

ヤングケアラーの相談・支援に必要な要素に関する研究 －大学生への実態調査を通して－

Research on the Elements Necessary for Consultation and Support of Young Carers -Through a Factual Investigation of University Students-

藤田 由起^{*1}・岡本 悠那^{*2}

Yuki FUJITA・Haruna OKAMOTO

Abstract

This study is intended to understand the actual situation of university students in their level of recognition of young carers and their past experiences as a carer for their own family. Also this study examined essential elements for better consultation and support for young carers and young adult carers. 478 university students participated in this questionnaire. The results suggested that more than half of the participants did not properly understand the meaning of the term "young carer". Moreover, they implied that young carers were more likely to have various kinds of concerns such as family financial situation, family relationship, leisure time, and their own health. The data indicated the three following factors for young carers to ask for advice with peace of mind: (1) Building trust and then listening. (2) Preparing a situation to offer a consultation easily or ask for information that they need. (3) Listening to and accepting young carers' thoughts without judging them by adviser's own values and standards. To solve these problems, first of all, young generation need to understand the situation of young carers and young adult carers as their own affair. Second, they learn the diversity of carers. Finally, they know how to support carers psychologically and environmentally depending on the diversity. These actions will lead to support young carers and young adult carers to live adaptively.

I. 問題と目的

近年、「ヤングケアラー」と呼ばれる子ども達への支援の必要性に注目が集まっている。一般社団法人日本ケアラー連盟によると、「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、感情面のサポートを行っている、18歳未満の子ども」のことである。また、同連盟によると、「18歳～おおむね30歳代のケアラー」のことを「若者ケアラー」と呼ぶ場合もある。Becker, Dearden, and Aldridge (2000) は、ケアの子どもへの影響として、「社会と繋がる機会や友人関係を育む機会の制限」、「余暇活動の制限」、「感情面の問題」等を挙げている。さらに、様々な実務的負担や精神的負担が重なることで、ヤングケアラーは精神的健康度やウェルビーイングが低くなりうるリスクを抱えていると示唆されている (Acton & Carter, 2016)。三菱UFJリサーチ&コンサルティング (2021) および株式会社日本総合研究所 (2022) の全国調査によると、世話をしている家族の有無について、「いる」と回答した割合は、小学生で6.5%、中学生で5.7%、全日制高校生で4.1%、定時制高校生で8.5%、通信制高校生で11.0%であった。また、大学生では、「現在いる」と回答した割合が6.2%、「現在はいないが、過去にいた」が4.0%であった。このことから、どのような発達段階においても、家族のケアを担う人々が一定数存在していることがうかがえる。

*1 くらしき作陽大学 子ども教育学部 Kurashiki Sakuyo University, Faculty of Childhood Education

*2 社会福祉法人 若竹の園 Social Welfare Corporation, Nursery School "Wakatake-no-Sono"

濱島（2021）は、ヤングケアラーが直面する問題として、主に以下の3つを挙げている。

1つ目は、本人も周囲もケアだと気づきにくいことである。必要に駆られ、手伝いの感覚で始めることが多かったり、他の家庭と客観的に比較し自分の家庭の状況を捉えることが子どもにとって難しかったりするため、本人もその状況を当たり前だと捉えやすいと考えられる。また、2022年に岡山市で専門職を対象として実施されたアンケート調査においては、「家庭内のことで問題が表に出にくく、実態の把握が難しい」という理由からヤングケアラーと思われる子どもがいるか「わからない」と回答している者が多数見受けられた。このように、周囲の大人からも気づかれにくいという特徴をヤングケアラーは有していると考えられる。三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2021）および株式会社日本総合研究所（2022）の全国調査によると、「ヤングケアラー」という言葉について「聞いたことはない」と回答した割合は、中学生から高校生で約84～87%、大学生で38.4%、一般国民で48.0%であり、特に、中高生の認知度が低いことがうかがえる。ヤングケアラーについて本人も周囲も認知していなければ、子どもがお世話をすることが決して当たり前ではないと気づくことも、周囲が実態を正しく理解することも難しく、なかなかケアだと気づくことにつながりにくいのではないかと考えられる。

2つ目は、学校や友人関係、生活への影響である。ケアによって家庭内で落ち着いて勉強できる環境がない、遅刻や居眠り、欠席などが多くなるなどの場合がある。また、ここで周囲の理解や気づきがなければ、「不真面目」などというマイナス評価だけが子どもに与えられ、子どもが本当に望んでいる支援に繋がらないことが多いと考えられる。他にも友人との関わりや、進路や就職にも影響が及ぶ場合がある。

そして3つ目は、ケアについて誰にも話していない、話すことが難しい状況だということである。まず、三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2021）および株式会社日本総合研究所（2022）の全国調査において、「世話について相談した経験」について「ない」と回答した割合は、小学生で76.1%、中学生で67.7%、全日制高校生で64.2%、定時制高校生で51.6%、通信制高校生で63.3%、大学生で66.6%を占めており、どの校種でも過半数を超えていた。「相談していない理由」について尋ねた質問では、「相談するほどの悩みではない」という回答が最も多く、次いで、「相談しても状況が変わるとは思わない」「家族外の人に相談するような悩みではない」「家族のことのため話しにくい」などという理由が挙げられた。「相談するほどの悩みではない」という回答の背景には、先述の通り、家庭や自身の状況を客観的に捉えられないため問題視していない可能性、「家族のことは家族ですべき」という価値観を周囲の大人から与えられているため問題を軽視してしまったり、問題に自ら気づかぬふりをしてしまったりしている可能性、本当は自身が置かれている状況が辛いものの、そのことに直面・自覚することを恐れ、「誰かに相談するほどの悩みではない」と言い聞かせているという可能性など、様々なものが潜んでいると考えられる。このように、ヤングケアラーは多様な思いを抱えやすく、誰かに相談するという行動を起こしにくいいため、一人で負担を抱え込む事態に至りやすいと考えられる。

近年ではヤングケアラーの実態等が報道されるようになり、少しずつヤングケアラーに対する関心が広がりつつあるが、実際にヤングケアラーと思われる子どもがいた場合、周囲の大人はどのように対応するのだろうか。一般国民に対して尋ねた株式会社日本総合研究所（2022）の調査結果では、認知度と想定される対応との関係が示唆された。「本人に様子を聞く」「関係機関に相談する」「家族・友人、知人に相談する」との回答が約17～23%を占める一方、最も割合が高かったのは「わからない」（39.9%）であり、「何もしない」という回答も16.2%見受けられた。ここで、認知度に関する質問とのクロス集計をみると、認知度が高いほど具体的な行動に結びつきやすく、認知度が低いほど「何もしない」「わからない」の割合が高くなっていることが示唆された。そして、「相談しやすい環境づくりにつながるとされると思われる仕組みや取り組み」について尋ねた質問では、家族や親族にヤングケアラーと思われる子どもが「いる」と回答した人ほど、相談窓口の設置や対面での相談実施など、具体的な取り組みが必要だと考えていることが示された。一方、ヤングケアラーについて「聞いたことはない」

と回答した者のうち52.6%、ヤングケアラーと思われる子どもがいた場合の対応について「わからない」と回答した者のうち55.5%が「特にあてはまるものはない」と回答していた。このようなことから、ヤングケアラーの認知度は、その子どもとの関わりや支援を進めていく上で、大きく影響していると考えられる。

以上より、ヤングケアラーの今後の支援において、次の2点が必要であると考えられた。

1点目は、ヤングケアラーの認知度を高めることである。認知度が高いほど具体的な行動や対応に結びつきやすく、一方、認知度が低いほど「何もしない」「わからない」という対応につながる関係性が示されたことから、認知度の向上は欠かせないと考えられる。

2点目は、相談しやすい環境作りである。まずは、ヤングケアラーが抱える悩み、困りごとを話しやすい場を作ったり、周囲が実態に気づく視点を持ったりすることで、ヤングケアラーが孤立しないようにすることが必要ではないだろうか。一方で、先述したように、ヤングケアラー自身も周囲に相談しづらく、また周囲の大人もヤングケアラーに気付きにくいという実態がある。したがって、ヤングケアラーにとって「相談しやすい環境」とは何なのか、周囲の大人はどのような視点を持ち、どのように関わるのが求められるのかについて、考える必要がある。

なお、先述したように、大学生などの若者世代においても現在ケアを担っている、あるいは過去に担っていたという者が一定数存在する。若者ケアラーにおける問題として、希望の進路を断念せざるを得なかったり、就学や就職の機会を逃したりするなどの「ライフコース選択の機会における困難」(松崎, 2015) や、ケアへの無理解や過小評価により、孤立や学習・就職活動の困難さが生じること(濱島, 2021) が挙げられる。さらに、自分のことは二の次で、家族のことを第一に考えて生きてきた結果、自分のやりたいことや強みが分からなくなったり、自分のために生きること罪悪感やためらいを抱いたりするなどの、アイデンティティ形成やキャリア発達に関連する問題も生じうると考えられる。これらのことから、ケアの問題は各発達段階で多様な課題に繋がっていくため、18歳未満までのヤングケアラーの時期だけでなく、それ以降も切れ目なく支援をしていく必要性があると考えられる。そして、特に自立に向かう青年期には、自身の人生を切り拓いていくための多様な支援が必要になると考えられる。また、青年期は親から心理的に自立していく時期であるが、この時期の友人関係は特に心理的なよりどころとなり得るものであり、心理的安定を助ける「安定化機能」を持つと示唆されている(松井, 1990)。したがって、ケアを担っている、あるいはケアを担ってきた若者たちと近い存在であると思われる大学生を対象として上記2つの点について調査することは、ヤングケアラーや若者ケアラーの支援を考える際に意義深いと考えられる。

以上より、本研究においては、大学生におけるヤングケアラーの認知度やケア経験の有無等の実態把握およびヤングケアラーや若者ケアラーのよりよい相談・支援に必要な要素に関する知見を得ることを目的とする。なお、「若者ケアラー」は「ヤングケアラー」と比較して一般へ普及されている概念でないため、本研究においては「ヤングケアラー」についての認識を尋ねることを通して、ヤングケアラーおよび若者ケアラーの相談環境について検討を行っていく。

II. 方法

1. 調査手続き

A大学に在籍する大学生478名を対象とし、2022年10~11月に質問紙調査を実施した。統計解析には、IBM SPSS Statistics Version23を使用した。質問紙の内容や文言については、三菱UFJリサーチ&コンサルティング(2021)および株式会社日本総合研究所(2022)の調査を参考にした。

2. 倫理的配慮

本調査の回答は任意であり、研究以外には利用されないこと、回答拒否で不利益を被ることは一切ないことを説明したうえで実施した。

3. 調査内容

(1) フェイスシート

対象者の所属学部・学科、学年、性別について尋ねた。

(2) ヤングケアラーについて

①ヤングケアラーの認知について

「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことがあるのかについて、「聞いたこともあり、内容も知っている」「聞いたことはあるが、よく知らない」「聞いたことはない」の3件法で回答を求めた。そのうえで、「聞いたこともあり、内容も知っている」と回答した人には、「ヤングケアラー」という言葉をどこで聞いたのかについて、「テレビ」「新聞」「雑誌や本」「大学の講義」「国・自治体などの行政の広報誌」「講演会やイベント」「WEBサイト」「SNS」「友人や知人から聞いた」「その他（自由記述）」の中から、あてはまるものをすべて選択する形式で尋ねた。

②対象者自身のケア経験の有無について

厚生労働省のホームページに掲載されている、ヤングケアラーについて表したイラストをアンケート上に掲示し、確認を求めたうえで、対象者自身がヤングケアラー（または若者ケアラー）にあてはまるかどうかについて、「あてはまる」「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」「あてはまらない」「わからない」の4件法で回答を求めた。そして、「あてはまる」「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した者には、ケアの内容について、誰に、いつから、どのようなケアを行っているか（行っていたか）について尋ねた。

③ケアに関する相談の在り方について

②で「あてはまる」「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した者にのみ回答を求めた。どのような話の聞き方をされた場合にケアや家族のことについて相談したいと思うか、反対に、どのような話の聞き方をされた場合にケアや家族のことについて相談したくないと思うかについて、それぞれ自由記述で回答を求めた。

④ヤングケアラーへの対応について

ヤングケアラーと思われる子どもや友人がいた際、対象者自身がどのような対応をするのかについて、「関係機関に相談する」「家族や友人、知人に相談する」「本人に相談する」「何もしない」「わからない」「その他（自由記述）」のうち、最もあてはまるもの1つを選択するよう求めた。そのうえで、「関係機関に相談する」と回答した人には、どのような機関に相談しようと思うかについて尋ねた。また、同質問において「何もしない」と回答した人には、その理由について、「どのように対応すればよいかわからないから」「家族内の問題に関わることに抵抗があるから」「家族が家族のお世話をすることは当たり前だから」「自分の生活に精一杯で相談するほどの余裕がないから」「自分は力にならないと思うから」「その他（自由記述）」の中から、あてはまるものをすべて選択する形式で尋ねた。

⑤相談経験・環境について

対象者自身の現在の悩みや困りごと、また、相談相手の有無、現在悩みがあれば相談しようと思うかということや、希望する相談方法について尋ねた。

現在の悩みや困りごとについて、「友人との関係のこと」「学業成績のこと」「就職・進路のこと」「学費や生活費、娯楽費などの必要なお金のこと」「課外活動や習い事ができないこと」「アルバイト・仕事のこと」「家庭の経済状況のこと」「自分と家族との関係のこと」「家庭内の人間関係のこと（両親の関係が良くないなど）」「病気や障がいのある家族のこと」「自分のために使える時間が少ないこと」「その他（自由記述）」の中から、あてはまるものをすべて選択する形式で尋ね、悩みごとや困りご

とがない場合は「特にない」を選択するように求めた。

次に、悩みや困りごとの相談に乗ってくれたり、話を聞いてくれたりする人の有無について回答を求めた。そのうえで、「相談に乗ったり、聞いたりしてくれる人がある」と回答した人には、その相手について、「家族（父母、祖父母、きょうだいなど）」「友人」「交際相手、配偶者」「大学教員」「教育支援室や進路支援室、保健室などの先生」「親戚（叔父、叔母、いとこなど）」「近所の人」「SNS上での知り合い」「アルバイトなど職場関係の人」「医師や看護師、その他病院など」「役所の人（自治体の保健センターなどを含む）」「その他（自由記述）」の中から、あてはまるものをすべて選択する形式で尋ねた。

相談相手がいる者はその相手に対して、また、相談相手がいない者は仮に相談できそうな人がいた場合に、現在の悩みを実際に相談するかについて、「相談する」「相談しない」「わからない」、または「相談する悩みがない」の4件法で回答を求めた。そのうえで、「相談しない」「わからない」と回答した人には、その理由について、「相談しても状況が変わると思わないから」「相談するほどの悩みではないから」「理解が得られず、傷ついた経験があるから」「他の人に自分や家族のことを知られたくないから」「誰に相談すればよいかわからないから」「相談する時間がないから」「自分が相談することで他の人に心配をかけたくないから」「その他（自由記述）」の中から、あてはまるものをすべて選択する形式で尋ねた。

Ⅲ. 結果

1. 調査対象者の概要

調査対象者の学部・学科については教育系90名、保育系248名、食物学系45名、芸術系95名であった。学年については1年生150名、2年生102名、3年生108名、4年生118名であった。性別については、「男性」78名、「女性」397名、「その他」3名であった。

2. ヤングケアラーの認知について

「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことがあるかについて、3件法で尋ねた結果、「聞いたこともあり、内容も知っている」と回答した者が207名（43.3%）、「聞いたことはあるが、よく知らない」と回答した者が147名（30.8%）、「聞いたことはない」と回答した者が124名（25.9%）であった。学年によって認知度に差があるか検討するために、2変量のカイ二乗検定を実施した（表1）。その結果、4年生においては有意に「聞いたこともあり、内容も知っている」者が多かった。一方、2年生においては有意に「聞いたことはあるが、よく知らない」者が多く、1年生においては有意に「聞いたことはない」者が多かった（ $\chi^2(6)=30.19, p<.001$ ）。

また、「聞いたことがあり、内容も知っている」と回答した者には、「ヤングケアラー」という言葉をどこで聞いたのかについても尋ねた。その結果、「テレビ」や「大学の講義」を選択した者の割合が高かった（表2）。「その他」には、高校生のときに受けた授業や、教員採用試験対策などの回答が得られた。

表1 ヤングケアラーの認知と学年のクロス集計表

		ヤングケアラーの認知			合計
		聞いたことも あり、内容も 知っている	聞いたことは あるが、よく 知らない	聞いたことは ない	
		$\chi^2(6)=30.19, p<.001$			
学年	1年	50*	40	<u>60**</u>	150
	2年	45	<u>42**</u>	15**	102
	3年	50	30	28	108
	4年	<u>62*</u>	35	21*	118
	合計	207	147	124	478

* $p<.05$, ** $p<.01$ 下線は有意に多いことを示す。

表2 「ヤングケアラー」について知った情報源（複数回答、n=478）

分類	度数
テレビ	147
新聞	29
雑誌や本	15
大学の講義	102
広報誌	9
講演会やイベント	3
WEBサイト	23
SNS	57
友人や知人から聞いた	11
その他	9

3. 対象者自身のケア経験の有無について

回答者自身がヤングケアラー（または若者ケアラー）にあてはまるかどうかについて尋ねた結果、「あてはまる」と回答した者は11名（2.3%）、「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した者は23名（4.8%）、「あてはまらない」と回答した者は411名（86.0%）、「わからない」と回答した者は33名（6.9%）であった。

また、同質問に「あてはまる」、「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した人には、ケアの受け手との続柄、ケアを始めた時期、ケアの具体的内容についても尋ねた。

まず、ケアの受け手との続柄（複数回答）については、「父親、母親」が10名、「きょうだい」が19名、「祖父、祖母」が12名、「親戚や近所の人」が2名、「その他」が1名であった。

次に、ケアを始めた時期については「小学校高学年（4～6年生）から」が最も多く示された（表3）。

さらに、ケアの具体的内容については、「家事（食事や洗濯、掃除など）」や「きょうだいの世話や保育園等の送迎」を担っている者が多かった（表4）。これらのケアについては、他のケアと同時に担っている場合が多いことが窺えた。加えて、これらのケア項目のうち最大で6項目のケアを担う学生が存在していた。

また、ヤングケアラーの認知と自身のケア経験の有無との関連性について検討するために、2変数のカイ二乗検定を行った。その結果、「聞いたこともあり、内容も知っている」と回答した者において、ヤングケアラーに「あてはまらない」との回答が有意に多く、「聞いたことはない」と回答した者において、自身がヤングケアラーに当てはまるかどうか「わからない」との回答が有意に多かった（ $\chi^2(6)=13.21, p<.05$ ）。

4. ヤングケアラーの認知とヤングケアラーへの対応の関連について

ヤングケアラーの認知と、自身の身の回りに「ヤングケアラー」と思われる子どもや友人がいた場合の対応方法の関連について検討するために、2変数のカイ二乗検定を実施した。その結果、有意差は見受けられなかった

（ $\chi^2(10)=13.66, n.s.$ ）。

なお、対応方法について「何もしない」と回答した者には、この対応を選んだ理由について尋ねた。その結果、「家庭内の問題に関わることに抵抗があるから」という回答が最も多かった（表6）。「その他」には、「中途半端に関わるべきではないと思うから」という回答が得られた。

表3 ケアを始めた時期

分類	度数
小学校就学前から	3
小学校低学年（1～3年生）から	7
小学校高学年（4～6年生）から	12
中学生から	5
高校生から	7
合計	34

表4 ケアの内容（複数回答、n=34）

分類	度数
家事	18
きょうだいの世話や保育園等の送迎	18
身体的な介護	10
外出・通院などの付き添い	4
感情面のサポート	9
見守り	13
通訳	1
薬や金銭などの管理	0
家計を助ける（働く）	3

表5 ヤングケアラーの認知とケア経験の有無のクロス集計表

		ヤングケアラーの認知			合計
		聞いたこと もあり、 内容も 知っている	聞いたこと はあるが、 よく 知らない	聞いた ことは ない	
		$\chi^2(6)=13.21, p<.05$			
ケア経験 の有無	あてはまる	2	5	4	11
	過去には あてはまっ ていたと思 う	11	9	3	23
	あてはまらない	186*	123	102	411
	わからない	8*	10	15*	33
	合計	207	147	124	478

* $p<.05$ 下線は有意に多いことを示す。

表6 「何もしない」を選択した理由（複数回答、n=24）

分類	度数
どのように対応すればよいかわからないから	11
家庭内の問題に関わることに抵抗があるから	19
家族が家族のお世話をすることは当たり前だから	1
自分の生活に精一杯で相談に乗るほどの余裕がないから	4
自分は力になれないと思うから	6
その他	1

5. ヤングケアラーが求める周囲の関わりについて

また、自身がヤングケアラー（または若者ケアラー）にあてはまる、もしくはあてはまっていたと回答した対象者に対し、どのような話の聞き方をされた場合に、ケアや家族のことについて相談したいと思うかについて記述での回答を求め、KJ法（川喜田、1967）を基に分類した。分類ごとの人数を表7に示す。

さらに、どのような話の聞き方をされた場合に、ケアや家族のことについて相談したくないと思うかについて、同様に記述回答を求め、KJ法を基に分類した（表8）。「その他」には、「わからない」「特にない」という意見もあれば、「ほとんどの場合に相談しにくいと感じる」という意見も挙げられた。一方、具体的な意見が得られなかった回答は「無回答」に分類した。

表7 ケアや家族のことを相談しやすい聞き方・要素（複数回答、n=34）

分類	具体例	度数
傾聴、受容的な関わり	否定せず共感的に聴く。親身になって聴く。など	12
相談しやすいきっかけ作り	「家庭のことや学校のことについて困っていることはありますか？」などの声掛けがある。互いの悩みや家庭・将来に関する話の流れがあるなど、自然に相談しやすい話題展開がある。など	8
第三者的立場に立つ・聞き役に徹する関わり	客観的立場で話を聞く。助言せず聞き役に徹して話を聞く。など	4
相手への信頼性	相談相手が信用できる専門家である。話した内容を守秘する前提で話を聞く。など	3
その他	どのような聞き方であっても自分が相談したいと思ったときに相談する。わからない。そもそも相談することが難しい。など	8
無回答	—	2

表8 ケアや家族のことを相談したくないと思う聞き方・要素（複数回答、n=34）

分類	具体例	度数
意見の否定・押しつけ	話したことや話そうとしていることを否定される。「あまり悩まなくていい」と軽視される。自身の考えや経験を押し付けられる。ケアの受け手のことを悪く言われる。など	9
他人事のような言動	気持ちに寄り添っていないと感じる態度である。興味本位で情報収集しているだけのような聞き方である。など	8
哀れみやからかいなどの不快に感じる言動	同情するような態度である。馬鹿にしたりからかったりするような態度である。など	4
プライバシーへの無配慮	配慮なくプライベートな事柄について追究される。知り得た情報を他人に流すような信頼に欠ける人物である。など	3
曖昧な相談への声掛け	「何か不安に感じることはありますか？」などの漠然とした言葉かけをされる。など	3
その他	分からない。特にない。ほとんどの場合に相談しにくいと感じる。など	6
無回答	—	1

6. ケア経験の有無と悩みや困りごと、相談経験・環境の関連について

現在抱える悩みや困りごとについて、前述したカテゴリーのうち自身にあてはまるものに回答を求めた。この結果を表9に示す。なお、「その他」には教員との関係性に関することや、実習のことが挙げられたが、中でも自身の健康面に関する記述が6名から得られたので、これらの記述は他の記述と独立させ、「自分の健康面のこと」というカテゴリーを新たに立てた。そして、ケア経験の有無と、現在の悩みや困りごとの関連について検討を行った。具体的には、各悩みの項目ごとに、その悩みの有無で群分けし、その悩みの有無とケア経験の有無とを用いて、それぞれ2変量のカイ二乗検定を実

施した。その結果、現在ヤングケアラーに「あてはまる」と回答した者において、「家庭の経済状況のこと」を悩みとして挙げる者が有意に多く、反対にヤングケアラーに「あてはまらない」と回答した者において、「家庭の経済状況のこと」を悩みとして挙げる者が有意に少なかった ($\chi^2(3)=8.54, p<.05$)。また、ヤングケアラーに「あてはまる」と回答した者において、「家庭内の人間関係のこと」および「自分のために使える時間が少ないこと」を悩みとして挙げる者が有意に多かった ($\chi^2(3)=8.31, p<.05$; $\chi^2(3)=13.27, p<.01$)。さらに、ヤングケアラーに「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した者において、「自分の健康面のこと」を悩みとして挙げる者が有意に多かった ($\chi^2(3)=11.10, p<.05$)。

また、ケア経験の有無と、相談相手の有無の関連について検討するために、2変量のカイ二乗検定を実施した。その結果、有意差は見受けられなかった ($\chi^2(3)=3.33, n.s.$)。なお、相談相手がいると回答した者に対しては、相談できる対象が誰なのかについても尋ねた。結果を表10に示す。

さらに、相談相手がいると回答した者はその相手に対して、相談相手がいないと回答した者は、仮に相談できそうな人がいた場合に、現在の悩みを実際に相談するかどうかについて尋ねた。この実際の相談の有無とケア経験の有無の関連について調べるために、2変量のカイ二乗検定を実施した。その結果、有意差は見受けられなかった ($\chi^2(9)=5.88, n.s.$)。

表9 現在抱える悩みや困りごと (複数回答、n=478)

分類	度数
友人関係のこと	55
学業成績のこと	70
進路・就職のこと	196
学費や生活費、娯楽費などの必要なお金のこと	114
課外活動や習い事ができないこと	5
アルバイト・仕事のこと	70
家庭の経済状況のこと	25
自分と家族との関係のこと	19
家庭内の人間関係のこと (両親の関係が良くないなど)	18
病気や障害のある家族のこと	7
自分のために使える時間が少ないこと	25
自分の健康面のこと	6
その他	8
特になし	160

表10 悩みや困りごとを相談できる相手 (複数回答、n=452)

分類	度数
家族	342
友人	387
交際相手、配偶者	105
大学教員	80
学生支援に関わる大学事務職員	19
親戚	19
近所の人	2
SNS上での知人	24
アルバイトなど職場関係の人	32
医師や看護師、病院など	2
行政職員	2
その他	1

IV. 考察

1. 大学生の「ヤングケアラー」に対する認知について

本研究においては、43.3%の対象学生が「ヤングケアラー」について「聞いたこともあり、内容も知っている」と回答していた。大学生を対象とした株式会社日本総合研究所 (2022) の全国調査においては、「聞いたこともあり、内容も知っている」と回答した割合は46.5%であったため、概ね同様の結果が得られた。一方で、「聞いたことはあるが、よく知らない」、「聞いたことはない」と回答した割合は半数を上回っており、大学生における「ヤングケアラー」に関する認知度は依然として低いと推察された。また、学年が上がるにつれて認知度が高まることが示唆された。ヤングケアラーについて知った情報源として、「テレビ」に次いで「大学の講義」が挙げられていたことから、4年間かけてより多様かつ専門的な学びを得ていく中で、ヤングケアラーを含めた様々な事柄に触れる機会が増えると考えられた。したがって、ヤングケアラーや若者ケアラー当事者に成り得る若い世代にヤングケアラーという概念を知ってもらうためには、テレビやSNSなどの若者が触れる機会が多いツールで情報発信を行うこと、若者の日常生活の一部である教育場面において、知ってもらう機会を作ることが有効と考えられた。一方で、「聞いたことはあるが、よく知らない」と回答した者の割合は30.8%であり、株式会社日本総合研究所 (2022) の調査で示された割合 (15.1%) の2倍以上であった。このことから、

本研究の対象者においては一度学んだだけ、聞いただけではしっかりとした知識としては根付いていなかったり、積極的な興味や問題意識をもってヤングケアラーについて理解しようという姿勢を持っていなかったりすることもうかがえる。したがって、学びの機会をただ作るだけではなく、自分にとって身近な事柄として捉えられるよう、数値だけではなく具体的な事例を挙げるなど、若い世代に対して工夫して問題提起する必要があると考えられた。

2. 大学生のケア経験の有無について

ヤングケアラー（若者ケアラー）に「あてはまる」と回答した者の割合は2.3%、「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した者の割合は4.8%であった。株式会社日本総合研究所（2022）の調査においても、「現在あてはまる」が2.9%、「現在はあてはまらないが、かつてあてはまっていたと思う」が5.0%であり、概ね同等の結果が得られた。しかし、「わからない」と回答した6.9%の中にも、元ヤングケアラーや若者ケアラーが存在している可能性があると考えられる。実際に、ヤングケアラーの認知と自身のケア経験の有無との関連性について分析した結果、「聞いたこともあり、内容も知っている」と回答した者において、ヤングケアラーに「あてはまらない」との回答が有意に多く、「聞いたことはない」と回答した者において、自身がヤングケアラーに当てはまるかどうか「わからない」との回答が有意に多いという結果が示された。このことから、そもそもヤングケアラーという概念そのものに対する知識がなく、自分のことと結びつけて考えることが困難であるために「わからない」という回答の中に埋もれている元ヤングケアラーや若者ケアラーも存在すると考えられた。反対に言うとし、「ヤングケアラー」という概念をしっかりと理解している場合、自分のことと「ヤングケアラー」という概念を比較し、自身にあてはまるか否か、はっきりと考えることが出来ると考えられた。したがって、まずは「ヤングケアラー」や「若者ケアラー」という概念やその実態について知ってもらうことが、自身の状況の客観的理解にも結び付くと考えられる。そして、自身の状況を客観的に把握することが、その後、支援を求める第一歩となると考えられた。

3. ヤングケアラーの認知とヤングケアラーへの対応の関連について

次に、ヤングケアラーの認知とヤングケアラーへの対応の関連についてカイ二乗検定で分析した結果、有意差は見受けられなかった。一方で、株式会社日本総合研究所（2022）の全国調査においては、分析方法は異なるものの、認知度とヤングケアラーへの対応との関係性が示されていた。具体的には、認知度が高いほど具体的な行動や支援を挙げやすく、一方、認知度が低いほどヤングケアラーへの対応について「何もしない」「わからない」と回答する割合が高かった。これについて、本研究の対象者には大学で子どもの教育や保育について学んでいる者が多く、何らかの困り感を抱えた子どもに対する対応をしたいと考える傾向を有する者がもとより多かった可能性が考えられる。したがって、ヤングケアラーの認知に関係なく、それぞれが目の前の子どものためを思った行動を考え、選択する結果に繋がったのではないかと推察される。内閣府（2022）によると、日本における65歳以上の要介護者等数は増加傾向にある。また、総務省統計局（2021）によると、1世帯当たりの人数も減少し続けている。すなわち、介護を必要とする人は増える一方で、その介護や介助を家庭内で担うことが出来る人は減っていくと考えられる。よって、現時点でケアが自分にとって身近ではないとしても、将来、自身や自身の身の回りでケアの必要性が生じる可能性があると考えられる。このことから、自分に関係のない問題としてではなく、自分も含めた社会全体が関わる問題として、ヤングケアラーに関心を向けてもらうことが、実際にヤングケアラーに出会った時の対応に繋がると推察された。

また、ヤングケアラーへの対応として「何もしない」と回答した理由の中では、「家庭内の問題に関わることに抵抗があるから」が最も多かった。一方、先述したように、ヤングケアラー自身も相談のしづらさを感じやすく、結局相談に至らない場合が少なくない。すなわち、周囲の他者からも「家庭内のことには介入しづらい」と線引きされ、ヤングケアラー自ら相談することもできず、結果として一人で困り感を抱え込んでしまう場合も少なくないと考えられる。これらを踏まえると、気付いた

人自身が家庭内に介入することは難しくても、相談できる機関や利用できる場所を知っておくことで、そのような場を紹介したり繋いだりすることができ、互いに過度な負担がない状態で問題の解決・改善を図ることができると推察される。したがって、ヤングケアラーについて相談できる機関や、周囲の大人ができるちょっとした声掛けや配慮の方法についても広く発信していくことが大切と考えられた。

4. ヤングケアラーが求める周囲の関わりについて

本研究では、ヤングケアラー（若者ケアラー）がどのような話の聞き方をされた場合に、ケアや家族のことについて相談したいと思うか、また、相談したくないと思うかについての回答を求めた。ここで得られた結果を踏まえると、①信頼関係を構築したうえで話を聴くこと、②具体的な声掛けや相談しやすい状況作りを行うこと、③自身の価値観や物差しで相手を決めつけず、相手の思いを傾聴し受け止めることなどがヤングケアラーの相談に乗る際、大切であると考えられた。

①について、前述の通り、ヤングケアラー自身も自分が置かれている状況を開示することに葛藤を抱きやすく、一度声をかけられただけでは相談することができない場合も少なくないと考えられる。したがって、本人が「この人になら相談してもいいかな」と思えるような関係性を築き、相談してくれた際にその話を傾聴できるよう、そばで見守る姿勢が大切であると考えられる。

また、②について、ただ「大丈夫？」と尋ね続けるだけでは、本当は困っていても「大丈夫」と答えてしまい、相談に至らない場合もあると推察される。そのようなことが生じる背景として、本当は困っているものの、自身が置かれている複雑な状況を説明しづらい、自身の状況を話すことでネガティブな見方をされるのではないかという不安がある、ケアに対するネガティブな感情を表出することを否定されないかという不安がある、そのような感情を表出することに罪悪感があるなど、多様な可能性が考えられる。したがって、「最近〇〇な様子に見えて心配している」「眠れている？」など気にかけていることを具体的に伝えた方が、それをきっかけとしてスムーズに話しやすいと考えられた。そして、そこで表出したことを否定されずに尊重される経験を得ることで、その後も相談をしやすくなると考えられた。また、対象者からの回答で挙がったように、友人同士という関係性であれば、一方向的な「相談する－される」の関係ではなく、互いに困っていることを相談し合える関係性を構築し、何気ない会話から派生して話すなど、相談のハードルを下げることも比較的行いやすいと考えられる。したがって、身近な友人に困っている様子が見受けられた場合、あらたまった相談の場を設けるよりも、むしろ普段通りの関わりの中で気にかけていることを何気なく伝えていくことがヤングケアラーにとって支えになりやすいと示唆された。

そして、③について、ヤングケアラーが抱えている思いは個々の置かれている背景や家族との関係性によって多様であると考えられる。特に、子どもがケアを担っている状況について親や家族を安易に責める風潮も少なくなく、場合によっては「ヤングケアラー＝ネグレクト」とさえ捉えられてしまうことがある。安部（2019）は、ヤングケアラーをネグレクト状態に置かれている子どもとして捉えることで、彼らは「被害者」とみなされ、彼らが行ってきたケアは「あってはならない悪いこと」になってしまうと述べている。このように、表面上の問題のみを見て、自分の価値観や物差しでヤングケアラーを見ることで、かえってヤングケアラー本人や家族を傷つけてしまう危険性もはらんでいる。したがって、初めから個々のヤングケアラーの状況を決めつけることなく、まずは思いを傾聴し、個々の思いを尊重しながら必要な支援について考えていこうとする姿勢が重要であると考えられた。

5. ケア経験の有無と悩みや困りごと、相談経験・環境の関連について

ケア経験の有無と現在の悩みや困りごとの関連についてカイ二乗検定を基に検討した結果、ヤングケアラー（若者ケアラー）に「あてはまる」と回答した者において、家庭の経済状況や家庭内の人間関係、自分のために使える時間の少なさについての悩みを抱えている者が多いと示唆された。

家庭内にケアを要する者がいる場合、介護や治療のために収入を確保する必要が生じたり、親がケ

アの受け手である場合、経済的基盤が弱い状態になったりすることがあると推察される。また、三菱リサーチ&コンサルティング（2021）の調査によると、ケアを要する人がいる場合、そのような人がいない場合と比べてひとり親家庭の割合が高いことが示されている。さらに、ひとり親家庭で子どもがケアを担っている場合、その他の場合と比較して一人でケアを担っている割合が高く、ケアに費やす時間も長いことが示唆されている。内閣府（2019）によると、ひとり親家庭の貧困率は5割程度であり、経済的に厳しい状況にある家庭の割合が他の形の世帯と比べて高いと示唆されている。このようなことを踏まえると、ケアの問題は貧困やひとり親家庭の問題とも密接に結びついていると考えられる。したがって、「ヤングケアラー」という視点でのみその子が置かれている状況を捉えるのではなく、より広い視点から、子どもや家族が健康的に過ごすために必要な要素について考え、個々の状況に合った社会的資源に繋げていくことの重要性が窺えた。

また、藤田・遠矢（印刷中）は、ヤングケアラーが前向きに過ごすことを阻む要因の一つとして、「家庭内における非協力的立場・ケアの受け手に対する否定的立場の家族成員の存在などの家族の力動的関係性の問題」を挙げている。家族にケアの必要性が生じた時、ケアを巡って、家庭内であっても様々な思いが交錯しやすいと推察される。さらに、林・蔭山（2020）は、精神疾患患者の配偶者が、当事者の病気に翻弄されながら、子どもへの説明や病気の影響について一人で悩みを抱えることを示唆している。したがって、精神疾患患者の配偶者も子どもが健全に育つための環境を整える努力をする一方で、自身も疲弊したり追い詰められたりし、心身の余裕を持っていない中で子どもと関わらざるを得ない場合があると考えられる。また、横瀬（2012）は若年性認知症の配偶者間介護における課題の一つとして、虐待－被虐待の関係へと至る危険性等を挙げている。このように、配偶者も障害・疾患を有する家族および家庭全体を支える役割を全うする上で様々な困難を抱えやすいと考えられる。これらのことから、ヤングケアラーの支援を考える際、家庭内の力動的関係性についても焦点を当て、家族全体を支援する視点を持つことが必要不可欠であると考えられた。なお、ヤングケアラーが家庭内の関係性で悩んでいたとしても、それが家族のことを批判したいという思いであるか否かについては慎重に考える必要がある。ヤングケアラーに関わる周囲の者が、ヤングケアラーに寄り添ったつもりで安易に家族を批判することなく、本人が抱えている複雑な思いを傾聴することが大切と考えられた。

そして、自分のために使える時間が少ないという点についても、個々の家庭の状況によって考えられる支援が異なってくる。医療・福祉・教育など、多様な観点から、また家族全体を支える視点をもってヤングケアラーの負担軽減のための支援の内容を検討する必要があると考えられた。

また、相談相手の有無や実際の相談の有無については、ケア経験の有無による有意な差は見受けられなかった。一方で、悩みの内容や程度によっては、やはり相談しづらいということも考えられる。したがって、先述したようにまずは周囲が気づき、信頼関係を構築し、相談しやすい環境や聴き方の工夫をすることが大切と考えられる。そして、ヤングケアラー（若者ケアラー）は経済面や家族関係、時間の制約等の心理的・物理的負担を抱えやすいと示唆された。何に困っているのか理解しようとする姿勢を持ちつつ、個々の問題への対応が可能な機関などについての知識を持っておくことが、ヤングケアラー支援において重要と考えられた。

そして、ヤングケアラーに「現在はあてはまらないが、過去にはあてはまっていたと思う」と回答した者において、「自分の健康面のこと」を悩みとして挙げる者が有意に多かった。株式会社日本総合研究所（2022）の全国調査においても、このような大学生に心身の健康面の課題を抱えている場合が多いことが示されている。現在はケアから離れていたとしても、子どもの頃にケアを担うことが、その後の生活においても影響を及ぼすと示唆されている。ケア役割が過重な場合、今を乗り切ることによって精一杯で、先のことを考える余裕がないといった元ヤングケアラーの体験談が多く見受けられる（濱島，2021；田村，2019）。すなわち、いざ青年期に差し掛かり、自分自身の人生を歩んでいく際に自分の生き方の軸となるものを見いだせない場合があると考えられる。さらに、大学進学や就職、社会的サービスの利用を機に、ケアを担う生活から離れたとしても、自分だけが楽しい生活をするに罪悪感を抱いてしまう場合があることも、いくつかの体験において示唆されている（濱島，2021；澁

谷, 2020)。濱島 (2021) も、ヤングケアラーの中には、何らかの理由で家族のケアが終わった後、「ぽっかりと心に穴が空き、自分のアイデンティティや人生の意義、目標が見いだせない、何もない自分に気づいた、どう生きていけばよいかわからなくなった」と感じる者も少なくないと述べている。

このように、ヤングケアラーは、本来は自分自身の生きがいや目標をもって人生を歩みだす青年期に差し掛かって、「家族や他者のために尽くすこと」が自分の生きがいや存在意義となっており、ケアと切り離れた自分自身がわからなかったり、それ故に生きづらさを抱えたり、自分を追い込んで頑張りが過ぎてしまったりする場合があると推察される。したがって、ケア役割が終了したからといって、彼らに何の支援も必要ないというわけではなく、むしろこれから自分の人生を生きていくために、これまでの経験を整理したり、自分の強みや、自分のことを大事にした生き方について考えたりする作業を共に行っていく存在が必要であると考えられた。

6. まとめと今後の課題

本研究においては、大学生におけるヤングケアラーの認知度やケア経験の有無等の実態把握および、ヤングケアラーや若者ケアラーのよりよい相談・支援に必要な要素に関する知見を得ることを目的として調査を実施した。その結果、株式会社日本総合研究所 (2022) の全国調査の結果と概ね同様に、半数以上の対象者が「ヤングケアラー」という言葉の意味を具体的には知らないということが示唆された。そして、ヤングケアラーや若者ケアラーは、家庭の経済状況や家族関係、余暇時間、自身の健康面など、多様な悩みを抱えやすいことが示唆された。ヤングケアラーや若者ケアラーが相談しやすい要素としては、①信頼関係を構築したうえで話を聴くこと、②具体的な声掛けや相談しやすい状況作りを行うこと、③自身の価値観や物差しで相手を決めつけず、相手の思いを傾聴し受け止めることなどが考えられた。これらのことから、まずは若い世代にヤングケアラーや若者ケアラーの問題を自分事として捉えてもらえるような広報・啓発を行うこと、そのうえでヤングケアラーや若者ケアラーの多様性についても理解を促し、その多様性に沿った心理面・環境面それぞれのサポートの在り方について知ってもらうことが、ヤングケアラーや若者ケアラーが適応的に生活していく一助となると考えられた。

なお、本研究における対象者は、学部により偏りがあったため、今後学部の偏りを減らしたり、より多様な学部学生、もしくは大学生以外の青年を対象としたりして、より広い知見を得られるようにしたい。

V. 引用文献

- 安部計彦 (2019) ヤングケアラーと子どもへの権利侵害－ネグレクト調査の再分析から－. 西南学院大学 人間科学論集, 15 (1), 75-117.
- Acton, J., & Carter, B. (2016) The impact of immersive outdoor activities in local woodlands on young carers emotional literacy and well-being. *Comprehensive child and adolescent nursing*, 39 (2), 94-106.
- Becker, S., Dearden, C., & Aldridge, J. (2000) Young carers in the UK: research, policy and practice. *Research, Policy and Planning*, 8 (2), 13-22.
- 藤田由起・遠矢浩一 (印刷中) ヤングケアラーの健康的で前向きな生活を支える要因の検討－複線経路・等至性モデルを用いて－. *リハビリテーション心理学研究*.
- 濱島淑恵 (2021) 子ども介護者－ヤングケアラーの現実と社会の壁. 角川新書.
- 林千華・蔭山正子 (2020) 精神障がい者をパートナーにもち子育てをする配偶者の経験. *日本公衆衛生看護学会誌*, 9 (1), 27-36.
- 一般社団法人日本ケアラー連盟 (2023) ヤングケアラープロジェクト. <https://youngcarerproject.jp/> (2023年7月4日閲覧).
- 株式会社日本総合研究所 (2022) 令和3年度子ども・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報告書. <https://www.jri.co.jp/MediaLibrary/file/column/opinion/>

detail/2021_13332.pdf (2023年7月4日閲覧)。

川喜田二郎 (1967) KJ法—混沌をして語らしめる。中央公論社。

松井豊 (1990) 友人関係の機能. 斎藤耕二・菊池章夫編著「社会化の心理学ハンドブック」. 川島書店。

松崎実穂 (2015) メディアにみる「家族を介護する若者」－日本における社会問題化を考える。

Gender and sexuality: journal of Center for Gender Studies, ICU, 10,187-201.

三菱UFJリサーチ&コンサルティング (2021) 令和2年度子ども・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報告書. https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2021/04/koukai_210412_7.pdf (2023年7月4日閲覧)。

内閣府 (2019) 子供の貧困対策 子供を取り巻く現状と国の取組について. <https://www8.cao.go.jp/kodomonohinkon/ouen-forum/r01/pdf/tottori/naikakufu.pdf> (2023年7月4日閲覧)。

内閣府 (2022) 令和4年版高齢社会白書 (全体版) . <https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2022/html/zenbun/index.html> (2023年7月4日閲覧)。

岡山市保健福祉局保健福祉部保健福祉企画総務課 (2022) ヤングケアラーに関するアンケート調査結果について. <https://www.city.okayama.jp/kurashi/cmsfiles/contents/0000037/37324/houkokusho.pdf> (2023年7月4日閲覧)。

澁谷智子 (2020) ヤングケアラー わたしの語り－子どもや若者が経験した家族のケア・介護. 生活書院。

総務省統計局 (2021) 令和2年国税調査 人口速報集計結果 全国・都道府県・市町村別人口及び世帯数 結果の概要. <https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2020/kekka/pdf/outline.pdf> (2023年7月4日閲覧)。

田村大幸 (2019) 横山恵子・蔭山正子・こどもびあ (2019) 静かなる変革者たち 精神障がいのある親に育てられ、成長して支援職に就いた子どもたちの語り. 第1章子どもたちの語り 体験記 4. まさか母と同じ双極性障害に。就労でリカバリーする姿を見せてくれた母！. 102-128. ペンコム。

横瀬利枝子 (2012) 若年性認知症者の配偶者間介護における倫理的課題の考察－介護施設入所に到るまでの現状調査の結果から－. 生命倫理, 22 (1), 4-13.

