

兵庫県ケアラーの実態に係る福祉機関調査の中間報告について
(地域包括支援センター・介護支援専門員等、障害者(児)相談支援事業所、
民生委員・児童委員)

1 調査方法

(1) 地域包括支援センター

市町の地域包括支援センター担当者を通じて、管内のセンターに調査票を配布して実施。

- 期間：令和3年4月1日～6月30日
- 記入者：本人・機関
- 回答数：267

(2) 介護支援専門員等

兵庫県介護支援専門員協会各支部において、介護支援専門員等が個別に利用者に依頼し承諾のあった方に調査票を配布して実施。

- 期間：令和3年4月1日～5月21日
- 記入者：本人・機関
- 回答数：42

(3) 障害者(児)相談支援事業所

市町を通じて市町の委託相談支援事業所に調査票を配布し、事業所で関わりのあるケアラーに依頼し調査を実施。

- 回収状況：令和3年4月1日～5月14日
- 記入者：本人
- 回答数：92

(4) 民生委員・児童委員

市町民生・児童委員連合会(神戸市除く)に郵送で調査票を送付し、同連合会より民生委員・児童委員に調査票を配付し、調査を実施。

- 期間：令和3年4月1日～7月31日時点※
- 記入者：機関
- 回収状況：1, 344

※民生委員・児童委員の調査については、コロナ禍のため、調査期限を過ぎても調査票の返送あり。

2 ケアラーの属性について

(1) 性別・年齢

ケアラーの性別については、「男性」34.8%、「女性」64.2%であり、女性がケアを担うことが多い状況となっている。また、ケアラー年齢は、「60代」が28.1%で最も多く、次いで、「70代」が24.1%、「50代」が17.9%、「80代以上」が16.8%の順であり、60代以上がケアラー全体の約7割を占めている。(平均: 66.0歳)

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「男性」22.3%、「女性」76.7%であった。ケアラー年齢は、「50代」が24.6%で最も多く、次いで、「60代」が23.3%、「70代」が21.7%の順であった。(平均: 64.1歳)
- 障害相談支援事業所を通じた回答では、「男性」22.8%、「女性」75.0%であった。ケアラーの年齢は、「50代」が37.0%で最も多く、次いで、「60代」が19.6%、「40代」が19.6%の順であった。(平均: 55.1歳)
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「男性」38.5%、「女性」60.6%であった。年代別では、「60代」が29.8%で最も多く、次いで、「70代」が25.9%、「80代以上」が17.9%の順であった。(平均: 67.2歳)

ケアラーの年齢

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	未回答	計
地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)	1	10	9	21	76	72	67	48	5	309
	0.3%	3.2%	2.9%	6.8%	24.6%	23.3%	21.7%	15.5%	1.6%	100.0%
障害者相談支援事業所(N=92)	0	2	9	18	34	18	5	5	1	92
	0.0%	2.2%	9.8%	19.6%	37.0%	19.6%	5.4%	5.4%	1.1%	100.0%
民生委員・児童委員(N=1,344)	3	12	30	92	203	401	348	241	14	1,344
	0.2%	0.9%	2.2%	6.8%	15.1%	29.8%	25.9%	17.9%	1.0%	100.0%
計	4	24	48	131	313	491	420	294	20	1,745
	0.2%	1.4%	2.8%	7.5%	17.9%	28.1%	24.1%	16.8%	1.1%	100.0%

(2) 就労等の状況

ケアラーの就労状況については、「無職」が33.9%で最も多く、次いで、「主婦(夫)」が26.7%、「正規雇用」が12.8%の順であった。このほか、「非正規雇用」10.3%、「自営業」5.8%、「家族従事者」1.1%となっており、約3割の方が企業等で働きながらケアをしている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「主婦(夫)」が29.8%で最も多く、次いで、「無職」が25.6%、「正規雇用」が16.8%の順であった。
- 障害相談支援事業所を通じた回答では、「主婦(夫)」が34.8%で最も多く、次いで、「無職」が26.1%、「正規雇用」が12.0%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「無職」が36.4%で最も多く、次いで、「主婦(夫)」が25.4%、「正規雇用」が12.0%の順であった。

ケアラーの就労等の状況

	正規雇用	非正規雇用	自営業	家族従事者	主婦(夫)	無職	大学生等	その他	未回答	計
地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)	52	51	8	4	92	79	4	8	11	309
	16.8%	16.5%	2.6%	1.3%	29.8%	25.6%	1.3%	2.6%	3.6%	100.0%
障害者相談支援事業所(N=92)	11	10	4	1	32	24	0	9	1	92
	12.0%	10.9%	4.3%	1.1%	34.8%	26.1%	0.0%	9.8%	1.1%	100.0%
民生委員・児童委員(N=1,344)	161	119	90	15	342	489	0	47	81	1,344
	12.0%	8.9%	6.7%	1.1%	25.4%	36.4%	0.0%	3.5%	6.0%	100.0%
計	224	180	102	20	466	592	4	64	93	1,745
	12.8%	10.3%	5.8%	1.1%	26.7%	33.9%	0.2%	3.7%	5.3%	100.0%

3 被介護者の属性について

(1) ケアラーがケアをしている相手

ケアをしている相手については、「母」が31.0%で最も多く、次いで、「夫」が18.1%、「妻」が10.4%の順であった。なお、障害者相談支援事業所を通じた回答では、「息子」が51.3%、「娘」が15.0%となっており、子どものケアが全体の2/3を占めている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「母」が33.6%で最も多く、次いで、「夫」が20.6%、「父」が13.0%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「息子」が51.3%で最も多く、次いで「娘」が15.0%、「母」が12.4%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「母」が31.9%で最も多く、次いで、「夫」が18.4%、「妻」が11.8%の順であった。

被介護者の状況

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=369)		障害者相談支援事業所(N=113)		民生委員・児童委員(N=1,412)		計	
母	124	33.6%	14	12.4%	450	31.9%	588	31.0%
夫	76	20.6%	6	5.3%	260	18.4%	342	18.1%
父	48	13.0%	2	1.8%	118	8.4%	168	8.9%
義母	34	9.2%	2	1.8%	88	6.2%	124	6.5%
妻	27	7.3%	3	2.7%	167	11.8%	197	10.4%
兄弟姉妹	12	3.3%	8	7.1%	41	2.9%	61	3.2%
祖父母	11	3.0%	2	1.8%	13	0.9%	26	1.4%
義父	8	2.2%	1	0.9%	21	1.5%	30	1.6%
息子	7	1.9%	58	51.3%	123	8.7%	188	9.9%
娘	5	1.4%	17	15.0%	59	4.2%	81	4.3%
伯叔父母	4	1.1%	0	0.0%	6	0.4%	10	0.5%
義兄弟姉妹	2	0.5%	0	0.0%	8	0.6%	10	0.5%
その他	6	1.6%	0	0.0%	13	0.9%	19	1.0%
親戚	0	0.0%	0	0.0%	14	1.0%	14	0.7%
未回答	5	1.4%	0	0.0%	31	2.2%	36	1.9%
計	369	100.0%	113	100.0%	1,412	100.0%	1,894	100.0%

(2) ケアをする相手の年齢状況

ケアをしている相手の年齢については、「80歳以上」が56.7%で最も多く、次いで、「70代」が18.6%、「60代」が6.5%の順となっており、高齢となった父母、義父母、配偶者をケアしているケースが多くなっている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「80歳以上」が66.7%で最も多く、次いで、「70代」が22.0%、「60代」が4.3%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「10代」が20.4%で最も多く、次いで、「20代」が18.6%、「80歳以上」が11.5%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「80歳以上」が57.7%で最も多く、次いで、「70代」が18.7%、「60代」が6.9%の順であった。

ケアをしている相手の年齢

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=369)		障害者相談支援事業所(N=113)		民生委員・児童委員(N=1,412)		計	
10歳未満	0	0.0%	7	6.2%	11	0.8%	18	1.0%
10歳代	3	0.8%	23	20.4%	35	2.5%	61	3.2%
20歳代	4	1.1%	21	18.6%	33	2.3%	58	3.1%
30歳代	2	0.5%	12	10.6%	34	2.4%	48	2.5%
40歳代	4	1.1%	8	7.1%	51	3.6%	63	3.3%
50歳代	12	3.3%	10	8.8%	46	3.3%	68	3.6%
60歳代	16	4.3%	10	8.8%	97	6.9%	123	6.5%
70歳代	81	22.0%	8	7.1%	264	18.7%	353	18.6%
80歳以上	246	66.7%	13	11.5%	815	57.7%	1,074	56.7%
未回答	1	0.3%	1	0.9%	26	1.8%	28	1.5%
計	369	100.0%	113	100.0%	1,412	100.0%	1,894	100.0%

(3) ケアをしている相手の状況

ケアをしている相手の状況について、「心身機能の低下」が48.3%で最も多く、次いで、「認知症」が25.6%、「身体障害」が21.6%、「病気」18.5%の順となっている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「心身機能の低下」が53.7%で最も多く、次いで、「認知症」が39.0%、「病気」が22.8%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「知的障害」が37.2%で最も多く、次いで、「身体障害」が26.5%、「精神障害」が23.0%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「心身機能の低下」が50.8%で最も多く、次いで、「認知症」が24.2%、「身体障害」が22.7%の順であった。

ケアをしている相手の状況【複数回答】

	地域包括支援センター・ 介護支援専門員等 (N=369)		障害者相談支援事業 所(N=113)		民生委員・児童委員 (N=1,412)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
病気	84	22.8%	0	0.0%	266	18.8%	350	18.5%
難病	28	7.6%	12	10.6%	54	3.8%	94	5.0%
身体障害	60	16.3%	30	26.5%	320	22.7%	410	21.6%
知的障害	8	2.2%	42	37.2%	93	6.6%	143	7.6%
精神障害	30	8.1%	26	23.0%	47	3.3%	103	5.4%
高次脳機能障害	10	2.7%	4	3.5%	41	2.9%	55	2.9%
依存症	10	2.7%	0	0.0%	10	0.7%	20	1.1%
認知症	144	39.0%	0	0.0%	341	24.2%	485	25.6%
心身機能の低下	198	53.7%	0	0.0%	717	50.8%	915	48.3%
発達障害	0	0.0%	25	22.1%	18	1.3%	43	2.3%
医療的ケアが必要な障害児者	0	0.0%	9	8.0%	26	1.8%	35	1.8%
その他	11	3.0%	21	18.6%	53	3.8%	85	4.5%
未回答	3	0.8%	5	4.4%	81	5.7%	89	4.7%
計	586※		132※		1,427※		2,145※	

※複数回答のため回答数が被介護者の数を上回っている。なお、割合は被介護者数を分母としている。

(4) ケアの内容

ケアラーの行っているケアの内容について、「食事、洗濯、掃除等の家事」が66.5%で最も多く、次いで、「通院の援助」が50.6%、「本人の気持ちを支えるための見守り」が43.0%、「屋内の移動、入浴、排泄、着替、食事等の身体的な介護」が42.9%の順となっており、ケアラーが担っているケアが多岐に渡っている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「食事、洗濯、掃除等の家事」が82.8%で最も多く、次いで、「通院の援助」が78.0%、「役所等との連絡・諸手続」が73.1%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「本人の気持ちを支えるための見守り」が84.8%で最も多く、次いで、「食事、洗濯、掃除等の家事」が83.7%、「役所等との連絡・諸手続」が73.9%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「食事、洗濯、掃除等の家事」が58.6%で最も多く、次いで、「通院の援助」が40.7%、「身体的な介護」が39.9%の順であった。

ケアの内容【複数回答】

	地域包括支援センター・ 介護支援専門員等(N=309)		障害者相談支援事業 所(N=92)		民生委員・児童委員 (N=1,344)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
買い物、食事の用意や後片付け、洗濯、掃除等の家事	256	82.8%	77	83.7%	828	61.6%	1,161	66.5%
買い物同行などの外出の援助	117	37.9%	42	45.7%	257	19.1%	416	23.8%
通院の援助	241	78.0%	67	72.8%	575	42.8%	883	50.6%
ATMでの入出金や各種料金の支払いなどの金銭管理	170	55.0%	46	50.0%	276	20.5%	492	28.2%
屋内の移動、入力、排泄、着替え、食事などの身体的な介護	125	40.5%	60	65.2%	563	41.9%	748	42.9%
本人の気持ちを支えるために、話しかけたり、そばにいるなどの見守り	207	67.0%	78	84.8%	465	34.6%	750	43.0%
徘徊や昼夜逆転など、認知症への行動への対応や防止のための見守り	83	26.9%	19	20.7%	174	12.9%	276	15.8%
服薬の声かけや準備、体温や血圧測定などの医療関連の手助け	169	54.7%	53	57.6%	285	21.2%	507	29.1%
経管栄養の管理や痰の吸引などの医療的ケア	15	4.9%	14	15.2%	36	2.7%	65	3.7%
役所や事業所等との連絡や書類などの諸手続	226	73.1%	68	73.9%	346	25.7%	640	36.7%
その他	26	8.4%	18	19.6%	39	2.9%	83	4.8%
未回答	10	3.2%	1	1.1%	169	12.6%	180	10.3%
計	1,645 ※		543 ※		4,013 ※		6,201 ※	

※複数回答のため回答数がケアラーの数を上回っている。なお、割合はケアラーの数を分母としている。

(5) ケアの頻度

ケアの頻度について、「毎日」が66.9%で最も多く、次いで、「週2～3日」が10.0%、「週4～6日」が7.6%の順となっており、「毎日」と回答された方が全体の2/3を占めるなど、ケアの頻度が高い方が多くなっている。

- 域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「毎日」が70.6%で最も多く、次いで、「週2～3日」が8.1%、「週4～6日」が7.8%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「毎日」が77.2%で最も多く、次いで、「週4～6日」が6.5%、「月に数日」が6.5%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「毎日」が65.3%で最も多く、次いで、「週2～3日」が10.7%、「週4～6日」が7.6%の順であった。

ケアの頻度

	毎日	週4～6日	週2～3日	週1日	月に数日	未回答	計
地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)	218	24	25	11	23	8	309
	70.6%	7.8%	8.1%	3.6%	7.4%	2.6%	100.0%
障害者相談支援事業所(N=92)	71	6	5	1	6	3	92
	77.2%	6.5%	5.4%	1.1%	6.5%	3.3%	100.0%
民生委員・児童委員(N=1,344)	878	102	144	51	46	123	1,344
	65.3%	7.6%	10.7%	3.8%	3.4%	9.2%	100.0%
計	1,167	132	174	63	75	134	1,745
	66.9%	7.6%	10.0%	3.6%	4.3%	7.7%	100.0%

(6) 1日のケアの時間

ケアにかかる時間について、「8時間以上」が26.7%で最も多く、次いで、「2時間以上4時間未満」が16.9%、「1時間以上2時間未満」が12.4%の順となっている。一方、障害者相談支援所を通じた回答では、「8時間以上」が4割近くいるなど、ケアラーの負担がより大きくなっている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「8時間以上」が23.3%で最も多く、次いで、「2時間以上4時間未満」が19.7%、「1時間以上2時間未満」が18.8%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「8時間以上」が38.0%で最も多く、次いで、「2時間以上4時間未満」が20.7%、「4時間以上6時間未満」が13.0%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「8時間以上」が26.7%で最も多く、次いで、「2時間以上4時間未満」が16.0%、「4時間以上6時間未満」が11.2%の順であった。

1日のケアの時間

	1時間未満	1時間以上 2時間未満	2時間以上 4時間未満	4時間以上 6時間未満	6時間以上 8時間未満	8時間以上	未回答	計
地域包括支援センター・ 介護支援専門員等 (N=309)	35	58	61	46	28	72	9	309
	11.3%	18.8%	19.7%	14.9%	9.1%	23.3%	2.9%	100.0%
障害者相談支援事業所 (N=92)	8	10	19	12	5	35	3	92
	8.7%	10.9%	20.7%	13.0%	5.4%	38.0%	3.3%	100.0%
民生委員・児童委員 (N=1,344)	53	148	215	151	127	359	291	1,344
	3.9%	11.0%	16.0%	11.2%	9.4%	26.7%	21.7%	100.0%
計	96	216	295	209	160	466	303	1,745
	5.5%	12.4%	16.9%	12.0%	9.2%	26.7%	17.4%	100.0%

(7) ケアの期間

ケアの期間について、「5年以上10年未満」が25.4%で最も多く、次いで「3年以上5年未満」が17.1%、「1年以上3年未満」が16.1%の順であった。

ケアの期間が5年以上の回答が半数を超える中で、「20年以上」の回答も10.4%を占めるなど、長期間ケアを担っているケアラーもいる。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「1年以上3年未満」が28.2%で最も多く、次いで、「5年以上10年未満」が25.6%、「3年以上5年未満」が16.5%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「20年以上」が37.0%で最も多く、次いで、「5年以上10年未満」が23.9%、「10年以上20年未満」が21.7%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「5年以上10年未満」が25.5%で最も多く、次いで、「3年以上5年未満」が17.9%、「10年以上20年未満」が16.2%の順であった。

ケアの期間

	20年以上	10年以上 20年未満	5年以上 10年未満	3年以上 5年未満	1年以上 3年未満	1年未満	未回答	計
地域包括支援センター、介護支援専門員等(N=309)	15 4.9%	37 12.0%	79 25.6%	51 16.5%	87 28.2%	32 10.4%	8 2.6%	309 100.0%
障害者相談支援事業所(N=92)	34 37.0%	20 21.7%	22 23.9%	7 7.6%	8 8.7%	1 1.1%	0 0.0%	92 100.0%
民生委員・児童委員(N=1,344)	133 9.9%	218 16.2%	343 25.5%	240 17.9%	186 13.8%	44 3.3%	180 13.4%	1,344 100.0%
計	182 10.4%	275 15.8%	444 25.4%	298 17.1%	281 16.1%	77 4.4%	188 10.8%	1,745 100.0%

4 ケアの影響について

(1) 本人の健康状態について

ケアラー本人の健康状態については、「休養がとれない」が31.6%で最も多く、次いで、「身体的不調」が26.8%、「精神的不調」が25.0%、「睡眠不足」が19.7%の順となっており、健康に何らかの不調を感じているケアラーが多くなっている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「精神的不調」が39.5%で最も多く、次いで、「睡眠不足」が33.3%、「身体的不調」「休養がとれない」が32.4%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「精神的不調」が50.0%で最も多く、次いで、「休養がとれない」が43.5%、「睡眠不足」が42.4%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「休養がとれない」が28.4%で最も多く、次いで、「身体的不調」が23.3%、「精神的不調」が18.2%の順であった。

本人の健康状態【複数回答】

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)		障害者相談支援事業所割合(N=92)		民生委員・児童委員(N=1,344)		計	
身体的不調がある	100	32.4%	30	32.6%	313	23.3%	443	26.8%
精神的不調がある	122	39.5%	46	50.0%	245	18.2%	413	25.0%
睡眠不足	103	33.3%	39	42.4%	184	13.7%	326	19.7%
通院中	60	19.4%	24	26.1%	107	8.0%	191	11.6%
持病があるが通院できない	6	1.9%	6	6.5%	27	2.0%	39	2.4%
健康診断に行く時間がない	13	4.2%	9	9.8%	14	1.0%	36	2.2%
休養がとれない	100	32.4%	40	43.5%	382	28.4%	522	31.6%
運動不足	51	16.5%	18	19.6%	91	6.8%	160	9.7%
その他	47	15.2%	13	14.1%	112	8.3%	172	10.4%
未回答	24	7.8%	5	5.4%	477	35.5%	506	30.6%
	626	※	230	※	1,952	※	2,808	※

※複数回答のため回答数がケアラーの数を上回っている。なお、割合はケアラーの数を分母としている。

(2) ケアによる就労・就学への影響

ケアによる就労・就学への影響（就労・就学）について、「就労状況に変化はない」が15.0%で最も多く、次いで、「ケアのために勤務時間を減らした」が9.3%、「ケアのため退職した」が7.5%の順となっており、「就労状況に変化がない」とした回答が多かったものの、ケアのために就労環境を変えたケアラーもいる。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「就労状況に変化はない」が20.1%で最も多く、次いで、「ケアのために勤務時間を減らした」が13.6%、「ケアのため退職した」が10.4%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「就労状況に変化はない」が22.6%で最も多く、次いで、「ケアのために勤務時間を減らした」が19.4%、「ケアのため退職した」が17.2%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「就労状況に変化はない」が13.2%で最も多く、次いで、「ケアのために勤務時間を減らした」が7.6%、「ケアのため退職した」が6.2%の順であった。

就労・就学への影響

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)		障害者相談支援事業所(N=92)		民生委員・児童委員(N=1,344)		計	
ケアのために退職した	32	10.4%	16	17.4%	83	6.2%	131	7.5%
ケアのために勤務時間を減らした	42	13.6%	18	19.6%	102	7.6%	162	9.3%
ケアのために転職した	9	2.9%	6	6.5%	24	1.8%	39	2.2%
ケアのために就労経験がない	5	1.6%	6	6.5%	40	3.0%	51	2.9%
就労状況に変化はない	62	20.1%	21	22.8%	178	13.2%	261	15.0%
ケアのために進学をあきらめた	1	0.3%	2	2.2%	3	0.2%	6	0.3%
勉強の時間が十分に取れない	1	0.3%	0	0.0%	2	0.1%	3	0.2%
成績が落ちた	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.1%
友人と遊ぶことができない	4	1.3%	0	0.0%	2	0.1%	6	0.3%
学校への遅刻が多い	0	0.0%	0	0.0%	2	0.1%	2	0.1%
部活ができない	0	0.0%	0	0.0%	2	0.1%	2	0.1%
授業に集中できない	0	0.0%	0	0.0%	1	0.1%	1	0.1%
進路についてしっかり考える余裕がない	0	0.0%	0	0.0%	1	0.1%	1	0.1%
未回答	152	49.2%	23	25.0%	904	67.3%	1,079	61.8%
計	309	100.0%	92	100.0%	1,344	100.0%	1,745	100.0%

(3) 就労を続けてられている理由

就労を続けられている理由について、「各種サービスの利用」が52.0%で最も多く、次いで、「家族のサポート」が42.0%、「勤務時間の短縮」23.0%の順となっており、各種サービスを利用することによって就労を継続している回答が多かった。また、「その他」の回答として「有期休暇」、「職場の理解」などの回答があった。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「家族のサポート」が46.3%で最も多く、次いで、「各種サービスの利用」が45.5%、「その他（有期休暇、職場の理解、自営業など）」が27.3%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「各種サービスの利用」が57.6%で最も多く、次いで、「家族のサポート」が42.4%、「勤務時間の短縮」「その他（職場の理解、在宅ワークなど）」がそれぞれが24.2%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「各種サービスの利用」が53.7%で最も多く、次いで、「家族のサポート」が40.8%、「勤務時間の短縮」が22.3%の順であった。

就労を続けられている理由【複数回答】

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=121)		障害者相談支援事業所(N=33)		民生委員・児童委員(N=363)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
各種サービスの利用	55	45.5%	19	57.6%	195	53.7%	269	52.0%
家族のサポート	56	46.3%	14	42.4%	148	40.8%	218	42.2%
勤務時間の短縮	30	24.8%	8	24.2%	81	22.3%	119	23.0%
配置転換・勤務地変更	3	2.5%	0	0.0%	6	1.7%	9	1.7%
転職	8	6.6%	2	6.1%	15	4.1%	25	4.8%
介護休暇の取得	6	5.0%	0	0.0%	8	2.2%	14	2.7%
相談先の紹介	6	5.0%	2	6.1%	8	2.2%	16	3.1%
その他	33	27.3%	8	24.2%	57	15.7%	98	19.0%
計	197	※	53	※	518	※	768	

※複数回答のため回答数が回答者数を上回っている。なお、割合は回答者の数を分母としている。

(4) ケアを機に退職した理由

ケアのために退職・退学した理由について、「代わりにケアを担う人がいない」が 68.7%で最も多く、次いで、「ケアと両立できる職場環境ではなかった」が 22.9%の順であり、「ケアを担う人がいない」とした理由が 2 / 3 以上を占めている。一方、「身体的疲労」、「精神的疲労」とする回答がそれぞれ 16.0%となっており、本人の疲労に伴う退職もあった。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「代わりにケアを担う人がいない」が 68.6%で最も多く、次いで、「精神的疲労」が 37.5%、「身体的疲労」が 34.4%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「代わりにケアを担う人がいない」が 75.0%で最も多く、次いで、「ケアとの両立」が 25.0%、「精神的疲労」が 18.8%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「代わりにケアを担う人がいない」が 67.5%で最も多く、次いで、「ケアと両立できる職場環境ではなかった」が 21.7%、「身体的疲労」が 9.6%の順であった。

ケアを機に退職した理由【複数回答】

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=32)		障害者相談支援事業所(N=16)		民生委員・児童委員(N=83)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
身体的疲労	11	34.4%	2	12.5%	8	9.6%	21	16.0%
精神的疲労	12	37.5%	3	18.8%	6	7.2%	21	16.0%
代わりにケアを担う人がいない	22	68.8%	12	75.0%	56	67.5%	90	68.7%
サービスが利用できなくなった	0	0.0%	0	0.0%	2	2.4%	2	1.5%
業務が多忙でケアの時間がとれない	3	9.4%	2	12.5%	4	4.8%	9	6.9%
ケアと両立できる職場環境ではなかった	8	25.0%	4	25.0%	18	21.7%	30	22.9%
退職を勧められた	2	6.3%	1	6.3%	0	0.0%	3	2.3%
その他	3	9.4%	0	0.0%	4	4.8%	7	5.3%
未回答	2	6.3%	0	0.0%	0	0.0%	2	1.5%
計	63 ※		24 ※		98 ※		185	

※複数回答のため回答数の計が回答者数を上回っている。なお、割合はケアを機に退職した回答した者の数を分母としている。

5 ケアに関する相談

(1) 相談している窓口・機関

信頼して相談している窓口・機関について、「ケアマネジャー」が42.5%で最も多く、次いで、「医療機関」が24.1%、「サービス事業所」22.5%、「地域包括支援センター」が19.7%の順となっており、ケアマネジャー、地域包括支援センター、サービス事業所などがケアラーにとって重要な相談機関となっている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「ケアマネジャー」が65.0%で最も多く、次いで、「家族」が46.9%、「地域包括支援センター」が40.1%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「相談支援事業所」が57.6%で最も多く、次いで、「障害福祉サービス事業所の職員」が51.1%、「家族」が50.0%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「ケアマネジャー」が40.3%で最も多く、次いで、「家族」が32.0%、「医療機関」が21.1%の順であった。

相談している窓口・機関【複数回答】

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)		障害者相談支援事業所(N=92)		民生委員・児童委員(N=1,344)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
あなたの家族	145	46.9%	46	50.0%	430	32.0%	621	35.6%
家族会	6	1.9%	8	8.7%	29	2.2%	43	2.5%
地域包括支援センター	124	40.1%	—	—	220	16.4%	344	19.7%
ケアマネジャー	201	65.0%	—	—	541	40.3%	742	42.5%
障害者(児)相談支援事業所	12	3.9%	53	57.6%	58	4.3%	123	7.0%
障害福祉サービス事業所の職員	—	—	0	0.0%	—	—	0	0.0%
子育て支援機関	0	0.0%	5	5.4%	10	0.7%	15	0.9%
民生委員・児童委員	14	4.5%	3	3.3%	185	13.8%	202	11.6%
医療機関	95	30.7%	43	46.7%	283	21.1%	421	24.1%
サービス事業所	80	25.9%	47	51.1%	266	19.8%	393	22.5%
電話相談窓口	0	0.0%	3	3.3%	9	0.7%	12	0.7%
その他	12	3.9%	13	14.1%	35	2.6%	60	3.4%
誰もいない	7	2.3%	1	1.1%	—	—	8	0.5%
未回答	20	6.5%	0	0.0%	310	23.1%	330	18.9%
計	716※		222※		2,376※		3,314	

※複数回答のため回答数がケアラーの数を上回っている。なお、割合はケアラーの数を分母としている。

(2) ケアラーの悩み

ケアラー本人の悩みをについて、「心身の健康」が34.4%で最も多く、次いで、「自分の自由な時間が取れない」が22.9%、「緊急時のケアをしている相手へのサービス」が16.7%、「将来の見通しが持てない」15.9%、「経済的な問題」13.0%など、ケアの状況により抱える悩みは異なり、多様なものとなっている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「心身の健康」が46.9%で最も多く、次いで、「自分の自由な時間が取れない」が46.9%、「緊急時のケアをしている相手へのサービス」が25.9%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「心身の健康」が53.3%で最も多く、次いで、「将来への見通し」が46.7%、「緊急時のケアをしている相手へのサービス」が43.5%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「心身の健康」が30.3%で最も多く、次いで、「自分の自由な時間が取れない」が19.8%、「緊急時のケアをしている相手へのサービス」「将来への見通しが持てない」がともに12.8%の順であった。

ケアラーの悩み【複数回答】

	地域包括支援センター・介護支援専門員割合(N=309)		障害者相談支援事業所(N=92)		民生委員・児童委員(N=1,344)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
心身の健康	145	46.9%	49	53.3%	407	30.3%	601	34.4%
経済的な問題	61	19.7%	25	27.2%	140	10.4%	226	13.0%
仕事に就けない	19	6.1%	14	15.2%	40	3.0%	73	4.2%
職場の人間関係	4	1.3%	2	2.2%	2	0.1%	8	0.5%
仕事とケアと自分の生活とのバランス	70	22.7%	20	21.7%	122	9.1%	212	12.1%
学校にいけない	0	0.0%	0	0.0%	1	0.1%	1	0.1%
ケアをしている相手との関係	69	22.3%	22	23.9%	130	9.7%	221	12.7%
家族関係	31	10.0%	20	21.7%	68	5.1%	119	6.8%
近隣との関係	6	1.9%	11	12.0%	68	5.1%	85	4.9%
医療機関やサービス事業所との関係	10	3.2%	9	9.8%	56	4.2%	75	4.3%
行政との関係	5	1.6%	3	3.3%	23	1.7%	31	1.8%
自分の自由な時間が取れない	102	33.0%	31	33.7%	266	19.8%	399	22.9%
ケアしている相手へのサービスの質・量の不足	21	6.8%	20	21.7%	47	3.5%	88	5.0%
あなたの緊急時、ケアをしている相手へのサービス	80	25.9%	40	43.5%	172	12.8%	292	16.7%
将来への見通しが持てない	63	20.4%	43	46.7%	172	12.8%	278	15.9%
ケアについて話せる人がいなくて、孤独を感じる	17	5.5%	7	7.6%	57	4.2%	81	4.6%
その他	14	4.5%	3	3.3%	16	1.2%	33	1.9%
特になし	22	7.1%	4	4.3%	91	6.8%	117	6.7%
未回答	20	6.5%	0	0.0%	408	30.4%	428	24.5%
計	759	※	323	※	2,286	※	3,368	※

※複数回答のため回答数がケアラーの数を上回っている。なお、割合はケアラーの数を分母としている。

(3) 代わりにケアを担ってくれる人の有無

代わりにケアを担ってくれる人の有無の構成割合について、「いない」が21.3%で最も多く、次いで、「頼めばいる」が20.9%、「いる」が19.0%の順であり、代わりにケアを担ってくれる人がいない中でケアを担っているケアラーも多い。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「いない」が21.3%で最も多く、次いで、「頼めばいる」が20.9%、「頼めばいるが頼みにくい」が22.3%の順であった。
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「いない」が34.8%で最も多く、次いで、「頼めばいるが頼みにくい」が23.9%、「頼めばいる」が20.7%の順であった。
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「頼めばいる」が20.2%で最も多く、次いで、「いる」が19.8%、「いない」が18.4%の順であった。

代わりにケアを担ってくれる人の有無

	いる	頼めばいる	頼めばいるが 頼みにくい	いない	未回答	計
地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)	49	73	69	93	25	309
	15.9%	23.6%	22.3%	30.1%	8.1%	100.0%
障害者相談支援事業所(N=92)	16	19	22	32	3	92
	17.4%	20.7%	23.9%	34.8%	3.3%	100.0%
民生委員・児童委員(N=1,344)	266	272	175	247	384	1,344
	19.8%	20.2%	13.0%	18.4%	28.6%	100.0%
計	331	364	266	372	412	1,745
	19.0%	20.9%	15.2%	21.3%	23.6%	100.0%

6 求める支援について

(1) ケアラーに必要と思われる支援について

必要と考える支援について、「ケアの相手方の生活の継続」が29.9%で最も多く、次いで、「役立つ情報の提供」が24.8%、「災害時も含め、緊急時に生活を変えないサービス」22.1%、「気軽に急速や睡眠がとれる機会の確保」21.6%「相談体制の整備」18.5%の順となっており、相談体制を整備し、ケアを続けている上で役立つ情報を届けていくことや、いざというときにケアの相手の生活を変えないための支援が求められている。

- 地域包括支援センター・介護支援専門員等を通じた回答では、「ケアの相手方の生活の継続」が40.8%で最も多く、次いで、「役立つ情報の提供」が29.8%の順であった
- 障害者相談支援事業所を通じた回答では、「ケアの相手方の生活の継続」が59.8%で最も多く、次いで、「災害時も含め、緊急時に生活を変えないサービス」が41.3%の順であった
- また、民生委員・児童委員を通じた回答では、「ケアの相手方の生活の継続」が25.3%で最も多く、次いで、「役立つ情報の提供」が22.8%の順であった。

ケアラーに必要と思われる支援【複数回答】

	地域包括支援センター・介護支援専門員等(N=309)		障害者相談支援事業所(N=92)		民生委員・児童委員(N=1,344)		計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
電話や訪問による相談体制の整備	55	17.8%	29	31.5%	238	17.7%	322	18.5%
ケアラーに役立つ情報の提供	92	29.8%	34	37.0%	306	22.8%	432	24.8%
気軽に休息や睡眠がとれる機会の確保	64	20.7%	37	40.2%	276	20.5%	377	21.6%
気軽に情報交換できる環境の紹介・提供	42	13.6%	23	25.0%	164	12.2%	229	13.1%
勤務しやすい柔軟な働き方	37	12.0%	16	17.4%	48	3.6%	101	5.8%
就労及び再就職への支援	14	4.5%	9	9.8%	14	1.0%	37	2.1%
24時間対応の在宅サービスの提供	37	12.0%	19	20.7%	138	10.3%	194	11.1%
入居施設等の生活の場の整備・充実	41	13.3%	24	26.1%	145	10.8%	210	12.0%
ケアをしている相手の生活を変えないサービス	85	27.5%	38	41.3%	262	19.5%	385	22.1%
あなたがなくなった後、ケアの相手方の生活の継続	126	40.8%	55	59.8%	340	25.3%	521	29.9%
社会的なケアラー支援への理解	29	9.4%	21	22.8%	81	6.0%	131	7.5%
専門職や行政職員のケアラー支援への理解	29	9.4%	19	20.7%	83	6.2%	131	7.5%
経済的支援	55	17.8%	25	27.2%	108	8.0%	188	10.8%
ケアラーの健康管理への支援	46	14.9%	25	27.2%	194	14.4%	265	15.2%
その他	11	3.6%	6	6.5%	12	0.9%	29	1.7%
未回答	52	16.8%		0.0%	372	27.7%	424	24.3%
計	815 ※		380 ※		2,781 ※		3,976	

※複数回答のため回答数がケアラーの数を上回っている。なお、割合はケアラーの数を分母としている。

7 行政、関係機関等への要望（主なもの）

地域包括支援センター・介護支援専門員等

- ケアラー緊急時のショートステイの対応をスムーズにできる様をお願いしたい。
- 平日中（8：30-17：30）しか連絡がとれない機関が多く、仕事から抜けて電話をかけている。夜間、休日に連絡が取れる、もしくはメールでのやり取りなど、仕事に支障が出ない工夫を望む。（ケアラーが職場で肩身が狭くなる理由になる）
- 自分に何かあった時の不意の事故の時などが一番気にかかる。
- ケアラーの人にも息抜きできるようなサービス環境などもっとできれば助かります。
- 「24時間対応の在宅サービスの提供」の充実を望んでいる。
- 特養は増やしてほしいです。年金が少ない人にとっては、金額が多少抑えられる施設が必要。子供(介護者)にも自分たちの生活があるわけですから。もっと現場、現実を知ってほしいです。
- 周囲の理解（職場内）。ケアラー自身も周囲に伝えることも大切。
- ケアラー支援の視点からみた在宅介護について行政や関係機関が連携してほしい
- ケアラーに対する精神面や経済面のフォロー
- ケアラー自身が孤独や孤立を感じることがないように役立つ情報や日頃からのサポートがあるとありがたい。
- ケアをしている相手の実情を知っている人で不安や愚痴を話せる人が身近にいない。お世話になっている関係者に共感していただけるとホッとすることがある。
- 行政や関係期間の方々には、本人はもとよりケアラーの心に寄り添って言葉かけ等をしていただければ気持ちが楽になる人が多いと思う。
- 民生委員、児童委員も含め、どんな些細なことでも話しやすい窓口で受け止めてほしい。
- 友人でも知人でも親戚でもなく、思いきって心話せる行政や関係機関がもっとあれば助かる。
- なかなか相談に乗ってほしいと思っても、内容によってどこに行ってもいいかわからないし、行政の方の対応も親切ではあるが、親身にはなってもらえない。
- こどもや若者ケアラーを第一に考えてほしい。一番に支援してあげてほしい。
- 外出を控える事でケアをしている相手と一緒にいる時間が増え精神的に疲れる
- 支援する側も過敏になっている。仕方がないが高齢のケアラーには精神的な負担が大きい

障害相談支援事業所

- 心身共に疲れ切っているのに、安心して本人が生活できる施設やグループホームを探してほしい。
- 本人や自分のことを含め状況に応じて基準以上のサービス（短期入所）を利用できるように対応してもらえている。今のところ本人も満足している。これからも状況に応じて対応してもらえてたら助かる。
- 将来の入所通所施設が少ないので増やしてほしい。社会資源少ない。
- 日本では、障害者高齢者の世話は家族（特に家庭の母（妻））がするものという意識が根強く、家庭内ですら母がいるなら他の家族は手出ししない風潮もあるので、そうではなく、家族地域など周囲の人すべてで見守る、手伝うのが当たり前の風潮を作してほしい。
その上で福祉サービスとしてどこまでうけおってもらえるのかはつきり提示してほしい。家族としては「こんなことまで依頼するのは凶々しいかも」と思ってあきらめていることもおおいのではないか。また緊急時は土日夜間を選ばないので「110」のようにいつでもSOSを出せるようにしてほしい。
- 自分が病気をしたりいなくなった後のことが心配です。できれば入所じゃなくてグループホーム（今のデイに通えるようなところ）に入れてあげたい。
- まずはさらにケアラーの実態等を広く世間の一般の方々認知してほしい。一人のケアだけでなく複数のケアをしている人（ケアラー）もかなり多いと思う。
- 誰にも相談できないとしんどいので、話を聞いてもらっているのはありがたい。本人が人に助けてほしいという気持ちがなく、もっと本人が周囲に相談できるとよい。
- 外出・外食でリズムをつくっていたが、それができなくなりリズムがくずれ、不規則な生活となり、昼夜逆転も含めて、いつ活動するのかわからず24時間の待機・見守りが必要になった。
- 自閉症なのでいつもと違う雰囲気や習慣化した行動ができないことにはいらしがちで、それにつきあうケアラーも疲れている。家から出られない、いつも行くショッピングモールがあいていないなど、本人のストレスがたまっているのはわかるが、どうしてもあげられない無気力になってきているのが心配です。
- コロナ下でも、通所サービスを継続していただいているのはありがたい。
- ヘルパーが来にくくなったこと。支給決定してもらっているが、ヘルパー不足のため利用時間が大幅に減った。（重度訪問介護）

民生委員・児童委員

- ケアラー本人が入院したり、健康を害した時の手厚い対応。
- 老老介護の為、不安が尽きない。ケアラーがいなくなった時の残された夫の今後についても常に思い悩まれている。
- ケアラー同士が情報交換できる場所作り
- 家庭の問題となり、支援に結びつけるには根気強く支援を継続できる体制や高齢化するケアラーへの支援が必要。
- 電話や訪問による相談体制の整備
- 行政職員全体がケアラーについて理解していないので、基礎知識を教育して欲しい。
- ケアラーに役立つ情報不足
- ケアラーへのきっちりとした支援体制の確立
- ケアラーが孤立しがちなので、気軽に相談できる行政窓口の整備が早急に必要であると思う。
- 介護を家庭の問題として捉える風潮が強く、問題が十分認識されてこなかったと思う。公助からも考えてもらいたい。
- ケアマネ通じての状況把握が大事。
- 経済的に苦しいので、ケアラーより若いケア者の就労支援
- 相談する場所がわからない。
- ケアラーがいなくなった後の事を心配している。(既にケアラーが高齢になっている為)
- "担当地域にケアラーがどれ位いるのか把握できておらず、近所の噂や救急車が来て初めて実態が分かる。行政機関、事業所等がタイアップし、民生委員にも情報を共有すべき。"
- 個人情報管理からケアラーの把握は大変難しい。行政、医療、サービス機等と、民生委員が情報を共有すべき。
- 特養等の受け入れを早くして欲しい。
- 24時間ケアを助けてくれる人が欲しい。
- 認知症で目が離せないと思う。行政等の24H支援体制(安価)があればケアラーも少しは余裕が出来るのでは。
- 社会から孤立することのない様、総合支援センターへ見守り訪問をお願いしたい。
- ケアラーに対しての理解を深めて欲しい。