

## ダブルケア支援のこれまで

2012年度、横浜国立大学大学院国際科学研究院准教授相馬直子さんと英国ブリストル大学上級講師の山下順子さんが「ダブルケア」という言葉をつくり、ダブルケア研究プロジェクト\*を始動させました。

日本でのダブルケア調査研究は横浜を中心に行われ、子育て支援や介護に関わるNPOや市民団体が協力していく中で、子育てしながら介護をしているダブルケアラーの負担感がとても大きいこと、そして誰にも相談できずに孤独感を抱えているダブルケア当事者（以下、ダブルケアラー）が多くいることが分かりました。そこで支援者有志が集まり、2013年10月にダブルケアラーが語り合う場を作ることからダブルケアラー支援が始まりました。

\*「科研基盤B(24310192) 東アジアにおける介護と育児のダブルケア負担に関するケアレジーム比較分析」

## ダブルケアは東アジアの共通の社会的リスクです。

2015年11月～2016年10月の1年間、日本と韓国においてダブルケアラー支援者の学び合いを下記メンバーで行ってきました。

東恵子(NPO法人シャーロックホームズ理事長)、伊藤保子(NPO法人さくらんぼ理事長)、金子美津子(NPO法人まんま理事長)、菊地真弓(横浜市原宿地域ケアプラザ・地域交流コーディネーター)、宮島真希子(NPO法人横浜コミュニティデザイン・ラボ理事)、植木美子(荻が谷コミュニティととと代表)、小藪基司(横浜市すすき野地域ケアプラザ開設準備室室長)、橋本笑穂(NPO法人さくらんぼ職員)、澤木麻利子(NPO法人シャーロックホームズ職員)、相馬直子(横浜国立大学准教授)、山下順子(英国ブリストル大学講師)

## ダブルケアをサポート!

突然やってくる  
介護に備えて  
ハッピーケアノート  
・  
体験談



共感の場  
「ダブルケアcafé」の  
運営・サポート

## ダブルケアに関する勉強会や講座の開催など



ダブルケア支援に関するお問い合わせは下記まで。

## 一般社団法人ダブルケアサポート

ダブルケアサポート



<http://wcaresupport.com>

Facebook <https://www.facebook.com/wcareyokohama/>  
mail: [wcareyokohama@gmail.com](mailto:wcareyokohama@gmail.com)

このリーフレットはトヨタ財団2015年度国際助成プログラムにより作成されました。

印刷日 2020年10月

知っていますか?

# ダブルケア

複数のケアに直面しているあなたへ

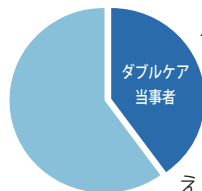
ダブルケア当事者に寄り添う地域づくりを目指して





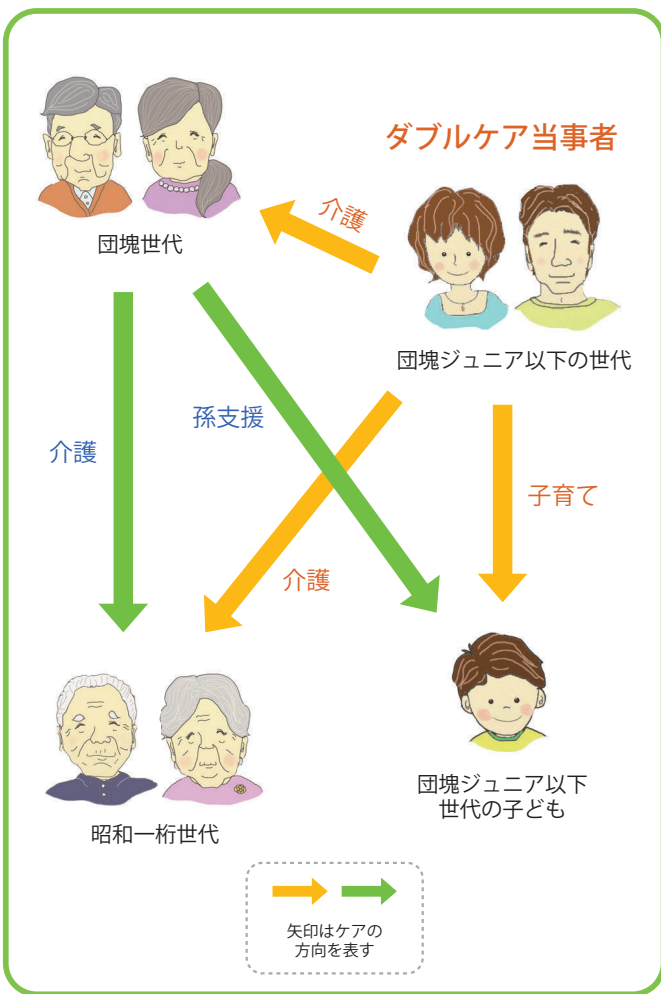
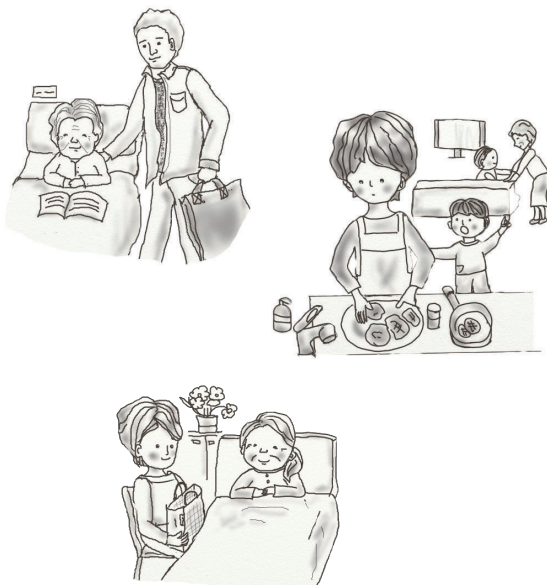
## ダブルケアってなあに？

ダブルケアとは、育児と介護が同時に行われていることを指す言葉です。また、育児と介護に限らず、介護と孫支援、育児と配偶者や自分自身のケアなど、複数のケアを同時にする必要のあることを指します。



ダブルケア調査では、調査対象(末子が6歳以下の母親中心)1,894名のうち、約1割がダブルケアに直面中、過去に直面した人も約1割、数年前に直面すると考える人も約2割で、合計約4割がダブルケア当事者だと分かりました。当事者の負担は「精神的にしんどい・体力的にしんどい」「親や子どもの世話を十分にできない」「兄弟や親戚間での認識のずれ」「経済的負担」など複合的です。2016年4月の政府調査によれば、身体的ケアを主とした育児と介護のダブルケア人口は25万人。身体的ケア以外の介護人口を含めると、実態はもっと多いと言われており、晩産化・少子化・高齢化でダブルケアラーが増えると予想されます。

※このダブルケア調査では、介護の定義を日常生活の着替えやトイレ、食事の手助けといった身体的ケアだけでなく、日常生活のケアは果たせないけれど、お金は出すという経済的ケアや電話で愚痴を聞くという精神的ケアも含めています。



## ダブルケアラーの特徴

育児と介護の異なるニーズを同時に満たすことを要求される中で常に育児と介護どちらを優先させるかの選択を迫られています。これは育児と介護のダブルケアに限らず、介護と孫支援、配偶者のケアと育児など複数のケアニーズに直面している場合も同様です。



## ダブルケアラーの声から



## ダブルケア視点を社会へ！

家庭の中に複数のケアが生じることによる複雑なニーズに対応するには「子どもは子ども」「高齢者は高齢者」と対象別に分けて考えることには無理が生じてきています。その家庭の中にあるいろいろな形のケアを考える視点、つまりダブルケア視点が大切です。子育て、介護、貧困問題、障害者福祉の分野など、既存の福祉サービス体制の中に、ダブルケアという視点を浸透させ、当事者のケア関係全体を見据えた包摂的支援が必要です。

