

若者ケアラーに関する研究の現状と展望

－若者ケアラー特有の孤立感に着目して－

臨床心理学コース 青木 由未加
臨床心理学コース 滝沢 龍

Recent Studies on Young Adult Carers
－Exploring Their Feelings of Isolation－

Yumika AOKI and Ryu TAKIZAWA

Japan has been facing serious problems on declining birthrate and ageing population which started to influence not only adults but also children and young adults. Previous studies have found consequences of taking excessive care of someone with depleted support resources at a young age. Japanese national scale surveys on young carers (under 18-year-old) also found that 1 out of 17 middle school students is a young carer. Studies and social support on young carers are gradually increasing, yet young adult carers (18-year-old and over) often go unnoticed by society. In this research review, we looked at young adult carers' feelings of isolation and how it may negatively affect them. We concluded that young adult carers may feel different types of burden from young carers, and longitudinal study will be suitable for studying possible outcomes of taking care of someone at a young age.

目次

- はじめに
 - ヤングケアラーについて
 - ケアの内容と10の例
- 若者ケアラーについて
 - 若者ケアラー
 - ヤングケアラーと若者ケアラー
 - ヤングケアラーと若者ケアラーに関連する事件
- 市町村、都道府県、国で行われている施策
- 海外研究の概観と国内研究の現状
- 今の日本で若者ケアラーの研究が必要とされる理由
- 若者ケアラーに必要な支援
- 総合考察
- 引用文献

1. はじめに

高齢化社会を超え、超高齢化が急速に進む日本では「ヤングケアラー」という言葉がよく聞かれるようになってきた。18歳未満の家族をケアする子どもたちの存在がヤングケアラーとして注目を集める傍ら、同じく大きな負担を背負いながらも社会から孤立する若

者たちの存在も明らかになってきた。そこで本論考では、ヤングケアラーの現状を概観するとともに、18歳以上の若者ケアラーについての実態、そして彼らが必要としている支援について海外の研究などを参照しながら考察することを目的とする。

A. ヤングケアラーについて

はじめにヤングケアラーとは、18歳未満の介護に限定されない家族のケアを無報酬で行う子どものことを指す。家族といってもケアの対象や内容はさまざま、祖父母への高齢者介護、精神疾患を抱えた親の心身的な介護、障害を持ったきょうだいのケアなどが含まれる。ヤングケアラー支援は晩婚化、離婚率の上昇、そして少子高齢化が進む日本では対策を講じるべき社会問題の一つとして捉えられている。ヤングケアラーに関する研究はイギリスで1980年代に始まり（澁谷, 2018）、オーストラリアやヨーロッパなどでも研究が進んでいる¹⁾。イギリスの先行研究から明らかになってきたのは、健康状態が良好ではなく社会的支援がまともに受けられていない、かつ低収入の家庭にヤングケアラーがいる場合、そのヤングケアラーに与える心身への負の影響は長期的であるということである（Becker, Dearden, & Aldbridge., 2000）²⁾。具体的な影響

としては、ウェルビーイングへの影響や、健康と心理社会的成長への影響、成績への影響、限定された友人付き合い、子どもから大人へ成長する上での弊害などが含まれる。さらにその中には、自傷行為や自殺未遂など子どもにとって致命的なものも含まれている (Cree, 2003)³⁾。また、家族にケアを要する人がいるからといって、必ずしも全ての子どもがヤングケアラーになるわけではない。ただし、先行研究で明らかになったこととして、ヤングケアラー自身のキャパシティを超えるケアを行うことで、ケアを行う上での弊害がでてくるということである (Early, Cushway, & Cassidy, 2006)⁴⁾。さらに、このような重すぎるケアを担う子どもたちが抱える問題を解決するには、社会学と心理学の両面からの包括的アプローチが望ましいと考えられているが、家族が家族の世話をすることが常識として捉えられてきた日本では、ケアラーへの支援は社会的、そして心理学的の両方で未だ不十分であるとされている。

最近ではヤングケアラーの存在が注目を集めつつあるが、ケアラーの中でもヤングケアラーに関する調査や研究は寡少であり、実態調査も未だ十分に行われているとは言えない。検索エンジン CiNii において2022年9月25日時点で、「介護者」の検索結果が9,794件、それに比較して「ヤングケアラー」の検索結果は329件と、かなり限定されていることがわかる。日本におけるヤングケアラーに関する研究は、成蹊大学の澁谷が2013年にヤングケアラー本人ではなく医療ソーシャルワーカーを対象に、そして2015年には教員たちを対象としたアンケート調査を行なったところなどから始まった (澁谷, 2018)¹⁾。その後、2016年には大阪歯科大学の濱島らが大阪府の公立高校10校を対象にアンケート調査を開始し、5246人の回答結果から20人に1人となる272名 (約5.2%) がヤングケアラーであることがわかった (毎日新聞取材班, 2021)⁵⁾。それに続いて、2018年末には埼玉県の公立高校11校を対象に実態調査を行なった結果、3917人から回答が得られ、541人 (約6.2%) が「ケアをしている家族がいる」と答えたことが発表されている。このような結果から、ヤングケアラーへの注目が集まり始め、ニュースや新聞でもさらに取り上げられるようになってきた。そこで日本では、2020年に厚生労働省と文部科学省が連携し、全国の中高生を対象に、ヤングケアラーの実態調査を開始した (三菱UFJリサーチ&コンサルティング, 2021)⁶⁾。その結果、「家族の世話をしている」と答えたのは中学2年生の17人に1人、高校

2年生の24人に1人ということが明らかになり、ヤングケアラーは学校のクラスに少なくとも1人は存在するということがわかってきた。

さらに、日本総合研究所が2022年に行なったヤングケアラーの実態調査によると、48%がヤングケアラーという言葉で「聞いたことがない」と答えていることが報告されている⁷⁾。他の実態調査でも、ヤングケアラーを知っていると答えた生徒は全体の約6%であり、ヤングケアラーの存在を知らないと答えたのは全体の約80%であったと報告されている⁵⁾。これらの結果から、ヤングケアラーはクラスに存在するのに、周りの生徒や教師、そして学校から認識されずに成績不振や学校を中退してしまう生徒が一定数いるのではないかと考えられる。周りのヤングケアラーに対する認識も必要ではあるが、さらに重要なのはヤングケアラー自身の認知であると推察し、フランスで行われた研究では約80%のヤングケアラーが、自身がヤングケアラーの定義に当てはまるということを確認していないという結果も出ている (Chevrier, Untas, & Donard, 2022)⁸⁾。こうしたヤングケアラーの存在の全体的な認知度の低さなどを考慮すると、ヤングケアラー支援を行う上で認知度の低さは支援への障害になり得ることもわかってきている。さらにこういった事情の影響もあり、ヤングケアラーは孤独感を感じやすいことも先行研究の結果報告されている。2018年に埼玉県が県内の高校2年生を対象に行なったヤングケアラーの実態調査では、ヤングケアラーであると答えた生徒1969人 (4.1%) の中「悩みを話す相手がない」と答えたのは25.4%で、「ケアについて話せず孤独」と答えた生徒は19.1%ということがわかった⁵⁾。このようにヤングケアラーの孤立は深刻であり、ヤングケアラーに対する認知度を高めていくことが周囲の人々がヤングケアラーの支援を行い、ヤングケアラーたちが彼らから支援を受ける上で重要であると言える。また、ヤングケアラーの多くは子どもが担うには負担の大きすぎるケアを行なっている者も少なくなく、彼らのケアは家事や介護だけに留まらず実に多様であることも知られてきている。

B. ケアの内容と10の例

1. 家計を支えるために労働をしている (経済的支援)
2. 日本語が第一言語ではない家族の通訳をしている (意思疎通支援)
3. 目の離せない家族の見守りや声がけなど気遣いをしている (見守り支援)

4. 家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている（家事掃除）
5. 家族の代わりに幼い兄弟の世話をしている（子育て支援）
6. アルコール・薬物・ギャンブルなどの問題のある家族に対応している（トラブル解決支援）
7. 慢性的な病気の家族の看病をしている（治療支援）
8. 入浴やトイレの介護をしている（デリケート支援）
9. 身の回りの支援（生活支援）
10. 障がいのあるきょうだいの世話や見守り支援（きょうだい支援）

ヤングケアラーや若者ケアラーが担っている家族のケアは多岐にわたり、その中には子どもや若者が担うには負担が大きすぎるものも含まれている。一般社団法人日本ケアラー連盟「ヤングケアラープロジェクト」は上記の10にわたるケアの内容の例を挙げており、依存症や精神疾患をもつ家族の心身ケアであったり、慢性疾患をもつ家族のケアや排泄の介助などであったり、大人が一人で行うにも負担が大きいケアが含まれていることがわかっている⁹⁾。これらはこども・若者ケアラーが日常的に行うケアであり、ケアの対象は幼い兄弟、祖父母、親など実に様々である。そのため、ヤングケアラーと若者ケアラーを取り巻く環境やニーズは多種多様であり、支援方法などにも柔軟性が求められる。これから彼らの支援を行なっていく上で各家庭ごとの家庭内事情をしっかりと把握し、福祉や心理的側面からのアプローチを行い、支援に確実に繋げていくことが求められると考えられる。さらに、ヤングケアラーの中には家族のケアを担うために、学校に行くことが困難になったり、学業との両立が難しいため学校生活や成績への影響が出たりするヤングケアラーもいるという（Sempik & Becker, 2014）¹⁰⁾。このように、幼少期や青年期を思うままに過ごせないヤングケアラーへの影響は長期化する傾向があるとされ（澁谷, 2022）¹¹⁾、深い孤立感を抱えたままだと他者との人間関係の構築や人格形成にも影響を及ぼす恐れがあると考えられている（仲田 & 木村, 2021）¹²⁾。さらに、こうしたヤングケアラーが成長した、若者ケアラーという存在も徐々に注目されつつある。

2. 若者ケアラーについて

A. 若者ケアラー

ヤングケアラーは18歳未満を指す言葉であるが、

18歳を超えたヤングケアラーは何と呼ばれているのであろうか。18歳から25歳までのケアラーは、海外ではヤングアダルトケアラー（Young Adult Carers: YACs）と呼ばれ（Levine et al, 2005）、日本では若者ケアラーとして呼ばれている¹³⁾。ケアラーの年齢が18歳になったからといって、ケアの負担が突然軽減されるわけではなく、ヤングケアラーから引き続き若者ケアラーに対する支援も継続することで、より手厚く切れ目のないサポートに繋がる。本論考の主題にもなっている若者ケアラーは中等教育が終了し、児童福祉の対象から外れ、子どもと大人の分岐点に立ちながらヤングケアラーとは少し異なった問題を抱きやすいとされる。若者ケアラーは、大学や専門学校などへの進学、就職、恋愛、結婚など将来を左右する大変重要な時期にいるが、家族にケアを必要としている人がいるために、人生における選択肢が狭まることも珍しくはないという（仲田・木村, 2021）¹²⁾。ヤングケアラーや若者ケアラーの研究を先駆けて行なっているイギリスでは、大学において若者ケアラーはそうではない学生と比べて4倍中退率が高かったことがわかっている（Sempik & Becker, 2014）¹⁰⁾。学業とケアの両立は心身ともかなりの労力を費やすものであり、社会から見落とされやすいヤングケアラーや若者ケアラーにとってはより一層困難になってくる。さらに、ヤングケアラーに対して行われた埼玉県の実態調査では、「学校の勉強や受験勉強のサポートをしてほしい」や「自由な時間がほしい」と答えた生徒が約2割であったという（毎日新聞取材班, 2021）⁵⁾。その他の先行研究では、87%のこども・若者ケアラーが学校などの教育機関で「ケアを行う上で有益なアドバイスをもらえなかった」と答えていることも報告されている¹⁰⁾。ヤングケアラーのように学校に通っているケアラーは出欠管理や担任の教師などがいることで、若者ケアラーと比べると家庭内の状況が外からわかりやすい場合もあるが、若者ケアラーは義務教育の対象から外れているので、担任の教師や塾の先生など家族以外で身近に見守ってくれている大人が少ないために周りからの支援を受けられない可能性も考えられる。さらに、若者ケアラーは大学や専門学校に通っていたとしても、身近な大人や友人が心配して電話をかけてきたり、手伝うために家に訪ねてきたりすることはヤングケアラーに比べると少ないとも推測される。この家庭環境の不透明さというのは、ヤングケアラー然り若者ケアラーを支援する上で大きな課題であり、苦しい状況にいるケアラーの発見は未だに課題として残っていると考えられる。

B. ヤングケアラーと若者ケアラー

家族のケアをする子どもや若者がヤングケアラーとして一括りに呼ばれることもあるが、彼らを18歳を区切りにして、呼び分けることがどのような意味をもつのであろうか。そもそもヤングケアラーと若者ケアラーという呼び方の区別をするべき理由として、こども・若者ケアラー研究が最も進んでいるイギリスでは次のように言われている。家族のケアを担う子どもと若者の呼び方をヤングケアラーと若者ケアラーとして区別することで管轄が明確化され、これから進んでいくとされる支援がより円滑に多くの層に広がっていくのだという。子どもを保護する条例や制度は教育基本法、義務教育、児童福祉法のように多様であるが、若者だけを対象にした条例や制度はほぼないと言える。そこでこの2つのグループを区別し、管轄を分けることで、責任の所在が明確になるため区分化は必要であると考えられている¹⁴⁾。ヤングケアラーは法的にも子どもである一方、若者ケアラーは成人として区別されることや、それぞれが求める支援へのニーズが異なると考えられるため、彼らを区別して考えることでより明確で効果的な支援を提供することが可能になる。

C. ヤングケアラーと若者ケアラーに関連する事件

負荷の大きいケアを担うこども・若者ケアラーの中には過度なストレスなどの影響から、支援に繋がる前に犯罪に陥ってしまうケースも散見されはじめた。そういった事件を機にヤングケアラーの存在を知ったという人も少なくないかもしれない。こども・若者ケアラーに関連する事件の例として、2021年8月に滋賀県大津市に住む当時18歳の少年が妹（当時6歳）を暴行し、死亡させたとして傷害致死罪で逮捕されたという事件がある。その兄妹は当時母親と暮らしており、日中問わず不在がちだった母親の代わりにその少年は妹の世話をするヤングケアラーであったということが報道されている。さらに、その母親は事件発生直後、覚醒剤取締法違反として逮捕されていることも明らかになっている（野瀬、2022）¹⁵⁾。また、その他の若者ケアラーに関する事件として、2019年10月に若者ケアラーであった幼稚園教諭だった女性が、介護疲れなどにより祖母を殺害した事件が報道されている。この女性は就職して間もなく認知症を患った祖母と同居するようになり、平日の夜と週末は祖母の世話をほとんど一人で担っていたという。さらに報道されている事実として、彼女は祖母を殺害する前夜に自殺未遂を起こしていたという（神戸新聞NEXT, 2020）¹⁶⁾。このよ

うにヤングケアラーや若者ケアラーを取り巻く環境には社会からの孤立や支援不足が窺える。子どもや若者が彼ららしく生きていけないほどの負荷になるケアを担う環境に陥ることは、防いでいかなければならないと考えられる。では、こうした事件に発展してしまうような困難な状況にいるこども・若者ケアラーたちは今後どう救っていただけるのであろうか。さらに、日本ではどのような対策が講じられているのだろうか。

3. 市町村、都道府県、国で行われている施策

2010年代からヤングケアラーの存在が注目されるようになるとともに、地方自治体さらには国家規模でのヤングケアラー支援に向けての調査や条例の制定が始まってきた。まず、市町村で行われていることとして、2021年5月に兵庫県神戸市で全国初のヤングケアラー専門の相談窓口が開設されたことがあげられる。これは2019年に起こった22歳の幼稚園教諭による祖母殺害事件が大きく影響しているという（多名部、2022）¹⁷⁾。さらには、神戸市は毎月第2土曜日に「ふうのひろば」と称して、こども・若者ケアラー同士が集まり交流、情報交換できる場所を提供している（神戸市役所、2022）¹⁸⁾。また、2021年11月には群馬県高崎市で、全国初となる中高生のヤングケアラーがいる家庭に無料でヘルパーを派遣する通称「ヤングケアラーSOS」を始めることを発表し、2022年9月にサービスが開始されているという（高崎市役所、2022）¹⁹⁾。このサービスを利用してもらうことで、ヤングケアラーの家事や介護等の生活の負担を軽減する目的があるという。しかし、こうした支援事業は主に中高生のみが対象であり、18歳以上の若者ケアラーは現時点では含まれていない点にも留意しておく必要がある。他には、子どもや子育て世代が手厚い支援を受けられることで有名な兵庫県明石市では2021年にヤングケアラーの支援チームを発足させ、5つの無料化として高校3年生まで医療費を無料としたり（明石市役所）、福祉学習などの時間を使いリーフレットなどを配布したりすることでヤングケアラーの存在を学ぶ機会を設けていくという（明石市役所、2021）^{20), 21)}。さらにそれに加えて明石市では、「認知症あんしんプロジェクト」と題して、ヤングケアラーや若者ケアラーを含む認知症の家族を持つ家庭への支援を開始した²²⁾。その内容としては、全国に先駆けて宅配弁当無料券や、寄り添い支援サービス券、ショートステイ券などが無償で提供されるという。また、隣の神戸市では2022年7

月から無償の「ケアラー世帯への訪問支援事業」が開始された。この事業では18歳未満のヤングケアラーがいる家庭を対象に、一定の期間ヘルパーを派遣するというものである（神戸市役所，2022）²³。このように、市町村規模でこども・若者ケアラー支援への動きが近年急速に高まってきていることが窺える。

一方、各都道府県で行われているこども・若者ケアラー支援としては、2020年3月に埼玉県で全国初の「埼玉県ケアラー支援条例」が公布、施行されたことである²⁴。埼玉県は国や他の都道府県に先駆けてヤングケアラーの実態把握調査を行っており、日本のこども・若者ケアラー研究や支援に大きく影響していると言えるだろう⁵。また、大阪府では全国で初めてヤングケアラー本人たちにアンケート調査を行ったり、ヤングケアラー支援を行う団体に助成金の補助を出したりとヤングケアラー支援は徐々に進んでいる（大阪府，2022）²⁵。しかし、このような支援への動きが見えつつも、ヤングケアラーの実態調査は2021年7月の時点では約30%の都道府県でしか行われていないことがわかっており（NHK，2021）、これまでの1年間における実態調査の数は増えてはいるものの、全国で実施されるまでにはまだ時間がかかりそうである²⁶。このように全都道府県に実態調査を進めるように促したのは、国が行なったヤングケアラー実態調査の影響が大きいと考えられている。

国が支援を行ってきたこととしては、2020年から厚生労働省と文部科学省でヤングケアラーの実態調査を行ったことである。その調査では全国の中学校1000校から中学2年生約10万人の生徒と全日制高校の350校から高校2年生約6.8万人が選ばれた⁵。実態調査にあたって、ウェブ上で回答が集められ、中学2年生の5558人と高校2年生の7407人が回答した。その結果からわかったのは、世話をしている家族が「いる」と答えたのは中学2年生の17人に1人である全体の5.7%、さらには高校2年生の24人に1人である全体の4.1%であることが判明した。これは、軽く見積もってもヤングケアラーがクラスに1～2人はいる計算になり、日本のヤングケアラー支援への必要性を再確認するきっかけになった。さらには、ヤングケアラーと答えた生徒の4割強がケアする頻度を「ほぼ毎日」と答えていることが明らかになっている。

この実態調査の結果から政府はヤングケアラーの早期把握、相談支援、家事育児支援、介護サービスの提供の4つ支援策を打ち出した（NHK，2021）²⁶。彼らの早期発見のためには学校関係者が生徒の出席状況な

どを把握し、必要であればスクールカウンセラーやソーシャルワーカーと協働しながら支援につなげていくことが想定されると言われている。しかし、このようにヤングケアラーへの支援は加速する一方、若者ケアラーへの支援は未だ発展途中であり、社会からあまり注目されていない存在であることもわかってきている。ここまで、日本におけるこども・若者ケアラーへの支援について学んできたが、海外では彼らの存在はどう認識されているのだろうか。

4. 海外研究の概観と国内研究の現状

イギリスでは1980年代末からヤングケアラーの研究が進んでおり、国を挙げた支援が確立してきているとされている¹。また、イギリス国民のヤングケアラーや若者ケアラーに対する認知度も諸外国に比べて高い（Leu et al., 2021）²⁷、ピアサポートグループを含めた慈善団体も多く存在する。イギリスに次いで研究が進んでいるのはオーストラリアだろう。オーストラリアでは“*Young Carers Respite and Information Service Program*”と題して、通学中のヤングケアラーのためにレスパイト・サービスを提供したり、情報サービスとしてカウンセリングや諸問題への対処のための情報提供や、アドバイス、リファーなどの包括的なサービスを開始したりしている²⁸。レスパイト・サービスと呼ばれるのは、ケアを必要とする人を病院などの機関が一定期間預かり、家族が休息を取れるようにするシステムである。これは介護の世界では一般的になっており、レスパイト・サービスの利用はこども・若者ケアラーへも適応するものであると考える。さらにオーストラリアでは、“*Young Carer Bursary Program*”と呼ばれるヤングケアラーのみを対象とした奨学金の給付も開始されている²⁹。この奨学金はヤングケアラーたちが学校で学びを続けていくことを目的としているという。また、北欧や北米ではヤングケアラー・若者ケアラーへの支援が2000年代始めごろから始まっているが、ヤングケアラー・若者ケアラー支援でもっとも難しいのは当事者たちの発見であることには変わりないとされている。

ヤングケアラー研究の第一人者であるBeckerは“*Cross-National and Comparative Classification of In-country Awareness and Policy Responses to ‘Young Carers’*”と題して、ヤングケアラーに対する認知度や支援などの各国ごとのランキングを発表している³⁰。評価方法として、レベル1は持続的、レベル2は先行

的、レベル 3 は中期、レベル 4 は初期、レベル 5 は出現中、レベル 6 は目覚め中、レベル 7 は対応なしとランク付けされている。2017年に発表された時点で日本は、七段階評価の最下位であるレベル 7 に相当すると言われていたが、最近のニュースなどで取り上げられたりするように、ヤングケアラーに対する認知は上がっており、2021年に発表されたランキングではレベル 6 に上昇していると評価されている (Leu & Becker, 2017, Leu et al., 2021)^{30), 27)}。ただし、高齢化が進む国のトップに立つ日本と比べ 2 位であるイタリアはレベル 4 に、3 位のスウェーデンはレベル 3 相当であるとされることなどを考慮すると、日本は他の先進国と比べてもヤングケアラーと若者ケアラーへの支援が十分ではないと言えるだろう。では、こども・若者ケアラーへの認知度の低さも然り、海外諸国と比べて日本で若者ケアラーの研究がより必要とされている理由はどんなことだろうか。

5. 今の日本で若者ケアラーの研究が必要とされる理由

超少子高齢化と言われる日本、介護を要する人口は増える一方で、担い手は減少をたどる一方である。その原因として、離婚率の上昇やひとり親が増えたことが考えられ、子どもや若者に家族のケアの負担がかかってきている¹⁾。さらには世帯平均人数が減少し、女性の社会進出が進んでいる日本では在宅介護の限界も見えてきている。晩婚化についても、第一次ベビーブーム世代が25歳を迎えた1970年代前半に婚姻件数のピークを迎えた後には婚姻件数は減少 (厚生労働省, 2005)、そして晩婚化や晩産化が徐々に進み、子どもや若者が親のお世話をする家庭が増加している³¹⁾。さらには、その第一次ベビーブームに生まれた団塊世代が2025年には75歳を迎えることで、大介護時代がやってくるとされている。このようにケアを必要とする人口の増加に加えて、日本において介護者への支援が他国より必要とされる理由がもう一つ挙げられる。それは、日本では親を介護する義務や、在宅介護の習慣、家族内やきょうだい間でお世話をすることを世間が美談とする家長父制度に近い考えが残っているからである。しかし、これからの大介護時代の到来やこども・若者ケアラー問題解決のためにも、こども・若者ケアラーはもちろん、ケアラー全体に対するケアが必要であるという認識が社会に徐々に広まりつつあると考える。このようなケアラー支援への方向変換

は、長期化する超高齢社会の日本において不可避であり不可欠になってくると言える (常盤, 2022)³²⁾。

また、ケアラー全般に関する研究も日本においては重要であるが、その中でも若者ケアラー研究をより進めるべき理由として、18歳未満のヤングケアラーの存在はだんだんと認識され始めているが、現在の調査対象や支援対象のほとんどは小中高生に集中していることである。2022年春に発表された、厚生労働省と文部科学省が連携して行われたヤングケアラー実態調査でも、「ヤングケアラー」の概念を知っている学校は約9割とほとんどであるにも関わらず、一般国民のヤングケアラーの認知度は、「聞いたことはない」が48%と半数以下であることが報告されている⁷⁾。このようにヤングケアラーの一般的認知度が低いことを考慮すると、若者ケアラーへの認知度はさらに低いことが予想される。先行研究でも、若者ケアラーは子どもと大人の間という立場に立ち、社会から見落とされがちになることが示唆されている (Becker & Becker, 2018)¹⁴⁾。若者ケアラーとは異なり、ヤングケアラーは法律的に子どもに区分されることや、子どもを守る法律や条例が存在すること、教育機関に在籍しているケースがほとんどのため、実態把握がしやすいという点が指摘できる。それ故に、これからは社会から気づきにくいとされる若者ケアラーにも注目するべきであると考えられ、若者ケアラーが見落とされないためにも支援の対象を18歳未満に限ることなく、大学生、専門学生、さらに新入社員などにもフォーカスを当てながら、若者ケアラーの早期発見と支援に繋げていくことが必須である。人がもつ基礎的なニーズである誰かに相談することや、自身の状況を理解してくれる環境を社会が築いていくことで、特に若者ケアラーの孤立感の解消につながると考えられる。では未だ支援が足りていない日本で、18歳を超えた元ヤングケアラー、つまり若者ケアラーたちから具体的に求められている支援とはどのようなものがあるのだろうか。

6. 若者ケアラーに必要な支援

若者ケアラーを支援する上で、社会的アプローチと心理学アプローチの両方からの支援を行うことで、より効果的で充実した支援が可能になってくると考えられる。社会的アプローチでこれから行なっていくべきだと考察されるのは、地方自治体だけで限定されたものではなく、国規模での条例、政策、支援方法の確立である。それらを用いることで、社会的サポート

を通した社会からの孤立の予防が可能になってくる。イギリスで行われた研究では、約40%のヤングケアラーが学校の誰も彼らがヤングケアラーであることに気付いていなかったと回答している (Ineqe, 2022)³³⁾。もちろん、こども・若者ケアラーの中には自身がケアラーであることを周囲に話さない選択をする者もいるが、周りの人々がヤングケアラーについて知り、その可能性があるような子どもや若者への支援方法を知っておくことは重要になってくるのではないだろうか。また、こども・若者ケアラーに対しての認知度の改善も必要であるが、彼らへの支援を可能にするにはより身近なところから始まるかもしれない。例えば、近所付き合いをより活発にしたり、教育機関での生徒や教師を対象にしたこども・若者ケアラーについてのセミナー講習を開いたりすることなどである。近年では、核家族化などの影響により近所付き合いというものは減ってきており、隣りに住んでる人の家族構成を知らないという場合も少なくないのではないだろうか。そのため、こども・若者ケアラーの中で周りからの助けを必要としているものを見つけられるようなコミュニティが近年になって必要になってきているのではないかと考えられる。さらに、教育機関でもこども・若者ケアラーを知らないという人は減ってきてはいるが、ヤングケアラーに関する情報を提供する場をより多く設けることでこども・若者ケアラーの存在周知に繋がるかもしれない。そういった場を設けることで、周りの大人が彼らを支援すべき対象であることを認識し、さらに周囲からの助けを必要とするヤングケアラーや若者ケアラー自身が自分にもケアを受ける権利があることを認識することが可能になる。これらのように身近なところから始めることで、より多くの困難な状況にいるヤングケアラーや若者ケアラー、そしてその家族を早期発見し支援することに繋がるのではないだろうか。また、近年のケアラー研究においては、ケアラー自身をケアすることも大切であるが、本人だけではなく「家族まるごと」をサポートする、より大きなサポートの輪が必要であると提唱されている (常盤, 2021)³²⁾。これは包括ケアと称され、ケアする人をケアするという、今後の介護への需要が急速に高まる日本において不可欠であると考えられる。

しかし、社会的、福祉的支援だけで終わらないのが多感な時期を生きるこども・若者ケアラーへの支援の重要なポイントであるとも言える。負荷の大きいケアを担うこども・若者ケアラーへの心理的影響が深刻であることはすでに知られており、そこでヤングケア

ラーや若者ケアラー研究が進んでいるイギリスでは社会的サポートの他にも心理的サポートの重要性が指摘されている (Dearden & Becker, 2004)³⁴⁾。例として、イギリスで行われた研究では、60%のヤングケアラーが睡眠に問題を抱えていることがわかっており、さらには34%が自傷行為を行なったことがあると回答している (Cree, 2003)³⁾。さらに深刻なのが、34%のヤングケアラーが自殺を考えたことがあると答えていることである。また、ケアの年数が増えるほど問題を抱えやすいことが明らかになっており、Creeが行なった研究で、「思い出せる限りずっとケアをしてきた」と答えた人の75%が学校で問題を抱えていたと答えている。それに比べて「かなり長い期間」と答えた人のうち57%、さらには「最近になって始めた」という人の33%が学校で問題を抱えているということがわかった。このように、ケア年数もこども・若者ケアラーを支援する上で把握しておくべき要素の一つと言えるかもしれない。また、心理学的また心理職ができるアプローチとしては、こども・若者ケアラー自身がケアされる対象であることをまず認識してもらうように啓発活動を行うことである。それに加えて、若者ケアラーがもつ独特な悩みとして、キャリアに関するカウンセリングや情報の提供なども必要不可欠になってくるだろう。ヤングケアラーと若者ケアラー両方が抱えやすい孤立感や孤独感に注目しながら心理支援を行なっていくことで、さらに有効なサポートが可能になるかもしれない。そのためには、諸井の『日本語版 UCLA 孤独感尺度』(1991) や笠井らの『日本語版 英国ヤングケアラー尺度』(2022) などの心理尺度を活用することで支援の方向性を決定する助けになり得ると考える^{35), 36)}。さらには、イギリスや日本でも存在しているこども・若者ケアラーを支援するピアサポートグループといったケアラー同士が繋がれる環境の提供も、孤立感を抱えやすいこども・若者ケアラーにとっては効果的かもしれない。心理的支援の提供を実現させることで、こども・若者ケアラーがケアラーだけとしてではなく、将来に無限の可能性を持った若者として認められ支援され、気持ちを楽にできる特別な空間を提供することができると考える。

日本において、若者ケアラーを対象にした国による大規模な調査は今年度に厚生労働省から発表されたもののしか確認されておらず、さらにその対象は大学3年生に限定されていた。調査結果の留意点としても、大学3年生まで大学に通えている人が対象であり、大学進学を諦めたものや途中で退学してしまったものなど

の結果は反映されておらず、より深刻な状況にいる若者ケアラーの実態は反映できていないと報告書に記されている⁶⁾。現時点で若者ケアラーだけに焦点を当てた調査結果が少ないため結果が限定的ではあるが、2022年度の報告書によると、若者ケアラーのうち家族のケアを大学入学以前から行なっているものの50%以上が家族の世話をすることで大学進学の際に何かしらの苦勞や影響があったと回答しているとしている。具体的な悩みとして、「学費等の経済的な不安」、「受験勉強時間の制約」、「実家から通える範囲等の通学面の制約」が挙げられた。さらには、若者ケアラーのうち約50%が就職に何かしらの不安があるとしており、精神的なきつさを感じているものは約37%に上ることが報告されている。こういった若者ケアラー特有の悩みを考慮しながら、就活支援やキャリアについての相談を行うことも重要になってくると考えられる。若者ケアラーたちが青年期の多感で不安定な時期から心理的な支援を受けることで、彼らが大人になり自身の人生を歩んでいく上で必要な、長期的な心的資源を得ることができると考察する。

7. 総合考察

少子高齢化が急速に進み、介護の担い手への注目が集まりつつある日本。その中でも子どもと大人の間立ち、社会から見落とされがちな若者ケアラーへの支援の目を向けていくことで、人知れず苦しむ若者たちの支援に繋がっていくと考える。さらに、若者ケアラーのみを対象とした大規模な調査は日本において不十分であり、彼らの実態把握はもちろん、家族のケアを担う上での負担感や孤立感についても心理学からの研究をさらに重ねていくことで、犯罪や希死念慮などのより深刻な問題にも対応していくことが将来可能になると考える。また、長期的な研究を行うことで、幼少期や青年期の人間が心身ともに成長する上で重要な期間に家族のケアを行うことによる影響やアウトカムを検証できると考えられる。将来に可能性を持った若者たちの成長を支援する上でも、社会学的そして心理学的アプローチの両方を今後も進めていくべきである。

8. 引用文献

- 1) 澁谷智子 (2018). ヤングケアラー 介護を担う子ども・若者の現実 中公新書
- 2) Becker, S., Dearden, C., & Aldridge, J. (2000) 'Young carers in the UK: research, policy and practice', *Research, Policy and Planning*, 8 (2), 13-22.
- 3) Cree, V. E. (2003). Worries and problems of young carers: issues for mental health. *Child & Family Social Work*, 8(4), 301-309.
- 4) Early, L., Cushway, D., & Cassidy, T. (2006). Perceived stress in young carers: Development of a measure. *Journal of child and family studies*, 15(2), 165-176.
- 5) 毎日新聞取材班 (2021). ヤングケアラー 介護する子どもたち 毎日新聞出版
- 6) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング (2021). ヤングケアラーの実態に関する調査研究 Retrieved from https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2021/04/koukai_210412_7.pdf (2022年9月10日).
- 7) 日本総合研究所 (2022). ヤングケアラーの実態に関する調査研究 Retrieved from https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/column/opinion/detail/2021_13332.pdf (2022年9月10日).
- 8) Chevrier, B., Untas, A., & Dorard, G. (2022). Where are we in the recognition of young adult carers in France?. *Children & Society*, 00, 1-8.
- 9) 一般社団法人 日本ケアラー連盟. 「ヤングケアラープロジェクト」. Retrieved from <https://youngcarerjp.jimdofree.com/> (2022年9月10日).
- 10) Sempik, J., & Becker, S. (2014). *Young adult carers and employment*. *Carers Trust*, 1-26.
- 11) 澁谷智子 (2022). ヤングケアラーってなんだろう ちくまプリマー新書
- 12) 仲田海人・木村論志 (2021). ヤングでは終わらないヤングケアラー クリエイツかもがわ
- 13) Levine, C., Hunt, G. G., Halper, D., Hart, A. Y., Lutz, J., & Gould, D. A. (2005). Young adult caregivers: A first look at an unstudied population. *American Journal of Public Health*, 95(11), 2071-2075.
- 14) Becker, S., & Becker, F. (2008). Service needs and delivery following the onset of caring amongst children and young adults: evidenced based review. *Commission for Rural Communities*, 1-37.
- 15) 野瀬吉信. 大津の妹暴行死 児相, ヤングケアラーの少年に対応できず. 産経新聞. 2022年6月27日, 産経ニュース. Retrieved from <https://www.sankei.com/article/20220627-Q3PIUWLHJNMCHMQRU3NNZYUJO4/> (2022年9月10日).
- 16) 仕事と介護で睡眠2時間 相次ぐ暴言、徘徊を我慢 祖母殺害へ至る過酷な日々. 神戸新聞. 2020年9月19日, 神戸新聞NEXT. Retrieved from <https://www.kobe-np.co.jp/news/sougou/202009/0013708811.shtml> (2022年9月10日).
- 17) 多名部重則. 神戸市が取り組む「ヤングケアラー」支援 自治体として全国初の相談窓口を設置. Forbes JAPAN. 2022年8月5日, Forbes JAPAN. Retrieved from <https://forbesjapan.com/articles/detail/49280> (2022年9月10日).
- 18) 神戸市役所 (2022). 「こども・若者ケアラー (ヤングケアラー) の方の相談窓口」. こども・若者ケアラーへの相談・支援. Retrieved from https://www.city.kobe.lg.jp/a06448/kodomowakamono_carer.html (2022年9月10日).
- 19) 高崎市役所 (2022). 「ヤングケアラー-SOS」. Retrieved from <https://www.city.takasaki.gunma.jp/docs/2022052600074/> (2022年9月10日).
- 20) 明石市役所. 「こんなに充実! 明石の子育て」. 笑顔のタネあかし. Retrieved from <https://www.city.akashi.lg.jp/shise/koho/citysales/>

(指導教員 滝沢龍准教授)

- kosodate/index.html (2022年9月10日).
- 21) 明石市役所. 「ヤングケアラーの支援について」. 文教厚生常任委員会資料. Retrieved from <https://www.city.akashi.lg.jp/gikai/torikumi/hatsugen/shiryoudocuments/5030917bunkyou03.pdf> (2022年9月10日).
- 22) 明石市役所. 「認知あんしんプロジェクト」. Retrieved from https://www.city.akashi.lg.jp/fukushi/k_kaigo_shitsu/kenko/koresha/ninntisyo_project.html (2022年9月10日).
- 23) 神戸市役所 (2022). 「こどもケアラー世帯へのヘルパー派遣事業を開始します」. こどもケアラー世帯への訪問支援事業. Retrieved from https://www.city.kobe.lg.jp/a86732/kosodate/sodan/carer_helper.html (2022年9月10日).
- 24) 埼玉県庁 (2021). 「埼玉県ケアラー支援条例」. 埼玉県ケアラー支援条例. Retrieved from <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/jourei.html> (2022年9月10日).
- 25) 大阪府 (2022). 「ヤングケアラーとは」. ヤングケアラーへの支援. Retrieved from <https://www.pref.osaka.lg.jp/chiikifukushi/youngcarer/index.html> (2022年9月10日).
- 26) NHK. ヤングケアラー 国がまとめた4つの支援策って?. NHK首都圏ナビ. 2021年6月1日. Retrieved from https://www.nhk.or.jp/shutoken/wr/20210601yc_a01.html (2022年9月10日).
- 27) Leu, A., Berger, F. M. P., Heino, M., Nap, H. H., Untas, A., Boccaletti, L., ... & Becker, S. (2022). The 2021 cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers'. *Journal of Youth Studies*, 1-18.
- 28) Australian Government (2008). Review of the respite and information services for young carers program Final Report – Stakeholder Summary. Disability and Carers. <https://www.dss.gov.au/our-responsibilities/disability-and-carers/publications-articles/review-of-the-respice-and-information-services-for-young-carers-program-final-report-stakeholder-summary?HTML>
- 29) Carers Australia (2021). Young Carer Bursary Program. Young Carer Bursary. <https://carersaustralia.com.au/youngcarers/>
- 30) Leu, A., & Becker, S. (2017). A cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers'. *Journal of Youth Studies*, 20(6), 750-762.
- 31) 厚生労働省 (2005). 「婚姻の推移」. 厚生労働省. Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokusyu/konin06/konin06-1.html> (2022年9月10日).
- 32) 常盤文枝 (2022). 包括的ケアラー支援における支援者間連携に関する基礎的研究. 埼玉県立大学研究開発センター年報, 6, 26-28.
- 33) Ineqe. (2022, April 7). Young Carers and Isolation. <https://ineqe.com/2022/03/16/young-carers-and-isolation/>
- 34) Dearden, C., & Becker, S. (2004). *Young carers in the UK: the 2004 report* London: Carers UK.
- 35) 諸井克英 (1991). 改訂 UCLA 孤独感尺度の次元性の検討. 静岡大学人文学部人文論集, 42, 23-51.
- 36) Kanehara, A., Morishima, R., Takahashi, Y., Koike, H., Usui, K., Sato, S. I., ... & Kasai, K. (2022). Young carers in Japan: Reliability and validity testing of the BBC/University of Nottingham young carers survey questionnaire and prevalence estimation in 5000 adolescents. *Psychiatry and Clinical Neurosciences Reports*, 1(3), e46.