

〔研究ノート〕

## ダブルケアに関する研究の動向

澤田 景子

名古屋学院大学経済学部

### 要 旨

近年、少子高齢化、晩婚・晩産化の進展に伴い、新たな社会的リスクの一つとして注目されている。本稿では、まずダブルケア（育児と介護が同時に進行）に関する研究の動向とダブルケアを巡る諸課題について整理を行った。続いて、先行研究の整理から目指すべき新たな社会システム、支援の構築に向けた動きとして、フレームを統合したケアシステム、地域における包括ケアネットワーク、自助力の向上、多様性を尊重したケア・ワークライフバランスの構築の必要性が示唆された。今後の研究課題・実践課題として、多様なダブルケア実態の把握、地域・男女・世代間での比較調査と支援策の検討、先駆的事例に対する評価、支援機関における対応の実態把握、公助と共助との協働の在り方への検討、ケアに備える“ケア活”への取り組み、企業側への調査といった展開が重要となることを指摘した。

キーワード：ダブルケア、育児、介護、ケアの複合化

## Trends and challenges in research on double care

Keiko SAWADA

Faculty of Economics  
Nagoya Gakuin University

## 1. はじめに

少子高齢化と晩婚・晩産化が同時に進展することにより、育児と介護をひとりの者が同時期に抱える「ダブルケア」が注目されている。ダブルケアは、2012年に相馬・山下によって生み出された新しい造語であり、2016年には内閣府男女共同参画局による調査が行われ、ダブルケア人口は約25万人との推計が示された。この推計では、未就学児の子の育児と家族への日常的な身体介護を行っている者をダブルケア当事者として算出しているが、調査結果では、15歳以上に人口に占める割合は0.2%となり、決して高いとはいえない。しかし、相馬・山下(2016)は、育児を乳幼児期から思春期以上までを含む幅広い子育てを対象とし、また、介護についても介護責任の果たし方が多様化する実情に即し、身体介護のみならず、介護サービスのマネジメント、経済的支援、精神的サポートなどを含めた幅広い介護を対象として実態の把握を試みている。その中で、2015年にソニー生命と連携した実態調査を行っているが、調査結果では、大学生以下の子どもを持つ母親のうち、ダブルケア経験者(現在ダブルケアに直面中と過去に経験した者)の割合は8.2%、さらにダブルケア予備軍(数年先にダブルケアに直面すると回答した者)を加えた割合は22.6%との高い結果が示された。特に30代では、経験者に予備軍を加えた割合が27.1%に達しており、子育て世代にとってダブルケアは身近な問題として迫っているといえる。

こうしたケアの二重現象は、育児と介護に限ったことではない。複数の老親が同時期に介護を要する場合や障害を持つ者と老親の介護、さらには自分自身のケア、時にはトリプルケアなどには、様々なバリエーションが存在する。このようなケアの複合化現象は、少子高齢・人口減少社会のさらなる進展によって、国も、さらに複雑化・多様化していくとの見通しを示している(厚生労働省, 2015)。政策面においては、現在、このようなケアの複合化をはじめとする新たな社会的リスクに対応した「地域共生社会」の実現を目指し、地域課題の解決力や地域「丸ごと」の繋がり、地域を基盤とする包括的支援の強化、専門人材の機能強化・最大活用を骨格とした社会福祉政策の改革が推し進められている(厚生労働省, 2017)。しかしながら、ケアの複合化問題を抱える当事者の視点からみると、現段階で打ち出されている施策では、十分とはいえない。

相馬・山下(2016)は、こうした家族や親族など親密な関係において絡み合う複数のケア関係と、そこで生み出される複合的課題を広義のダブルケアとして捉え、「複数の課題や主体を引き寄せる磁石となり得る」と述べている。そして、ダブルケア問題が内包する複数課題への解決に向けた動きをとおして、ソーシャルイノベーションが生じ、新たな社会システムが構築されるだろうと述べている。つまり、特に、異なる領域の問題として認識されてきた育児と介護の二重現象を起点として、求められる支援や社会システムの在り方を問うことは、「地域共生社会」の構築を目指す上で、非常に重要な意味を持つと考える。

ダブルケアに関する研究は、ダブルケアという言葉を生み出した相馬・山下を中心として進められてきた。しかし、近年では、他の研究者や調査機関、自治体らによる調査研究が徐々に増え、様々な視点から問題の背景や実態、課題などが少しずつ明らかにされてきている。そこで、本稿では、相馬・山下の論考を中心としながら、先行研究をレビューし、ダブルケアに関する研究の動向を把握すると

ともに、ダブルケアを巡る諸課題の整理と目指すべき新たな社会システム、支援の構築に向けた研究課題及び実践課題について考察を行う。

## 2. 文献検索及び分析方法

対象文献の抽出には、CiNii Articlesを用いて「ダブルケア」、「育児／介護」、「子育て／介護」、「ケアの複合化」を検索キーワードとして設定した。検出された文献のテーマ及び抄録から、内容が育児と介護の同時進行、ケアの複合化について扱っていると推察される論文及び紀要を抽出した(17件)。さらに、インターネットでも同様の方法で検索を行い、調査研究報告書(8件)、研究書(1件)を抽出した。続いて、文献を精読し、文節ごとに記述内容のコーディングを行い、類似コードをまとめた。文節、コード、カテゴリー間の比較分析を繰り返し、サブカテゴリー、カテゴリーを生成し、名づけを行った(表1)。以下、カテゴリーごとの説明と、考察を行う。

## 3. ダブルケアがなぜ問題か

ダブルケアが注目される背景としては、いずれの先行研究においても、少子高齢化と晩婚・晩産化の進展、育児や介護の長期化を背景としたダブルケア人口の増大があげられている。相馬・山下(2013, 2017)は、ダブルケアを将来世代に迫る課題として、従来の社会政策を再考し、東アジアに迫る共通の社会的リスクとして取り組む必要性を訴えている。しかしながら、家庭内において複数のケアが混在するといった状況は、これまでみられなかった新しい現象という訳ではない。

では、なぜ今、ダブルケアが問題として取り上げられるのであろうか。先行研究では、家事・育児・介護・仕事と重層的な役割を担う女性への負担の集中(足立・今野2009, 相馬・山下2013など)、第2子、第3子をあきらめる(相馬・山下2017, 浅野2018)や結婚しないという選択(成田2018)を招くことによる少子化への拍車、ダブルケアによって雇用機会が失われることによる(相馬・山下2017, 平岩2018など)生活困窮者の増大や生産労働人口の喪失、多世代に亘り絡み合う複雑なケア関係の下で生じる家族関係の悪化(今野・足立2009, 成田2018)、ゆとりのない女性が増えることのしわ寄せとして生じる、地域活動などでの担い手不足(相馬・山下2013)と多岐に亘ることが指摘されている。

## 4. ダブルケア当事者の像

内閣府委託調査(2016)、ソニー生命ら(2015, 2017, 2018)による大規模な量的調査、相馬・山下(2016)、成田(2018)、澤田・伊東(2018)などによる質的調査により、ダブルケア当事者の像が明らかになってきている。ダブルケア当事者の主な主役は、30代から40代の女性であり、ダブルケア人口の約8割を占めている(内閣府2016)。また、平均ダブルケア期間は約4年(ソニー生命ら2018)、女性は男性の2倍に上り(内閣府2016)、ダブルケアに直面している者の約4割が仕事に

従事している（ソニー生命ら2015）。

さらに、ダブルケア当事者の生活実態についても調査研究が行われ、育児と介護の程度による違い（相馬・山下2016、成田2018など）、育児と介護どちらが先に始まるのか（ソニー生命ら2018、澤田・伊東2018）、メインかサブか（ソニー生命ら2018、伊東・澤田2018など）、トリプルケアか（今野・足立2009、相馬2017）、などの違いにより、非常に多様な形が存在していることが明らかとなってきた。相馬・山下（2017）は、ダブルケアの実態は、個別多様性が大きいものであるとしながらも、育児と介護の程度、経済状況、世帯状況、就業構造、同居の有無、人間関係、ネットワークの8点を軸として、もたらされる傾向・パターンについて整理を試みている。

また、ダブルケア当事者に生じやすい特徴的な状況として、夫や子、親のみならず兄弟姉妹、親戚といったケアリング関係が複雑に絡み合っていること（相馬・山下2013、2016など）、親への経済的援助や介護をすることで増える家計費などの負担が、子の教育費を圧迫するといった経済的なリンク関係（相馬・山下2017など）があること、育児期に頼りとなる親からの支援が受けられない（北村2017）、子育て支援の場などに出向きにくい（東2018）といった親や制度による子育て支援が受けにくい状況にあること、サービスのマネジメントのみならず、育児か介護かどちらを優先するかという選択と判断を日々迫られる（相馬・山下2016、2017）、自分の心身のバランス維持に努める（澤田・伊東2018）といった様々なマネジメントを行っていること、さらに、ママ友に介護のことを相談できない（東2018）、誰も助けてくれない（相馬・山下2016など）といった孤立しやすい状況があることが指摘されている。一方、子どもや家族による影響があった（今野・足立2009、澤田・伊東2018など）などダブルケアに対する肯定的評価の存在も明らかとなっている。

これまでの調査研究により、ダブルケア当事者の像が明らかになる中で、トリプルケアの者（相馬・山下2017）、介護が先に始まった者（ソニー生命ら2018）、ダブルケアの必要があるがケアする者が不在の層（相馬・山下2017）など、典型的なダブルケアではない者たちの存在が浮かび上がってきている。今後は、これらに加え、自分自身のケアと親の介護、障害を持つ子の介護と親の介護（相馬・山下2017）など広義のダブルケア当事者を含め、対象を拡大した実態の把握が必要となろう。

## 5. ダブルケア当事者の負担感

ダブルケア経験者のうち、ダブルケアを負担に感じる人の割合は非常に高く、9割に上る（ソニー生命ら2015）。先行研究においても、負担感について取り上げているものは多く、様々な調査研究が進められている。これらの調査研究から明らかになっている負担感の特徴としては、精神的負担感が最も高いこと（今野・足立2009、ソニー生命ら2015など）、次いで身体的負担感、経済的負担感も高く、負担感は複合的である（相馬・山下2016）こと、自分の時間がない、寝不足などの時間的ストレス（今野・足立2009、成田2018など）が強いことが明らかとなっている。

最も高い値を示した精神的負担感について、さらに詳しくみると、子どもや親の世話が十分にできない（ソニー生命ら2015、相馬・山下2016など）、子どもの心身に与える影響（足立・今野2009、成田2018など）といったケアの受け手に与える影響・負担に対するストレス、難しい舵取りを迫ら

れる調整役としてのストレス（澤田・伊東2018, 東2018）、バランス維持の難しさ（澤田・伊東2018）といった全体のマネジメントの負担、家計への影響、様々な戸惑い・不安（北村2017, ソニー生命ら2018）、引き起こされる家族との関係悪化のストレス（成田2018）によるものがあげられている。

今後の研究課題としては、負担構造やニーズの解明（相馬・山下2017など）、潜在的な問題の見える化（浅野2018）の必要性が指摘されているが、筆者は、これらの調査結果を、ダブルケア負担感尺度として整理し、活用していくことが望ましいと考える。また、先述した典型例ではないダブルケア当事者の負担構造やニーズの解明、都市と郊外、農山村といった地域での比較調査を行い、地域課題や個々のニーズにあった支援策の検討が必要であろう。

## 6. 強い負担感をもたらす背景要因

このようなダブルケア当事者の強い負担感を引き起こす背景として、5つの要因が浮かび上がった。これらの要因を、次に詳しく述べる。

### 6.1 ジェンダー不均衡

相馬・山下（2013）は、ダブルケアが直面する重要な課題の一つとして、男女間の役割変化が未完な状態であるジェンダー不均衡をあげている。日本では、高度経済成長期、サラリーマン世帯を一般とする〈男性稼ぎ主型モデル〉による核家族が標準形となり、男性を労働の担い手として、女性を家事、ケアなどの無償労働の担い手とする性別役割分業が定着した。しかしながら、高度経済成長期の終焉後、このような〈男性稼ぎ主型モデル〉は揺らぎ、女性は家庭内での稼ぎ手の一人として扱われるようになり、共働き世帯が増加したにも拘らず、ケアに対する女性の中心的存在としての位置づけは根強く残っている。

中西（2016）によると、近年、男性の育児役割についての意識は「イクメン」という言葉に代表されるように、変容してきてはいるものの、役割遂行においては消極的であり、父親たちは子どもとの遊びはよくするが、世話はあまりしない傾向があり、実は「育児を積極的に行う男性」はそれ程増えていないと指摘している。ダブルケア当事者の割合においても、女性約17万人、男性約8万人と倍以上の差があり、またその実態も男性の7割がほぼ毎日または週に3～4日以上、配偶者からの手助けがえられているのに対し、女性は4割に留まっている（内閣府2016）。また、ソニー生命（2018）の調査では、介護で中心的役割を担うダブルケア当事者のうち、男性の6割が「自身の希望で主に関わりたい」という積極的理由により選択しているのに対し、女性は6割強が「自分以外に主にできる人がいない」という消極的理由から選択していることが明らかとなっている。

このように、家庭内における男女のケア役割の均衡が図られない中で、ダブルケアを担う女性の負担は非常に大きいものとなっている。現にダブルケアの負担感では、「精神的にしんどい」が女性73.1%に対して男性59.4%、「体的にしんどい」が女性65.7%に対して男性55.8%といずれも女性の方が強い負担感を示している（ソニー生命ら2017）。また、仕事においても男性の約半数が「業

務量や労働時間を変えなくてすんだ」と回答しているのに対し、女性は3割と低い（厚生労働省2016）。加えて、夫の理解がないことによるストレス（今野・足立2009, 東2018など）もダブルケアをやりにくくさせる要因としてあげられており、女性へのケア役割の偏重は、意識レベルにおいても、いまだ泰然と存在しており、女性たちに重く押し掛かっていることが窺える。

ダブルケアにおける男女間の意識の違い、女性へのケア負担の偏りについては、研究が蓄積され、その実態が徐々に明らかになっている。今後は、ダブルケア世帯の夫婦間のケア分担や構造、男性ダブルケア当事者の実態や負担感、ニーズなどの調査研究を進め、ジェンダー均衡が図られるような社会の在り方、支援策について検討を加えていく必要がある。

## 6.2 世代間のギャップ・コンフリクト

さらに、相馬・山下（2013）は、ジェンダー不均衡と並ぶ、ダブルケアの重要な課題として、昭和一桁世代の祖父母、団塊世代の親、団塊ジュニア世代の子、少子化世代の孫といった多世代に亘るケアリング関係をあげている。そして、ダブルケアの担い手となる団塊世代、団塊ジュニア世代の女性に焦点をあて、それぞれが生きてきた時代背景は大きく異なると指摘している。介護と子の支援としての孫育てを同時に担う団塊世代は、日本が経済的に豊かになる時代の中で、男性稼ぎ主型社会を経験し、母親が介護をする姿を間近でみて育った。また、育児の社会化が進められる以前に、育児をひと段落させた世代である。一方、介護と自分の育児が重複した団塊ジュニア世代は、男性稼ぎ主型モデルから共働きモデルへの移行期を経験し、育児や介護の社会化が図られた以降にケアをしている世代である。

30代から40代はダブルケアを担うメインの層である。このような中で生じる、ケア観、仕事観、ジェンダー意識、育児や介護に対する意識や価値観の相違といった世代間ギャップが、密接なケアリング関係が求められるダブルケアの下では、時に深刻な世代間コンフリクトとして立ちほだかるのである。具体的には、子育て世代は、ケアサービスなどを積極的に利用しながら夫婦共働きを基本とし、夫婦で家事、ケアを分担していこうと考えていても、シニア世代は、嫁が家庭に入り、ケアを担うべきではないかと考えるため、思うようにケアサービスを使えず、子育て世代は仕事を抑えなければならないといったケースや、逆に、シニア世代は、自身の健康や体力に不安もあり、介護に加えての孫育て（ときに仕事）に負担が大きくなっているにも拘わらず、子育て世代は、育児にあたって、当然、親世代の協力がえられるものだと考えているといったケースなどがあげられる。

また、澤田・伊東（2018）は、ダブルケア当事者は祖父母を介護する親の介護をサポートする一方で、親に子どもの面倒をみてもらう、といったケースのようにダブルケア当事者はケアを提供する者でありながら、ケアの受け手でもあるという双方向的な関係性であり、ケアリング関係下での立ち位置はそれ程強くないと指摘している。加えて、ダブルケアにおけるケアリング関係は、家族間に留まらない場合も少なくない。現にソニー生命ら（2015）による調査では、ダブルケア当事者が負担に感じることとして、「兄弟や親戚間での認識のズレ」が32.9%と約3人に1人の割合となり、「夫（パートナー）の理解不足」23.2%より高い値を示している。実際に、筆者がこれまでに行ったダブルケア当事者へのインタビュー調査においても、親、義親、親の兄弟姉妹との揉め事や、口出しだけはす

る親戚に悩んでいるなどのケースが少なからず聴かれており、多世代にまたがるケアリング関係が形成されるダブルケアでは、このような世代間連帯は重要な課題であろう。

現在のダブルケア研究は、ほとんどが子育て世代のダブルケア当事者に焦点をあてたものである。今後は、シニア世代のダブルケア当事者の実態把握や、家庭内にシニア世代と子育て世代のダブルケア当事者が並存するケースなどで生じる世代間ギャップやコンフリクトなどについて、紐解いていく必要である。

### 6.3 家庭内におけるケア負担・責任の偏重

こうしたジェンダー不均衡、世代間ギャップ・コンフリクトは、家庭内におけるケア役割の不均衡を引き起こす。そして、それはダブルケアの主な担い手である子育て世代の女性に押し掛かっている(相馬・山下2013など)。そもそも育児だけで考えても、子育て世代の女性は、必死である(浅野2018など)。これに介護が加わることが、過重な負担を招くことは想像するに容易い。加えて、役割を分担すべき夫からのサポートは、理解を示すものであり、必ずしも実質的な関わりを意味するものではない(相馬・山下2017)との指摘もある。

また、量的な負担の偏りだけでなく、身内間での意識や価値観の相違が新たな負担感を生じさせるのである。さらに、子育て世代の女性へのケア役割の不均衡は、このようなケア負担の問題だけではない。相馬・山下(2016)は、ダブルケアの概念は、負担の複合化のみならず、その背景にあるケア責任の複合化に焦点をあてたものであると述べている。つまり、女性が負担感や離職率(ソニー生命ら2017)で高い値を示す背景の一つには、両者のケア責任を十分に全うできないといった育児と介護に対する自責の念や周囲からの重圧が重く押し掛かっているのだらうと推察される。

これまでの研究では、子育て世代のダブルケア当事者個人に焦点をあてて、その実態の把握が試みられてきた。今後は、ダブルケア家庭で生じるケア関係を丸ごと把握(相馬2017)するとともに、母親へのケア負担・責任の偏重が、子どもに与える影響(井上2016)についても調査研究を進め、家族全体でダブルケアの実態を捉えることが必要である。

### 6.4 ケアとの両立が厳しい雇用環境

ダブルケア当事者を取り巻く雇用環境はとてつもない。これについては、まず非正規雇用、無業者の増加による低所得・低就業者の増大、格差の拡大といった雇用環境のそのものの劣化があげられる(相馬・山下2013, 2017など)。このような雇用の質の劣化は、ダブルケア当事者にとって、経済的基盤を不安定なものとするだけでなく、若年層の非正規化による子どもの扶養期間の長期化(相馬・山下2017)を招くなどの諸問題を引き起こすのである。

もう一つは、ケアと仕事との両立に関する問題である。近年、ワークライフバランスが謳われ、徐々に両立支援の仕組みは整備されてきている。しかしながら、ケアを担う者は、両立が厳しい正規雇用か、非常に不安定で低い労働条件での非正規雇用かの選択を迫られるという現状は、いまだに変わらない(澤田・伊東2018など)。さらに、このような両立支援や企業の理解は、シングルケアを前提として進められており、ダブルケアをしながら働くことは考慮されていない。現に、子育て世代のダブ

ルケア未経験者の離職率は約1割であったのに対し、ダブルケア経験者による離職は約3割に上っている（ソニー生命2017）。また熊本で行われた調査（地域経済総合研究所2017）では、離職はしなくとも、勤務時間を短くした、勤務日数を少なくした者がともの3割前後みられており、ダブルケアと仕事との両立はより厳しいことがわかる。ダブルケアとの仕事との両立が難しかった理由としては、保育所などに子どもを預けられなかった、被介護者を施設に預けられなかったといった子育て・介護サービスとの両立の問題（内閣府2016、ソニー生命ら2017など）、産休育休明け後の介護休暇は取りづらい（澤田・伊東2018）などの休暇休業取得の問題、管理職を辞めさせられる・子会社などへ異動させられるといったケアハラスメントの問題（平岩2018）、周囲からの批判を避けてそもそも職場に言いにくいといった企業の理解不足の問題（ソニー生命ら2017、澤田・伊東2018など）などがあげられている。

ダブルケア当事者にとって、ケアと仕事のバランスを適正に維持できるかは大変重要な課題である。ダブルケアにより雇用条件や収入が悪化することは、費用面から十分な社会支援サービスを利用できないことによる負担増、キャリアの損失（平岩2018）、子どもへの資本抑制（相馬・山下2017）、家族の貧困化（相馬2017）などにも繋がる問題だからである。

また、仕事は働く者にとって、収入を得るだけが目的ではない。リフレッシュの場（澤田・伊東2018）であり、自己実現の場（今野・足立2009）でもあることを踏まえ、ケア複合化時代におけるケア・ワークライフバランスの枠組みについて模索する必要であろう。

## 6.5 シングルケアを前提としたケアの議論・社会化

家族ケアを巡る環境は、少子化や共働き夫婦の増加などによる家族の基盤そのものの脆弱化だけでなく、兄弟数の減少、近くに身内がない、地域での助け合い機能の縮小といった私的ネットワークの希薄化（相馬・山下2013、2016など）が進み、厳しい状況にある。こうしたケア環境の変化は、家庭内でのケアの「ひずみ」を顕在化させ、老老介護、ケアの孤立化、虐待、育児・介護離職者問題といったケアを巡る諸問題が数多く引き起こされたのである（浅野2018、澤田・伊東2018）。

このような諸問題に対し、日本では、2000年前後、育児や介護の社会化によって、公的な介護・子育て支援の仕組みやサービスの拡充が進められた。しかし、相馬・山下（2013）は、介護保険制度をはじめとする諸制度は、一つ家庭に一つのケアが存在するというシングルケアを前提に設計されており、ダブルケアのようなケアの多重現象を想定していないと指摘している。また、今野・足立（2009）、相馬・山下（2017）は研究領域においても、それぞれシングルケアを前提に議論がなされており、ケアの複合化を抱える人たちについては目が向けられてこなかったと述べている。そのため従来の制度設計下では、ダブルケア当事者にとって、負担の軽減に直結できるような該当サービスがない（今野・足立2009）、現状にそぐわず使い勝手が悪い（澤田・伊東2018）というケアサービス面での問題や、対応窓口や支援がそれぞれ分断されている（相馬・山下2017、東2017）という相談支援面での問題、全体を考えたマネジメントやコーディネートは誰もしてくれない（相馬・山下2013）といったマネジメント面での問題、育児費用・教育費に加えて介護費用が重く申し掛かる（今野・足立2009）といった経済面での問題など、多くの弊害を生じさせている。

ソニー生命らの調査（2015）では、ダブルケアを行う上での負担感として、「子どもの預け先不足」が26.8%、「介護サービスの不足」が19.5%と他の負担感と比べ高い値とは言い難かった。一方、ソニー生命らの更なる調査（2018）では、公的なサービスの現状についての質問では、「公的な介護サービスが十分ではない」、「公的な子育て支援サービスが十分ではない」と回答した者は、両者ともに7割を超え、高い値を示している。続いて、必要な支援策について具体的に質問したところ、「保育・介護施設の入所基準にダブルケア加点をするなど、ダブルケア世帯に配慮した保育・介護施設の入所基準にする」が、約9割と高い値を示している。このような調査結果から、ダブルケア当事者が求めている社会支援サービスとは、現行制度の単なる量的充足、サービスの結合を意味しているのではなく、シングルケアを前提とした制度設計そのものを見直し、「ケアの複合化」を前提としたケアの社会化が図られていくことであろうと推察される。

今後は、サービス種別ごとなど、ダブルケアと現行制度とのズレの実態について、より詳しい調査研究を進めることが求められる。

## 7. 新たな社会システムの構築に向けた動き・提言

「地域共生社会」の実現に向けた動きとして、育児、介護、障害、貧困などといった多様なニーズを揃い取る全世代、全対象型の地域包括ケアシステムの構築に向け、社会福祉法、介護保険法の改正がなされている。この改正では、多様な地域生活課題を地域住民と行政が協働して解決を図る「我が事・丸ごと」の地域福祉の推進と、実現に向けた市町村の包括的な支援体制づくり、介護保険と障害福祉制度の共生型サービスの位置づけなどが規定され、公助と共助との協働による包括的な地域づくりが方向づけられている。

相馬・山下（2017）は、団塊世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年、さらには団塊ジュニア世代が高齢期を迎える2040年に向け、将来世代を見据えた新たな社会システムとして、ダブルケア当事者を真ん中に、複数の変革主体が繋がり、自治型・包摂型・多世代型の地域包括ケアシステムの構築が必要であると提言している。ここでは、具体的なダブルケアを支える地域、社会システムの在り方について、先行研究から整理を行う。

### 7.1 フレームを統合したケアシステム

先行研究では、従来の縦割りの制度設計は、対応・支援の分断や柔軟性、スピードの乏しさなどから、ケアの複合化にあっては使い勝手が悪く、非効率であると指摘されている（相馬・山下2013, 2017, 澤田・伊東2018など）。相馬・山下（2016, 2017）は、ダブルケア当事者にとって、保育園は子どものケア、親のケア双方に必要なライフラインであるというように子育て支援は介護支援でもあり、介護支援は子育て支援でもある、といった相互補完の関係にあることを指摘した上で、ダブルケア時代を見据え、両者を包含したケアフレームを構築が必要だと訴えている。このような新たなケアフレームの枠組みとしては、これまでの先行研究から、大きく分けて次の4点に整理される。

#### ①ダブルケア視点に基づいた支援

まず、相馬・山下（2016）は、これらダブルケア当事者への支援にあたっては、複合的なケア関係を丸ごと把握し、自分の専門領域外であっても、当事者の困りごとやニーズを全人的に受け止め、対応する、繋ぐといったダブルケア視点が欠かせないとしている。このダブルケア視点は、支援システム全体の基盤となる考え方であり、このような視点に基づいて次に述べるような包括的なケアシステムが設計されることが重要となる。

#### ②包括的な相談支援システム

続いて、求められるのは、ダブルケア当事者などが、家庭生活で発生した福祉的ニーズに一つの窓口で対応できるような相談支援システムの構築である。包括的な相談窓口の設置については、ソニー生命らの調査（2015）でも、大学生以下の子どもを持つ母親の約9割が必要だと回答するなど、多くの先行研究で、その必要性が指摘されている（今野・足立2009, 成田2018など）。また、窓口だけでなく、必要な情報やサービスに繋いでくれるようなコーディネート、サポートをする人材についても重要である（相馬・山下2015）。先行研究では、子どももおり窓口まで出向くことが難しい現状や、積極的発言をしづらい状況などのダブルケア当事者の実情に即し（澤田・伊東2018）、ケアマネージャーら介護領域での訪問型支援者がキーパーソンとなると言及されている（相馬・山下2016）。

#### ③包括的なケアサービスシステム

先述したとおり、シングルケアを前提とした従来の制度設計では、ダブルケア当事者のニーズに対応できていない。具体的に公的サービスについて何を望んでいるかをみていくとダブルケア視点に基づいた保育・介護施設の入所基準の他に、ショートステイ利用日数の拡大（浅野2018）、被介護者の緊急時に素早く子どもを預かってくれる（今野・足立2009など）、といったなどの配慮のように、ダブルケアの実情にあった個別柔軟性の高い社会支援サービス、家事サービスから子どもの預かりまでトータルに在宅生活を援助するシステム（今野・足立2009）などがあげられている。そして、そのためには既存の子育て支援・介護サービスの活用や複合サービスの創設（今野・足立2009）、保育施設と介護施設の近接化（地方経済総合研究所2017）といったサービス提供体制の整備とともに、複合的ケア課題に対応するケア労働の適正評価、処遇改善（相馬・山下2017）といった人材の質を担保する仕組みづくりが喫緊の課題として提起されている。

#### ④経済的な基盤の整備

ダブルケアに係る経済的費用は、約8万円と推計されている（ソニー生命ら2017）。また、ダブルケア当事者の約3割が、親の医療・介護に係る費用約3万円のうち、50%以上を自分の世帯から支出していると回答しており、ダブルケア世帯の貧困化、次世帯への資本抑制といった観点からも、高齢世帯への年金・医療・介護保障の重要性（ソニー生命ら2017）が浮き彫りとなる。その他にも、介護や育児に係る費用負担の軽減や休業中の所得保障、職場による経済的支援などを求める声が聞かれている（地域経済総合研究所2017）。

フレームを統合したケアシステムの構築については、包括的な相談支援体制の整備、共生型サービスの位置づけなどが社会福祉法などの改正においても規定されている。また、先駆的な取り組みとして、大阪府堺市の基幹型包括支援センターにおけるダブルケア相談窓口の設置、京都府の市町村ダブ

ルケア対応力向上研修の開催などがあり、包括的なケアサービスサービスの整備については、横浜市、大阪府堺市などで保育、特養の入所基準の見直しなどが実施されている。今後は、このような先駆的事例に対する評価、支援機関における対応の実態や課題について調査研究を進め、支援モデルを提示することが望まれる。

## 7.2 地域における包括ケアネットワーク

ケアの複合化を見据えた新たな地域包括ケアシステムの構築にあたっては、公的サービスの体制整備のみならず、公助と共助との協働により、地域ぐるみでダブルケア当事者を支える環境づくりが重要となる。相馬（2017）は、ソーシャルイノベーションを進める上で、横浜市を例として、地域において、多様なセクターによる対話・社会認知・支援ネットワークの形成が重要であると指摘している。ここでは、地域における包括ケアネットワークとはどのようなものであるか、具体的にみていく。

### ①ピアサポートの仕組み

ソニー生命らの調査（2017）では、経験者及び予備軍を対象に、ダブルケア当事者への支援として必要だと思うものについて質問している。結果では、経験者による相談支援が必要だと答えた者は9割近くに上り、また、当事者同士が繋がる場が必要だと答えた者も8割前後と、ダブルケア経験者による助け合い、ピアサポートに対するニーズの高さが窺える。

### ②地域における世代間連帯の促進

ケアの複合化が進展する地域社会において、親や親族、兄弟姉妹、知人、友人らのインフォーマルなサポートは、非常に心強いケア資源の一つである。インフォーマルなサポートは、無理の言えない限定的なものであり、人間関係上のトラブルなど、新たな問題を生じさせやすい一面も持ち合わせている。しかし、現行の公的な社会支援サービスでは対応しきれない、幅の広さ、柔軟性があり、頼りになる存在（澤田・伊東2018）であり、また、身近な理解者でもある（今野・足立2009）。相馬・山下（2013）は、こうした地縁、血縁での助け合いについて、個人レベルだけの問題ではなく、豊かな地域の基盤となり、地域の持続可能性を高めることに繋がるもととして、世代間連帯や信頼が疑似的に地域社会に埋め込まれていくような支援やネットワークの必要性を訴えている。

### ③新しい時代の家族政策

相馬・山下（2013）は、ダブルケア問題の解決の視点や方向性の一つとして、旧来型の血縁、婚姻関係内での家族関係で捉えるのではなく、多様で民主的な家族関係や親密な関係の中で、個人を尊重する支援の可能性から、新しい家族政策の在り方について問い直す必要があると提言している。また、このような視点に基づく、柔軟な発想として、社会福祉を媒体とした新しい三世同居をあげている。

### ④社会的理解の深化

ダブルケアの認知度は、ソニー生命らによる2015年の調査では8%であったのに対し、2018年の調査では18%と徐々に高まってはいるものの、社会に十分に認知されているとは言い難い。相馬・山下（2016）は、ダブルケアが一部の個人的問題ではなく、性別、世代を超えた社会的・公共的な問題として認知されていかなければならないと訴えている。そして、それは言葉の認知だけでなく、

ダブルケア視点を持った支援体制の整備やケアをしながら働くことが当たり前な社会づくりに繋がるような、実態の認知が重要であると述べている。

領域、世代を超えた新たな地域包括ケアネットワークについては、横浜市では、早くからダブルケア支援団体が立ち上がり、当事者が集う場として「ダブルケアカフェ」が開催されるなどの動きがみられ、各地に広がりを見せている。そのほか、京都府ではダブルケア経験者を対象としたピアサポーター養成講座が開催されている。名古屋市においても、2019年には名古屋学院大学とダブルケア支援団体との共催により、ダブルケアカフェの開催が予定されている。今後、このような実践を通して得られた経験知を蓄積し、ケア複合化時代にあった共助の形や地域特性を踏まえたダブルケア支援の活動や事業、公助と共助との協働の在り方などの検討を進めていくことが重要となる。

### 7.3 自助力の向上

北川（2017）の行った調査では、35歳以上で子どもを持った40～50代の晩産カップルのうち、子どもの誕生に際して「子育て期間中に家族に介護が必要になるかもしれない」ことを意識していた人は、男性3.5％、女性12.6％に過ぎず、ほとんどの人にとって、ダブルケアは予想していなかった、「想定外」の事態となる、と述べている。現に、ダブルケア未経験者の75％が、親・義親に介護が必要となった時の相談先を知らない（ソニー生命ら2017）という結果が示されており、事前に介護などの知識はほとんど習得されていない。そのため、いざ発生してから、どうしてよいかかわからず、苦難に直面すると推察される。

一方、ソニー生命ら（2017）の調査では、ダブルケア経験者にダブルケアに対する備えとして、やっておいた方がよかったことを聞いたところ、「親が元気なうちに介護について話し合う」、「子育て・介護に関する地域の支援制度を調べる」、「親族とダブルケアが起こった場合の負担・分担について話し合う」がともに3割を超え、多い値を示した。女性では、これらに以外に、「子育て・介護に関する経済的な準備をする」が3割を超え、高い値を示した。男性では、全体平均で高い割合を示した先ほどの3項目はいずれも3割以下であったが、「誰が要介護になるリスクがあるのか整理する」が4割を超えて最も高い値であった。一方、「特になし」は1割程度であり、事前の備えが大切であると感じている者が多いことがわかる。これに対し、ダブルケア未経験者は、いずれの項目も1割程度と低く、「特になし」が6割と高い値を示している。つまり、経験者らの回答からは、ダブルケアには、事前の備えが重要であることが窺えるが、備えるべき未経験者は、そのような認識が低いのである。ダブルケアは、突然始まるケースが多く、発生した後では時間的・精神的・身体的にも余裕がなくなる。ダブルケアのリスクを事前に認識し、役割分担や知識の習得など事前に備えておくことにより、負担を軽減することができるものも存在する。

また、ソニー生命ら（2017）の調査では、このような未経験者とのダブルケアに対する認識の差異は他にも、いくつか見られている。例えば、ダブルケアに関する負担感についても、未経験者は「体力的にしんどい」のではないかと予想している者が最も多く、「負担を感じない」と予想している者も約3割に上っている。ダブルケアになると生活がどうなるのか、何が大変となるのかについて事前

に正しく想像できる力が求められる。

こうした事前の備えの他にも、「当事者が自らの状況を的確に把握し、必要な支援を求めていくことも有効（浅野2018）」、「ダブルケアの生活の知恵を持っている、ジジ友、パパ友といったケア友（ソニー生命ら2015）」を増やすといった受援力、ネットワーク力を高めることが当事者のダブルケアへの対応力を高める手段としてあげられている。

横浜市のダブルケア支援団体、岐阜県ではダブルケアについての情報をまとめたハンドブックを作成し、配布している。その他、各地でも一般市民向けのダブルケア講座が開催されているが、ケアの複合化を見据えた自助力、受援力を高めるといった動きまでは、至っていない。筆者は、ダブルケア未経験者に対して、例えば“ケア活”として、ケアへの備えをポジティブに捉え、楽しみながら自助力を高められるような講座、コンテンツを開発するなど、未経験者の興味関心を高められるような手段や取り組みが必要であると考えます。

#### 7.4 多様性を尊重したケア・ワークライフバランス

ソニー生命ら（2017）の調査では、有職者のダブルケアと仕事の両立についての理想像は、「子育て・介護・仕事をバランスよく生活したい」が最も高く、4割を占めている。しかしながら、5-4.で述べたように、現状、ケアと仕事の両立は大変厳しい状況にある。相馬・山下（2017）は、育児と仕事の両立、介護と仕事の両立に続く、ワークライフバランスの第3ステージとして、ダブルケアの視点からケアと仕事の両立支援を見直す必要性を指摘している。これについて、ソニー生命ら（2018）は、ケア・ワークライフバランスにおいて求められるダブルケアの視点として、人々の多様性（ダイバーシティ）を尊重したマネジメント、働き方改革の推進が重要であると述べている。

具体的なケア・ワークライフバランスの取り組みとしては、まず両立支援への理解の促進があげられている。これには、職場での認知度の向上（ソニー生命ら2015、浅野2018）、休暇取得などに対する上司や同僚、経営者の理解の促進（地方経済総合研究所2017）、ケア・ワークライフバランスへの理解を学生教育からマネジメントの視点として取り入れ、両立に対する負担や不安を軽減する（平岩2018）といったものがあげられている。企業にとっても、働き盛り世代が直面するリスクに対応し、就業を継続させられるかは、大きな経営課題となってくることを広く社会や企業が理解することが重要である（地方経済総合研究所2017）。

さらに、両立支援への仕組みについても、様々な提言がなされている。これには、育児・介護休業（浅野2018）や休暇の充実と取りやすさ（ソニー生命ら2017）、テレワーク、在宅勤務、フレックスタイム制、時短勤務といった柔軟な勤務形態や労働時間制の導入（ソニー生命ら2017、地方経済総合研究所2017など）、労働時間の削減（ソニー生命ら2018）ダブルケア下でのキャリア形成の仕組み（平岩2018）といったものがあげられている。

今後は、職場での普及啓発、多様性を尊重したケア・ワークライフバランスの具体的な仕組みづくりについて、企業側への調査などを展開していくことが求められよう。

## 8. おわりに

本稿では、ダブルケアに関する先行研究のレビューを通して、ダブルケアが内包する複合的課題と目指すべき社会システムの在り方について整理を行い、今後の研究課題及び実践課題を示した。ダブルケアに関する調査及び研究は、2009、2013年には1件のみであったが2015年2件、2016年6件、2017年8件、2018年8件と徐々に増加している。しかし、典型例ではないダブルケア当事者の実態や負担の構造、地域やパターンによる特性など、まだまだ明らかとされていない点も多い。

さらに、ダブルケアが内包する課題は、性別、世代、家庭、地域、仕事など、多岐に亘る視点や領域から考察することが求められる。そのため、研究者をはじめ、行政、支援者も問題を十分に認識できているとは言い難く、実態把握、課題の見える化や具体的な取り組みの実証研究といった成果を蓄積しつつ、ダブルケアに関する社会的理解の向上や政策提言に結び付けていくことが必要であろう。今後は、支援団体、行政、地域、企業、研究機関（大学）ら実践者と研究者の協働により、それぞれが持っている資源、知識、技術を融合しながら、ケア複合化時代に適応しうる新たな「地域共生社会」の在り方について模索してきたい。

## 引用・参考文献

- 浅野いずみ, 2018「ダブルケアの概念に注目した家族介護者支援のありかたに関する研究」『目白大学総合科学研究』(14), 1-10
- 東恵子, 2015「新たな課題「ダブルケア（育児と介護の同時進行）」（ストップ！介護離職）－（多様化・複雑化する介護）」女も男も (126), 57-62
- 東恵子, 2018「新たな社会的リスクであるダブルケアを想定した両立支援の整備」都市計画67 (1), 62-65
- 井上祐子, 2016「高齢者を在宅介護する子育て世代への介護者支援に関する研究動向と課題」『国際人間学部紀要』22, 1-18, 103
- 今野範子・足立智昭, 2009「「育児と介護を同時進行」している人への家族支援についての考察—育児と介護を同時に進行させた体験者に関する実態調査から見えてくるもの」『家庭教育研究所紀要』(31), 5-15
- 北村安樹子, 2017「晩産カップルにおける子育てと親の健康・介護問題：妻が35歳以上で出産した40～50代既婚男女へのアンケート調査より」ライフデザインレポート (223), 21-30
- 岐阜県健康福祉政策課「子育てと介護のダブルケアに関するアンケート調査結果」[https://www.pref.gifu.lg.jp/kensei/koho-kocho/iken-teian/11103/monitor-anketo.data/2016\\_3.2\\_doublecare2.pdf](https://www.pref.gifu.lg.jp/kensei/koho-kocho/iken-teian/11103/monitor-anketo.data/2016_3.2_doublecare2.pdf), 2019年3月24日閲覧
- キューピー (株), 2017「介護にまつわる意識調査結果 育児に加えて介護の「ダブルケア」となれば40歳未満は「仕事との両立」を不安視：キューピー (株) 調査」『総合食品』41 (7)
- 厚生労働省, 2015「誰もが支え合う地域の構築に向けた福祉サービスの実現—新たな時代に対応した福祉の提供ビジョン」<https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12201000-Shakaiengokyokushougaihoukenfukushibu-Kikakuka/bijon.pdf>, 2019年3月24日閲覧
- 厚生労働省, 2017「「地域共生社会」の実現に向けて」<https://www.mhlw.go.jp/stf/seiSakunitsuite/bunya/0000184346.html>, 2019年3月24日閲覧
- 厚生労働省編, 2016『平成28年度厚生労働白書』

## ダブルケアに関する研究の動向

- 河野等, 2017 「「介護予防政策」の背景に潜在化している社会的潮流の探究と新たな課題について」『茶屋四郎次郎記念学術学会誌』(7), 83-94
- 澤田景子・伊東眞理子, 2018 「ダブルケア（育児と介護の同時進行）を行う者の経験世界の構造と支援課題に関する一考察」『経済社会学会年報』(40), 129-140
- 相馬直子, 2016 「韓国での低出産・高齢化対策：ダブルケア時代への包摂的な少子高齢化対策を考える」『人口問題研究』72 (3), 185-20
- 相馬直子, 2017 「ダブルケア（ケアの複合化）と自治型・包摂型・多世代型地域ケアシステム」『ガバナンス』(190), 20-22
- 相馬直子, 2018 「ダブルケア（ケアの複合化）」『都市計画』67 (1), 40-45
- 相馬直子・山下順子, 2013 「ダブルケア（子育てと介護の同時進行）から考える新たな家族政策—世代間連帯とジェンダー平等に向けて」『調査季報』Vol. 171, 14-17
- 相馬直子・山下順子, 2016 『ダブルケアとは何か』『調査季報』Vol. 178, 20-25
- 相馬直子・山下順子, 2017 「ダブルケア（ケアの複合化）」『医療と社会』27 (1), 63-75
- ソニー生命保険・相馬直子・山下順子, 2015 「ダブルケアに関する調査2015」[https://www.sonylife.co.jp/company/news/27/nr\\_151222.html](https://www.sonylife.co.jp/company/news/27/nr_151222.html), 2019年3月20日閲覧
- ソニー生命保険・相馬直子・山下順子, 2017 「ダブルケアに関する調査2017」[https://www.sonylife.co.jp/company/news/28/nr\\_170317.html](https://www.sonylife.co.jp/company/news/28/nr_170317.html), 2019年3月20日閲覧
- ソニー生命保険・相馬直子・山下順子, 2018 「ダブルケアに関する調査2018」[https://www.sonylife.co.jp/company/news/30/nr\\_180718.html](https://www.sonylife.co.jp/company/news/30/nr_180718.html), 2019年3月20日閲覧
- 地方経済総合研究所, 2017 「熊本県内の子育てと介護に関する実態調査：熊本県の働き盛り世代の3割は“ダブルケア予備軍”」『Kumamoto地方経済情報』(68), 14-19
- 内閣府（委託：NTTデータ経営研究所）, 2016 「内閣府委託調査 平成27年度育児と介護のダブルケアに関する実態調査」[http://www.gender.go.jp/research/kenkyu/wcare\\_research.html](http://www.gender.go.jp/research/kenkyu/wcare_research.html), 2019年3月19日閲覧
- 中西遍彦, 2016 「近年の家庭における介護と育児の役割変容に関する考察」『修文大学短期大学部紀要』55, 61-69
- 成田光江, 2018 『複合介護 家族を襲う多重ケア』創英社
- 平岩和美, 2018 「理学療法士・作業療法士の育児および介護に関する先行研究と課題」『広島都市学園大学雑誌：健康科学と人間形成』(4) 1, 25-3
- 南拓磨, 2018 「ダブルケア状態の要因分析—社会・経済的属性と地域サポートに着目して—」『政治経済学研究論集』3, 111-122

表1 先行研究からの抽出による記述内容のカテゴリー化

カテゴリー	サブカテゴリー	先行研究から抽出したコード		記述のあった主な文献（一部）
ダブルケアという言葉	言葉を通じた実態の認知や構造の問題化			相馬・山下2016 相馬・山下2017
	言葉のイメージ			キュービー2017
	ダブルケアの定義	狭義のダブルケアー育児と親の介護一，広義のダブルケアー多様なケアの複合化一，育児の定義，介護の定義，異なる定義，複合課題の定義		相馬・山下2016 内閣府2016
ダブルケアがなぜ問題か	マクロレベル	ダブルケア人口の増大	ダブルケア人口の増大，晩婚・晩産化，少子高齢化，要介護リスクの増加，育児の長期化	相馬・山下2013 相馬・山下2017
		ダブルケア先進国として	東アジア共通のリスク，制度改革を海外にアピール，東アジア地域連携の視点から構想	相馬・山下2013 相馬2016
		将来世代に迫る課題	将来世代に迫る課題，社会的リスクを事前に縮小する	相馬・山下2017 河野2017
		従来の社会政策の再考		相馬・山下2013 相馬・山下2017
		社会的包摂への取組		相馬・山下2013 井上2016
	ミクロレベル	女性への負担の集中		足立・今野2009 相馬・山下2013
		少子化への拍車	子供を生み育てにくい，子どもをあきらめる，結婚しないという選択	足立・今野2009 相馬・山下2013
		生活困窮者の増大	貧困化，雇用機会の喪失	相馬・山下2017 相馬2017
		家族関係の悪化		今野・足立2009 成田2018
		地域社会の担い手不足		相馬・山下2013
ダブルケア当事者の像	ダブルケア当事者の概要	ダブルケアの割合		内閣府2016 ソニー生命ら2015
		当事者の状況	年齢，性別，就業，地域差，当事者学歴，ダブルケア期間	内閣府2016 ソニー生命ら2015
		近隣状況		南2018
		パートナーの状況	パートナーの有無，パートナーの身体状況・行動，就労	成田2018 ソニー生命ら2018
		子供の状況	子ども年齢，数，子どもの身体状況・行動	相馬・山下2013 ソニー生命ら2018
		要介護者状況	要介護者の続柄，要介護者年齢，要介護・認知症の状態，若い要介護者	今野・足立2009 内閣府2016
	ダブルケア生活の実態	育児と介護の程度	育児と介護の程度，慣れない介護，精神的サポート，遠距離介護，要介護度の高さは比例しない	相馬・山下2016 ソニー生命ら2018
		絡み合うケアリング関係	多世代にわたるケアリング関係，家族のサポート，配偶者のサポート，親戚・友人からのサポート	相馬・山下2013 相馬・山下2016
		多様なダブルケアの実態	多様なダブルケアの実態，多いのは育児中に介護，介護が先の人もある，突然はじまる，メインかサブか，トリプルケア	相馬・山下2017 澤田・伊東2018
		経済的なリンク関係	ダブルケアにかかる費用，親への経済的援助，次世代への費用・資本抑制につながる経済的なリンク関係	ソニー生命ら2017 相馬・山下2017

ダブルケアに関する研究の動向

カテゴリー	サブカテゴリー	先行研究から抽出したコード		記述のあった主な文献（一部）
ダブルケア当事者の像	ダブルケア生活の実態	親・制度による支援が受けにくい	親は育児の重要な支援者、ダブルケアは親からの子育て支援を受けにくくなる、子育て支援を受ける機会を逃がす、現状は個々の制度で対応	北村2017, 東2018
		サービス利用への抵抗感		今野・足立2009
		全体のマネジメント	介護サービスのマネジメント、異なるニーズを同時に満たす、選択と決断を迫られる日々、自分の意思では決まらない優先順位、優先順位を規定する規範・資源・制度、セルフマネジメント	相馬・山下2016 澤田・伊東2018
		仕事の意味	収入を得るための仕事、自己実現の場としての仕事	今野・足立2009 澤田・伊東2018
		孤立化するダブルケアラー		ソニー生命ら2015 澤田・伊東2018
		肯定的評価	やってよかった、下支えする思い	今野・足立2009 澤田・伊東2018
		ダブルケアパターン	介護と育児の程度、経済状況、世帯状況、就業構造、同居の有無、人間関係、ネットワーク	相馬・山下2016 相馬・山下2017
	対象の拡大	広義のダブルケアへの支援、育児の定義を広げた支援、放置されているケア不在層、少数派の介護先行型への支援		相馬・山下2017 ソニー生命ら2018
ダブルケア当事者の抱える負担感	負担感強い		ソニー生命ら2015 相馬・山下2016	
	精神的負担感最も高い	精神的負担感最も高い		今野・足立2009 ソニー生命ら2015
		全体のマネジメントは負担	全体のマネジメントは負担、調整役としてのストレス、バランス維持の難しさ	ソニー生命ら2017 澤田・伊東2018
		ケアの受け手にかかる負担へのストレス	子どもに与える悪影響、子どもへのしわ寄せに対するストレスは高い、親の世話を十分にできないストレス	相馬・山下2016 成田2018
		様々な戸惑い・不安	難しい心のコントロール、どうしていいか分からない、家計への不安、子どもへの影響への不安、自分の健康への不安、家族の健康への不安、親/義親への影響	北村2017 ソニー生命ら2018
		夫婦・家族との関係悪化によるストレス		成田2018
	身体的負担感高い	身体的負担感高い、ダブルケアによる健康悪化		今野・足立2009 ソニー生命ら2015
	経済的負担感高い		今野・足立2009 ソニー生命ら2015	
	時間的ストレス	自分の時間がない、子どもと関われない、時間不足、寝不足		今野・足立2009 澤田・伊東2018
	メインケアラーの負担感	メインケアラーになる理由、メインケアラーの負担感		ソニー生命ら2018
負担感の傾向	負担感が複合的、負担の時期や内容バラバラ、介護負担の方が強く感じる		相馬・山下2017	
ダブルケアが内包する複合的課題	昔と違うダブルケアを取り巻く環境		相馬・山下2016	
	絡み合う複合的課題	多岐に亘る問題、複雑に絡み合う複合課題		相馬・山下2013 成田2018

カテゴリー	サブカテゴリー	先行研究から抽出したコード	記述のあった主な文献（一部）	
ダブルケアが内包する複合的課題	ジェンダー不均衡	ジェンダー不均衡	相馬・山下2013 相馬・山下2016	
		夫の理解不足によるストレス	今野・足立2009 ソニー生命ら2015	
		進まない男性のケア役割遂行	男女のケア役割の変容, 進まない男性の育児遂行	今野・足立2009 中西2016
		男女差で異なるダブルケアの様相	男女差で異なるダブルケアの様相	内閣府2016 ソニー生命ら2017
			ダブルケア当事者は女性は男性の2倍	内閣府2016
			男女の育児観の相違	中西2016
			手伝いが得られにくい女性ダブルケア	内閣府2016
		従来からの家族観	ケア役割を担ってきた女性たち, 男性稼ぎ主型モデルの歪み, 家族介護主義, 家庭の内情は個人の問題, 昔からあったダブルケア	ソニー生命ら2018
		多世代にわたるケアリング関係	ケア役割を担ってきた女性たち, 男性稼ぎ主型モデルの歪み, 家族介護主義, 家庭の内情は個人の問題, 昔からあったダブルケア	相馬・山下2013 相馬2017
		異なる世代の二人の主役	団塊ジュニア世代ダブルケアラー, 団塊世代ダブルケアラー	相馬・山下2013
	双方向的な多世代ケア関係		相馬・山下2016 澤田・伊東2018	
	年齢差で異なるダブルケアの実態		北村2017 ソニー生命ら2018	
	絡み合うケアリング関係での難しさ	絡み合うケアリング関係の難しさ, 兄弟や親戚間での認識のズレ, 家族・親族の理解不足, ケアリング関係での強くない立ち位置, 親を支えるサブケアラーの負担感, 娘ゆえの困難さ	ソニー生命ら2015 東2018	
	家庭内におけるケア負担・責任の偏重	家庭内におけるケア役割の不均衡		相馬・山下2013 澤田・伊東2018
		多忙な子育て女性	もともと多忙な生活, 心身共にいっぱいの子育て, 家事役割, 働く役割, 子どもの成長によって変化する問題, 共働き世帯の増加,	浅野2018 澤田・伊東2018
		増える女性の役割負担	重層的役割を担う女性たち, 夫のサポートは実質的な関わりを意味しない	相馬・山下2013 相馬・山下2016
		子育て世代の女性への過負担	安心して迎えられない出産・妊娠, 女性の離職率高い, 女性に高い負担感	ソニー生命ら2017 ソニー生命ら2018
		ケア負担とケア責任の複合化		相馬・山下2016
		ダブルケア家庭の実態把握	ケア関係の丸ごと把握, 育児や子どもへの影響の把握・	井上2016 相馬2017
	ケアとの両立が厳しい雇用環境	雇用環境の劣化	低所得・低就業者の増大, 格差の拡大	相馬・山下2013 相馬2017
仕事を減らしたダブルケア当事者		ダブルケア離職, ケアのための勤務時間・日の短縮	内閣府2016 ソニー生命ら2017	
ケアと両立の難しい仕事		両立しにくい環境, 正規で働く難しさ, 休業・休暇をとりにくい, 部署異動による負担, ケアハラスメント, サービスとの両立難しい, 職場に言いにくい, 上手くいかないワークライフバランス, 企業理解の不足	ソニー生命ら2017 澤田・伊東2018	

ダブルケアに関する研究の動向

カテゴリー	サブカテゴリー	先行研究から抽出したコード		記述のあった主な文献(一部)	
ダブルケアが内包する複合的課題	ケアとの両立が厳しい雇用環境	キャリア損失への不安		平岩2018 澤田・伊東2018	
		経済的な悪循環		浅野2018	
	ケア環境の変化	家族介護力の脆弱化		相馬・山下2013 澤田・伊東2018	
		私的ネットワークの減少, 希薄化		相馬・山下2013 相馬・山下2016	
		国家財政悪化による在宅介護推進の施策		今野・足立2009 井上2016	
	ケア問題の多様化	ケアの孤立化, 認知症介護, 老老介護・認知介護, 育児・介護離職, 虐待, 遠距離介護, 男性介護, ヤングケアラー		浅野2018 澤田・伊東2018	
	シングルケアを前提としたケアの議論・社会化	シングルケアを前提としたケアの議論・社会化	シングルケアを前提としたケアの議論・社会化, 縦割りの社会システム, 縦割りの問題意識		今野・足立2009 相馬・山下2017
		これまでの社会支援政策の遅れ		相馬・山下2013	
	縦割り制度の弊害	思うように使えない社会サービス, 縦割り制度の非効率, 柔軟性・スピードの乏しさ, 対応・支援の分断, 使い勝手の悪さ, 該当サービスがない, 子育て世代への介護支援不足, 政策の分断, 相談先がない, 専門領域外は見えにくい		相馬・山下2013 相馬・山下2017	
	社会支援が不十分	介護サービスは不十分, 子育てサービスは不十分, 制度による家族支援の不足, 頼りにならない専門職, サービス不足していないのではない		足立・今野2009 ソニー生命ら2015	
新たな社会システムの構築に向けた動き・提言	新たな地域包括ケアシステムの構築	ダブルケアラーを中心としたソーシャルイノベーション	ダブルケアラーを真ん中に, ソーシャルイノベーション・支援の広がり	相馬・山下2016 相馬・山下2017	
		自治型・包摂型・多世代型地域包括ケアシステム		相馬・山下2016 相馬2017	
		ジェンダー平等・世代間連帯の均衡		相馬・山下2013 相馬・山下2016	
		現代社会が抱える複数の課題や変革主体を引き寄せる多世代連帯の磁石		相馬・山下2016 相馬・山下2017	
	フレームを統合したケアシステム	対策のフレームを統合したケアシステム	対策のフレームを統合したケアシステム, 新たな福祉サービスシステムの検討プロジェクト, 多機関の協働に		相馬・山下2013 相馬2016
		介護支援と子育て支援の相互補完関係を捉える		相馬・山下2016 相馬・山下2017	
		受け手と担い手双方を支える支援	ケアされる人への支援, ケアする人への支援		浅野2018
		経済的な基盤の整備	介護費用軽減, 育児費用軽減, 社会保障制度全般見直し, 所得保障, 職場による経済的支援		ソニー生命ら2017 地方経済総合研究所2017
		ダブルケア視点に基づいた支援	磁石となって受け止め・つなぐ, ダイバーシティの尊重		相馬・山下2016 東2018

カテゴリー	サブカテゴリー	先行研究から抽出したコード		記述のあった主な文献（一部）
新たな社会システムの構築に向けた動き・提言	フレームを統合したケアシステム	包括的な相談支援システム	包括的な相談支援システム、介護相談へのニーズ、専門領域を超えて話を受け止める、包括的な相談窓口、コーディネーター、窓口へは出向きにくい、介護領域での訪問型支援者の重要性、社会福祉士等の育成	ソニー生命ら2015 成田2018
		包括的なケアシステム	横断的なケアシステム・ケアの複合化を捉えた介護・保育施設の利用基準、利用施設の一歩化、ケアの複合化にあった介護・保育サービスの拡充、既存の子育て・介護サービスの活用、複合サービスへのニーズ、使い勝手のいい制度へ、看護の社会化、包括的なケア労働の評価をあげる、個別的柔軟な支援体制	ソニー生命ら2017 相馬・山下2017
	地域における包括的なケアネットワーク	地域で支える仕組み	個人・家族の課題に即した支援システム、地域で支える環境づくり	今野・足立2009 地方経済総合研究所
		多様なセクターによる対話・社会認知・支援ネットワークの形成	多様なセクターによる対話・社会認知・支援ネットワークの形成、公的な支援との協働、支援展開に向けた新たな資金調達、女性を支える仕組み、ジェンダー平等に向けた動き、ICTの活用	相馬・山下2013 相馬2017
		ピアサポート	経験者による相談支援、助け合う、つながる場、つながるネット、ダブルケアカフェ	相馬・山下2017 東2018
		地域支援・ネットワークが組み込まれていく仕組み	柔軟で頼りになるインフォーマルサポート、介護は地域・育児は家族にサポートしてもらいたい、身近な代替者や理解者に救われる・地域にネットワークや支援が組み込まれていく仕組み・世代横断的な事業の推進	今野・足立2009 相馬・山下2013
		諸刃のインフォーマルサポート	柔軟で頼りになるインフォーマルサポート、様々な問題を招きやすいインフォーマルサポート、諸刃のインフォーマルサポート	澤田・伊東2018
		新しい時代の家族政策	血縁・婚姻関係を問わない家族支援、新しい三世代居住の在り方	相馬・山下2013
		社会的理解を深める	社会的理解を深める、社会が認知し在り方を問い直す、低い社会的認知度、認知度の高まり、普及啓発の取り組み	ソニー生命ら2015 相馬・山下2017
		自助力を高める	予想と現実の差異	未経験者が予想する負担感、未経験者が予想する両立の難しさ、未経験者が予想する費用負担、未経験者が予想
	ダブルケアに陥りやすい状況			成田2018
	介護に備えていない		介護には備えていない、介護に関する知識不足	北村2017 ソニー生命ら2017
	徐々に広がる当事者認知		当事者の自覚がない、広がる当事者認知	ソニー生命ら2017 浅野2018
	事前に備える		事前に備える、情報発信、ハンドブック	相馬・山下2017 北村2017
	当事者の受援力を高める		状況把握・支援を求める力、地域とのつながりを強める、声をあげていく	相馬・山下2017 浅野2018
	セルフケア		リフレッシュの時間、ひとりの時間がほしい	今野・足立2009 成田2018
	新しい時代の家族政策			相馬・山下2013

ダブルケアに関する研究の動向

カテゴリー	サブカテゴリー	先行研究から抽出したコード		記述のあった主な文献（一部）
新たな社会システムの構築に向けた動き・提言	自助力を高める	家族からのサポート	家族で支える、夫からの支援、男性の家庭生活への参画	ソニー生命ら2015 澤田・伊東2018
	多様性を尊重したケア・ワークライフバランス	ダイバーシティを尊重したケア・ワークライフバランス		ソニー生命ら2017 ソニー生命ら2018
		両立支援への理解	仕事への価値観を理解する、企業・職場理解の促進、職場での認知度向上	ソニー生命ら2017 平岩2018
		両立支援の仕組み	育児・介護での休業、休暇のとりやすさ、柔軟な働き方、労働時間の削減、ダブルケア視点からのマネジメント、キャリア形成の仕組み、人材確保の経営課題、企業への研修	ソニー生命ら2017 地方経済総合研究所2017
	支援策の開発	備えの在り方、サポートの検討・横断的な介護者支援に関する研究		井上2016 浅野2018