

家族の人生も考えられるケアマネになろう

～小さなサインを見逃さない～



八王子市介護支援専門員研修会
令和7年3月11日（火）



八王子市高齢者あんしん相談センター子安
八王子ケアラズカフェわたぼうし
センター長・統括 中村 真理

八王子市高齢者あんしん相談センター子安の紹介 (地域包括支援センター)

平成24年6月に市内で13番目に開設(市内21カ所)

圏域内データ ()内は市全域 R6.6.30現在

圏域内人口 : 26,991人 (560,520人)

高齢者人口 : 6,638人 (156,242人)

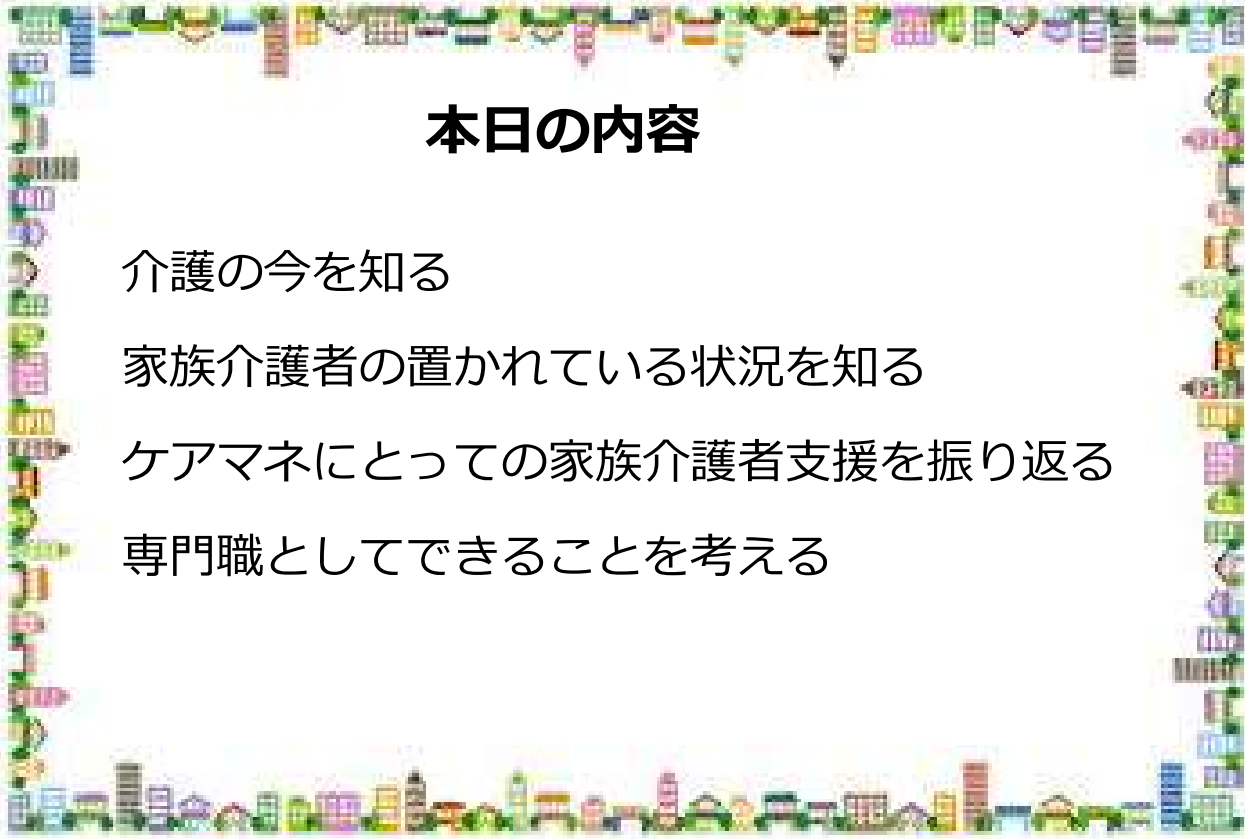
高齢化率 : 24.59% (27.87%)

同一ビル内で常設の認知症家族サロンを運営
(八王子市補助事業)



こえかけあい
やさしい
すみよいまちに





本日の内容

介護の今を知る

家族介護者の置かれている状況を知る

ケアマネにとっての家族介護者支援を振り返る

専門職としてできることを考える

介護・その前に

65歳以上の要介護者等の介護が必要となった原因①

(令和元年度厚生労働省国民生活基準調査の概要より)

男性：脳血管疾患 24.3% 認知症 14.4% 老衰 11.3%

女性：認知症 19.9% 骨折・転倒 16.5% 老衰 14.3% 関節疾患 14.2%

現在の要介護度別にみた介護が必要となった主な原因②

(令和4年度厚生労働省国民生活基準調査の概要より)

総 数：認知症 16.6% 脳血管疾患 16.1% 骨折・転倒 13.9%

要支援者：関節疾患 19.3% 高齢による衰弱 17.4% 骨折・転倒 16.1%

要介護者：認知症 23.6% 脳血管疾患 19.0% 骨折・転倒 13.0%

【参考】

日本人の死因 (令和4年度厚生労働省人口動態統計の概況より)

1位 悪性新生物 24.3% 2位 心疾患 14.7% 3位 老衰 12.1%

4位 脳血管疾患 6.6% 5位 肺炎 4.8%

「介護」とは何か

介護保険法第1条（抜粋）…加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病により要介護状態となり、入浴、排泄、食事等の介護、機能訓練ならびに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者…尊厳を保持しその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるようにする…

*多くはIADLからADLの順に支えが必要になる。本人が一人でできるよう工夫することや、精神面の支えも介護（ケア）

令和6年度の介護報酬改定では

居宅介護支援事業の特定事業所加算 算定要件

家族に対する介護等を日常的に行っている児童や、障害者、生活困窮者、難病患者等、高齢者以外の対象者への支援に関する知識等に関する事例検討会・研修会等に参加していること。

その一方、介護保険法には家族支援に関する条項は見当たらない

介護保険制度

①地域支援事業

介護予防日常生活支援総合事業

●介護予防生活支援サービス事業

- ・訪問型サービス
- ・通所型サービス
- ・その他生活支援サービス
- ・介護予防支援事業（ケアマネジメント）

●一般介護予防事業

包括的支援事業

●地域包括支援センターの運営

- ・総合相談支援業務
- ・権利擁護業務
- ・包括的・継続的ケアマネジメント支援業務
- ・第1号介護予防支援事業

●社会保障充実分

- ・在宅医療・介護連携推進事業
- ・生活支援体制整備事業
- ・認知症総合支援事業
- ・地域ケア会議推進事業

任意事業

- ・介護給付費等費用適正化事業
- ・**家族介護支援事業**
- ・その他の事業

②予防給付 要支援1～2

③介護給付 要介護1～5

サービスの体系

居宅サービス

訪問サービス
通所サービス
短期入所サービス
その他サービス

*居宅介護支援

地域密着型サービス

介護保険施設

家族介護支援事業

介護方法の指導その他の要介護被保険者を現に介護する者の支援のために必要な事業を実施。

①介護教室の実施

要介護被保険者の状態の維持・改善を目的とした教室の開催

②認知症高齢者見守り事業

地域における認知症高齢者の見守り体制の構築

③家族介護継続支援事業

家族の身体的・精神的・経済的負担の軽減

ア 健康相談・疾病予防事業

イ 介護者交流会の開催

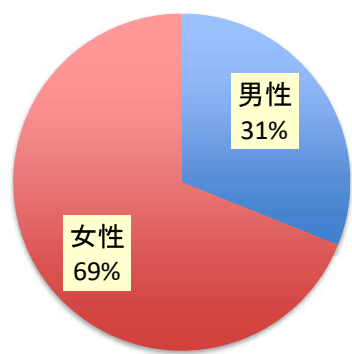
ウ 介護自立支援事業

・家族を慰労するための事業（慰労金）

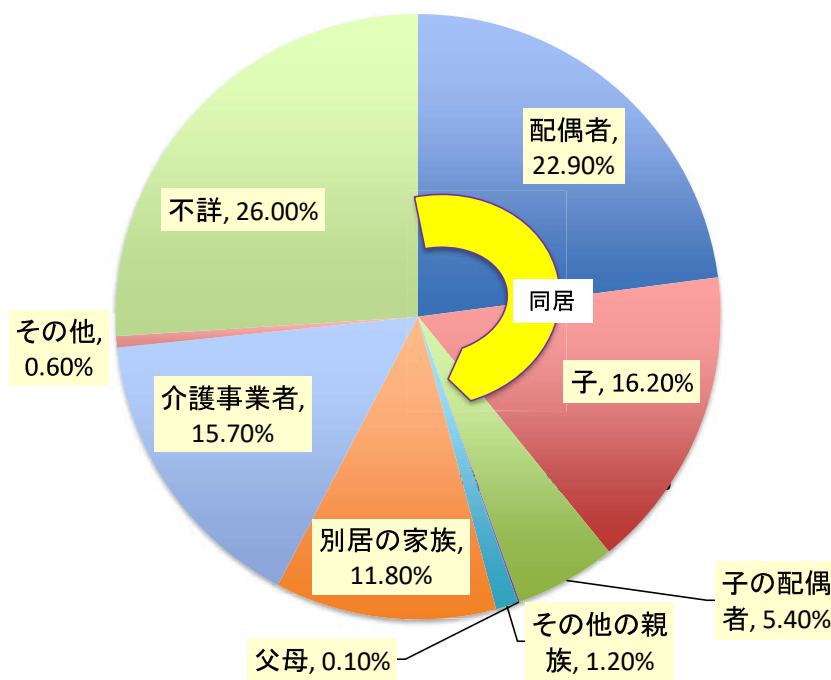
・介護用品の支給（H26年度に実施している保険者のみ）

介護者の属性

同居している主な介護者の続柄



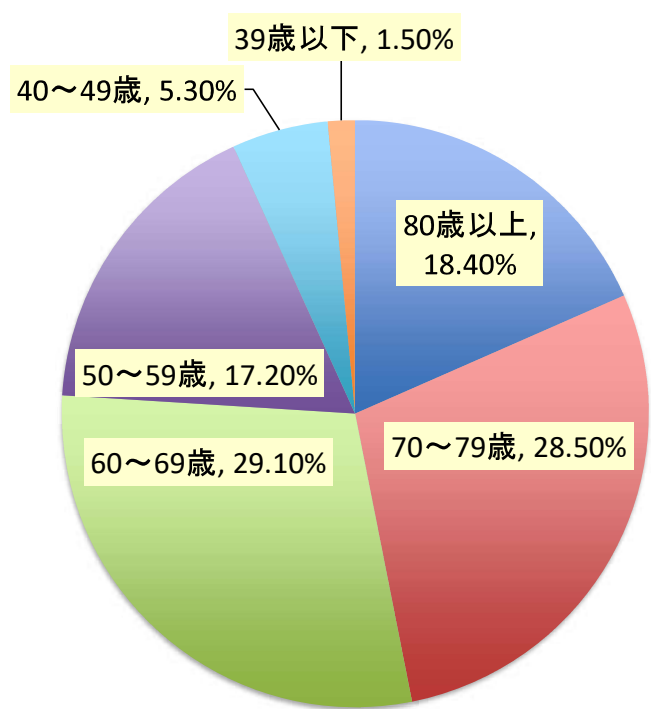
主たる介護者の続柄



厚生労働省2022年（令和4年）国民生活基礎調査の概況より作表

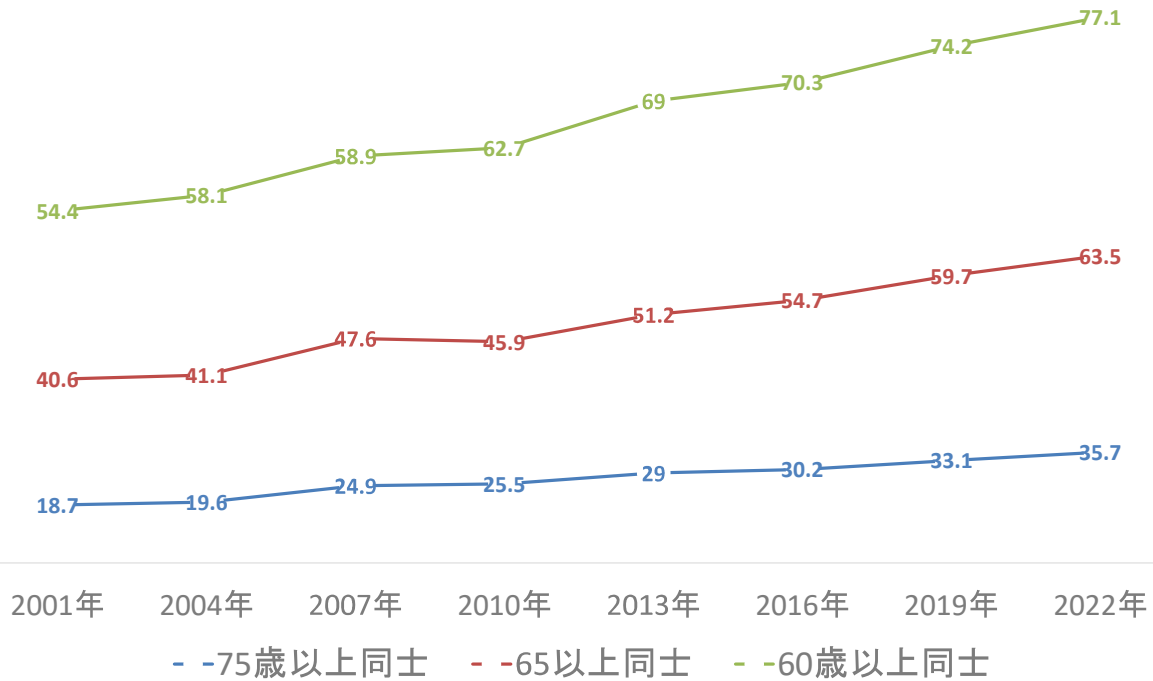
介護者の属性

同居している主な介護者の年齢分布



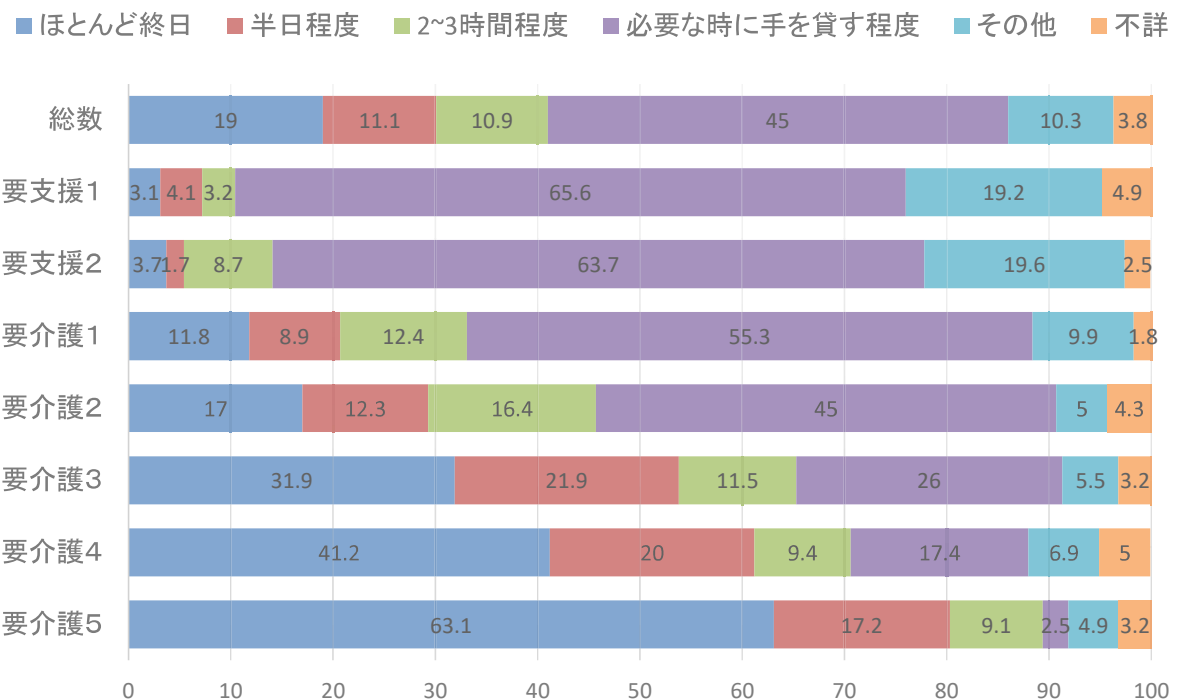
厚生労働省2022年（令和4年）国民生活基礎調査の概況より作表

「要介護者等」と「同居の主な介護者」の年齢組み合わせ



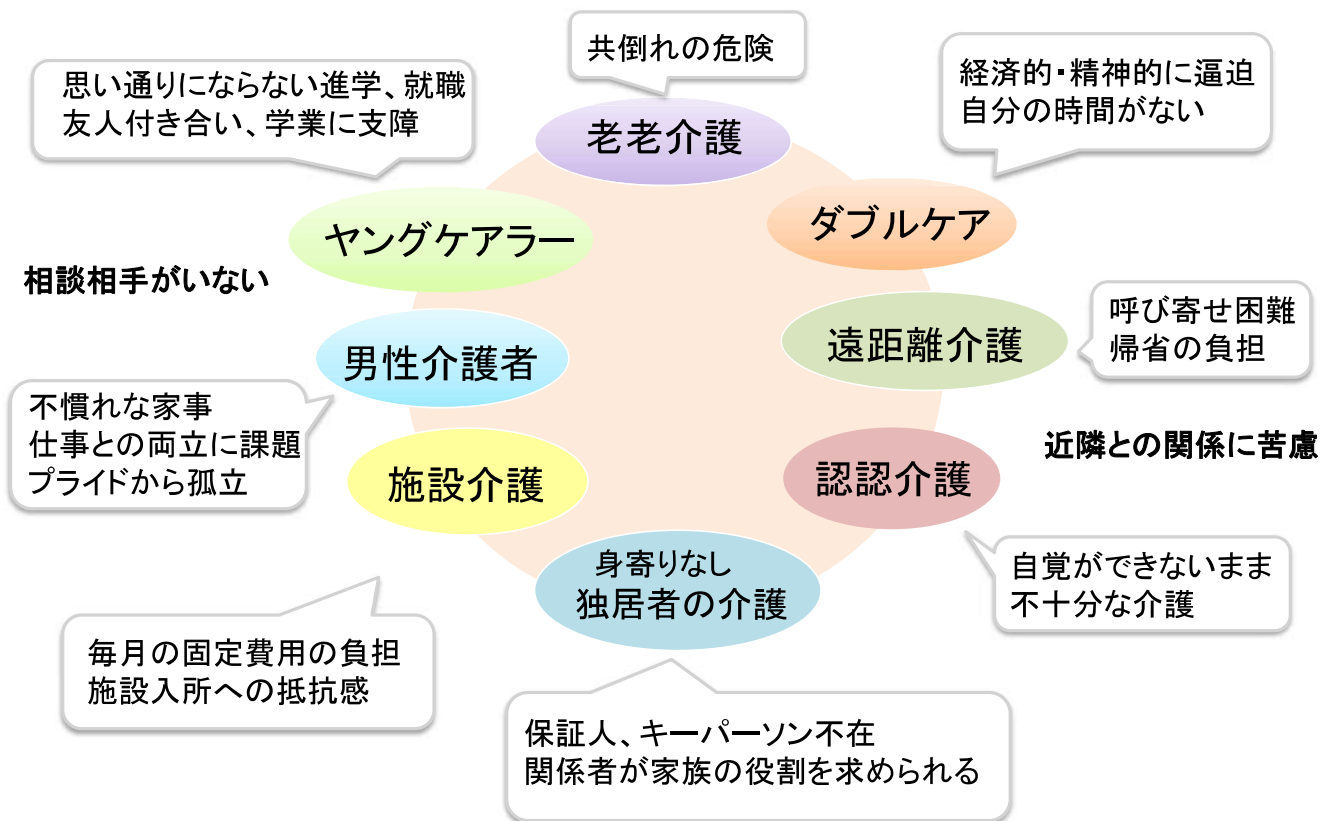
厚生労働省2022年（令和4年）国民生活基礎調査の概況より作表

要介護度別にみた「同居の主な介護者」の介護時間の構成割合



厚生労働省2022年（令和4年）国民生活基礎調査の概況より作表

介護をめぐる諸課題



家族介護者の置かれている状況

- ①介護に関する**知識**がなく戸惑う
- ②家族の問題を周囲に話せず**孤立**する
- ③いつまで続くのかわからず、**見通し**が立たない
- ④要介護者との関係、他の家族との**人間関係**に悩む
- ⑤仕事と介護の両立や**経済的問題**に直面する

- 家族知人などの協力者の存在、経済的余裕、介護経験や知識
利用できるサービス・資源により**ストレスの感じ方**には**個人差**あり
- 精神的ストレス・身体的負担・経済的負担により追い詰められ易い
→**虐待や心中に発展するリスク**

▶ポイント

家族介護者は自分自身のニーズに気づきにくい
家族介護者自身のことをどこに相談したらよいかわからない
→専門職による働きかけが必要

高齢者虐待の現状（令和4年度）

養護者による高齢者虐待に関する相談・通報件数：**4,444件**
うち虐待を受けた、または虐待を受けたと思われると判断された件数 **2,652件（59.5%）**

相談・通報者：**介護支援専門員31.0%**でトップ

虐待が発生した要因：**介護疲れ・介護ストレス 58.8%**

知識や情報の不足 52.8% 介護力の低下や不足 50.8%

理解力の不足や低下 48.4% 生活や人格（に基づく言動） 45.9%

被虐待者との虐待発生までの人間関係 41.1%

孤立・補助介護者の不在 38.7%

被虐待者の状況：**認知症の症状 62.0%**

身体的自立度の低さ 48.6% 障害・疾病 36.3%

家庭の要因：**経済的困窮 31.3%**

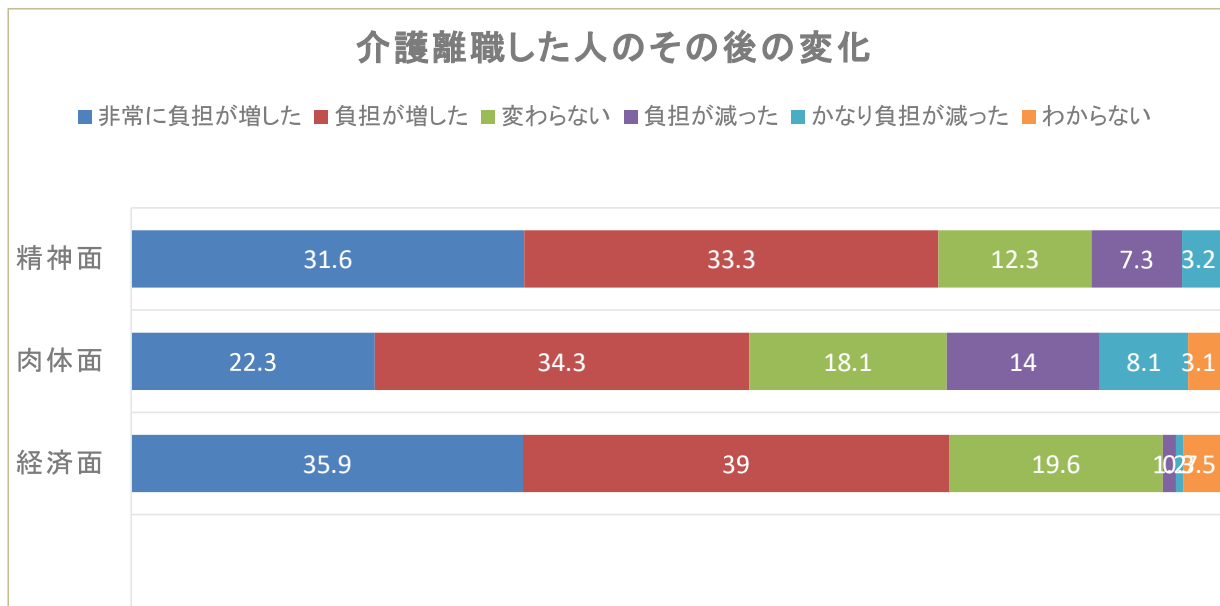
他家族との関係性の悪さ他家族関係の問題 28.8%

その他：ケアサービスの不足の問題 27.9% など

令和4年度 高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律に基づく
対応状況等に関する調査結果 東京都福祉局

仕事と介護の両立

介護離職者の推移は**2018年と2019年に10万人**を突破。**10年間で約2倍**に。その後減少に転じるも2022年の「介護・看護」を理由とする離職者は10.6万人（うち 男性2.6万人 女性8万人 50歳前後が中心）。働きながら介護をする人は365万人。
厚生労働省「雇用動向調査」



家族が離職を選択する主な理由

- ◎ 親の介護をしたい
- ◎ 他に介護を担える家族がいない
- ◎ 早期退職優遇制度があった
- ◎ 気力・体力の限界
- ◎ 職場・同僚に迷惑をかける
- ◎ 経済的な目処が立った



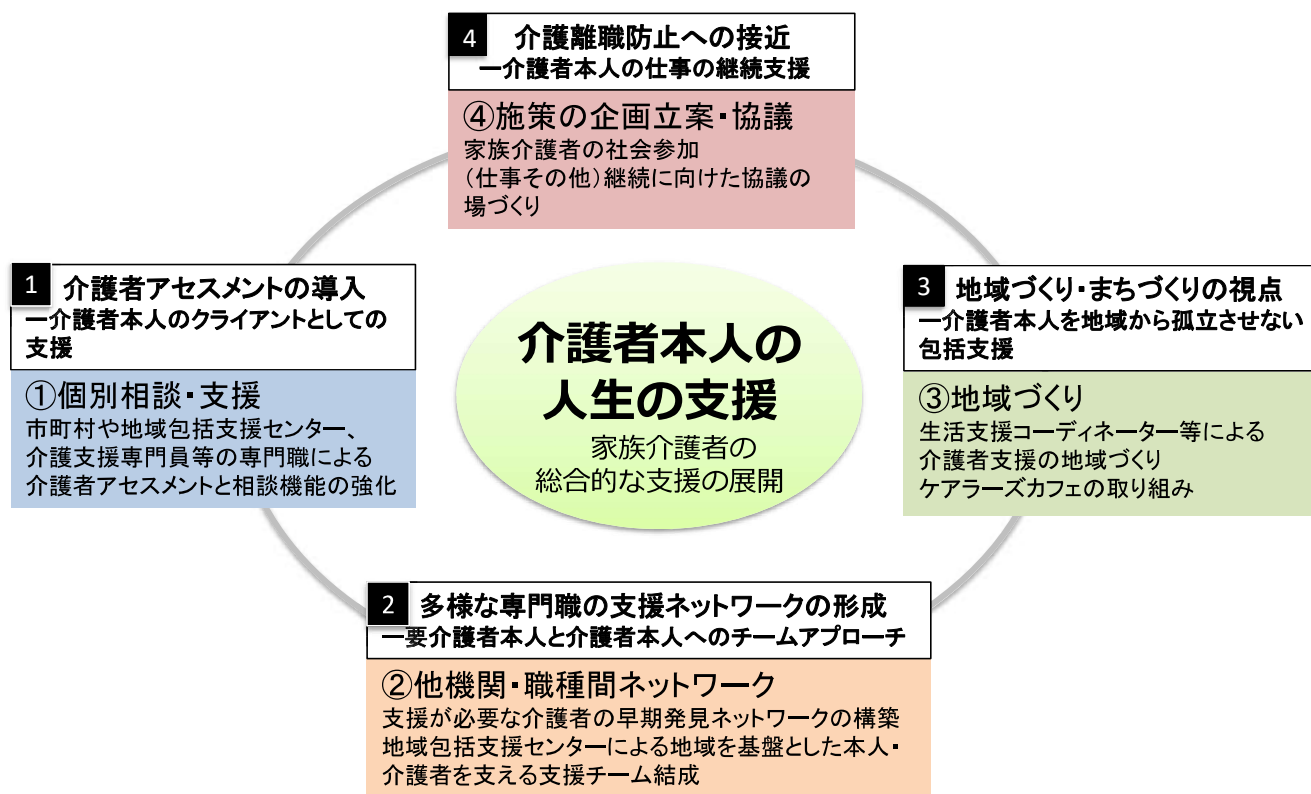
課題

あまり活用されていない介護休業制度
家庭の中で収入の低い女性が退職する傾向
人生設計や収入に変化
社会との繋がりの断絶
再就職困難

そこで…

育児・介護休業法の改正 R7.4～
介護離職防止のための個別の周知・意向確認雇用環境整備等の
措置が事業主の義務に

家族介護者支援の総合的展開の4つの考え方



家族介護者の権利

イギリスでは…「ケアラー法」 1995年

2008年全国戦略

「21 世紀の家族と地域の中心に位置する介護者について—あなたのための介護制度、あなた自身の生活」

具体的な方針

- 1 介護者はケアパートナーとして、尊厳と尊重をもって扱われる。
- 2 介護者は、彼らが行うケアの役割のなかで、サポートが必要であればサービスを受ける権利がある。
- 3 介護者は彼ら自身の生活をする（保つ）ことができる。
- 4 介護者は、彼らのケアの役割によって財政的な困難を強いられないように支援されなければならない。
- 5 介護者は、精神的にも身体的にもよい状態にいるように支援され、また人間らしく対応される。
- 6 子どもや若年者は、不当なケアから保護される。それは学び成長し、児童期を肯定的に享受できるように支援されることである。

家族介護者支援に関する諸外国の制度と社会全体で要介護者とその家族を支える方策に関する
研究事業報告書 令和2年3月より抜粋

埼玉県のケアラー支援条例（抜粋） 令和2年3月31日

「ケアラー」とは？

第2条（定義）

- 一 ケアラー 高齢、身体上又は精神上の障害又は疾病等により援助を必要とする親族、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を提供する者をいう。
- 二 ヤングケアラー ケアラーのうち18歳未満の者をいう。

第3条（基本理念）

- 1.ケアラーの支援は、全てのケアラーが個人として尊重され、健康で文化的な生活を営むことができるように行われなければならない。
- 2.ケアラーの支援は、県、県民、市町村、事業者、関係機関、民間支援団体等の多様な主体が相互に連携を図りながら、ケアラーが孤立することのないよう社会全体で支えるように行われなければならない。

埼玉県公式ホームページより

事例

80代の女性Aさんは、娘と息子が同居しており娘はフルタイムで就労しています。息子は持病のため自宅にいると聞いていますが、ケアマネジャーであるあなたは一度も会ったことがありません。

Aさんには数年前より認知症の症状があり、半年前に要介護1の認定を受けて週2回半日型のデイサービスに通所しています。モニタリングのために訪問したところ、Aさんが日中一人でいると用意しておいた昼食を食べていないことが増え、夜中に起こされることが増えてきた、と娘より話がありました。Aさんに話しかけてみても、大きく変わった様子は見られません。

グループワーク

【事例をもとに考えてみましょう】

- 1) 娘からの申し出について、あなたはどのようなことを確認して対応していきますか？
- 2) ケアマネジメントをしていて、どのようなところに家族支援の難しさを感じますか？

- ①個人ワーク 5分
- ②自己紹介 5分
- ③グループ内で共有 20分
- ④全体共有 10分

一般的には

Aさんに関する事

Aさんの認知症の状態 生活リズム 日中の過ごし方

Aさんの生活に関する意向 経済面 家族関係



家族に関する事

娘の介護状況 生活リズム 経済面 会社の理解

娘の生活に関する意向 家族の状況・協力体制

＋ 専門職の意見

⇒ 解決すべき課題（ニーズ）を見立て
介護保険サービスの見直し

となるところですが…

家族介護者支援の入り口として

仕事と介護の両立

家族から仕事に関する事を相談を受けた経験がない、受けたとしても家族の就労に関する事には安易に答えられない

ダブルケア

介護保険制度ではできることが限られているので、対応策が見えない
自費のサービスに頼らざるを得ないが、生活困窮の場合は難しい

ヤングケアラー

どのように対応したらよいかわからないし、スキルも知識もない

8050など

生きづらさを抱えたまま介護に直面。コミュニケーションがとりづらい。親の支援が終わり次第終了となるため、残される子世代のことは気になるが…

老老介護や認認介護

家族が行うことが期待される役割がうまく担えていないが、自覚に乏しい

『複合的な課題』に直面したら…

経済的困窮、メンタルの問題、複数の家族の病気、不登校、就労困難、家族関係の不和、虐待、ひきこもり、障害 など…

わたしたち専門職にできることは何か

ワンストップ

家族の思いを傾聴し、必要な制度や機関につなぐ

家族をクライアントとしてアセスメントする

高齢者等の生活リズムと家族の生活リズムを可視化する

SOSを出していいこと、自分の人生を大切にしてほしいというメッセージを伝える

ヤングケアラー

子どもが介護に関わっていることをキャッチしたら

気にかける、声をかける、子どもの気持ちを聞いてみる

※相談の秘密は守る 話したくないことは話さなくてよい 家族の役に立ちたいという思いを尊重する

家族会（セルフヘルプグループ）や認知症カフェを紹介する

家族同士にしかわからない思いの吐露、ノウハウの共有ができる

家族とともに一緒に参加してみる

アセスメントシート・チェックリストは

市町村・地域包括支援センターによる家族介護者支援マニュアル 平成30年（2018年）3月 厚生労働省 P42～参照

家族介護者の声を届けるための イベントを開催しています

いいまちサミットとは？
認知症の方やご家族が思い、自らの体験や思いを伝え、暮らしやすい八王子をめざして、認知症地域支援推進員がパートナーとなって様々な取り組みを行うものです。
八王子市が「認知症になっても、みんなが笑顔になるまち」になるようにとの願いを込めて「笑顔（egao）」の語文字と「いいまち」の「いい」をとって「eまちサミット」と名付けました。

お願い
携帯電話・スマートフォンはマナーモードにしてください。電源をお切りください。
会場内での飲食は控えください。（水分補給は可能です）

ご案内
展示スペースに、「高齢者あんしん相談センターリーフレット」や「認知症まるごとガイドブック」「家族会のチラシ」等をご用意

**いいまちサミット
認知症家族介護者
ミーティング**
～八王子市サミット～
令和6年11月2日(土)13:30～15:30
会場 生涯学習センター(クリエイトホール)5階ホール
八王子市東町5-6

プログラム
13:30 かいばつ
八王子市福祉部高齢者福祉課
八王子市ケアアライズカフェわたり
東京府高齢者福祉推進員認知症推進センター平川南
はなはな「介護者の現状を知ろう」
13:50 <講師>
認知症の人と家族の会東京支部代表 大野敦子氏
14:10 座談会 私の介護体験お話しします
「今、介護している人も、これから介護するかもしれない人も」
～出逢ってつながろう～
15:25 閉会のご挨拶

座談会 私の介護体験お話しします

今、介護している人も、これから介護するかもしれない人も

～出逢ってつながろう～

斎藤さん
実母を介護した
娘の立場より

母の状態が変わるたびに、戸惑う。
こんな日々がいつまで続くのだろう
と思ったが、一つひとつのことに
対応できてよかった。

「指摘しない、否定しない、怒らな
い、議論しない」
頭でわかっていても行動できない。
気軽に話せる仲間が欲しかった。

安田さん
義母を介護した
嫁の立場より

林さん
妻を介護する
夫の立場より

24時間家族で介護できると思って
いたが、妻と自分の物差しは違う。
仲の良い近所に感謝。心は広く、気
は長く。

介護は本の通りにはいかないもの。
接し方も息抜きもオーダーメイド。
やめることを思いとどまった職場が
今やシェルター代わりに。

ひろしさん
両親を介護する
息子の立場より

成田さん
妻を介護した
夫の立場より

葛藤しながら仕事を全うしたい妻を
支えた日々。
地域の人や信頼できる医師が介護を
終えた今も支えに。

なるようにしかならない。関心を持
てばいざというときに役立つ。
お互いに自分の時間を持ち、自由でい
られることが大切。

宮澤さん
夫を介護する
妻の立場より

認知症家族の会代表者の集い チーム・ノウ（TEAM・KNOW）

らむおっと・ふれあいの会・
ファミリー・ひなまり・青い空

家族の愛情と頑張りがあっても、認知症家族の介護が上手くいかず、先が読めない。そんな介護者の想いを語り合えたら…

八王子各地で、20数年前から誕生した認知症家族介護者の会は、多くの仲間とつながって、介護者が自主運営し、現在も継続の努力を続けています。チーム・ノウは、その運営代表者がつながる会です。本日の講演の大野氏も一緒になって、情報を共有し合い活動しています。各会の詳細は「プチ情報」をご覧ください。

TEAM・KNOWは代表者の頭文字から命名、分かり合うという意味も込めています。

介護・認知症
出会ってつながろう、そして見つけよう、私の味方

まると連続講座

今、ご家族を介護している人も、将来、介護する時に備えたい人も...
認知症の介護、どんなことを学ばないの?...という時にまずは参加してみる勉強会

全講座 無料

第9回	12/20 (金) 午後 3時~4時	入院治療について 認知症の方が精神科に入院する場合のお話。 講師: 多摩病院 精神保健福祉士 梁谷 幸氏 林 なつみ氏 定員 10名 会場 ハ王子ケアラースカフェわたり
第10回	令和7年 1/17 (金) 午後 3時~4時	施設利用のタイミング 特別養護老人ホームの暮らし 講師: 特別養護老人ホーム職員 丸山 耕氏 生活相談員 介護支援専門員 八王子市福祉部高齢者福祉課へ 定員 10名 会場 ハ王子ケアラースカフェわたり
第11回	2/8 (土) 午後 2時~4時	仕事と介護の両立のためのセミナー・相談会 内容の詳細、申込み・お問合せは、ハ王子市福祉部高齢者福祉課へ TEL: 042-620-7244 (受付時間 9:00~17:00) ※申込み開始 1月15日から 会場が異なります。会場 八王子市学芸都市センター12階 第1セミナー室 (ハ王子市旭町9-1ハ王子スクエアビル) 定員 20名 会場 ハ王子市学芸都市センター12階 第1セミナー室
第12回	2/28 (金) 午後 3時~4時	つづきカフェ 「困つちやつたな...」「もう、やんなつちやう...」...と思つた時、いんなことをつづいてみよう! 定員 10名 会場 ハ王子ケアラースカフェわたり

■ 対象: 認知症の方を介護されているご家族、介護に備えたいご家族
■ お申込み・お問合せは ハ王子ケアラースカフェわたりまで
042-686-2779 (月、日、夜間を除く)



主催 八王子市福祉部高齢者福祉課 八王子ケアラースカフェわたり
南多摩区認知症疾患医療センター平川病院 高齢者あんしん相談センター子安

~早いうちから知っておきたい~
仕事と介護の両立
のためのセミナー・相談会

2025 2/8 土 14:00~16:00

場所: 八王子市学芸都市センター 12階 第1セミナー室 (八王子市旭町9-1ハ王子スクエアビル)

- 社会保険労務士による説明
介護休業制度、早期退職すると年金は...など
- 両立している人のお話し
- 専門職とのグループ座談会
介護保険の使い方って? 自己負担額はいくらぐらいかかるの?

「仕事と介護の両立は難しい」と思いませんか?
事前に知っておくべき情報や相談窓口、職場環境の重要性など、事例を交えてお話しします。

対象者 市内在住・在勤の方、現在求職中の方
企業の人事・労務担当者の方

定員 20名(先着順)

※受付 1月15日~
八王子市福祉部高齢者福祉課
(1) メール: koureishafukushi-ninchisho@city.hachioji.tokyo.jp
(2) TEL: 042-620-7244 (受付時間 9:00~17:00)
(3) FAX: 042-624-7720 (裏面の参加申込書)

参加費無料 要申込

当日の欠席連絡先: TEL 042-651-3132

共催 八王子市福祉部高齢者福祉課・高齢者あんしん相談センター(地域包括支援センター)
南多摩区認知症疾患医療センター平川病院
東京都社会保険労務士会多摩統括支部
認知症家族サロンハ王子ケアラースカフェわたり

まとめ

- 家族介護者が混乱期を乗り切れるように傾聴
- 介護保険ありきではない地域資源の捉え方
- 地域ケア会議、多機関連携の研修会参加などで顔の見える関係づくり



ご清聴ありがとうございました。