



## ケアラーの現状と支援の課題をもっと見えるように 自民党ケアラー議員連盟第12回総会でケアラーの現状と課題を議論しました

日本ケアラー連盟理事 田中悠美子

2026年4月8日(水)衆議院第一議員会館において自民党ケアラー議員連盟(以下、議連)第12回総会が開催され、議員(代理を含む)、日本ケアラー連盟(以下、連盟)関係者、省庁関係者、マスコミなど約50名が出席。今回新たに多くの議連会員議員を迎え、活気のある総会となりました。総会では、多様化したケアラーの実態と課題を改めて共有し、ケアラー支援が急がれること、法制度が事態に追いついていないことが確認されました。

多様なケアラーの実態を見えるようにすること、誰一人取り残されない包括的な支援体制の構築、それらを検討する受け皿が求められています。

### ■社会を動かすには、ワーキングケアラーの支援 や制度の見直しを

田村憲久議連会長は挨拶の中で、「ヤングケアラー支援の法制化が実現した一方で、その後の具体的な施策展開が十分に見えていない。ケアラーの困りごとはたくさんあるし、要介護者の増加と労働力人口の減少が進む中、働きながら介護を担う「ワーキングケアラー」のことをもっと考え、現状の可視化が進まなければ社会が動かなくなる心配がある。また、介護保険制度が現場で十分に機能しているのかという点についても、見える化が必要だ。議連にとって非常に大きな課題だ」と述べました。

### ■「潜在的ケアラーを探して」 「一人の人間として生活したい」

2名のケアラー当事者からは、それぞれに直面する厳しい現実が語られました。

寺島さん(80代男性、高齢者ケアラー)は、ご自身も脊柱管狭窄症を発症しながらアルツハイマー型認知症の妻を長年在宅で介護し、ようやく施設に入所できた経験を紹介。介護の負担だけでなく、周囲に知られたくないという心理的な壁があったことや、その後、介護者の会に参加したことで安心感を得られたとし、「潜在的ケアラーの早期の把握」「心のケア」「認知症への偏見をなくす教育」の必要性を訴えました。

山本さん(50代女性、シングルケアラー)は、母親のがんをきっかけに、正職員→契約社員→週4日勤務→週3日勤務→時短勤務、そして介護離職したこと。現在は両親(父84歳、母80歳)と叔父(83歳)の三人を介護する状況にあること。経済的にも精神的にも大きな負担を抱え、法制度の先には生身の人間がいること、生活があることを忘れないでほしいと、切実な思いを語ってくださいました。



左から、上田英俊議連事務局長、野中厚議連幹事長、田村憲久議連会長、寺島さん、山本さん、牧野史子連盟代表理事、栗原渉厚生労働大臣政務官

### ■ケアラー支援施策を検討する所管(受け皿)を

お二人の報告を受け、牧野史子連盟代表理事が「ケアラーの現実～現状と課題～」と題した提起をしました。

現状は、時代とともに地域社会や家族形態が変化し、ケアラーに大きな影響を及ぼし



ているにもかかわらず、ケアラーを支援する法制度や施策が追いついていないこと。ケアラーは世代や立場が多様であり、高齢者、障害者、精神疾患、難病、依存症など多様な要ケア者に対応していること。ケアの影響により、心身の健康悪化や就労継続の困難、経済的困窮、さらには看取り後の孤立といった深刻な問題が生じていることを指摘しました。

こうした状況を踏まえ、健康維持のための受診支援やレスパイト支援、人生や仕事も含めて相談できるワンストップ拠点(ケアラーセンター)の整備、経済的支援や生活保障の充実などが必要であると提言しました。また、切れ目のない支援に向けて、実態把握や支援策の策定、施策推進本部としての機能を備え、ケアラー支援施策を検討する所管(受け皿)の設置を要望しました。



議連会員議員の皆さま

## ■厚生労働省、子ども家庭庁から

厚生労働省からは、「今後は、就職氷河期世代への支援を含めた相談体制の強化や、地域全体で支えるネットワークの構築を進めていく」という報告がありました。

こども家庭庁からは、「今後は18歳以上のケアラーへの支援拡充や訪問支援員の配置などを進めるほか、年齢による支援の切れ目を解消するための体制整備を図る。さらに、令和8年には新たなプロジェクトチームを設置し、今後取り組むべき施策の整理を行う予定である」という報告がありました。

最後に穂坂泰衆議院議員、とかしきなおみ衆議院議員、浅田ますみ衆議院議員から、地元のケアラーの声や取り組みを背景に、「ケアラーが頑張りすぎないようにブレーキをかけられる

方策が必要では」「家族が崩壊している現状がある」「ケアラー支援条例制定後の自治体の変化について」「条例を制定しケアラー支援計画を策定した。全国の条例制定の状況はどうか」など、具体的な質疑がありました。

## 2025～2026年度 進む国・自治体等の取り組み

### ●ケアラー支援条例成立36自治体に

全国の自治体で成立・施行されたケアラー支援条例(ヤングケアラー支援条例含)は、2026年4月1日現在で36自治体(8都道府県、3政令市、25市町村)となった。

2025～2026年に施行されたのは、以下の5自治体。

- ・神奈川県藤沢市(2025年4月1日施行)  
「ケアをされる人もする人も自分らしい生き方ができる藤沢づくり条例」
- ・秋田県(2025年4月1日施行)  
「秋田県ケアラー支援条例」
- ・北海道八雲町(2026年4月1日施行)  
「八雲町ケアラー支援の推進に関する条例」
- ・千葉県浦安市(2026年1月1日施行)  
「浦安市ケアラー支援の推進に関する条例」

- ・神奈川県相模原市(2026年4月1日施行)  
「相模原市ケアラー支援条例」

2024年度以降は、ヤングケアラーに限定せず、全世代の多様なケアラーを対象とした条例が主流となっている。

### ●全国精神保健福祉会連合(みんなネット) 経済的損失調査

2025年6月、みんなネットは「精神障害者と同居する家族の労働生産性の低下による経済的損失が、年間2兆2,878億円と推計される」とする2024年度暫定調査結果を公表。ケアを家族に依存することにより、同居家族は、勤務時間短縮や転職などにより収入が減少。8割が十分に睡眠をとれない、3割が精神的な不調を抱えているとしている。



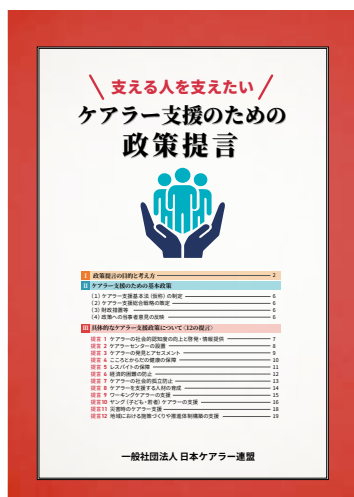
## ケアラー支援のための“政策提言集”ができました

提言集『ケアラー支援のための政策提言』ができました。(Ⅰ)提言の目的と考え方、(Ⅱ)基本政策、(Ⅲ)支援政策12の提言の3部構成で、ケアラー支援のための基本的な考え方やポイントを踏まえ、具体的支援実施のための12の施策を提言しています。  
(政策提言チーム)

この間、ケアラー支援施策として具体的にどのような支援が必要なのか、個別事情はありつつも、ケアラーに共通する具体的な支援モデルやメニューが欲しいとの声が多くの方や団体から寄せられていました。そこで、政策学習会や政策プロジェクト活動を通して、全世代の多様なケアラーに必要と思われる12の具体的施策をまとめました。提言は、ケアラー支援実施のための基本的なメニュー(モデル施策)となっています。ぜひ、自治体・地域でのケアラー支援施策の策定や実施、支援活動に生かしていただきたいと

思います。

なお、ケアラー支援に先駆的に取り組んでいる国々では、法令や国家戦略などを策定し、国や自治体を上げてケアラーを支援しています。これらの国々の経験からも多くの示唆を受けました。直近では、オーストラリア「ケアラー国家戦略2024-2034」、イギリス「ケアラー戦略アクションプラン2025-2026」を策定。ケアラー支援戦略の下、具体的な施策リストと実施方針を明確に示しています。



- 提言 1: ケアラーの社会的認知度の向上と啓発・情報提供
- 提言 2: ケアラーセンターの設置
- 提言 3: ケアラーの発見とアセスメント
- 提言 4: こころとからだの健康の保障
- 提言 5: レスパイトの保障
- 提言 6: 経済的困難の防止
- 提言 7: ケアラーの社会的孤立防止
- 提言 8: ケアラーを支援する人材の育成
- 提言 9: ワーキングケアラーの支援
- 提言10: ヤング(子ども・若者)ケアラーの支援
- 提言11: 災害時のケアラー支援
- 提言12: 地域における施策づくりや推進体制構築の支援

提言集は、今後も精査していきますので、忌憚のない意見やご提言をいただければと思います。  
5月中旬より、頒価1,500円(送料別)にてお送りします。

### 2026 年度定時総会のお知らせ

日時: 6月13日(土) 13:30~15:30

オンライン参加の登録につきましては、議案書発送時にお知らせいたします。

正社員(理事及び正会員)の皆さま、ご出席をよろしくお願いいたします。

### ご寄付ありがとうございました

2025年度(2025年4月~2026年3月)

2010オリーブの木、平井徳子、一般社団法人未来2016、ロイヤルハウジング(株)、ロイヤルハウジング販売(株)、ロイヤルリゾート(株)、神奈川ロイヤル(株)、匿名3名(敬称略。寄付申込用紙に公表可と記載の方のみ掲載しております) マンスリー会員の皆さま: 累計586名



はじめまして  
新理事です  
2025年6月就任

## 太田黒周

NPO 法人てとりん副代表理事

父親の認知症をきっかけに、当時住んでいた千葉から地元の愛知に戻り、てとりんを知りました。当時は、まだ定期開催のつどいとサロンをしている団体でした。しかし、相談件数がどんどん増えており、イギリスのケアラーセンターのような場を作りたいという思いから、「家族介護者支援センターてとりんハウス」をオープンしました。それに伴い、前職を辞め専属で働くことにしました。ふだんは、モーニングとランチを提供しながら、ケアラーや地域の方々の相談に対応しています。

10年以上運営して実感するのは、ケアラー支援は介護の相談だけでは終わらないということです。心のケアはもちろんですが、介護がきっかけとなってこれまで表面化してこなかったさまざまな家庭の問題が浮上し、複合的な取り組みが必要となります。さまざまな問題もありますが、介護生活で追い詰められているケアラーが自分で問題を整理し取り組むことは非常に困難で、支援者や他のケアラーの助けが必要です。てとりんハウスは、地域に開かれ人々が集う拠点であり、相談の早期対応、継続的な支援、みなでささえ合う場所づくりができていると思います。ただ、センターの経営も大変で、ケアラー支援法と支援施策の必要性をひしひし実感しています。

はじめまして  
新理事です  
2025年6月就任

## 滝島真優

明星大学人文学部福祉実践学科准教授  
きょうだい会 SHAMS 代表

昨年、理事を拝命いたしました。私は、双子の弟が知的障害を伴う自閉症の診断を受けており、姉としてともに歩んでまいりました。学齢期には弟の障害について周囲に説明することができず、相談もできないまま孤立感や罪悪感を抱えて過ごした経験があります。

こうした背景から、2008年に栃木県宇都宮市で、慢性疾患や障害のある人の子どもの兄弟姉妹（きょうだい児）を対象とした「きょうだい会 SHAMS」を設立し、活動が続けてきました。現在は、大学においてきょうだい児を予防的に支える方策に関する研究に取り組んでおります。

2020年よりヤングケアラープロジェクトに参加させていただいています。当事者・支援者・研究者の垣根を超えて社会を変革するメンバーの皆様の姿を間近に感じながら、連盟の活動の意義を実感しております。

自身の経験と実践を通して、ケアを担う家族を包括的に支える仕組みと法整備の必要性を強く感じております。微力ではございますが、ケアラーの皆様に貢献できるよう尽力してまいります。今後ともよろしくお願いいたします。

### 《日本ケアラー連盟は、いっしょにケアラー支援の活動をする仲間を求めています》

日本ケアラー連盟は、ケアラー、ケアラーを気づかう人、ケアラーのかかえる問題を社会的に解決しようという志をもつ人びとが集い、ともに生きる社会をつくることをめざします。

#### ●会員になるには

一般社団法人日本ケアラー連盟の目的および活動に賛同してくださる方（個人）は、どなたでも申し込みできます（会員は法的には「社員」と呼ばれます）。

《年会費》正会員（社員）：5,000円／年 ＊総会の議決権があります。

応援会員（個人）：1口 2,000円／年

応援会員（団体）：1口 10,000円／年

《定款》 <https://carersjapan.com/about/teikan/>

《入会申込み》 FAX（またはEメール）でお申し込みください。

<https://carersjapan.com/supportus/>

★FAX 03-6809-1093

★Eメール [info@carersjapan.com](mailto:info@carersjapan.com)

#### ●寄付をするには

一般社団法人日本ケアラー連盟は、会費と寄付により運営されています。1口3,000円から、何口でもご寄付いただけます。

マンスリー寄付は、月500円から受け付けています（HPをご覧ください）。

《寄付申込み》 FAX（またはEメール）でお申し込みください。

<https://carersjapan.com/supportus/>

#### 【会費・寄付金入金先】

郵便振替 口座番号：00100-9-789904

加入者名：一般社団法人日本ケアラー連盟

銀行振込 みずほ銀行新宿中央支店 口座番号：2958743

（普通）口座名：一般社団法人日本ケアラー連盟