

6 家族介護支援

〈現状〉

核家族化により家族の介護力は脆弱化しています。高齢者実態調査から、介護者は配偶者が 29.0%、息子・娘（実子）が 44.8%の割合で、親類がいても高齢であるなど、親族で支えるという考え方も変化する中で、配偶者と子供で抱える傾向がより強くなっています。日常生活がある中でどう介護を継続するか、子育て期と介護の期間が重なるダブルケアなどの問題も出てきています。

一方で介護離職者の数、働きながら介護し続けられると回答した介護者の割合は微増しています。相談先としての包括支援センターの認知度は向上、「できる限り在宅でみたい」と考える介護者の割合も増加し、介護者の支援環境は改善しつつあります。

元気高齢者が在宅医療や介護を受ける際に心配なことは、「自宅に訪問してくれる医療・介護の体制」「急に病状が変わったときの対応」を挙げる人が多く、在宅での介護に対する具体的なイメージや情報が不足していそうです。

自宅での生活の継続に必要なと感じるのは、「移送サービス（介護・福祉タクシー等）」次いで「見守り・声掛け」「ごみ出し」が挙げられています。

今までの暮らしが続けられなくなった時、身内、職場、地域、公的サービスを組み合わせ、高齢者本人も家族も安心して暮らせるために何ができるか、それぞれの立場から考えていく必要性があります。

〈課題〉

・誰もが初めての「在宅介護」の解像度が低い

できるかぎり在宅で見たい、介護者の割合は高いものの、実際に家族に介護が必要になったとき、認知症をはじめとして戸惑いが多く、支援制度も複雑で、抱え込んで苦しむ家族が少なくありません。介護を受ける本人も同様です。当たり前に起きるライフステージの解像度を上げる必要があります。

・働きながら介護する環境のさらなる改善

ライフイベントとして介護が当たり前になる中で、働く人の人口が減少する中、介護との両立は事業所にとっても大きな問題です。2025 年 4 月施行の改正育児・介護休業法により、企業は 40 歳に達した従業員に対し、介護休業制度や両立支援に関する事前情報提供を行うことが義務化されています。

・困ってから相談されるので、選択肢が少ない

実際に窓口に来るのは困ってから相談が多い。困る前に対象者をみつける、つながる、相談してもらうマッチングが課題です。

【課題に対する実施主体ごとのありたい姿と施策】

主体	ありたい姿と施策の展開
住民・介護する家族(自助)	・介護保険や福祉サービス・技術について学びます ・介護休暇等の制度について情報収集をします ・「抱え込まず早めに相談する」ことができるようにします ➡出前講座や、広報などでより分かりやすい周知に努めます ➡介護相談や認知症家族会など、当事者に寄り添い介護の見通しを理解できる場を増やします
地域や勤め先など(共助)	・地域での見守りや声掛け、ゴミ出し支援など、できる範囲のお互いさまで助け合えることに関わります ・認知症サポーター養成講座の受講など、歳を取って起こることへの理解度を上げ、暮らしやすい当たり前を育てます ・従業員が介護しながら働きやすい職場づくりに努めます。 ・心配な人がいたら、相談したり包括などにつなぎます ➡地区社協を中心に、高齢者に限らず地域で生活が続けられるための仕組みづくりを応援します ➡出前講座や、広報などでより分かりやすい周知に努めます ➡従業員の介護環境向上のため、専門的な支援を行います
行政(公助)	・在宅での生活を支える、介護保険制度やサービスの周知、地域にある社会資源、介護のある暮らし等の周知を図ります ・相談先としての地域包括支援センターをより周知します ・直接訪問し、在宅での暮らしの相談を一緒に考えます ・在宅での生活を行う上で、自助・共助だけでは解決できない必要な仕組みや社会資源など見つけ、なければ作り出す調整を行います。

【モニタリングする指標】

指標の内容	令和 7 年実績	➡	令和 11 年目標
介護を理由とする過去 1 年間の離職者数	5.1%	向上	3.0%
「できる限り在宅でみたい」介護者の割合	55.4%	向上	60.0%
地域包括支援センター認知度（元気高齢者）	57.3%	向上	75.0%
参考にした調査等	高齢者実態調査		