体調を気づかってくれる電話や訪問をしてほしい。.....
- 3 相談したくても専門機関へ行くのはたいへんなため、訪問してくれてちょっとした情報を教えてくれるようなサービスがほしい。.....
- 4 スーパーへの買物の20分だけが自分の時間。気軽に休憩をとってみたい。1日でもいいから自分の時間を持ちたい。.....
- 5 以前は行けたのに、5年も家族で旅行していない。疲れているので、できれば息ぬきや旅行をしたい。.....
- 6 歳もとってきて、あちこち少しずつ病気が出てきているが、家を空けられないので受診できない。.....
- 7 知らず知らずに介護鬱になっているんじゃないか、母に手をあげないか不安になる。精神面での支援がほしい。.....
- 8 ケアの講習会や研修会、同じ悩みを持つ者どうしの懇談会など、土・日に行ってほしい。いつも会話も少なく孤立している。.....
- 9 こころを閉じている母親たちが気楽に集まれる場があれば、子どもをケアしている経験を少しでも活かせると思う。.....
- 10 研修会などはあるが今の状態では出かけていくことは困難。できれば出前講座をしてほしい。.....
- 11 障がいをもつ子どもの姉がからかわれたりしないか、結婚できるのか、自分の死後、負担をかけることにならないかが心配である。.....
- 12 ケアをしている母が泣きながら電話をかけてくる。母のようなケアラーの悩みを聴いて解決してくれるところはどこなのでしょう。.....
- 13 義父の介護のために退職したが、義父の死後は内職をしながら貯金を取り崩している。あの時、月2～3万円の介護者手当があればよかった。.....
- 14 ケアのため仕事がなく収入もない。介護を労働と見る介護手当での支給や年金の開始期間を早めるなどの経済的保障があると助かる。.....
- 15 介護で働けないので経済的な不安がある。また、短時間でも介護をしている相手から離れて働きたい。.....
- 16 介護休業制度が使いにくい。.....
- 17 介護のために退職した。ケアをしている相手は亡くなったが、60歳代になってしまい、仕事が見つからない。.....
- 18 3カ月ごとの施設の移動は、2カ月ごろには移動先を探さなくてはならない。移動先も見つかりにくく精神的にストレスがたまる。タライ回しをやめてほしい。.....
- 19 自分が急に入院するようと言われたが、ケアしている相手をあずける所が見つからず、1週間くらい入院が遅れてしまった。緊急のときにすぐ受け入れてくれる施設がほしい。.....
- 20 患者や施設入居者のことを大切にさせていただくのはありがたいが、もう少しケアラーの大変さも知ってほしい。.....
- 21 精神疾患の息子をずっとケアしている。障がいの子どもをもつ親の気持ちを多くの人に知ってもらいたい。.....