

SOSニュース

「ダブルケア」

1. ダブルケアとは？

ダブルケアとは、子育てと親や親族の介護を同時に担う状態をいいます。そして、その担い手をダブルケアラーと呼びます。

2. ダブルケアの状況、背景

少し前のデータになりますが、公的データでは現時点でも最新版の 内閣府男女共同参画局の調査（2016年）「育児と介護のダブルケアに実態に関する調査報告書」によると、ダブルケアラーの推定人口は2012年時点で約25万人と推計されています。このうち女性は16.8万人、男性が8.5万人と、**ダブルケアを行う女性は男性の約2倍**と、性別による偏りも見られます。この集計における育児の対象は未就学児のため、育児の対象を小学生まで広げると、ダブルケアラーの数は更に増えます。また、同調査によると、ダブルケアを行う人の平均年齢は男女ともに40歳前後。中でも子育て世代にあたる30～40代が全体の8割を占めるという結果が出ています。いわゆる「働き盛りの世代」に育児と介護の負担がのしかかっているといえます。

ダブルケアの背景には、**高齢化および晩婚化、晩産化があります**。これまでは子育てが一段落した後に関護が訪れるという状況が一般的でした。しかし、この半世紀で平均寿命はおよそ10歳延び、女性の結婚・出産はおよそ5歳遅れました。高齢化により要介護者が増加する中、晩婚・晩産化によって育児期間が後ろ倒しされる分、介護のタイミングと重なる人が増えたという訳です。

年次	妻の平均初婚年齢	母の出生時平均年齢		平均寿命 単位:年	
		第1子	第2子	男	女
1975	24.7	25.7	28.0	71.73	76.89
1985	25.5	26.7	29.1	74.78	80.48
1995	26.3	27.5	29.8	76.38	82.85
2005	28.0	29.1	31.0	78.56	85.52
2015	29.4	30.7	32.5	80.75	86.99
2019	29.6	30.7	32.7	81.41	87.45

厚労省の最新版資料『令和3年度「出生に関する統計」の概況』（現時点最新版）表1「妻の平均初婚年齢・母の出生時年齢」、及び「令和4年 簡易生命表の概況」表2「平均寿命の年次推移」から作成。

3. ダブルケアの問題点

1) 金銭面での負担

育児に必要な物品や食費、介護に必要なサービス費用や移動費用など、夫々だけでも大きくかかる負担が、更に大きくなります。

2) 女性への負担

前述の内閣府男女共同参画局の調査（2016年）「育児と介護のダブルケアに実態に関する調査報告書」によると、

◆ダブルケアに直面する前後の業務量や労働時間の変化

- ・業務量や労働時間を減らした人：男性で18.7%、女性で38.7%
- ・減らした人の内、その後離職して無職になった人：男性で2.6%、女性で17.5%

ダブルケアを行うことになった場合の就業への影響は、圧倒的に女性の方で大きくなっています。

3) 孤立しやすい

ダブルケアを引き起こすもう一つの要因は、少子化と核家族化による「家族・親族間でのケアの担い手不足」です。ケアを担う人が問題を抱え込み、また悩みを共有できる相手が少ないことから、孤立しやすい立場にあります。

4. ダブルケアに備えて

1) 親や親族が健康なうちに話し合いをする

介護は思わぬタイミングで訪れます。その前に兄弟姉妹や親戚間で話し合っておくことが理想です。「介護の話はしにくい」、「介護なんてまだ先のこと」と考えがちですが、事前に話し合っておけばダブルケアへの心構えができ、いざという時に慌てずに済みます。

2) 勤務先の制度を確認しておく

ダブルケアは多くの時間とおカネを要します。育児・介護について利用できる制度を確認しておきましょう。

育児・介護休業法は、企業や事業所の規模や業種、また、正規雇用、非正規雇用に関係なく適用されます。働き方改革の中で、利用しやすいように毎年の如く改正が重ねられています。育児・介護休業、子の看護休暇、介護休暇、時間外労働の制限、所定労働時間の短縮措置など、状況に応じて利用できるかどうかを確認しておきましょう。

3) 自治体の相談窓口を確認しておく

先ずお住いの地域の「地域包括支援センター」に相談することをお勧めします。高齢者の介護・医療・福祉などの困りごとがある際に支援を行う総合窓口です。

5. 2025年からの状況変化に注目！

2025年以降、すべての団塊世代（1947(昭和22)年～1949(昭和24)年生まれ）が後期高齢者になります。その子世代である40～50代が親の介護に直面し、ダブルケアラーが増加すると予想されます。

ダブルケアラーの増大により、当事者の精神的、肉体的、経済的負担が増えるだけでなく、社会的リスクも生じかねません。たとえば、第2子以降の出産を諦めることによる少子化への拍車、離職による貧困化や労働人口の喪失、高齢者や子への虐待の誘因が挙げられます。**ダブルケアラーの負担軽減に向けた国や企業の支援体制の拡充は、今後の重要な課題といえます。**

<出典>・内閣府男女共同参画局 2016/H28年4月「育児と介護のダブルケアの実態に関する調査」

・ジョブメドレー「なるほど！ジョブメドレー」

・第一生命経済研究所「一分解説 ダブルケアとは」



2024年6月
家庭・教育部会
笠原 健治
(特定社会保険労務士)

「困ったときはSOS」。ご相談を心よりお待ちしております。