様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

# 科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　５ 年　６ 月　９ 日現在

機関番号：３４３１４
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2019～2022
課題番号：１９Ｋ０３２９８

研究課題名（和文）若年ケアラーの介護経験が人生に及ぼす影響に関する実証的研究

研究課題名（英文）An Empirical Study of the Impact of Young Carers' Experiences on Their Lives

研究代表者
渡邉　照美（Watanabe, Terumi）

佛教大学・教育学部・准教授

研究者番号：６０４４１４６６

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,400,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、10代～30代のヤングケアラー・若年ケアラーを対象にした文献検討やWeb調査、面接調査を実施し、ケアラーたちの実態を明らかにした。本研究の研究協力者であるヤングケアラー・若年ケアラーは、ケアする（した）経験が人生に否定的な影響を与える場合もあるとしながらも、総じて肯定的な経験として捉えていることが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義
近年、着目されている18歳未満のヤングケアラーであるが、そのヤングケアラーたちは、18歳以上になったらケアラー役割を終えるわけではなく、その後もケアラーとして人生を生きていく可能性が高い。つまり、ヤングケアラーから若年ケアラーになるため、そこに焦点を当て、生涯発達心理学の視点からデータを分析した点に学術的意義が認められる。また教育関係者から成果報告の依頼がしばしばあり、今回得た知見を広く社会に還元することができたと考える。

研究成果の概要（英文）：This study conducted a literature review, a web-based survey, and interviews with young carers in their teens to thirties to determine the reality of carers. The research collaborators in this study found that while the experience of caring (or having cared) can have a negative impact on their lives, they generally viewed it as a positive experience.

研究分野：生涯発達心理学

キーワード：ヤングケアラー　若年ケアラー　若者ケアラー　生涯発達　ケア　介護

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９，Ｆ－１９－１，Ｚ－１９（共通）

## １．研究開始当初の背景

超高齢化が進み，介護の問題は，高齢者が高齢者を介護する「老老介護」や認知症の方が認知症の方を介護する「認認介護」といった言葉で語られ，家族介護は人生後半期の問題として位置づけられてきた。しかし，近年，一般的に保護されケアされる対象と考えられている子どもが大人並みのケア役割を担っている「ヤングケアラー」の存在に注目が集まっている。つまり，人生前半期においても介護問題が人生に影響を及ぼすということである。

「ヤングケアラー」とは「家族にケアを要する人がいる場合に，大人が担うようなケア責任を引き受け，家事や家族の世話，介護，感情面のサポートなどを行っている，18 歳未満の子ども」を指す（澁谷，2018）。世界に先駆けて「ヤングケアラー」に注目したのは，イギリスであり，1980 年代末から研究と支援が行われている。日本においては 2000 年代頃にイギリスの調査を報告する形で研究が開始された（三富，2000；柴崎，2005）。ヤングケアラーは，家族の手伝いをよくするできた子どもと考えられている場合もあり，また主介護者として介護を行うこともあるが，補助介護者として介護を行うことが多く，統計上，18 歳未満の子どもが介護をしているということは表面化しづらかったのである。実態把握が急がれる中，現在では優れた研究が行われ始めている（日本ケアラー連盟，2015，2017；澁谷，2018）が，ヤングケアラー当事者に対する調査は少数事例がほとんどで大規模調査は行われていない。また社会福祉学（澁谷，2014）や教育学（濱島・宮川，2018）の視点からの検討が多く，心理学的視点から，ヤングケアラーの心的経験を検討したものはあまり見当たらない。

上述した「ヤングケアラー」の定義に従うと，18 歳未満の子どもが対象になるが，本研究課題では，10 代から 30 代の青年期・成人前期のケアラー（以下，若年ケアラー）に着目したい。なぜならば，介護は何年続くか見通しが持ちづらく，現在は 18 歳未満であるケアラーであっても，青年期や成人前期にも介護を続けていく可能性が高いからである。また，青年期・成人前期は，人生において，就職や恋愛，結婚，育児等，多くのものを獲得し充実した時期だと考えられているが，介護という他者の喪失を支えるという営みとの矛盾にどう折り合いをつけるのかという点を解明することは，現在ヤングケアラーである者にとっても，モデルになると思われるからである。

申請者は，これまで生涯発達の視点から，青年期以降の人生における死別経験という喪失の意義，介護することの両価的な変化を量的側面（渡邉・岡本，2005；渡邉，2011）と質的側面（渡邉・岡本，2006）の双方から検討してきた。その一連の研究の中で，青年期において，家族介護を間近で見ること，また介護に参加することで，介護について考え，死を他人事ではなく自己の問題として捉えるようになる可能性が示された（渡邉，2008）。しかし，現在の「ヤングケアラー」の研究成果では，ヤングケアラーの危機的側面が強調されている。もちろん，子どもが子どもとして，子どもらしい時間を過ごす権利が奪われていることや必要な支援が受けられず，その影響が学業や日常生活にも及んでいる点は早急に解決をしなければいけない課題である。その一方で，生涯発達の視点に立つと，ヤングケアラー，若年ケアラーの経験が人生において否定的な意味をもたらすだけではなく，肯定的な意味ももたらすのではないかと考える。そこで，ヤングケアラー・若年ケアラーの経験が人生にどのような意味を持つのか，生涯発達心理学の視点から解明したいと考えた。

## ２．研究の目的

本研究課題全体の目的は，10 代から 30 代のヤングケアラー・若年ケアラーの実態を把握した上で，若年でケアをする経験が，他の世代と比較して，人生にどのような影響を及ぼすのかを明らかにすることである。そして，その結果をもとに，ヤングケアラーや若年ケアラーへの支援策を検討することである。

## ３．研究の方法

### （1）理論的検討

ヤングケアラーや若年ケアラーに関する先行研究の整理を行い，ヤングケアラーや若年ケアラーに関する現状と課題を文献から明確にする。

### （2）ケアラーの実態調査

10 代～60 代の現在介護をしている者，もしくは過去に介護経験のある者に対し，①ケアラーの実態を明らかにする，②介護負担感・肯定感の視点から，他世代と比較しながら，ヤングケアラー・若年ケアラーの介護経験の特質を明らかにすることを目的に，Web アンケートを実施する。質問項目は要介護者との続柄，介護期間，介護の頻度・時間・内容，介護負担感や肯定感等に関する項目等。

### （3）若年ケアラーの経験に関する質的調査

20 代の若年ケアラーに対し，その経験を面接により聞き取り，質的に分析する。

## ４．研究成果

### （1）病気のきょうだいのいるヤングケアラーに関する文献検討

ヤングケアラーとして，病気のきょうだいのいるきょうだい（以下，きょうだい児）の研究について先行研究を検索し，レビューを行った。その結果，緩和ケアを受けているきょうだいのいるきょうだい児にとっては，ケアラーとして，ケアに参加することによって，自分も家族の一員であることを確認できること，きょうだいの病状を把握できることなどにより，疎外感を感じないことから，ケアに参加することの重要性が示された。また，ヤングケアラーはケアする存在であると共にケアされる存在でもあるが，医療関係者や学校関係者がヤングケアラーをケアするための仕組みは十分とは言えないことも明らかになった。

### （2）学校教育におけるヤングケアラー支援に関する文献検討

学校教育において，ヤングケアラーに対し，どのような支援ができるのかを検討するため，ヤングケアラーに関する先行研究についてレビューを行った。その結果，教職員と児童生徒の「ヤングケアラー」の認知度をあげることと教職員が早期発見をすることの 2 点の重要性が明らかになった。そして具体的支援方法として，3 つを提案した。1 つ目は「話を聞く」ということである。その際，ケアしていることに対し，周囲の大人がポジティブな評価を与えすぎないよう留意することが重要である。ケアをしていることへの労いは必要であるが，過剰に褒めると子どもはあたかも最良の行動であるかのように感じ，自身のケアへの従事により自己効力感を得，自分の将来を狭めてしまう可能性があるためである。2 つ目は「他職種他機関とのつなぎ」である。スクールカウンセラー（SC），スクールソーシャルワーカー（SSW）といった教育以外の専門職とのつなぎ，また同じ経験をしている子どもたちとつなぐことも支援のひとつである。3 つ目はキャリア教育についてである。中学校までは義務教育であるが，それ以降，就職，高等学校，大学への進学といった多様な選択肢がでてくる。子どもが進みたい道を閉ざさない方法を共に考えること，学習を支援することが重要であるといえる。

### （3）ケアすることへの人生への影響－Web 調査の結果から－

15 歳から 69 歳までの介護経験者 2070 名を対象に Web 調査を実施した。家族以外の介護経験者 13 名を除いた 2057 名を分析対象者（男性 1010 名，女性 1047 名，平均年齢 44.91 歳（SD14.42））とした。調査項目については，基本属性，介護に関する項目（介護期間，介護頻度，介護場所，続柄等），ヤングケアラー心理尺度（奥山，2018），世代性関心尺度改訂版（丸島・有光，2007），死に対する態度尺度（丹下・西田・富田・安藤・下方，2013）等を用いた。その結果，介護やケア経験による人生への影響について，「影響あり」は 1483 名（72.1%），「影響なし」は 574 名（27.9%）であり，ケアラーにとって，ケア経験は人生に何らかの影響を及ぼす可能性が高いということであった。年代に着目すると，介護経験が人生に影響を及ぼしていると認知しているのは，50 代・60 代で有意に多く，反対に 10 代から 30 代までの若年層は，影響がないと認知している人が有意に多かった。「影響あり」と回答した対象者だけに着目すると，ケアラー経験が人生に肯定的な影響を及ぼしていると考えるのは 10 代・20 代で有意に多かった。否定・肯定の両面があると回答したのは 50 代が有意に多く 10 代・20 代が有意に少ないことが明らかになった。これらから，ケアラーとしての経験により変化があったと感じている 10 代・20 代の若年層にとっては，ケアすることは人生に肯定的な影響を及ぼしている可能性が示唆された。しかし，Web 調査に協力可能なケアラーであったことを考えると否定的側面も含め，今後も検討する必要がある。

### （4）若年ケアラーにとってケアすることの意味－質的分析の結果から－

ケアすることにより，若者ケアラーの経験の内実と人生に及ぼす影響について考察することを目的として，ケアラーとしての経験がある 20 代の若者に面接調査を実施した。その結果，ケアラーとしての否定的な経験はありながらも，総じて肯定的な経験として意味づけていることが明らかになった。そのように意味づけられた要因として，①ケアラーの主体的な選択ができた点，②常に支えとなる社会的資源があった点，③経済的な問題が生じなかった点，④「継続的な問題」よりも「一過性の問題」が多かった点，⑤ケアラーとケア対象者の関係の良好さと適切な親機能の 5 点があげられた。

以上の結果より，導かれたヤングケアラーや若年ケアラーを支援する際に大切にしたいことを 3 点述べる。まず，ケアラーの「日常」と個別性を尊重することである。ケアすることが，子どもの「生きがい」や「アイデンティティ」になっている場合もあるので，ケアする権利もケアしない権利もあることを説明した上で，状況を把握し，本人はどうしたいのかを共に考える必要があろう。また，実際に日常生活におけるケアは担っていないが，きょうだい児の場合などは心理的な負担が大きいことも語りから明らかになった。ケアラー以外の自分でいられる場所・人の存在（例：学校）があるかどうかの確認も重要である。さらに，例えば，ケアをしている相手が障害のあるきょうだいであったとしても，出生順位やきょうだいとの年齢差，障害種，家族機能

が機能しているかどうか等によって，個別性の高い経験であることを周囲が理解しようと努め，一律な支援にならないよう留意する。

次に，実際のケア負担の軽減である。子どもの話をあるがままに受け止め，気持ちに寄り添うことは支援の第一歩であるが，それだけでは日々のケア負担を軽減することにはつながらない。ケアをしている相手が医療や福祉につながっているのか，使える制度はほかにないのか等，子どもだけでは対応が難しい場面も多いため，大人が一歩踏み込んで，手続き等の対応をすることも重要だろう。

3 つ目に，正確な情報の伝達である。ヤングケアラーであった当事者に当時必要だった支援を尋ねると，「ケアをしている相手の病気や障害の情報と対応方法を説明してほしかった」という答えがしばしば返ってきた。「お母さんは統合失調症だから，心が安定しないときがあって，急に怒り出すのは〇〇さんのことが嫌いだからじゃなくて，病気だからだよ」と専門家から教えてもらったことで「安心した」と話したヤングケアラーもいた。家族だから詳しく説明をしなくてもわかるだろう，子どもだから説明をしないほうがいいだろうと決めつけるのではなく，発達段階を踏まえた上で，正確な情報や状況を伝えることが，ヤングケアラーや若年ケアラー支援につながると考える。

本研究において，ヤングケアラーや若年ケアラーであることは，「学業や仕事への影響」「友人関係の影響」「キャリア（進路・就職）への影響」「人生設計への影響」等，人生に大きな影響を及ぼしていた。人はケアし，ケアされる関係の中でしか生きることはできない。それゆえ，ケアすることは，正当に評価されるべき価値あることであるが，その経験が自分の人生に意味づけられるようになるには，自分自身が十分にケアされたという感覚があって初めて可能になるのだろうと考える。本研究では，ヤングケアラーや若年ケアラーのケアラーとしての経験は，人生において否定的な意味をもたらすだけではなく，肯定的な意味ももたらす可能性が示され，ケアすることによる発達が認められる結果が示された。しかし，本研究の協力者は研究に協力可能なケアラーたちであり，その経験を肯定的に意味づけているからこそ，研究への協力を承諾する可能性も高く，ヤングケアラーや若年ケアラーの一部の層であることは否めない。その点が，本研究課題の限界である。

最後に，本研究課題にご協力いただいたすべての方に御礼を申し上げます。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計7件（うち査読付論文　1件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　0件）

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>堀田裕子・池口佳子・石井由香理・渡邉照美 | ４．巻<br>14 |
| ２．論文標題<br>コミュニケーションのなかの身体性－社会学、心理学、看護学の視座から－ | ５．発行年<br>2022年 |
| ３．雑誌名<br>質的心理学フォーラム | ６．最初と最後の頁<br>5-12 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.24525/shitsuforum.14.0_5 | 査読の有無<br>無 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>堀田裕子・池口佳子・石井由香理・渡邉照美 | ４．巻<br>14 |
| ２．論文標題<br>特集討論　他者と交流する身体性の諸相 | ５．発行年<br>2022年 |
| ３．雑誌名<br>質的心理学フォーラム | ６．最初と最後の頁<br>53-58 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.24525/shitsuforum.14.0_53 | 査読の有無<br>無 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>渡邉照美 | ４．巻<br>34 |
| ２．論文標題<br>若者ケアラーの経験の内実と人生に及ぼす影響－若者ケアラーの語りの分析－ | ５．発行年<br>2023年 |
| ３．雑誌名<br>教育学部論集 | ６．最初と最後の頁<br>105-119 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>なし | 査読の有無<br>無 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>渡邉照美 | ４．巻<br>42(5) |
| ２．論文標題<br>若年ケアラーの介護経験が人生に及ぼす影響 | ５．発行年<br>2023年 |
| ３．雑誌名<br>精神科 | ６．最初と最後の頁<br>590-597 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>なし | 査読の有無<br>無 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

| | |
|---|---|
| 1．著者名<br>渡邉照美 | 4．巻<br>71(3) |
| 2．論文標題<br>ヤングケアラーの経験とその影響 | 5．発行年<br>2023年 |
| 3．雑誌名<br>教育と医学 | 6．最初と最後の頁<br>210-216 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>なし | 査読の有無<br>無 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

| | |
|---|---|
| 1．著者名<br>渡邉照美 | 4．巻<br>32 |
| 2．論文標題<br>ヤングケアラーに関する文献検討－学校教育における支援のあり方－ | 5．発行年<br>2021年 |
| 3．雑誌名<br>教育学部論集 | 6．最初と最後の頁<br>91-111 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>なし | 査読の有無<br>無 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

| | |
|---|---|
| 1．著者名<br>渡邉照美 | 4．巻<br>65 |
| 2．論文標題<br>ヤングケラーと緩和ケア | 5．発行年<br>2020年 |
| 3．雑誌名<br>育療 | 6．最初と最後の頁<br>36-41 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>なし | 査読の有無<br>有 |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難 | 国際共著<br>－ |

〔学会発表〕　計2件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

| |
|---|
| 1．発表者名<br>渡邉照美 |
| 2．発表標題<br>ケアラーの年代別実態調査 |
| 3．学会等名<br>日本発達心理学会 |
| 4．発表年<br>2023年 |

| |
|---|
| １．発表者名<br>渡邉照美 |
| ２．発表標題<br>青年期・成人前期に家族を介護するということー若年ケアラーの実態と語りー |
| ３．学会等名<br>日本質的心理学会第16回大会 |
| ４．発表年<br>2019年 |

〔図書〕　計3件

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>岡本祐子（編）渡邉照美（分担執筆） | ４．発行年<br>2022年 |
| ２．出版社<br>ナカニシヤ出版 | ５．総ページ数<br>248 |
| ３．書名<br>経験の語りを聴く（担当：第7章 第3節 愛する人を看取る） | |

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>渡邉照美・菅原伸康 | ４．発行年<br>2021年 |
| ２．出版社<br>ミネルヴァ書房 | ５．総ページ数<br>144 |
| ３．書名<br>物語で読む障碍のある子どもの家族のレジリエンス | |

| | |
|---|---|
| １．著者名<br>川島大輔・松本学・徳田治子・保坂裕子（編）渡邉照美（分担執筆） | ４．発行年<br>2020年 |
| ２．出版社<br>ナカニシヤ出版 | ５．総ページ数<br>160 |
| ３．書名<br>多様な人生のかたちに迫る発達心理学 | |

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

| | 氏名<br>（ローマ字氏名）<br>（研究者番号） | 所属研究機関・部局・職<br>（機関番号） | 備考 |
|---|---|---|---|

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

| 共同研究相手国 | 相手方研究機関 |
|---|---|