

2024年「改正介護保険制度」の実施に向けた準備が進められ、厚生労働省では介護報酬改定に関する議論が大詰めをむかえています。また、各市町村における「第9期介護保険事業計画」の策定も同様です。今回の特集では、目前に控えた次期「改正介護保険制度」と国や地方自治体にみられる「ケアラー支援」に対する意識の変化について解説して頂きました。介護保険制度があくまで「要介護者のため」にあった時代もそろそろ終わりに近づいているのかも知れません。

## 特集

ケアラーにまつわる  
介護保険の制度改正について ..... P2

## ケアラーの思い ..... P4

- ◆「介護」に翻弄されたリタイア後の日々
- ◆「自宅で終わりたい」を叶えるために

## 全国のケアラー団体から ..... P5

- ◆手作りのケアラーネットワーク えべつケアラーズ  
(えべつケアラーズ)
- ◆先が見えない介護への不安や悩みを語り合い、  
思いを共有する場 (ケアラーズカフェKIMAMA)

## Topics

## まちという名の家族

栗山町ケアラー支援室 参与 吉田 義人

## 別れの旅

「おなかすかないかい、弁当あるよ」

「うん、まだいいよ」

途切れがちな親子の会話がくり返され、途切れるごとに全員の視線は申し合わせたように外の景色に移動する。なんとも言いようのない時間が過ぎていた。車窓を次々に流れる景色は、2組の親子の心にはどのように映っていたのでしょうか。

昭和53年春、中学を卒業した知的障がいのある子どもさんと母親、そして福祉担当の私の5人は網走への普通列車の中にいた。行先は、網走管内の知的障がい者の更生施設、ここに入所する2人の子どもを送る栗山からの旅、実は、この2組の親子にとっては別れの旅でもあった。

いま振り返ると、あの車中でのお母さんの自然な優しさの奥には、大きな声で叫びたいほどのやるせない心があったと思う。わが子が障がいをもった、そのことで普通の親子のように一緒に暮らすことができないのか…。夕方、不安げな表情で立つ2人と職員の方々の見送りを受け、施設をでるお母さん「みんなと仲良くして頑張るんだよ。また来るからね」涙を必死にこらえる姿が痛ましかった。

私たち3人は帰りの夜汽車でもまた会話が途切れ、車窓に2人の子どもの笑顔を浮かべては消しながら帰途についた。当時、施設入所以外に家族の選択の道は限られた状態でした。この光景がその後の私自身の行政や社協での仕事の原点になったのです。みんなが望めば生まれ育ったまちで暮らせる、たとえ親御さんが先に亡くなって私たちが支えていくケアラー支援にもそのような覚悟が必要ですね。

# 特集 ケアラーにまつわる介護保険の制度改革について

淑徳大学教授 結城 康博

## 1 24年改正介護保険制度とケアラー支援

現在、24年改正介護保険制度の実施に向けて自治体が作業を進めている。また、国（厚労省）では介護報酬改定の議論が大詰めを迎え、今回、大きく運営基準等も変ることとなるだろう。そして、各市町村（保険者）では、第9期介護保険事業計画の策定がまとまる時期となり、地域の介護資源整備についての見通しが示される予定だ。

特に、国（厚労省）から「第9期介護保険事業（支援）計画の基本指針（大臣告示）のポイント」として、認知症高齢者の家族やヤングケアラーを含む家族介護者支援の取組みについて盛り込むように推進されている。このような「ケアラー支援」を介護保険事業計画に明確に盛り込むことは、介護保険の歴史を振り返っても重要な画期的なことと考える。

国（厚労省）は、「介護を必要とする高齢者のみならず、家族介護者を含めて支えていくための取組を進めていくことが重要である。」と、明確に介護保険制度の意義をケアラー（家族介護者）も対象とすることを明確化した。

## 2 経産省も関心を示す

総務省データによれば、2022年時において親などの介護・看護のため過去1年間に前職を離職した「介護離職」が10.6万人となった。2017年調査時と比べて0.7万人増加している。2022年時で介護をしている者は629万人ではあるが、このうち有業者は365万人となっている。

そこで、昨今、経産省までも「ケアラー支援」について政策課題として取り上げている点は注目すべきである。具体的には有業者で介護に携わる者を

「ビジネスケアラー」と位置づけ、このまま抜本的な対策が進まなければ、2030年約9兆円の経済損出が生じると試算したのである。

つまり、「仕事と介護の両立」に困難な従業員が増えていくと、業務効率が悪くなり企業の業績に悪影響を及ぼす。そして、「介護離職」者が増えると生産年齢人口減少社会において貴重な労働力を失うこととなり、さらなる経済損出が生じてしまいかねないと危機感を示したのである。。

その意味では「介護保険」などの理念が、ケアラー（家族介護者）支援といった方向にも変革していく流れが官庁や自治体にも認識されつつある。いわば「ケアラー支援」の理念を踏まえた介護保険の流れが生じはじめている。

## 3 具体的な変革に期待

今後、24年改正介護保険制度には間に合わないが、次次改正時には、介護保険における「生活援助（ヘルパーサービス）」の形態の変革を期待したい。

具体的には、

- ①同居家族が居るかいないかに関わらず、「生活援助」が必要とあれば利用できる。
- ②ヘルパーの「食事づくり」においても、同居家族が働いていたり、勉学している学生がいるならば、家族の分も調理可能とする。
- ③必要とあれば、要介護者と同居している家族の部屋や洗濯なども可能とする。

以上、訪問介護（生活援助）による現行の制約を緩和させるべきである。これらはヤングケアラー支援にも繋がる。そして、「生活援助」において一回のケア時間も90分～120分以上とするなど、併せて介護報酬改定も講じられれば、家族介護者支援に繋がるであろう。

## 4 次次改正介護保険制度への期待

24年改正介護保険においては明確にケアラー支援が位置づけられたが、具体的なサービス利用に関しては目立った動きはない。今後は、家族介護者に適したサービス体系の変革を具現化させていかなければならない。

特に、昨年12月に決まった24年介護報酬改定率は+1.59%であった。

介護人材処遇改善加算の上乗せ分が+0.98%であるから、差し引けば+0.61%が介護事業所に新たに配分される率である。これは21年介護報酬改定

+0.7%を下回る。

その意味では、介護事業者側においては厳しい介護経営になることに変わりないので、サービスの向上の課題が浮き彫りとなった、次次の改正にはより良い方向へすすむことを期待したい。



淑徳大学

総合福祉学部 社会福祉学科

淑徳大学大学院

総合福祉研究科 社会福祉学専攻

教授 結城 康博

研究分野：社会保障論、社会福祉学

## 書籍紹介



# ヤングケアラー支援者の役割と連携

編著

結城 康博 米村 美奈 黒川 雅子

出版：株式会社ぎょうせい 定価：本体2,800円+税 発行：2023年8月

### ◆「子どもたちを守るために」今、大人たちは何をすべきか◆

「ヤングケアラー」に関する基礎的な理解から、各支援者・関係機関の役割や連携のはかり方までヤングケアラー支援のスキルアップに。

昨今、社会問題としてメディア等でも取り上げられることが多い「ヤングケアラー支援」について、改めて理解を深めてみませんか。

### 【目次】

#### 第I部 ヤングケアラーと向き合う

- 第1章 ヤングケアラーとは
- 第2章 ヤングケアラーの課題

#### 第II部 子どもの抱える課題にいかに関わるか

- アクター別のかかわり方—
- 第3章 教育現場における潜在的課題
- 第4章 ヤングケアラー支援におけるスクールソーシャルワーカーの役割
- 第5章 ケアマネジャーの視点から見るヤングケアラー

- 第6章 民生委員・児童委員活動とヤングケアラー
- 第7章 多様な支援主体のかかわりの現状と課題

#### 第III部 これからのヤングケアラー支援にどう取り組むか

- 第8章 保健・福祉・教育の連携のあり方
- 第9章 ケアラー支援条例にみる自治体のヤングケアラー支援
- 第10章 これからのヤングケアラー支援の実践

## ケアラーの思い

### 「介護」に翻弄されたリタイア後の日々 K.N(長崎県/70代 女性)

結婚してからずっと夫婦共働きの生活でした。夫も私も働き詰めの40年間。おかげさまで健康にめぐまれた私たちは、それぞれにぶじ退職の日を迎えました。

子どもたちもすでに独立し私たちのもとを離れていました。夫婦二人の悠々自適な生活が待っている。長期の旅行に行こうか、あこがれていた新車に買い替えようか、孫たちの世話もときどきはしてあげなきゃね・・・そんなごくごく普通のリタイア後の生活が私たち夫婦にも当然はじまるのだと、当時は何の疑いもなくただ漠然と思っていました。

そんな私たち夫婦に想像もしていなかったことが起こりました。退職後まもなくして夫が受けた診断は「アルツハイマー型認知症」。頭の中が真っ白になりました。徐々

に夫の病状は進行し、要介護認定も更新のたびに重くなっていきました。難しいことも増えていき、在宅介護から入院を経て施設介護へ。その間、実家の母の介護も始まり、また私自身も病に倒れました。子どもたちに助けてもらいながらどうにか日々を乗り越えましたが、夫のことは最期まで妻である自分が介護してあげようと思っていたのに、自分自身が入院や療養を繰り返すようになり、それが叶わなくなったときが一番苦しかったです。

十数年間の介護生活を経て、最後は病院で夫を看取りました。私たち夫婦には思い描いていたようなリタイア後の生活はなかった。本当に人生何があるかわかりません。でも、人生は続いていきます。先に旅立った夫にまた会う日まで。私は私の人生を精一杯生きていきます。

### 「自宅で終わりたい」を叶えるために Y・S(宮城県/50代 男性)

本年父が亡くなりました。12年前にステージ2の胃ガンで上部3分の1を摘出、幸いなことに再発はありませんでしたが、6年前から慢性心不全を患いました。年々心臓が弱り、全身の筋力低下に伴い嚥下機能も低下し、誤嚥性肺炎を繰り返すようになりました。一時退院もありましたが約三か月の入院生活、弁膜症治療のため心臓カテーテル手術も計画しましたが、体力低下で断念せざるを得ず、肺炎も治ったため退院する流れとなり担当医から介護施設か在宅かの選択を提案されました。本人が「自宅で終わりたい」と言ったことが、後押しとなり在宅介護をすることを家族で覚悟を決めました。介護認定調査も受けました(要介護5の認定)。すでに循環器科の担当医から延命措置をするかしないかの選択について私の意見も求められており、それについては本人に確かめて「楽になりたい」との言葉を大切に、延命措置は行わなくてよいと私の意見をお伝えしました。その上で旧知の訪問医療の医師に相談したところ、知り合いのケアマネジャーがこの近くにいるという話を聞き、お二方に相談をしながら進めました。病院での退院調整会議をケアマネジャー、看護師、訪問看護、訪問介護、訪問入浴、介護用品レンタル会社と行いました。本当に

ケアマネさんに感謝です。早速在宅介護が始まり、父も顔色が良くなり元気になりました。訪問医療の医師もとても親身に診察してくれました。そのあとは、朝夕のヘルパーさん、口腔・身体リハビリ、訪問看護、毎日朝から晩まで専門職によるサービスが入りました。私たちも着替えや排せつのサポートに取り組み、父も良くなろうと頑張りました。ところが少し経った頃から誤嚥を起こすようになり、朝にヘルパーさんが異変に気づき、その後担当病院医師により父の死が確認されました。

医師の見立ては、「死因は誤嚥性肺炎と書くが、おそらく心臓が持たなかったのでしょう。苦しまずにお亡くなりになったと思います」との言葉に安堵しました。私は出張中で、その時には立ち会えなかったけれど、この三か月の間たくさん父と話しました。亡くなる数日前には満84歳の誕生日のお祝いも家族でできました。「先祖の中で一番長生きしたな」と話したのが心に残っています。父のことはすべて過去形の話になってしまいましたが、自宅で終わることを実現するためにはきれいごとではない現実(家族は皆寝不足で精神的にも疲弊しました)があることを知りました。それでも父の希望を皆で叶えたことは、私のこれからを支え続ける経験になったと思っています。

# 全国のケアラー団体から

## ●手作りのケアラーネットワーク

えべつケアラーズ／加藤 高一郎

私たち、えべつケアラーズは2017年に産声をあげました。

北海道札幌市の隣町である「江別市」で、6名のケアラーが自分たちと同じような環境下にあるケアラーを支えたいという思いで「ケアラーズカフェ」をスタートしました。北海道のケアラー支援のトップランナーでもある栗山町から、ケアラー支援、そしてケアラーズカフェの運営についてのノウハウを学ばせていただき、手探りの状態で開始しました。ダブルケア、虐待、LDBT、更生保護など、様々な状況下のケアラーの皆さんにカフェに足を運んでいただきました。

活動のモットーとしては「ケアラーと同じ方向を向く」「解決はしない」という点に重きを置いて歩んできました。

一般的な相談窓口は、相談に来た来所者に対して相談に乗ったうえでアドバイスを提示したり、関係機関につないだり、解決の糸口を発信するイメージが強いですが、我々はメンバー全員がケアラーということもあり、まずはしっかり同じ立場で同じ方向を向いて共感する。そして共に悩み、共に笑い、共に感じる、そこに重きを置いて活動してきました。解決することが私たちの団体の目的ではなく、ケアラーの皆さんの思いを「聞ききること」「受け止めきること」を大事にしてきました。

家族のケアの問題の解決にあたっては、とにかく「迅速」に「効率よく」が良しと捉えられがちですが、私たちはあえてそこに

「ケアラー支援の本質」「家族が家族を思う、見えない思い」が隠されていると考え、今もその点を大事に活動を継続しています。

現在は「ケアラーズカフェ」を中心に「ケアラー宅訪問相談」や「電話・オンライン相談」も行いながら、地道な活動を続けています。

団体結成の翌年からはヤングケアラーの支援も増え、現在では40名程のヤングケアラー（道内道外含）の支援にあたっています。昨年度からは、北海道でも「北海道ケアラー支援条例」が制定され、道内初のヤングケアラー専門相談機関である「北海道ヤングケアラー相談サポートセンター」を北海道から受託することとなりました。

寄付や助成に頼りながらの手弁当の活動、そして手作りのケアラー支援事業、ヤングケアラー支援事業になりますが、たとえ歩みは遅くとも、決して戻ることない確かな歩みを続けていきたいと思っています。



定期的（月に2回）にケアラーズカフェ（介護している家族たちの息ぬき処）を開店しています。介護技術教室や、お菓子作りなどワークショップ、研修会やフォーラムも不定期ですが行っています。

【連絡先】〒069-0806 北海道江別市新栄台12の6  
TEL:080-4136-4129 FAX:011-389-5517  
E-mail:katoorozuya@gmail.com  
HP: <https://ebetsu-carers.com/>  
(北海道ヤングケアラー相談サポートセンター)

## ●先が見えない介護への不安や悩みを語り合い、思いを共有する場

ケアラーズカフェKIMAMA／市民活動団体ZUTTO-KOKO代表 岩瀬 はるみ

ケアラーズカフェKIMAMAは2013年に開設しましたが、そもそものきっかけは15年程前に始めた「住み開き型カフェ」、自宅を開放した多世代交流型のコミュニティカフェです。

コミュニティカフェに集う子育て世代が年月の流れとともに、介護世代となり、話題の中心が「子育て」から「親の介護」へと移っていき、世の中はまさに大介護時代に突入。私自身も親の介護に直面する身となりました。

「介護していると毎日忙しくてゆっくりお茶を飲むこともできない」こんな声から生まれたのがケアラーズカフェKIMAMA。忙しい介護の合間にちょっとひと息つけて、日頃の思いや悩みを吐き出せる場を作れたらいいな、そんな思いで始めました。

大切にしていることは、ケアラーさんの話にじっくり耳を傾けること。聞き手として、傾聴ボランティアさんや家族介護経験者にも参加してもらっています。溜まった思いを一気



に吐き出す人、最初は他の人の話を黙って聞き、次第に打ち解けて心の内を明かすようになる人など様々ですが、同じ体験をした者同士、思いを吐き出したあとは皆さん穏やかな表情になります。

必要に応じて介護に関する情報を提供したり、専門職に繋げることもあります。解決できることは限られています。まずはケアラーさんの話に耳を傾け、同じ体験をした者同士で思いを共有したり、共感できる場であればいい、そう願っています。

60代、70代の介護者が中心ですが、シングルケアラーさんやダブルケアラーさんなど介護者の立場もさまざま。最近は障害児の親御さんが参加されることもあります。

コロナ禍では家族介護の負担が増したためかお問合せも増えました。自宅での開催ということもあり、休止したのは1か月間のみ。オンラインも併用しながらなんとか続けています。

【連絡先】市民活動団体 ZUTTO-KOKO  
〒156-0054 東京都世田谷区桜丘 5-15-11  
TEL: 03-3439-1650(岩瀬はるみ)  
E-mail: [harumi-i@jcom.home.ne.jp](mailto:harumi-i@jcom.home.ne.jp)

全国介護者支援団体連合会 事務局より

入会案内

全国各地でケアラー支援に取り組む団体のネットワークです。一緒にケアラー支援の輪を広げましょう

◆主な活動

- ケアラー支援団体の交流・情報交換会の開催
- ケアラー支援に取り組む人材の育成
- ケアラー新聞の発行 など

◆団体同士の交流会や、活動リーダー向け研修等に参加できます!

◆正会員(団体) 5,000円/年	◆準会員(団体) 5,000円/年
◆正会員(個人) 5,000円/年	◆準会員(個人) 3,000円/年

※正会員はケアラー支援を行う団体に限ります。  
※当会ホームページより入会申し込みできます。

ケアラー新聞をご希望の方へ

まとまった数の送付をご希望の方は、「レターパックライト 370円」「切手 370円分」をお送りいただければ、50部を郵送します。それ以上の部数をご希望の方はご相談ください。

送付先 ▶ 〒277-0034

千葉県柏市藤心 1-29-12 カフェみちくさ(布川)宛

お知らせ

今号よりケアラー新聞は年2回の発行になります。次号NO.12は3月発行予定です。引き続きよろしくお願いたします。

～2023年度第10回定時総会・交流会を開催しました～

2023年6月17日(土) ZOOM開催

1. 総会 (13:30～14:15)

- 2022年度事業報告、決算・監査報告
- 2023年度事業計画、収支予算について
- 役員の変更および事務局の選出について
- \* 議決権は正会員のみ(当会規約第11条に基づき、可決成立しました。)
- \* 準会員はオブザーバーとして参加

2. 交流会 (14:15～15:30)

- テーマ: ホンネで話そう! 連合会  
これからの連合会に求めること、入会の  
動機など意見交換を行いました。



■全国介護者支援団体連合会 メール▶zenkokukaigo@gmail.com HP▶https://kaigosyasien.jimdofree.com/

東京ガスの睡眠見守り ライフリズムナビ+HOME

※「ライフリズムナビ」はエコナビスタ株式会社の登録商標です。

離れて暮らすご家族を見守るあなたをサポート!



自治体採用実績あり!  
東京都稲城市「センサー見守りサービス事業」  
でサービス提供中!

ケアマネジャーや  
介護サービス提供者も  
一緒に見守ることができます。  
(追加料金不要)

※エアコンの機種によってはご利用いただけない場合があります。

電話申込

東京ガス株式会社 ずっとも住まいサポート窓口

0570-002267 [月～土]9:00～19:00 [日・祝]9:00～17:00

\* 電話料金はお客様のご負担となります。かけ放題等の定額通話制度等も適用対象外(有料)となります。  
\* IP電話・海外からのご利用などは 03-6735-7240

サービスの詳細・  
Web申込は  
こちらから

