

## 藤沢市ケアラー支援推進計画（案）

2026年(令和8年)○○月  
藤沢市

## 【目次】

1 計画の基本的な考え方 .....	- 1 -
(1)計画策定の背景及び趣旨 .....	- 1 -
① 背景 .....	- 1 -
② 趣旨 .....	- 2 -
(2)計画の性格と位置づけ .....	- 3 -
① 性格 .....	- 3 -
② 位置づけ .....	- 3 -
(3)計画の期間 .....	- 3 -
(4)ケアラー等の定義 .....	- 3 -
2 ケアラーを取り巻く状況 .....	- 5 -
(1)本市の少子高齢化の状況 .....	- 5 -
① 本市の高齢化状況 .....	- 6 -
② 要介護度別認定者の割合の推移と見通し .....	- 7 -
③ 少子化の進行状況及び今後の見通し .....	- 8 -
(2)障がい者の状況 .....	- 10 -
(3)ひとり親家庭に関する状況 .....	- 11 -
(4)生活保護世帯の推移 .....	- 12 -
(5)ビジネスケアラー等に関する状況 .....	- 13 -
(6)ケアラーの状況把握について .....	- 14 -
① 全国のヤングケアラーの状況 .....	- 14 -
② 神奈川県の家族介護者の状況 .....	- 15 -
3 ケアラー支援等の課題等 .....	- 16 -
(1)ケアラー及びケアラー支援の現状 .....	- 16 -
(2)ケアラーを取り巻く課題 .....	- 16 -
① ケアラーや支援についての理解不足の解消 .....	- 16 -

② ケアラー支援の情報発信と啓発の不足	- 17 -
③ ケアラーの早期発見と関係機関の連携の重要性	- 18 -
④ ケアラー支援を行う人材の育成不足	- 18 -
<b>4 計画の構成</b>	- 20 -
(1)基本理念	- 20 -
(2)めざす将来像	- 21 -
(3)市の責務及び市民などの役割等	- 21 -
① 市の責務及び活動指針	- 21 -
② 市民等の役割及び活動指針	- 21 -
③ 事業者の役割及び活動指針	- 22 -
④ 関係機関の役割及び活動指針	- 22 -
⑤ 学校等の役割及び活動指針	- 23 -
⑥ 広報及び普及啓発の促進など	- 24 -
(4) 基本施策	- 25 -
① 基本施策 1 「ケアラー及びケアラー支援に関する理解の促進」	- 25 -
② 基本施策 2 「ケアラー支援に係る広報及び普及啓発の促進」	- 26 -
③ 基本施策 3 「関係機関等によるケアラーの早期発見と連携の促進」	- 27 -
④ 基本施策 4 「ケアラー支援を担う人材育成の推進」	- 28 -
(5)施策の体系図	- 29 -
<b>5 ライフステージとケアラーの関係性</b>	- 30 -
<b>6 事例紹介</b>	- 32 -
<b>7 資料編</b>	- 33 -

## 1 計画の基本的な考え方

### (1)計画策定の背景及び趣旨

#### ① 背景

2025 年(令和 7 年)に団塊の世代全てが後期高齢者となり、2040 年(令和 22 年)には団塊ジュニア世代が後期高齢者になります。高齢化の進展や家族のライフスタイルの変化に伴い、家族の介護負担が増加する中、社会では「家族が介護するのは当たり前」という考え方が、依然として根強く残っています。特に、学齢期にあっても日常的に家族の介護や看護を行うことで、学業や友人関係に影響が出ている子どもたちや、介護と仕事の両立が難しく、「介護離職」を迫られる人々がいることも社会問題となっています。

本市では、「老々介護」、「8050・9060 問題」、「ダブルケアラー」、「ヤングケアラー」、「若者ケアラー」及び「ビジネスケアラー」などの課題に直面する中、複雑化・多様化した世帯のニーズに対応するため、ケアを必要とする人への支援とともに、ケアを担う“ケアラー”に向けた支援についても、その必要性を捉え、取組を進めております。

今日に至るまで、日常生活で困難や生きづらさを抱える人など社会的に孤立しやすい人々が、既存の制度やサービスの対象外となる状況に対応すべく市の各部門が連携し、重層的支援を提供する取組を推進しながら年齢や属性を問わない包括的な相談支援体制の構築をめざしてきました。

また、藤沢型地域包括ケアシステムの推進を掲げ、ケアが必要な人々にとどまらず、ケアを担う人の人生(その人らしい生き方)にも目を向け、ケアラーに対する支援を検討するとともに、国などとの情報交換を進めながら、一般社団法人日本ケアラー連盟や大学等との協力のもと、全国に先駆け、2016 年(平成 28 年)に、市内小・中・特別支援学校の教員を対象としたヤングケアラーに関するアンケート調査を実施しました。

一方、神奈川県では、2021 年(令和 3 年)に神奈川県ケアラー(家族介護者)の実態調査が行われ、国では、子ども・子育て支援推進調査研究事業に

おいて 2020 年(令和 2 年)から 2022 年(令和 4 年)にかけて、ヤングケアラーの実態に関する調査研究が実施されました。

このように本市、神奈川県、国においてケアラー支援に関する調査等が進み、世の中でもケアラーへの関心が高まる中、2024 年(令和 6 年)12 月の藤沢市議会定例会において「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(以下「ケアラー支援条例」という。)」が、全会一致で可決されました。

ケアラー支援条例では、ケアラー支援に関する基本理念を定め、市の責務や市民、事業者、関係機関、学校等の役割を明確にし、ケアをされる人もケアをする人もどちらもが大切にされ、夢と希望をもって健康で文化的な自分らしい人生を送ることができる社会をめざしています。また、ケアラーの定義や計画の策定、ケアラー支援協議会の設置、広報・啓発活動、早期発見の重要性などが規定されました。

## ② 趣旨

先に述べたとおり、超高齢社会の進展に伴い、ケアを必要とする人々やそのご家族の負担はますます増大しています。ケアニーズの多様化や、仕事とケアの両立の難しさから生じる介護離職の問題も深刻化している状況です。

また、社会的孤立や生活の困難を抱える人々への重層的な支援が一層求められています。加えて、社会構造や経済環境の変化、価値観の多様化、地域コミュニティへの関心の希薄化が進む中、先行きの見えない生活への不安が広がっています。

こうした社会情勢のなかで、特に影響を受けやすいと考えられるケアラーへの支援について、本市はケアラー支援条例の趣旨を踏まえ、その支援に関する施策を総合的かつ計画的に実施するため、藤沢市ケアラー支援推進計画(以下「ケアラー支援計画」という。)を策定することとしました。

## (2)計画の性格と位置づけ

### ① 性格

ケアラー支援条例の趣旨を踏まえ、市の責務及び市民等、事業者、関係機関、学校等の役割や行動の指針、支援に対する考え方を記載します。また、藤沢市地域福祉計画をはじめとする福祉分野の計画や、保健・医療、教育、経済等関連する分野の計画と整合性が保たれるよう配慮します。

### ② 位置づけ

地域共生社会の実現に向け、ケアラー支援条例第9条の規定に基づき策定するケアラー支援に関する施策を実施するための独立した計画として位置づけます。

## (3)計画の期間

計画策定当初は、2026年度(令和8年度)から2029年度(令和11年度)の4年間とします。2030年度(令和12年度)以降については、地域福祉計画の改定(予定)の時期に合わせ、3年ごとに改定していく予定です。

## (4)ケアラー等の定義

ケアラー支援計画における各用語の意義は、ケアラー支援条例に基づき、次のとおりとします。

**【ケアラー】:**高齢、障がい、疾病その他の理由により援助を必要とする家族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助(以下「介護等」という。)を提供する者をいいます。

**【ヤングケアラー】:**ケアラーのうち、18歳未満の者をいいます。

**【若者ケアラー】:**ケアラーのうち、18歳からおおむね40歳に達するまでの者をいいます。

**【ビジネスケアラー】:**ケアラーのうち、主として仕事をしている者をいいます。

**【ダブルケアラー】:**「子育てと親族等の介護」、「障がいのある子と親族等の介護」など、同時に二つ担う者をいいます。

**【ケア対象者】:**ケアラーから介護等の提供を受ける者をいいます。

**【市民等】**:市内に居住する者、通勤する者及び通学する者をいいます。

**【事業者】**:市内で事業活動を行う者をいいます。

**【関係機関】**:介護、医療、教育、就労、児童・生徒の福祉、障がい者、障がい児又は生活困窮者の支援その他これらに類する分野の業務を行い、その業務を通じて日常的にケアラーに関わる可能性がある機関をいいます。

**【学校等】**:関係機関のうち、ヤングケアラー又は若者ケアラーと関わり、又は関わる可能性がある学校その他教育に関する業務を行う機関をいいます。

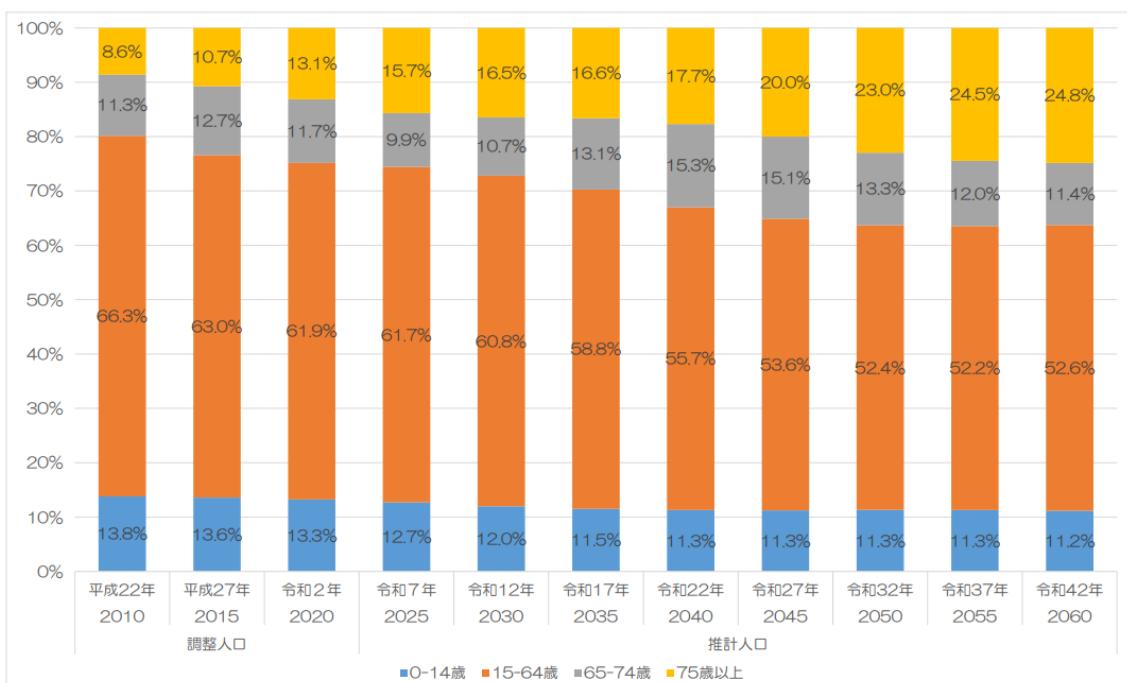
**【民間支援団体】**:ケアラー支援を行うことを目的とする民間の団体をいいます。

## 2 ケアラーを取り巻く状況

### (1)本市の少子高齢化の状況

本市では 2030 年頃をピークに総人口が減少し、高齢化率は国の平均よりも低いものの、高齢者の割合は増加傾向にあり、特に 2040 年には総人口に占める高齢者人口の割合が 33.0%になると予測されています。少子化の状況については、年少人口の比率は減少傾向が続いているですが、子育て世代の転入により高齢化率が横ばいに抑えられている側面もあります。

【図表 藤沢市の年齢4区分別割合の推移】



出典:令和5年3月\_三菱 UFJ リサーチ＆コンサルティング株式会社\_藤沢市将来人口推計調査業務委託報告書

## ① 本市の高齢化状況

本市の2025年7月時点の高齢化率は24.77%で、全国平均を下回っていますが、県内では平均的で、特に湘南大庭地区では30%を超える高齢化率となっています。市の将来推計では、2040年には高齢化率が33.0%に達し、2050年には36.3%に上昇すると予測されており、今後も高齢化は継続する見込みです。

### 【図表 本市の高齢者人口】

2025年7月1日現在の情報です。

市内の世帯総数=215,467世帯（1世帯あたり2.07人）

地区名	総人口	65歳以上	(75歳以上)	高齢化率(%)	在宅ねたきり 高齢者	ひとり暮らし 高齢者
片瀬	20,009	5,820	3,579	29.09	6	645
鶴沼	60,515	14,875	8,703	24.58	15	2,834
辻堂	44,940	10,532	6,281	23.44	10	1,915
村岡	31,799	6,865	4,112	21.59	2	1,135
藤沢	48,666	11,264	6,682	23.15	14	2,253
明治	32,599	7,240	4,088	22.21	6	1,177
善行	41,529	11,488	7,066	27.66	15	2,085
湘南大庭	31,478	10,611	6,782	33.71	5	1,165
六会	36,469	8,065	4,750	22.11	11	1,412
湘南台	33,445	6,547	3,873	19.58	4	1,170
遠藤	12,027	2,909	1,649	24.19	8	774
長後	33,513	8,882	5,542	26.50	5	1,480
御所見	18,038	5,113	3,283	28.35	5	817
合計	445,027	110,211	66,390	24.77	106	18,862

## ② 要介護度別認定者の割合の推移と見通し

本市の要介護・要支援認定者数は 2023 年(令和 5 年)に 22,246 人で、今後も増加し 2026 年(令和 8 年)には 24,597 人、2050 年(令和 32 年)には 44,383 人に達すると推計されています。高齢者人口の増加に伴い認定者数も年々増加傾向にあり、介護度別でも幅広い層で増加が見込まれています。

【図表 本市の藤沢市の要介護・要支援認定者数の推移】

	2021年 (令和3年)	2022年 (令和4年)	2023年 (令和5年)	2024年 (令和6年)	2025年 (令和7年)	2026年 (令和8年)	2030年 (令和12年)	2050年 (令和32年)
要支援1	4,471	4,345	4,698	4,794	4,907	5,027	5,601	8,321
要支援2	3,314	3,186	3,285	3,254	3,305	3,390	3,785	5,686
要介護1	4,685	5,009	5,148	5,386	5,617	5,817	6,538	10,257
要介護2	2,752	2,808	2,914	3,011	3,114	3,212	3,636	5,993
要介護3	2,093	2,238	2,232	2,313	2,404	2,476	2,835	4,789
要介護4	1,923	2,100	2,222	2,397	2,536	2,673	3,083	5,414
要介護5	1,599	1,728	1,747	1,839	1,921	2,002	2,277	3,923
合 計	20,837	21,414	22,246	22,994	23,804	24,597	27,755	44,383
対高齢者 (第1号被保険者) 人口比	19.40%	19.80%	20.50%	21.00%	21.60%	22.00%	23.50%	29.50%

出典：「いきいき長寿プランふじさわ 2026」を一部改編

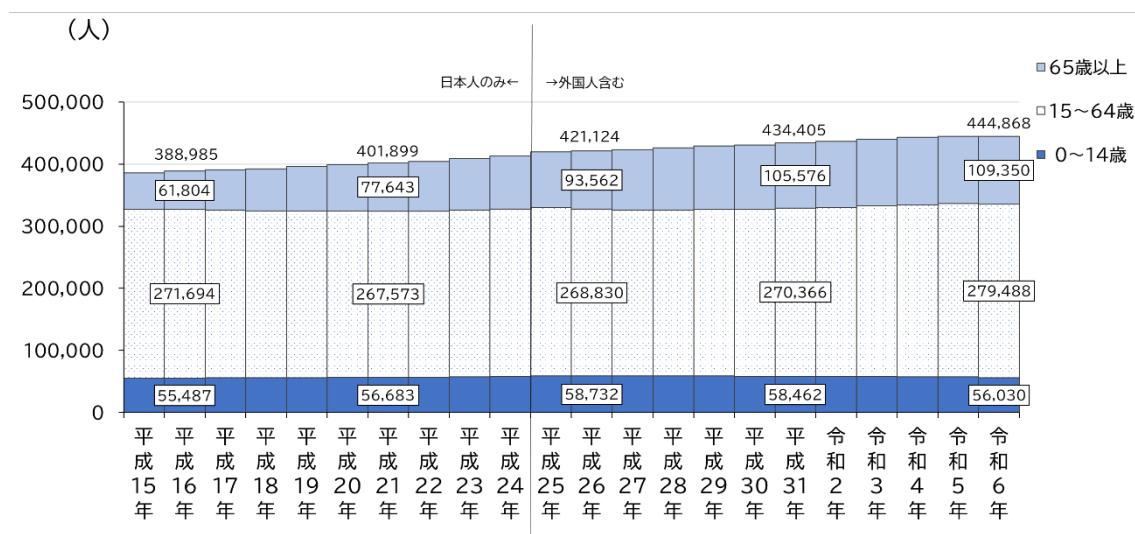
### ③ 少子化の進行状況及び今後の見通し

本市の人口はおおむね増加傾向にあり、2019年(平成31年)と比較して2024年(令和6年)には約2.4%増の444,868人となっています。

一方で出生動向には留意が必要です。合計特殊出生率は近年おおむね横ばいで推移しており、2022年(令和4年)は1.33となっています。この水準は全国(1.26)や神奈川県(1.15)と比較して高いものの、出生数は年により増減を繰り返しつつ、長期的には減少傾向が続いています。2022年(令和4年)の出生数は3,051人であり、2012年(平成24年)からの10年間で約15.4%減となりました。

今後、出生数が減少傾向を続ければ、若年人口比率は低下しさらに高齢化が進む可能性が高いと言えます。

【図表 本市の人口の推移(年齢階層別)】



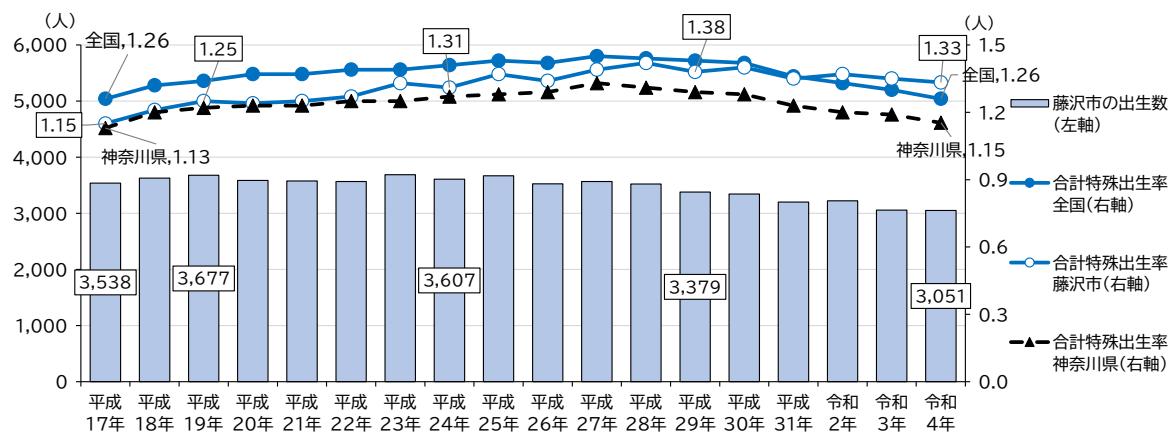
資料：藤沢市「藤沢市の人口と世帯数 年齢別人口（住民基本台帳による）」（各年4月1日）

※住民基本台帳の集計方法の変更により、2013年（平成25年）以降は外国人を含む集計となっている。

※2019年（平成31年）の合計値434,405人は、年齢不詳（1人）を含んでいます。

出典：「藤沢市子ども・若者共育計画」から引用

【図表 本市の出生数と合計特殊出生率の推移(全国・神奈川県との比較)】



資料：神奈川県「神奈川県衛生統計年報」

出典：「藤沢市子ども・若者共育計画」から引用

## (2)障がい者の状況

本市における障がい者の状況について、2022年度(令和4年度)から2024年度(令和6年度)のデータをまとめると、身体障がい者(児)の総数は、徐々に減少傾向にあり、10,824人から10,679人(98.7%)となっています。18歳未満の身体障がい者数は約250人前後で推移しています。また、65歳以上の障がい者については、全体に占める割合が、7割近くとなっています。

知的障がい者(児)については、総数が3,508人から3,788人に増加(108.0%)し、特に18歳未満の人数が1,079人から1,227人へ増加(113.7%)しています。

精神障がい者数については、4,521人から5,231人(115.7%)へと推移しています。

全体として、知的障がい者と精神障がい者の数は増加傾向にある一方、身体障がい者はやや減少又は横ばいの状態です。

【図表 障がい者(児)の概況】

障がい種別等／年度		2022年度 (令和4年度)	2023年度 (令和5年度)	2024年度 (令和6年度)
身体障がい者 (児)数	総数	10,824	10,773	10,679
	視覚障がい	780	791	785
	聴覚等障がい	973	1,009	1,032
	音声等障がい	123	118	112
	肢体不自由	5,217	5,096	4,994
	内部障がい	3,731	3,759	3,756
	再掲	18歳未満 18歳以上 65歳以上	249 10,575 7,470	250 3,059 7,363
知的障がい者(児)数	総数	3,508	3,609	3,788
	18歳未満	1,079	1,118	1,227
	18歳以上	2,429	2,491	2,561
精神障がい者数		4,521	4,872	5,231

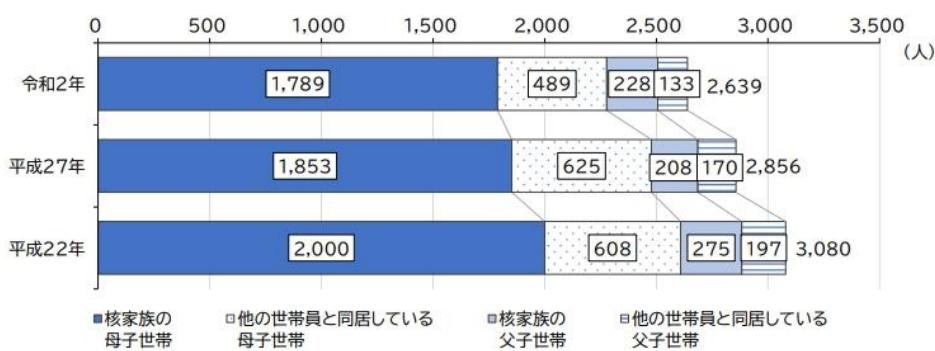
出典：「統計年報2024年(令和6年)版\_資料：障がい者支援課」を一部改編

### (3)ひとり親家庭に関する状況

本市における18歳未満の子どもがいるひとり親世帯の数は、2020年(令和2年)の国勢調査によると2,639世帯であり、2015年(平成27年)と比較して約7.6%減少しています。ひとり親世帯のうち、母子世帯が全体の80%以上を占めており、特に親子のみの核家族形態が多く見られます。

また、同時期の調査では、18歳未満の子どもがいるひとり親世帯に属する子どもの数は3,853人で、2015年(平成27年)と比較して約6.0%減少しています。

【図表 18歳未満の子どもがいるひとり親世帯の数(本市、世帯類型別)

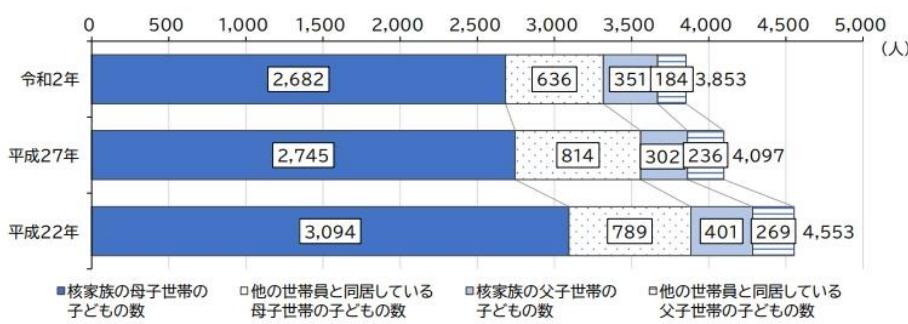


資料：総務省「国勢調査」

※図の「核家族の母(父)子世帯」は、国勢調査の「母(父)子世帯」の「うち18歳未満世帯員のいる一般世帯」を指す。「他の世帯員と同居している母(父)子世帯」は、国勢調査の「母(父)子世帯(他の世帯員がいる世帯を含む)」の「うち18歳未満の世帯員のいる一般世帯」を除いた値を指す。なお、国勢調査の「母(父)子世帯」は、「未婚、死別又は離別の女(男)親と、その未婚の20歳未満の子供及び他の世帯員(20歳以上の子供を除く。)から成る一般世帯」とされているため、例えば21歳と17歳のきょうだいがいるひとり親世帯などは、ここに含まれないという点に留意が必要。

出典:藤沢市子ども・若者共育計画 2025年度(令和7年度)～2029年度(令和11年度)

【図表 18歳未満の子どもがいるひとり親世帯の子どもの数(本市、世帯類型別)



資料：総務省「国勢調査」

※図の「核家族の母(父)子世帯の子どもの数」は、国勢調査の「母(父)子世帯」の「うち18歳未満」の世帯員を指す。「他の世帯員と同居している母(父)子世帯の子どもの数」は、国勢調査の「母(父)子世帯(他の世帯員がいる世帯を含む)」の「うち18歳未満」の世帯員から「母(父)子世帯」の「うち18歳未満」を除いた値を指す。なお、国勢調査の「母(父)子世帯」は、「未婚、死別又は離別の女(男)親と、その未婚の20歳未満の子供及び他の世帯員(20歳以上の子供を除く。)から成る一般世帯」とされているため、例えば21歳と17歳のきょうだいがいるひとり親世帯などは、ここに含まれないという点に留意が必要。

出典:藤沢市子ども・若者共育計画 2025年度(令和7年度)～2029年度(令和11年度)

#### (4)生活保護世帯の推移

本市における生活保護の状況については、2021 年度(令和 3 年度)から 2023 年度(令和 5 年度)にかけて利用世帯数は 4,368 世帯から 4,572 世帯へと徐々に増加しています。同様に利用者数も 5,643 人から 5,779 人へ増加し、保護率(人口千人当たり)は 12.7‰から 13.0‰へ上昇しています。生活保護の利用が年々わずかに増加傾向にあり、生活保護の需要が増えている状況です。

【図表 生活保護状況】

年度	2021年度 (令和3年度)	2022年度 (令和4年度)	2023年度 (令和5年度)
利用世帯数	4,368世帯	4,496世帯	4,572世帯
利用者数	5,643人	5,745人	5,779人
保護率	12.7‰	12.9‰	13.0‰

出典：「統計年報 2024 年(令和 6 年)版\_資料：生活援護課」を一部改編

## (5)ビジネスケアラー等に関する状況

我が国のビジネスケアラーについては、2012年(平成24年)の211万人から2020年(令和2年)には262万人、2025年(令和7年)には307万人に増加する予測です。家族介護者については2012年(平成24年)の557万人から2020年(令和2年)には678万人、2025年(令和7年)には795万人に達すると見込まれています。

一方、介護離職者数は7万人から9万人程度で推移しており、2025年(令和7年)には11万人に増加するとされています。その後、2030年(令和12年)以降は、ビジネスケアラーと家族介護者の数は減少傾向に転じ、介護離職者もほぼ横ばいとなる見通しです。

【図表 ビジネスケアラー・家族介護者・介護離職者の推移】



出典:2024年3月\_経済産業省ヘルスケア産業課\_経済産業省における介護分野の取組について

## (6) ケアラーの状況把握について

### ① 全国のヤングケアラーの状況

- a 調査名: ヤングケアラーの実態に関する調査研究について(令和2年度子ども・子育て支援推進調査研究事業)
- b 時期: 2020年(令和2年)
- c 実施者: 三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社
- d 目的: 「ヤングケアラーと思われる子ども」等の実態をより正確に把握し、今後の検討に活かす
- e 対象: 「全国の公立中学校(回収数 754校)、公立全日制高校(回収数 249校)、公立定時制高校(回収数 27校)及び通信制高校(回収数 35校)を対象とした学校調査(郵送)」、「全国の中学生2年生(回収数 5,558人)、全日制高校2年生(回収数 7,407人)、定時制高校2年生(回収数 366人)、通信制高校生(回収数 446人)を対象とした生徒への中高生調査(Web)」
- f 調査結果の概要

学校調査では、全ての学校種でヤングケアラーと思われる子どもが存在すると回答され、とくに定時制高校(70.4%)や通信制高校(60.0%)で割合が高いことが明らかになりました。

中高生調査では、世話をしている家族がいると答えた割合は中学2年生で5.7%、全日制高校2年生で4.1%、定時制高校相当で8.5%、通信制高校生で11.0%と、通信制高校生が最も多い傾向にあります。世話の内容としては「幼いきょうだいの世話」や「家事」が多く、頻度は「ほぼ毎日」が最多でした。

また、ヤングケアラー自身で相談をしたことがある中高生は2~3割程度にとどまり、多くは家族や友人に相談しているものの、「相談しても状況が変わらない」「誰かに相談するほどの悩みではない」と感じているケースが多いことも示されています。

さらに、ヤングケアラーの認知度は低く、約8割以上の中高生が「聞いたことがない」と回答しており、社会的な理解促進が課題となっています。

## ② 神奈川県の家族介護者の状況

- a 調査名:神奈川県ケアラー(家族介護者)実態調査
- b 時期:2021年(令和3年)
- c 実施者:神奈川県高齢福祉課
- d 目的:ケアラーのケアの状況、ケアラーへの影響、必要な支援等を調査し、有効な支援のあり方の検討に役立てる
- e 対象:県内の地域包括ケアセンター364カ所(基幹型を除く)を訪れた家族介護者(ケアラー)
- f 調査結果の概要

ケアラーの約7割が女性であり、働きながらケアを行う人も各年代で5割以上存在します。ケア内容は「家事」「通院援助」「金銭管理」「精神的介護」「役所手続き」など多岐にわたり、一人で複数のケアを担っています。被介護者の66.9%は同居しており、58.7%が毎日ケアをしています。介護保険サービス未利用者も27.8%と一定数います。

ケアラーの55.1%が悩みを抱え、その主な内容は心身の健康問題(38.7%)や自由時間の不足(24.3%)です。また、代わりにケアを担ってくれる人がいない割合は31.5%、頼みにくい人も17.3%に上ります。

ケアラーが求める支援としては「役立つ情報提供」(40.8%)、「緊急時に利用でき生活を変えないサービス」(26.7%)、「休息機会の確保」(24.0%)などが挙げられ、ケアラーに対する情報発信や柔軟な働き方の推進が課題となっています。

全体として、ケアラーの認知度は約3割にとどまり、支援の周知と環境整備が重要であることが示されています。

### 3 ケアラー支援等の課題等

#### (1)ケアラー及びケアラー支援の現状

ケアラーやヤングケアラーは、特に女性や小学生高学年から高校生に多く見られます。彼らは家事や家族の世話、精神的な支え、身体介助など、多様で重い役割を一人で担うことが少なくありません。その結果、学校生活への影響(出席率低下や学力低下)、心身の健康問題、自由時間の減少などが顕著に表れています。

しかしながら、ケアラーが相談する場面は決して多くなく、社会全体の認知度や理解もまだ十分とは言えません。ケアラーへの支援体制や関係機関の連携も不十分であり、情報提供や休息の機会、柔軟な働き方など、多面的な支援が求められている状況です。

さらに、ケアラー自身が自分の負担を「当たり前」と捉え、自覚しにくい心理的背景や、周囲に語る機会の少なさから、その困難さが可視化されにくいという特徴があります。

こうした現状は、ケアラー支援の広報・啓発活動の難しさや早期発見の遅れ、そして支援者側の専門性不足やメンタルヘルス問題とも密接に関連しています。

#### (2)ケアラーを取り巻く課題

##### ① ケアラーや支援についての理解不足の解消

ケアラーが担う役割は、身体的介護、家事、金銭管理、精神的な寄り添いなど多岐にわたりますが、その全てが「ケア」として認識されにくい状況があります。

ケアラーは、生活環境から家族のケアを「当たり前」の役割と捉え、自身の困難を認識していないことがあります。また、周囲の目を気にしたりする心理的・社会的な背景から、ケアラーが抱えている不安や悩みを表出しづらい状況もあります。家族の世話や気づかいなど、周囲に「見えにくい」ケアが多く、困難が表面化しにくいことが特徴です。

ケアラーへの理解とは、彼らの状況を否定せず、本人の意思を尊重しつつ、無理な負担がないか、困っていることはないかなどを気にかけ、寄り添う姿勢

を持つことを指します。こうした理解を深めることで、家族や身近な人を無償でサポートする人々が抱える負担を認識し、適切な支援につなげることが可能となります。

また、ケアラー支援に関する地域住民の理解を深めることは、支え合う意識を醸成するために非常に重要な要素です。ケアラーの問題は、家庭内の介護や援助などプライバシーや個人情報の問題もあり、直接関わりにくい場合があることから、地域全体でケアラーを支える視点が求められます。

## ② ケアラー支援の情報発信と啓発の不足

現在、ケアラー支援に関する広報及び普及啓発活動には、多くの課題が存在しています。

ケアラーには、ヤングケアラー、ダブルケアラー、ビジネスケアラーなど多様な種別・形態があり、その実態が理解されにくい状況があります。また、自身を「ケアラー」と自覚できず、適切な支援につながりにくいという心理的な壁も存在します。このため、必要な情報が当事者に届きにくいという課題があります。

特に、ヤングケアラーの問題は、周囲から把握しづらいという課題があります。一方でビジネスケアラーについては、仕事とケアの両立の観点から、制度整備や情報提供が必要な状況です。

広報媒体や伝えるべきメッセージの多様化により、効果的な情報発信手法の選択が難しいことも、広報・普及啓発活動の推進を妨げる要因として挙げられます。

さらに、ケアラー支援は、「特別なこと」として捉えられがちであり、社会全体で支えるべき共通の課題としての認識が浸透しにくい点も重要な課題です。

これらの現状を踏まえ、ケアラーへの理解を深めるとともに、適切かつ効果的な情報発信を強化し、支援の普及啓発活動を一層推進していくことが求められます。

### ③ ケアラーの早期発見と関係機関の連携の重要性

ケアラーの早期発見については、社会全体の認知度が低いため、地域住民や学校、福祉機関など関係者が変化に気づきにくい点が大きな課題です。

家庭内の介護状況が「当たり前」と捉えられ、本人や家族も自覚しにくく、外部への情報発信が乏しいため実態把握が困難となっています。また、体調不良や学業・業務成績の低下、友人関係の減少、経済的困窮の兆候などの本人の変化に周囲が十分注意を払っていないことも課題です。さらに、「事情を知られたくない」「相談できる相手がない」などの理由から、ケアラーが孤立し悩みを抱え込みやすい環境にあることも重要な課題です。

このような状況から、福祉、教育、医療など、ケアラー支援に関わる多様な機関が連携し、多角的な情報収集が可能となるように、包括的かつ持続可能な支援体制を構築することが求められています。しかし現状では、連携を十分に行なうことが難しく個別対応にとどまり、効果的な支援につながっていないケースが少なからず存在します。

### ④ ケアラー支援を行う人材の育成不足

ケアラー支援の支援者育成における主な課題は、専門的な知識・技術の不足、精神的・肉体的負担の大きさ、支援者自身のメンタルヘルス問題、多岐にわたるケアラーへの対応能力不足、そして適切な評価や専門職における連携体制の未整備です。

専門知識・技術の不足については、ケアラーの多様なニーズに応えるためには、介護技術だけでなく、心理的サポートや相談援助、関係機関との連携など、多角的な専門知識・スキルが不可欠となります。

支援者自身の負担の大きさについては、ケアの現場で長時間労働や精神的ストレスを抱えやすく、また、身体的・精神的負担が大きいことから、支援者の心身の健康維持が課題となります。支援者のメンタルヘルス問題として、支援者自身も燃え尽き症候群(バーンアウト)や二次被害に陥るリスクがあり、適切なメンタルヘルスケアが求められます。

多様なケアラーへの対応能力については、ヤングケアラー、若者ケアラー、障がいのある子の家族など、ケアラーの属性によって抱える課題は異なり、そ

それぞれの特性に応じた支援が求められますが、対応できる支援者の数が不足しています。

適切な評価・専門職における連携体制の不足により、支援者の専門性や労働に対する適切な環境設定が難しく、ケアラーを取り巻く様々な機関（医療、福祉、教育など）との連携が十分でないため、支援の質を維持・向上させるための体制が未成熟です。

## 4 計画の構成

### (1) 基本理念

ケアラーは家族や身近な人を介護や看護などで支える重要な役割を担っていますが、過大な介護負担や経済的負担により自身の生活に大きな影響を受ける可能性があります。また、ヤングケアラーについては、心身への負担のみならず教育機会が損なわれることに伴う学習への影響及び将来の選択肢が制限されることが懸念されます。

このような状況を未然に防ぐためには、行政のみならず地域全体での助け合いが欠かせません。全てのケアラーとケアを受ける人が支えられ、自分らしい人生を送るために、家族だけでなく社会全体での取組が必要です。

これらのことから、本計画ではケアラー支援条例の趣旨を踏まえ、ケアラー支援に係る基本理念を次のとおりとします。

#### 【基本理念】

- ① 全てのケアラーが、個人としてその意思を尊重され、将来に夢と希望を持って健康で文化的な生活を営むことができるよう支援します。
- ② ケア対象者とケアをする家族などに包括的な支援がなされ、市民、事業者、学校、関係機関、民間支援団体など様々な主体が連携して、ケアラーを社会全体で支えることをめざします。
- ③ ヤングケアラー及び若者ケアラーへの支援では、その権利を尊重するとともに、心身の健康な成長と適切な教育を確保し、社会人へ移行するための重要な選択が行われる時期であることを考慮して支援します。

## (2)めざす将来像

「めざす将来像」については、先に示した本計画の 3 つの基本理念に基づき次のように設定します。

### 【めざす将来像】

ケアをされる人もする人もどちらも大切にされ、誰からも差別されることなく、夢と希望を持って健康で文化的な自分らしい人生をおくれる社会

## (3)市の責務及び市民などの役割等

ケアラー支援計画における「市の責務及び活動指針」と、「市民等、事業者、関係機関、学校等の役割及び活動指針」については、ケアラー支援条例を踏まえ、次のとおりとします。

なお、市、市民等、事業者、関係機関及び学校等については、将来像をめざす存在であるとともに、基本施策を実践するものとします。

### ① 市の責務及び活動指針

#### a 責務

市は、ケアラー支援に関する施策を総合的かつ計画的に実施するため、介護、障がい者、障がい児、医療、教育、児童・生徒の福祉などに関する制度を考慮し、ケアラーの意向を尊重しながら、市民や事業者、学校、関係機関、民間支援団体などと協力して施策を推進します。

#### b 活動指針

ケアラー支援に関する施策を実施するためのケアラー支援計画を策定するとともに、ケアラー支援計画に関すること及びケアラー支援に関する施策の総合的かつ計画的な推進について意見を求めるため、藤沢市ケアラー支援協議会を設置及び運営を行います。

### ② 市民等の役割及び活動指針

#### a 役割

市民等は、ケアラーの立場やケアラー支援の必要性を理解し、ケアラーが安心して生活できる地域を作るために努力します。また、市が実施するケ

アラー支援に関する施策や事業者、学校、関係機関、民間支援団体などの活動に協力するよう努めます。

**b 活動指針**

精神障がい・知的障がい・身体障がい等を始めとする障がいや、慢性疾患、認知症などに対する正しい理解に努め、ケアを必要とする人とケアラーが、周囲に助けを求めやすい地域づくりを推進します。具体的には、当事者・家族会等を通じたピアサポートや、ケアを必要とする人等を含めた見守り、ケアラーの話し相手になるなど、自治会館、空き家、公園などの活用も視野に入れた居場所づくりを通じて、地域での支え合いを促進します。また、自助・互助の仕組みを構築することが必要です。

**③ 事業者の役割及び活動指針**

**a 役割**

事業者は、ケアラーの状況や支援の必要性を理解し、市のケアラー支援に協力します。また、雇用する従業員がビジネスケアラーである可能性があることを認識し、その従業員がビジネスケアラーであると認められる場合は、その意向を尊重しつつ、必要な配慮や支援を行います。

**b 活動指針**

事業者は、従業員への周知啓発、福祉に係る相談窓口・支援に係る情報提供等を実施するとともに、商工業団体や労働団体等と連携し従業員がケアラーとなっても働き続けることができる環境整備に努めます。

また、従業員やその家族がケアラーである場合には、必要に応じて行政や関係機関と情報共有し、連携を図ります。

**④ 関係機関の役割及び活動指針**

**a 役割**

関係機関は、ケアラーの状況や支援の必要性を理解し、市のケアラー支援に協力します。また、日常業務でケアラーに関わる可能性があることを認識し、関わりのある者がケアラーである場合は、その意向を尊重しつつ、健康状態や生活環境を確認し、必要な支援を提供します。

支援が必要なケアラーには、情報提供や他の支援機関への案内など、必要な支援を行うよう努めます。

#### b 活動指針

関係機関は、サービス利用者(世帯)等に対して、常にアンテナを張り、見守りながら、各種制度や社会資源の活用、家族支援、フォローアップを行うことが重要になります。また、ケアラーの孤立を防ぐため、事業所自らが相談窓口として機能し、ケアラー支援の理解を促進するための地域を巻き込んだ土壌づくりも必要です。さらに従業員やその家族がケアラーである場合には、就労との両立支援を図るとともに、身近な人のケアが従業員のキャリア形成に大きく影響しないようにする制度設計に努めます。

ケアラーに焦点を当てた地域に向けた活動や事業者としての環境設定が、ケアラーにとって安全で安心な地域づくりにつながります。

### ⑤ 学校等の役割及び活動指針

#### a 役割

学校等は、ケアラーの状況や支援の必要性を理解し、市のケアラー支援に協力します。また、ヤングケアラーや若者ケアラーに関わることを認識し、関わりのある者がヤングケアラーや若者ケアラーである場合は、その意向を尊重しつつ、教育機会や健康状態、生活環境などを確認し、必要な支援を行います。

ヤングケアラーや若者ケアラーからの相談に応じ、市や関係機関、民間支援団体と連携して必要な支援を提供するよう努めます。

#### b 活動指針

児童・生徒の健康状態や生活環境の把握に努めるとともに、必要に応じて、スクールカウンセラー(以下「SC」という。)」、スクールソーシャルワーカー(以下「SSW」という。)」及び外部機関等と協力して支援体制を整えます。

学校では、学校生活についてのアンケートや面談等を通じて児童・生徒の状況を把握します。児童・生徒が、日常及び学校生活において何らかの課題を抱え、ケアラーである場合は、SC、SSW 及びこども家庭センターなど

と連携しながら、学びや家庭生活、心の安定のサポート等、児童・生徒に寄り添った必要な支援について慎重に検討します。

また、支援を必要とする児童・生徒からの相談に対して関係機関と連携し、必要な支援につなげます。

#### ⑥ 広報及び普及啓発の促進など

三菱 UFJ リサーチ＆コンサルティング株式会社による「子ども・子育て支援推進調査研究事業ヤングケアラーの実態に関する調査研究について」の調査結果において、世話をしている家族が「いる」と回答した中高生に、「世話について相談した経験の有無」を聞いたところ、相談した経験について「ある」との回答が2~3割、「ない」との回答が5~6割でした。また、「ない」と回答した中高生に、「なぜ相談しないのか(しなかったのか)」を聞いたところ、「誰かに相談するほどの悩みではない」が最も高く、次いで「相談しても状況が変わるとは思わない」という回答が高いという結果でした。

次に、神奈川県高齢福祉課による「神奈川県ケアラー(家族介護者)実態調査の結果について」ケアラーが必要とする支援として、「ケアラーに役立つ情報の提供」が40.8%で最も高いという結果でした。

これらの状況から「どこに」「どのような」「有用な情報があるのか」をケアラーに周知することは重要なことと言えます。

市は、市民や事業者、学校、関係機関、民間支援団体などがケアラーの状況や支援について理解し、ケアラー支援に関する知識を深めるため、広報や啓発活動を行います。社会全体でケアラー支援が推進されるよう、必要な施策を実施します。また、ケアラーが自身の状況を理解し、必要な支援を求めることができるようにするため、市民や事業者、学校、関係機関、民間支援団体などに対してケアラー支援に関する啓発や必要な措置を実施します。

## (4) 基本施策

ケアラー及びケアラー支援の現状やケアラーを取り巻く課題、基本理念とめざす将来像を踏まえ、本計画の基本施策を次のように設定します。

### ① 基本施策 1 「ケアラー及びケアラー支援に関する理解の促進」

ケアラーが支援につながるためにはケアラー自身が声を挙げやすく、その存在に周囲が気づく環境づくりが不可欠です。地域全体でケアラーへの正しい理解を深めるとともに、相談窓口の周知を図ります。また、介護や、認知症、障がいなど当事者が抱える課題について社会全体で理解を広げることも重要です。

市は、ケアに対する個人の思いを尊重し、日常生活に支障が生じる範囲については、ケアラー自身が声を挙げやすい環境を整え、市民や事業者、関係機関、学校等と連携してケアラーの存在に気づく地域社会の形成を推進します。

市民等は、ケアラーやケアラー支援を理解することで、共感と支援の輪を広げ、ケアラーの孤立防止や地域での支え合いを進めます。

事業者は、ビジネスケアラーへの配慮や職場環境の整備に注力します。

関係機関は、日常的にケアラーの状況を把握し孤立防止のため相談窓口を充実させ、就労両立支援や制度設計に取組みます。

学校等は、ヤングケアラーへの適切な支援を実現するため、関係機関と連携した研修の実施や、児童・生徒自身がケアラー問題を学ぶ機会を提供します。

これらの取組を通じて、地域全体でケアラー支援の理解を深め、多様な手段で公的支援やサービス情報を周知し、ケアラーが安心して暮らせる社会の実現をめざします。

## ② 基本施策 2 「ケアラー支援に係る広報及び普及啓発の促進」

ケアラーは誰にでもなり得る問題であるにもかかわらず、依然として社会全体の認知度が低いため、ケアラー支援の重要性を広く周知し、関係機関との連携強化を通じて社会的認知度の向上を図ります。

相談窓口の拡充や支援体制の整備により迅速かつ利用しやすい環境を構築し、市民・企業・医療・教育・福祉など多様な主体が情報共有ルールや個人情報保護のガイドラインを整備し、効率的に連携することで、ケアラーの負担軽減と心身の健康維持を促進し、学業や仕事、日常生活への影響を防ぎます。また、支援制度の周知不足や心理的障壁、表面化しにくいヤングケアラーの課題に対応し、多様な相談方法と幅広い情報提供を進めることで、ヤングケアラーやビジネスケアラーに応じた支援体制を充実させます。

市はホームページや SNS、多彩なコンテンツ配信、出前講座、地域や学校での相談窓口を通じて集中的な広報活動を展開し、ケアラー支援の重要性と実態を社会に浸透させます。

市民等は、ケアラー及びケアラー支援について理解を深めるとともに、地域での見守りや居場所づくりなど自助・互助の仕組みづくりへ参加します。

事業者は、従業員がビジネスケアラーである可能性を認識し、各種制度の利用や相談窓口案内など、従業員に対し積極的な周知等を図ります。

関係機関は、日常業務でケアラーの状況把握と孤立防止に努め、相談窓口として制度活用やフォローアップを推進します。

学校等は、ヤングケアラー及び若者ケアラーについて、校内での支援体制の構築を推進するとともに、児童・生徒が立ち寄れる「居場所」の設置や大人や同じ悩みを抱える友だちと関わる機会の創出を検討します。

これらの主体が連携し、市の各種媒体と相談方法を活用した広報活動を一層強化することで、ケアラーの社会的認知度向上と負担軽減、心身の健康維持を図り、学業や仕事、日常生活への影響を最小限に抑える支援体制の充実をめざします。この総合的な取組により、ケアラー支援の普及啓発を着実に推進してまいります。

### ③ 基本施策 3 「関係機関等によるケアラーの早期発見と連携の促進」

学校や地域、医療機関など多様な関係機関が連携し、ケアラーの負担に早期に気づき適切な支援につなげる体制の整備を推進します。障がい者や高齢者分野の相談員、訪問介護・看護、学校、地域団体などが協力してケアラーの異変や家庭状況を迅速に把握できる仕組みを構築し、本人や周囲への啓発活動、実態調査、相談窓口の設置・周知を行います。また、市や専門機関が提供する電話・SNS・メール等の相談窓口を充実させ、誰もが気軽に相談できる環境を整えます。

市は、ケアラー支援計画に基づき、多様な関係機関や地域住民、事業者、学校と連携して包括的かつ持続可能な支援体制を作り、情報共有と役割分担を明確にします。

市民等は、ケアラーの立場や支援の必要性を理解し、地域での見守りや居場所づくりを通じ、ケアラーの孤独・孤立防止に努め、市民同士で変化に気づいた際には積極的に支援に協力します。

事業者は、ビジネスケアラーの存在を認識し、働き続けられる環境整備に努め、必要に応じ行政や関係機関と連携します。

関係機関は、日常業務でケアラーの変化に敏感に対応し、情報提供や他機関との連携を強化、相談窓口機能の充実や地域全体の支援体制づくりを推進します。

学校等は、ヤングケアラーや若者ケアラーの早期発見と支援体制の整備に努めるとともに、児童・生徒の健康や生活環境を継続的に把握します。また、これまでの SC、SSW 及び外部機関などとの連携をさらに強化し、ヤングケアラーや若者ケアラーの特性を踏まえ、専門的支援体制の充実を図ります。

これらの取組により、関係機関で情報共有と役割分担を明確化し、個別ケースに応じた世帯支援を視野に入れ、具体的な支援内容の検討と円滑な連携を図ります。多様な相談手段を充実させ、誰もが気軽に相談できる環境を整えるとともに、研修や情報共有の場を設けて支援ノウハウを蓄積し、ライフステージの変化に伴う支援の継続性にも配慮し、途切れのない支援体制の構築をめざします。

#### ④ 基本施策 4 「ケアラー支援を担う人材育成の推進」

ケアラー支援における人材育成の推進の課題に対し、研修機会の充実や専門職との連携強化、支援者へのメンタルヘルスサポート体制の構築が不可欠です。質の高い支援者育成のためには、知識・技術習得に加え、キャリアパスを見据えた体系的な研修提供が求められます。また、相談窓口の設置やカウンセリングの機会の提供など、支援者的心身の健康を支える体制を整備します。多職種・多機関(医師、看護師、ケースワーカー、SSW 等)が連携し包括的支援を行うとともに、地域住民の理解促進とネットワーク形成により、ケアラーが安心して支援を受けられる環境づくりを推進します。さらに、ケアラー自身の声を反映させる場を設け、実効性の高い支援策の立案・実行を図ります。

市は、これらの課題解決に向けて計画的な研修プログラムの充実とメンタルヘルス支援の強化、多職種連携の促進、評価に関する制度の整備を進め、藤沢市ケアラー支援協議会を活用し、双方の意見を反映した支援策を展開します。

市民等は、支援の重要性を理解し、自ら地域での見守り活動に参加するなど、自助・互助のネットワーク形成に積極的に参加します。

事業者は、ビジネスケアラーへの配慮や啓発、福祉相談窓口の充実に努めます。

関係機関は、日常的にケアラーの状況把握と専門知識の深化を図り、健康管理や相談機能の強化、多職種連携による包括的支援体制の確立をめざします。

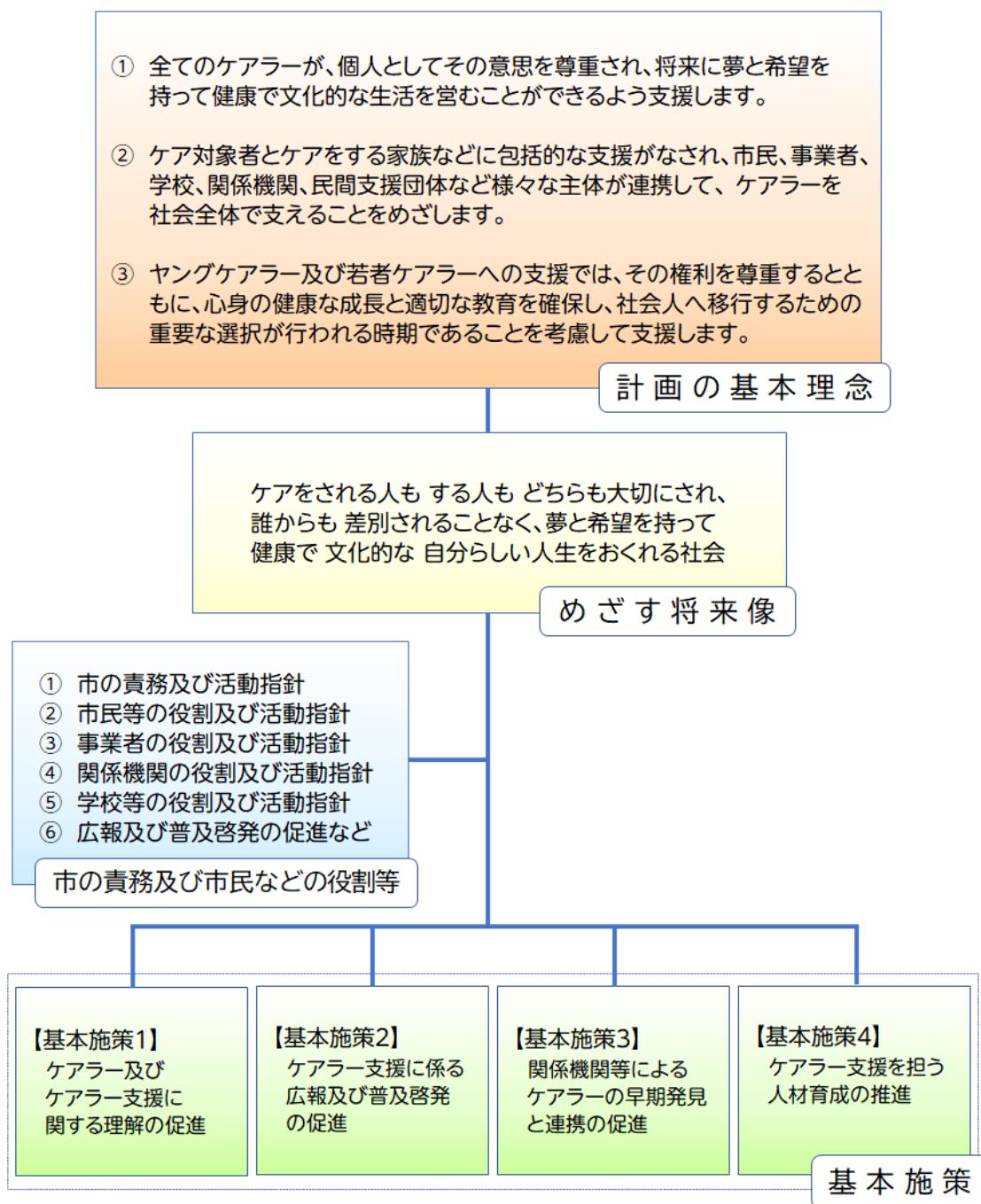
学校等は、教職員研修を充実させ、児童・生徒や家族が安心して学べる環境を整備し、迅速な支援提供を可能にします。

各主体が連携し役割を果たすことで、質の高い支援者育成と持続可能な支援体制の確立をめざします。

## (5)施策の体系図

本計画は、全てのケアラーの意思を尊重し、市民や関係機関など多様な主体が連携して支援することを基本とし、ケアを受ける人とケアをする人の双方が尊重され、差別なく夢と希望を持って健康で文化的な生活をおくれる社会をめざします。

また、四つの基本施策(理解の促進、広報・普及啓発の促進、早期発見と連携の促進、人材育成の推進)を軸に推進します。



## 5 ライフステージとケアラーの関係性

人生の各ライフステージにおいて、ケアラーの役割や状況は大きく変化します。

学童期から青年期にかけては「ヤングケアラー」として、家事や食事の準備、洗濯といった日常生活の世話やケアを必要としている家族等の感情的な支え、さらにはきょうだいの世話を担うことが多く見られます。しかし、その一方で学業や友人関係、将来設計など、本来子どもや若者が果たすべき役割を十分に果たせないという課題も生じます。

近年の法改正により、ヤングケアラーへの支援は 18 歳以上にも切れ目なく継続されるようになり、彼らの成長を包括的に支える体制が整いつつあります。

青年期から高齢期にかけては、親や祖父母の介護が必要となるケースが増え、自身の子育て等と介護が重なる「ダブルケアラー」の状況に直面する人も少なくありません。この時期のケアラーは、仕事との両立や経済的負担、心身の健康維持といった複合的な問題に取り組む必要があります。こうした多様な困難に対し、社会全体での理解と支援が求められています。

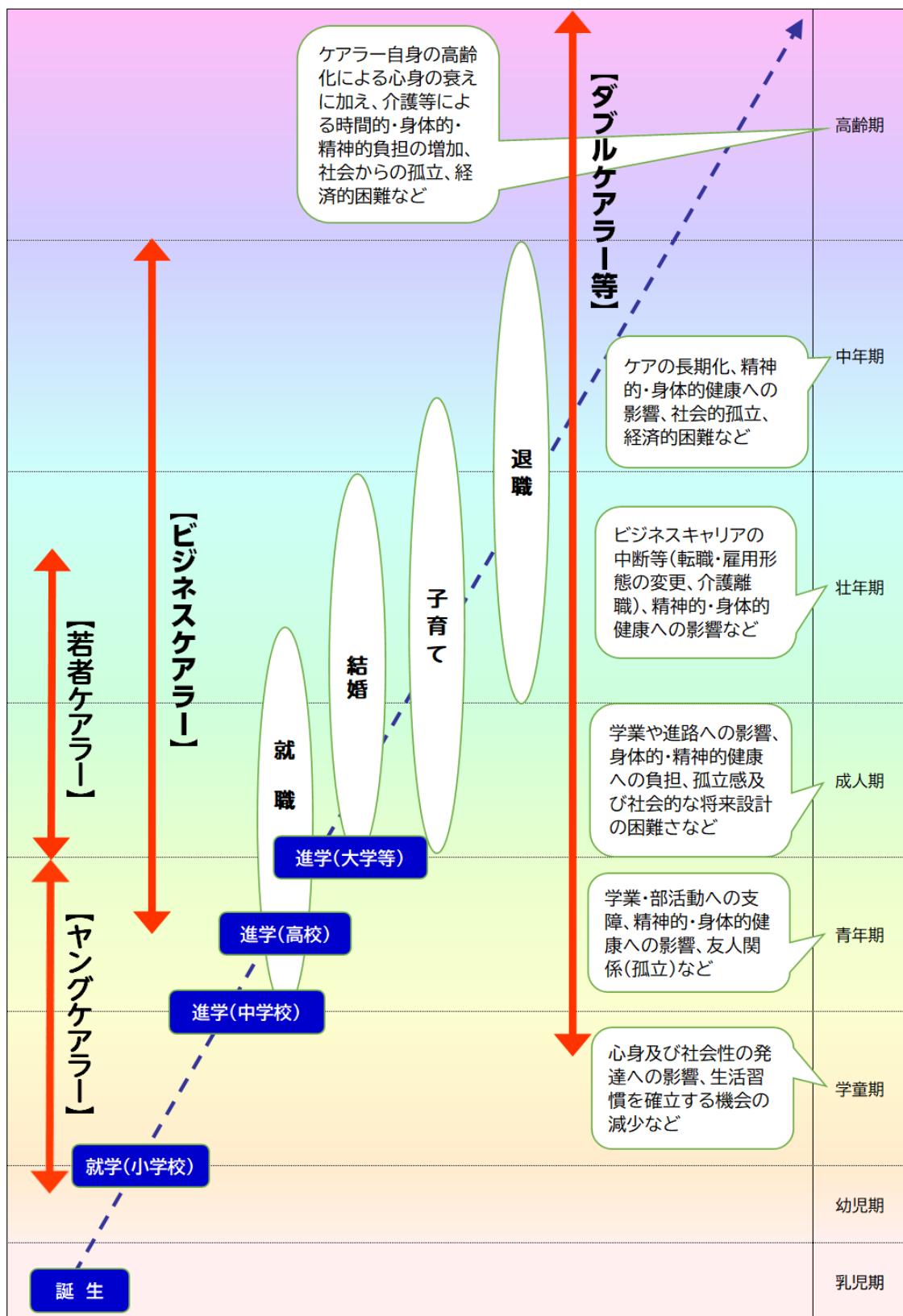
そして高齢期には、自分自身や配偶者の健康状態の変化により、誰かのケアが必要になる場合があります。この段階では、自身の健康管理や経済的自立が大きな課題となり、家族や地域社会のサポートが不可欠です。

このように、ケアラーの役割は特定の年齢層に限定されるものではなく、人生のあらゆる段階でその姿を変えながら存在しています。そのため、ライフステージごとの特徴や課題を深く理解し、予防と早期発見に努めることが重要です。

また、支援は途切れることなく継続されるべきであり、一人ひとりの個別性を尊重したきめ細やかな対応が求められます。

ライフステージに応じた包括的な支援体制の構築こそが、ケアラーの負担軽減と豊かな暮らしの実現につながるのです。

【図表 ライフステージにおけるケアラーの状況イメージ】



## 6 事例紹介

- 市内(地域)で展開されている取組(市民等・事業者・関係機関・学校等が関わった事例)を4事例程度掲載予定

4つの基本施策でカテゴライズすることをイメージ

## 7 資料編

### ➤ 市の事業を掲載予定

ケアラー(本人)支援に資する事業を中心に掲載(4つの基本施策でカテゴライズすることをイメージ)

以 上