

時間貧困に着目した若者・ビジネスケアラーの ワークライフバランスの実現

Achieving Work-Life Balance for Youth and Business Carers Focusing on
Time Poverty

宮本 恭子

Kyoko Miyamoto

島根大学 法文学部 法経学科

Faculty of Law & Literature, Shimane University

はじめに

2025年には団塊の世代と呼ばれる約800万人が後期高齢者になり、いよいよ日本は世界でも類を見ない超高齢社会に突入する。認知症の患者数は2030年に523万人にのぼる見通しとなった。高齢者の14%にあたる7人に1人が認知症患者となる。厚生労働省研究班（代表者・二宮利治九州大教授）が8日、推計を発表した¹⁾。認知症患者は22年から30年に80万人増える。団塊ジュニア世代が65歳以上になる2040年には584万人になる。高齢化に伴い認知症患者が増えることは想定されていたが、これまでの焼き直しでは認知症500万人時代は乗り切れない。介護職員の賃上げを促す政策を何度も打ち出したが、人材不足はいまだに解消されていない。

介護環境が整わないと、親の介護で仕事を続けられなくなる人が続出してしまふ。仕事と介護を両立する「ビジネスケアラー」は増加の一途である。高齢化に伴って、働きながら家族などの介護をする「ビジネスケアラー」と呼ばれる人たちが増えており、いま、多くの人々が「ひとごと」とはいえない状況に

なっている。経済産業省は「ビジネスケアラー」が2030年には家族を介護する人のうち4割にあたる318万人に達するとする試算を公表した²⁾。また介護による離職者は毎年約10万人に上り、家族を介護する国民は2030年にピークの約833万人となる。介護の負担が重く、仕事に支障が出る人もいるため、介護離職と合わせた労働生産性の低下などに伴う経済的な損失は、2030年には9兆円に上ると推計されている³⁾。

家族の介護は、単に余暇時間を短くさせるだけにとどまらず、家庭や社会とのつながりを弱め、睡眠不足や運動不足を引き起こし、ひいては健康を害する可能性もある。介護と仕事を両立し、生活に必要な所得を得ることができていたとしても、時間がなく、「健康で文化的な最低限の生活」を送っていない世帯もあるだろう。このことを踏まえると、介護離職防止に新たに時間という軸を加えることは大きな意味を持つ。

本研究では、総務省の社会生活基礎調査⁴⁾を用いて時間の貧困の動態について分析する。時間は生活水準を決定づける重要な要因の1つであり、生活を営むうえで、お金とともに重要かつ有限な資源である。このような考えのもと、従来の金銭的な尺度のみを用いて測定した貧困研究では捉えることができなかった「資源としての時間」に着目し、介護・看護等により、「ビジネスケアラー」が時間貧困（時間不足）に直面している実態を明らかにする。

以下では、長期的な推移から介護しながら働く「ビジネスケアラー」の1日の時間配分の推移を解明しつつ理解し、生活時間配分がもたらす可処分時間の経年的な変化を観察する。また、「ビジネスケアラー」が時間貧困に陥りやすい要因を明らかにする。その際、総務省の社会生活基礎調査の2001年～2016年調査データを用いて解明を図る。

本稿の構成は以下のとおりである。まず2001年～2021年の介護をしながら働く「ビジネスケアラー」と「介護者」、「若者ケアラー」の1日の時間配分の時系列変化を観察する。続いて、「ビジネスケアラー」と「介護者」、「若者ケアラー」の可処分時間（自由時間）の時系列変化を観察する。最後に、ビジネスケアラーの介護離職防止策と若者ケアラーへの支援策についてまとめを行う。

I. 調査項目・調査対象

1. 調査項目

介護しながら働く「ビジネスケアラー」の1日の時間配分の推移を解明しつつ理解し、生活時間配分がもたらす可処分時間の経年的な変化を観察するために、総務省の「社会生活基礎調査」の2001年～2021年調査データの個票データを用いて二次分析を行い、解明を図る⁵⁾。分析内容は、介護の有無別の生活時間配分の推移、「ビジネスケアラー」と、「仕事をしていない介護者」の生活時間・余暇時間の時系列変化、通学しながら介護をする「若者ケアラー」の生活時間配分の推移を分析した。

社会生活基本調査は、1日の生活時間の配分及び1年間の自由時間における主な生活行動（「学習・自己啓発・訓練」、「ボランティア活動」、「スポーツ」、「趣味・娯楽」及び「旅行・行楽」）について調査し、国民の社会生活の実態を明らかにするための基礎資料を得ることを目的とするものである。この調査は、昭和51年の第1回調査以来5年ごとに実施している。なお、平成13年調査からは、生活時間についての詳細な結果を得るために、「調査票A」及び「調査票B」の2種類の調査票を用いて調査している。調査の対象は、指定調査区の中から選定した約9万1千世帯に居住する、本研究の分析に係る集計対象は、「調査票A」について回答した約18万人である。

調査事項は、（1）全ての世帯員に関する事項（世帯主との続柄、出生の年月又は年齢、在学、卒業等教育又は保育の状況）、（2）10歳未満の世帯員に関する事項（育児支援の利用の状況）、（3）10歳以上の世帯員に関する事項（氏名、男女の別、配偶の関係、ふだんの健康状態、学習・研究活動の状況、ボランティア活動の状況、スポーツ活動の状況、趣味・娯楽活動の状況、旅行・行楽の状況、生活時間配分）、（4）15歳以上の世帯員に関する事項

（慢性的な病気及び長期的な健康問題の状態、日常生活への支障の程度、介護の状況、就業状態、就業希望の状況、従業上の地位、勤務形態、年次有給休暇の取得日数、仕事の種類

所属の企業全体の従業者数、ふだんの1週間の就業時間、希望する1週間の就業時間、仕事からの年間収入）、（5）世帯に関する事項（世帯の種類、10歳以上の世帯員数、10歳未満の世帯員数、世帯の年間収入、不在者の有無）である。

行動の種類は、1日の行動を20種類に分類し、時間帯（15分単位）別の行動状況（同時に2種類以上の行動をした場合は、主なもの一つ）を調査した。この20種類の行動は、大きく3区分にまとめられ、睡眠、食事など生理的に必要な活動を「1次活動」、仕事、家事など社会生活を営む上で義務的な性格の強い活動を「2次活動」、これら以外の活動で各人の自由に使える時間における活動を「3次活動」と呼んでいる。具体的な項目は、1次活動（睡眠、身の回りの用事、食事）、2次活動（通勤・通学、仕事、学業、家事、介護・看護、育児、買い物）、3次活動（移動（通勤・通学を除く）、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養・くつろぎ、学習・自己啓発・訓練（学業以外）、趣味・娯楽、スポーツ、ボランティア活動・社会参加活動、交際・付き合い、受診・療養、その他）である。

2. 調査対象

調査票Aについて、「介護している」かつ「仕事をしている」を「ビジネスケアラー」とし、「介護している」かつ「仕事をしていない」を「仕事をしていない介護者」として抽出した。また、「介護している」かつ「仕事をしていない（通学にチェック）」を「若者ヤングケアラー」として抽出した。

II. 介護の有無別の時間配分の推移

まず、「介護をしていない」と「介護をしている」を抽出し、時間配分および余暇時間の推移を比較した。

1. 「介護をしていない」と「介護をしている」の生活時間配分

「介護をしていない」について、行動の種類別に週全体平均による1日の生活時間と1日の生活時間に占める割合をみると、1次活動は2001年が653.3分、2006年が654.9分、2011年が641.4分、2016年が642.2分などとなっており、2次活動は2001年が353.6分、2006年が354.0分、2011年が400.6分、2016年が347.8分などとなっており、3次活動は2001年が433.1分、2006年が433.1分、2011年が434.0分、2016年が433.3分などとなっている。「介護をしていない」について、1次活動の時間が最も多く、次いで、3次活動、2次活動の順となっている。

「介護をしている」について、行動の種類別に週全体平均による1日の生活時間と1日の生活時間に占める割合をみると、1次活動は2001年が639.5分、2006年が637.8分、2011年が655.3分、2016年が658.9分の増加などとなっており、2次活動は2001年が414.9分、2006年が421.7分、2011年が350.7分、2016年が396.5分の減少などとなっており、3次活動は2001年が385.6分、2006年が380.5分、2011年が398.1分、2016年が399.3分などとなっている。1次活動の時間が最も多く、次いで、2次活動、3次活動の順となっている。

生活時間の推移を介護の有無別に比べると、「介護をしている」は「介護をしていない」に比べ、1日の生活時間に占める2次活動時間の割合が大きく、3次活動の時間の割合が小さい。3次活動時間は、自由時間であり、可処分時間といわれるものである。可処分時間は、個人が自分の意志で自由に使える時間をいう。これは、1日（24時間）の中で、睡眠や食事、仕事、家事といった日々の生活を維持するのに必要な時間を除いたものを指し、また経済学で使われる「可処分所得」の概念を時間に置き換えたものと言える。以上から、介護者は可処分時間が少なく、仕事などの社会生活を営む上での活動時間が減少傾向にあることがわかる。

表1 介護の有無別の生活時間配分（分）

	年	総数（人）	1次活動	2次活動	3次活動
介護をしていない	2001	272854	653.3	353.6	433.1
	2006	258729	654.9	354.0	431.1
	2011	240206	655.3	350.7	434.0
	2016	239178	658.9	347.8	433.3
介護をしている	2001	12958	639.5	414.9	385.6
	2006	14132	637.8	421.7	380.5
	2011	17286	641.4	400.6	398.1
	2016	18257	644.2	396.5	399.3

2. 1次活動の時間配分

「介護をしていない」について、1次活動の種類別に時間配分をみると、「睡眠」は2001年が480.7分、2006年が477.7分、2011年が474.2分、2016年が471.8分の減少などとなっている。「身の回りの用事」は2001年が72.9分、2006年が75.8分、2011年が80.1分、2016年が83.3分の増加などとなっている。「食事」は2001年が99.7分、2006年が101.4分、2011年が101.1分、2016年が103.9分などとなっている。「身の回りの用事」の増加が1次活動時間の増加に影響していることがわかる。

「介護をしている」について、1次活動の種類別に時間配分をみると、「睡眠」は2001年が459.3分、2006年が456.2分、2011年が455.1分、2016年が452.6分の減少などとなっている。「身の回りの用事」は2001年が76.7分、2006年が77.3分、2011年が81.6分、2016年が85.4分の増加などとなっている。「食事」は2001年が103.5分、2006年が104.3分、2011年が104.6分、2016年が106.2分の微増などになっており、「介護をしていない」と同様に、「身の回りの用事」の増加が1次活動時間の増加に影響していることがわかる。

「介護をしていない」と「介護をしている」を比べると、「介護をしている」は「介護をしていない」に比べ、「睡眠」が少なく、「身の回りの用事」が多い傾向で推移していることがわかる。

表2 介護の有無別の1次活動の時間配分(分)

	年	総数	睡眠	身の回りの用事	食事
介護をしていない	2001	272854	480.7	72.9	99.7
	2006	258729	477.7	75.8	101.4
	2011	240206	474.2	80.1	101.1
	2016	239178	471.8	83.3	103.9
介護をしている	2001	12958	459.3	76.7	103.5
	2006	14132	456.2	77.3	104.3
	2011	17286	455.1	81.6	104.6
	2016	18257	452.6	85.4	106.2

3. 2次活動の時間配分

「介護をしていない」について、2次活動の種類別に時間配分をみると、「通勤・通学」は2001年が20.9分、2006年が19.8分、2011年が19.9分、2016年が21.5分の微増などとなっている。「仕事」は2001年が174.8分、2006年が176.4分、2011年が175.8分、2016年が172.0分などとなっている。「学業」は2001年が30.3分、2006年が26.2分、2011年が16.5分、2016年が17.8分の大幅な減少などとなっている。「家事」は2001年が87.7分、2006年が89.7分、2011年が92.7分、2016年が89.6分などとなっている。「介護・看護」は2001年が1.1分、2006年が1.1分、2011年が1.0分、2016年が1.3分などとなっている。「育児」は2001年が11.3分、2006年が12.7分、2011年が14.1分、2016年が14.0分の微増などとなっている。「買い物」は2001年が27.4分、2006年が28.2分、2011年が30.7分、2016年が31.6分の増加などとなっている。この15年の2次活動時間の減少は、「学業」の減少による影響が大きい。

「介護をしている」について、2次活動の種類別に時間配分をみると、「通勤・通学」は2001年が14.5分、2006年が13.9分、2011年が14.0分、2016年が15.8分などとなっている。「仕事」は2001年が159.3分、2006年が164.2分、2011年が154.5分、2016年が148.1分の減少などとなっている。「学業」は2001年が8.6分、2006年が6.3分、2011年が3.8分、2016年が4.4分の大幅な減少などとなっている。「家事」は2001年が144.6分、2006年が149.0分、2011年が145.9

分、2016年が143.0分などとなっている。「介護・看護」は2001年が50.0分、2006年が47.7分、2011年が41.2分、2016年が41.3分の減少などとなっている。「育児」は2001年が8.2分、2006年が9.3分、2011年が7.7分、2016年が7.7分などとなっている。「買い物」は2001年が29.8分、2006年が31.4分、2011年が33.4分、2016年が36.2分の増加などとなっている。介護者はこの15年で、「介護・看護」の時間が減っているが、「仕事」と「学業」の時間も減少傾向にあることがわかる。

「介護をしていない」と「介護をしている」とを比べると、「介護をしている」は「介護をしていない」に比べ、「仕事」と「学業」の時間が少なく、「家事」と「介護・看護」の時間が長い傾向で推移していることがわかる。

表3 介護の有無別の2次活動の時間配分(分)

	年	総数	通勤・通学	仕事	学業	家事	介護・看護	育児	買い物
介護をしていない	2001	272854	20.9	174.8	30.3	87.7	1.1	11.3	27.4
	2006	258729	19.8	176.4	26.2	89.7	1.1	12.7	28.2
	2011	240206	19.9	175.8	16.5	92.7	1.0	14.1	30.7
	2016	239178	21.5	172.0	17.8	89.6	1.3	14.0	31.6
介護をしている	2001	12958	14.5	159.3	8.6	144.6	50.0	8.2	29.8
	2006	14132	13.9	164.2	6.3	149.0	47.7	9.3	31.4
	2011	17286	14.0	154.5	3.8	145.9	41.2	7.7	33.4
	2016	18257	15.8	148.1	4.4	143.0	41.3	7.7	36.2

4. 3次活動の時間配分

「介護をしていない」について、3次活動の種類別に時間配分をみると、「移動」は2001年が36.6分、2006年が35.3分、2011年が33.8分、2016年が33.5分などとなっている。「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は2001年が166.7分、2006年が160.9分、2011年が169.4分、2016年が160.9分の減少などとなっている。「休養・くつろぎ」は2001年が86.1分、2006年が91.7分、2011年が98.7分、2016年が105.5分の大幅な増加などとなっている。「学習・自己啓発」は2001年が12.9分、2006年が11.6分、2011年が10.3分、2016年が9.8分などとなっている。

「趣味・娯楽」は2001年が49.8分、2006年が52.8分、2011年が50.7分、2016年が52.3分の増加などとなっている。「スポーツ」は2001年が16.1分、2006年が18.7分、2011年が13.9分、2016年が14.5分などとなっている。「ボランティア活動・社会参加活動」は2001年が6.4分、2006年が6.6分、2011年が6.1分、2016年が6.1分などとなっている。「交際・付き合い」は2001年が31.5分、2006年が26.6分、2011年が8.3分、2016年が8.1分の大幅な減少などとなっている。「受診・療養」は2001年が8.0分、2006年が8.3分、2011年が8.1分、2016年が7.1分などとなっている。

「介護をしている」について、3次活動の種類別に時間配分をみると、「移動」は2001年が38.6分、2006年が35.4分、2011年が35.6分、2016年が36.4分などとなっている。「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は2001年が150.6分、2006年が149.0分、2011年が162.6分、2016年が154.4分などとなっている。「休養・くつろぎ」は2001年が75.1分、2006年が80.3分、2011年が84.6分、2016年が90.4分の大幅な増加などとなっている。「学習・自己啓発」は2001年が9.1分、2006年が7.4分、2011年が7.9分、2016年が8.8分などとなっている。「趣味・娯楽」は2001年が38.4分、2006年が38.5分、2011年が40.9分、2016年が41.9分の増加などとなっている。「スポーツ」は2001年が10.8分、2006年が12.9分、2011年が10.7分、2016年が11.0分などとなっている。「ボランティア活動・社会参加活動」は2001年が8.0分、2006年が8.4分、2011年が8.0分、2016年が7.4分などとなっている。「交際・付き合い」は2001年が27.5分、2006年が22.5分、2011年が20.2分、2016年が17.5分の大幅な減少となっている。「受診・療養」は2001年が6.8分、2006年が6.4分、2011年が7.3分、2016年が7.6分などとなっている

「介護をしていない」と「介護をしている」を比べると、「介護をしている」は「介護をしていない」に比べ、「テレビ・ラジオ」、「休養・くつろぎ」、「趣味・娯楽」などが少ない傾向で推移していることがわかる。

表4 介護の有無別の3次活動の時間配分(分)

	年	総数	移動 (通勤・通学を 除く)	テレビ・ラ ジオ・新聞・ 雑誌	休養・く つろぎ	学習・自 己啓発・ 訓練(学 業以外)	趣味・ 娯楽	スポー ツ	ボラン ティア活 動・社会 参加活動	交際・ 付き合い	受診・ 療養	その他
介護をしていない	2001	272854	36.6	166.7	86.1	12.9	49.8	16.1	6.4	31.5	8.0	19.1
	2006	258729	35.3	160.9	91.7	11.6	52.8	18.7	6.6	26.6	8.3	18.6
	2011	240206	33.8	169.4	98.7	10.3	50.7	13.9	6.1	23.8	8.1	19.3
	2016	239178	33.5	160.9	105.5	9.8	52.3	14.5	6.1	20.8	7.1	22.7
介護をしている	2001	12958	38.6	150.6	75.1	9.1	38.4	10.8	8.0	27.5	6.8	20.9
	2006	14132	35.4	149.0	80.3	7.4	38.5	12.9	8.4	22.5	6.4	19.8
	2011	17286	35.6	162.6	84.6	7.9	40.9	10.7	8.0	20.2	7.3	20.3
	2016	18257	36.4	154.4	90.4	8.8	41.9	11.0	7.4	17.5	7.6	24.0

Ⅲ. 「ビジネスケアラー」と「仕事をしていない介護者」の時間配分

「介護をしている」かつ「仕事をしている」を「ビジネスケアラー」として抽出し、「介護をしている」かつ「仕事をしていない」を「仕事をしていない介護者」として抽出し、時間配分および余暇時間の推移を比較した。

1. 「ビジネスケアラー」と「仕事をしていない介護者」の生活時間配分

「ビジネスケアラー」について、行動の種類別に週全体平均による1日の生活時間と1日の生活時間に占める割合をみると、1次活動は2001年が626.7分、2006年が622.9分、2011年が625.0分、2016年が627.1分などとなっている。2次活動は2001年が460.9分、2006年が476.4分、2011年が456.2分、2016年が457.9分などとなっている。3次活動は2001年が352.4分、2006年が340.8分、2011年が358.8分、2016年が355.1分などとなっている。1次活動時が最も多く、次いで、2次活動、3次活動の順となっている。

「仕事をしていない介護者」について、行動の種類別に週全体平均による1日の生活時間と1日の生活時間に占める割合をみると、1次活動は2001年が657.4分、2006年が657.4分、2011年が663.7分、2016年が667.6分などとなっている。2次活動は2001年が351.2分、2006年が350.9分、2011年が324.5分、

2016年が314.9分の減少などとなっている。3次活動は2001年が431.4分、2006年が431.7分、2011年が451.8分、2016年が457.5分の増加などとなっている。2次活動は減少し、3次活動は増加傾向にあることがわかる。

「ビジネスケアラー」と「仕事をしていない介護者」を比べると、「ビジネスケアラー」は「仕事をしていない介護者」と比べ、2次活動が多いが、3次活動は少ない傾向で推移しており、仕事と介護の両立によって、余暇時間が少なくなっていることがわかる。

表5 ビジネスケアラーと仕事をしていない介護者の生活時間配分（分）

	年	総数	1次活動	2次活動	3次活動
ビジネスケアラー	2001	7619	626.7	460.9	352.4
	2006	8174	622.9	476.4	340.8
	2011	10005	625.0	456.2	358.8
	2016	10483	627.1	457.9	355.1
仕事をしていない介護者	2001	5179	657.4	351.2	431.4
	2006	5749	657.4	350.9	431.7
	2011	7267	663.7	324.5	451.8
	2016	7738	667.6	314.9	457.5

2. 1次活動の時間配分

「ビジネスケアラー」について、1次活動の種類別に時間配分をみると、「睡眠」は2001年が452.7分、2006年が447.2分、2011年が445.2分、2016年が444.2分の減少などとなっている。「身の回りの用事」は2001年が73.6分、2006年が75.2分、2011年が79.4分、2016年が83.8分の増加などとなっている。「食事」は2001年が100.4分、2006年が100.5分、2011年が100.4分、2016年が101.1分などとなっている。

「仕事をしていない介護者」について、1次活動の種類別に時間配分をみると、「睡眠」は2001年が467.1分、2006年が466.2分、2011年が468.7分、2016年が460.6分などとなっている。「身の回りの用事」は2001年が81.6分、2006年が81.1分、2011年が84.7分、2016年が87.8分の増加などとなっている。「食事」

は2001年が108.7分、2006年が110.2分、2011年が110.4分、2016年が113.2分などとなっている。

「ビジネスケアラー」と「仕事をしていない介護者」を比べると、「ビジネスケアラー」は、「仕事をしていない介護者」に比べ、「睡眠」や「身の回りの用事」が少ない傾向で推移していることがわかる。

表6 ビジネスケアラーと仕事をしていない介護者の1次活動の時間配分(分)

	年	総数	睡眠	身の回りの用事	食事
ビジネスケアラー	2001	7619	452.7	73.6	100.4
	2006	8174	447.2	75.2	100.5
	2011	10005	445.2	79.4	100.4
	2016	10483	442.2	83.8	101.1
仕事をしていない介護者	2001	5179	467.1	81.6	108.7
	2006	5749	466.2	81.1	110.2
	2011	7267	468.7	84.7	110.4
	2016	7738	466.6	87.8	113.2

3. 2次活動の時間配分

「ビジネスケアラー」について、2次活動の種類別に時間配分をみると、「通勤・通学」は2001年が20.9分、2006年が19.8分、2011年が19.9分、2016年が21.5分などとなっている。「仕事」は2001年が174.8分、2006年が176.4分、2011年が175.8分、2016年が172.0分などとなっている。「学業」は2001年が30.3分、2006年が26.2分、2011年が16.5分、2016年が17.8分の大幅な減少となっている。「家事」は2001年が87.7分、2006年が89.7分、2011年が92.7分、2016年が89.6分などとなっている。「介護・看護」は2001年が1.1分、2006年が1.1分、2011年が1.0分、2016年が1.3分などとなっている。「育児」は2001年が11.3分、2006年が12.7分、2011年が14.1分、2016年が14.0分の微増となっている。「買い物」は2001年が27.4分、2006年が28.2分、2011年が30.7分、2016年が31.6分の増加などとなっている。

「仕事をしていない介護者」について、2次活動の種類別に時間配分をみる

と、「通勤・通学」は2001年が2.4分、2006年が1.6分、2011年が1.3分、2016年が2.4分などとなっている。「仕事」は2001年が6.6分、2006年が8.6分、2011年が4.6分、2016年が6.1分などとなっている。「学業」は2001年が11.4分、2006年が7.6分、2011年が7.1分、2016年が5.1分の減少などとなっている。「家事」は2001年が204.1分、2006年が207.9分、2011年が199.3分、2016年が190.1分などとなっている。「介護・看護」は2001年が78.2分、2006年が75.6分、2011年が64.1分、2016年が61.1分の減少などとなっている。「育児」は2001年が11.9分、2006年が11.8分、2011年が9.7分、2016年が9.3分などとなっている。「買い物」は2001年が35.6分、2006年が37.7分、2011年が38.3分、2016年が40.8分の増加などとなっている。

「ビジネスケアラー」と「仕事をしていない介護者」を比べると、「ビジネスケアラー」は「仕事をしていない介護者」に比べ、「通勤・通学」と「仕事」が多いのに対し、「家事」と「介護・看護」の時間が少ない傾向で推移していることがわかる。

表7 ビジネスケアラーと仕事をしていない介護者の2次活動の時間配分(分)

	年	総数	通勤・通学	仕事	学業	家事	介護・看護	育児	買い物
ビジネスケアラー	2001	7619	22.4	266.4	2.1	107.0	31.0	5.8	26.2
	2006	8174	22.5	277.8	1.2	110.8	29.1	7.8	27.2
	2011	10005	23.2	263.6	1.5	107.2	24.5	6.3	29.8
	2016	10483	25.7	253.4	4.0	108.6	26.8	6.6	32.8
仕事をしていない介護者	2001	5179	2.4	6.6	11.4	204.1	79.2	11.9	35.6
	2006	5749	1.6	8.6	7.6	207.9	75.6	11.8	37.7
	2011	7267	1.3	4.6	7.1	199.3	64.1	9.7	38.3
	2016	7738	2.4	6.1	5.1	190.1	61.1	9.3	40.8

4. 3次活動の時間配分

「ビジネスケアラー」について、3次活動の種類別に時間配分をみると、「移動」は2001年が19.3分、2006年が35.7分、2011年が36.6分、2016年が37.9分の増加などとなっている。「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は2001年が132.0分、

2006年が127.5分、2011年が136.7分、2016年が127.0分などとなっている。「休養・くつろぎ」は2001年が68.2分、2006年が74.5分、2011年が79.8分、2016年が85.5分の増加などとなっている。「学習・自己啓発」は2001年が7.4分、2006年が6.2分、2011年が7.1分、2016年が6.6分などとなっている。「趣味・娯楽」は2001年が36.8分、2006年が34.6分、2011年が37.0分、2016年が36.8分などとなっている。「スポーツ」は2001年が9.4分、2006年が11.0分、2011年が9.2分、2016年が9.9分などとなっている。「ボランティア活動・社会参加活動」は2001年が8.4分、2006年が8.4分、2011年が8.3分、2016年が7.4分などとなっている。「交際・付き合い」は2001年が28.1分、2006年が22.6分、2011年が21.3分、2016年が17.5分の減少などとなっている。「受診・療養」は2001年が4.7分、2006年が3.8分、2011年が5.0分、2016年が5.5分などとなっている。

「介護をしている」について、3次活動の種類別に時間配分をみると、「移動」は2001年が38.0分、2006年が35.2分、2011年が34.2分、2016年が34.5分などとなっている。「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は2001年が178.2分、2006年が179.6分、2011年が198.2分、2016年が190.2分の増加などとなっている。「休養・くつろぎ」は2001年が84.6分、2006年が87.0分、2011年が91.3分、2016年が96.7分の増加などとなっている。「学習・自己啓発」は2001年が9.4分、2006年が8.1分、2011年が9.0分、2016年が11.7分などとなっている。「趣味・娯楽」は2001年が40.1分、2006年が43.6分、2011年が46.0分、2016年が48.8分の増加などとなっている。「スポーツ」は2001年が11.3分、2006年が13.1分、2011年が12.8分、2016年が12.6分などとなっている。「ボランティア活動・社会参加活動」は2001年が7.4分、2006年が8.5分、2011年が7.5分、2016年が7.2分などとなっている。「交際・付き合い」は2001年が26.9分、2006年が22.1分、2011年が18.7分、2016年が17.4分の減少などとなっている。「受診・療養」は2001年が10.0分、2006年が10.1分、2011年が10.5分、2016年が17.4分の増加などとなっている。

「ビジネスケアラー」と「仕事をしていない介護者」を比べると、「ビジネスケアラー」は「仕事をしていない介護者」に比べ、「テレビ・ラジオ等」、「休

「読書・くつろぎ」、「趣味・娯楽」などが少ない傾向で推移していることがわかる。

表 8 ビジネスケアラーと仕事をしない介護者の 3 次活動の時間配分 (分)

	年	総数	移動 (通勤・ 通学を 除く)	テレビ・ラ ジオ・新聞・ 雑誌	休養・ くつろ ぎ	学習・自 己啓発・ 訓練(学 業以外)	趣味・ 娯楽	スポー ツ	ボラン ティア活 動・社会 参加活動	交際・ 付き合い	受診・ 療養	その他
ビジネスケアラー	2001	7619	39.3	132.0	68.2	7.4	36.8	9.4	8.4	28.1	4.7	18.0
	2006	8174	35.7	127.5	74.5	6.3	34.6	11.0	8.4	22.6	3.8	16.3
	2011	10005	36.6	136.7	79.8	7.1	37.0	9.2	8.3	21.3	5.0	17.8
	2016	10483	37.9	127.0	85.5	6.6	36.8	9.9	7.4	17.5	5.5	21.0
仕事をしない介護者	2001	5179	38.0	178.2	84.6	9.4	40.1	11.3	7.4	26.9	10.0	25.4
	2006	5749	35.2	179.6	87.0	8.1	43.6	13.1	8.5	22.1	10.1	24.5
	2011	7267	34.2	198.2	91.3	9.0	46.0	12.8	7.5	18.7	10.5	23.7
	2016	7738	34.5	190.2	96.7	11.7	48.8	12.6	7.2	17.4	10.4	28.0

Ⅳ. 「若者ヤングケアラー」の時間配分

「介護をしている」かつ「仕事をしていない(通学している)」を、通学しながら介護している「若者ヤングケアラー」として抽出し、時間配分および余暇時間の時系列変化を分析した。

1. 「若者ヤングケアラー」の生活時間配分

「若者ヤングケアラー」について、行動の種類別に週全体平均による1日の生活時間と1日の生活時間に占める割合をみると、1次活動は2001年が646.9分、2006年が650.5分、2011年が663.6分、2016年が649.5分などとなっている。2次活動は2001年が351.8分、2006年が325.2分、2011年が320.6分、2016年が322.5分の減少などとなっている。3次活動は2001年が441.3分、2006年が464.3分、2011年が455.7分、2016年が468.02分の増加などとなっている。1次活動時間はほとんど変化がなく、2次活動時が減少する一方で、3次活動が増加傾向にあることがわかる。

表9 若者ケアラーの生活時間配分（分）

	年	総数	1次活動	2次活動	3次活動
若者ケアラー	2001	224	646.9	351.8	441.3
	2006	195	650.5	325.2	464.3
	2011	194	663.6	320.6	455.7
	2016	154	649.5	322.5	468.0

2. 1次活動の時間配分

「若者ヤングケアラー」について、1次活動の種類別に時間配分をみると、「睡眠」は2001年が496.8分、2006年が491.9分、2011年が490.1分、2016年が486.5分の減少などとなっている。「身の回りの用事」は2001年が78.5分、2006年が72.7分、2011年が86.7分、2016年が75.5分などとなっている。「食事」は2001年が91.7分、2006年が85.9分、2011年が86.9分、2016年が87.5分などとなっている。

表10 若者ケアラーの1次活動の時間配分（分）

	年	総数	睡眠	身の回りの用事	食事
若者ケアラー	2001	224	476.8	78.5	91.7
	2006	195	491.9	72.7	85.9
	2011	194	490.1	86.7	86.9
	2016	154	486.5	75.5	87.5

3. 2次活動の時間配分

「若者ヤングケアラー」について、2次活動の種類別に時間配分をみると、「通学」は2001年が49.8分、2006年が41.9分、2011年が32.3分、2016年が40.4分などとなっている。「仕事」は2001年が5.6分、2006年が11.7分、2011年が1.0分、2016年が19.3分の増加などとなっている。「学業」は2001年が249.7分、2006年が220.2分、2011年が248.2分、2016年が213.8分の減少などとなっている。「家事」は2001年が15.7分、2006年が20.7分、2011年が13.5分、2016年が17.3分などとなっている。「介護・看護」は2001年が7.0分、2006年が7.0

分、2011年が6.0分、2016年が11.4分の増加などとなっている。「育児」は2001年が0.1分、2006年が1.5分、2011年が0分、2016年が2.2分などとなっている。「買い物」は2001年が24.8分、2006年が26.5分、2011年が19.6分、2016年が18.0分の減少となっている。

「若者ヤングケアラー」は、「学業」時間が減る一方で、「介護・看護」などの時間が増える傾向にあり、学業と介護の両立のために、学業時間を減らして介護時間に充てる傾向にあることがわかる。

表11 若者ケアラーの2次活動の時間配分（分）

	年	総数	通勤・通学	仕事	学業	家事	介護・看護	育児	買い物
若者ケアラー	2001	224	48.8	5.6	249.7	15.7	7.0	0.1	24.8
	2006	195	41.9	11.3	220.2	20.7	3.0	1.5	26.5
	2011	194	32.3	1.0	248.2	13.5	6.0	0.0	19.6
	2016	154	40.4	19.3	213.8	17.3	11.4	2.2	18.0

4. 3次活動の時間配分

「若者ヤングケアラー」について、3次活動の種類別に時間配分をみると、「移動」は2001年が27.5分、2006年が31.5分、2011年が32.6分、2016年が39.5分の増加などとなっている。「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は2001年が135.5分、2006年が118.3分、2011年が103.4分、2016年が80.8分の大幅な減少などとなっている。「休養・くつろぎ」は2001年が85.8分、2006年が102.5分、2011年が112.3分、2016年が122.0分の増加などとなっている。「学習・自己啓発」は2001年が48.9分、2006年が45.8分、2011年が42.8分、2016年が39.0分の減少などとなっている。「趣味・娯楽」は2001年が47.0分、2006年が62.4分、2011年が104.6分、2016年が101.6分の大幅な増加などとなっている。「スポーツ」は2001年が20.4分、2006年が45.8分、2011年が25.5分、2016年が47.8分などとなっている。「ボランティア活動・社会参加活動」は2001年が11.5分、2006年が4.0分、2011年が9.0分、2016年が1.7分の減少などとなっている。「交際・付き合い」は2001年が42.5分、2006年が24.9分、2011年が14.0分、2016年が25.1

分の減少などとなっている。「受診・療養」は2001年が1.2分、2006年が0.8分、2011年が2.2分、2016年が4.2分などとなっている。

「若者ヤングケアラー」の3次活動の時間は減る傾向にあり、「休養・くつろぎ」、「趣味・娯楽」が増える一方で、「テレビ・ラジオ」が大幅に減少しており、余暇時間の使い方が、テレビ・ラジオなどから、ネット利用（ニュース・ゲーム・SNS・動画等）などに変化している様子がうかがえる。

表12 若者ケアラーの3次活動の時間配分（分）

	年	総数	移動 (通勤・ 通学を 除く)	テレビ・ラ ジオ・新聞・ 雑誌	休養・く つろぎ	学習・自 己啓発・ 訓練(学 業以外)	趣味・ 娯楽	スポー ツ	ボラン ティア活 動・社会 参加活動	交際・ 付き合 い	受診・ 療養	その他
若者ケアラー	2001	224	27.5	135.5	85.8	48.9	47.0	20.4	11.5	42.5	1.2	21.0
	2006	195	31.5	118.3	102.5	45.8	62.4	45.8	4.0	24.9	0.8	28.3
	2011	194	32.6	103.4	112.3	42.8	104.6	25.5	9.0	14.0	2.2	9.3
	2016	154	39.5	80.8	122.0	39.0	101.6	47.8	1.7	25.1	4.2	6.2

おわりに

介護者の生活時間配分を検証することにより、ビジネスケアラーやヤングケアラーは生活にゆとりがなく、仕事や学業を犠牲にしながら介護している現状を確認することができた。また、こうした傾向は年々顕著になることがわかる。ビジネスケアラーも若者ヤングケアラーも介護・看護時間が増える一方で、ビジネスケアラーは睡眠時間や仕事を減らし、若者ヤングケアラーは学業の時間を減らすことで、介護と仕事、学業とを両立していることがわかる。介護と仕事・学業を両立しているように見ても、それは、仕事や学業、自分の余暇時間を減らすことでかろうじて両立が可能になっていることがうかがえる。

ビジネスケアラーは、介護離職に至らなくても、仕事を減らすためにあえて正規雇用ではなく短時間労働等の非正規雇用で働いている者も多いと考えられる。今後いっそう進む労働力希少社会において、働ける人にもっと働いて

もらうために、ビジネスケアラーが介護と仕事の両立を実現でき、休息やリフレッシュのための余暇時間も確保できる柔軟な働き方と介護と仕事の両立支援策の充実が求められる。

また、若者ケアラーは介護のために十分な学習時間を確保できていない現状があるが、その実態は十分に把握できない。若者ケアラーの支援推進のために、実態把握を行うとともに、若者ケアラーが自己実現に向けて学習時間が確保できるよう、介護サービスの利用などのサービス調整や若者ケアラー自身のキャリア相談体制の整備が必要になる。

政府は家族の介護や世話に追われる「ヤングケアラー」の支援を法制化する方針を固めた。法律で初めて明文化した。ヤングケアラーを「家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者」と定義した。引きこもり支援などを推進する「子ども・若者育成支援推進法」(09年成立)を改正し⁶⁾、ヤングケアラーを国や自治体の支援対象に加わった。支援の対象は、こどもだけでなく若者(30代まで)も切れ目なく支援することとし、政府は支援の対象年齢を18歳未満に区切る児童福祉法ではなく、おおむね30代までを含む「子ども・若者育成支援推進法」で法制化した。

こども基本法⁷⁾では、18歳や20歳といった年齢で必要なサポートがとぎれないよう、心と身体の発達の過程にある人を「こども」としている。こどもや若者のみなさんのそれぞれの状況に応じて、社会で幸せに暮らしていけるよう、支えていく。ヤングケアラー支援法でも、ヤングケアラーの定義は、子ども基本法の「こども」の定義と同様とし、こども・若者を支援の対象とする。

ケアはこどもだけで終わるとは限らない。18歳を過ぎると、大学や仕事との両立などから悩みがより複雑化するといわれる。高校を卒業すると支援が途切れやすい、自分の人生のキャリアが描けない、ケア等を契機とした失業、介護離職から社会的孤立に至るなど、若者のケア負担の影響は生涯にわたる可能性もある。こども・若者の切れ目ない支援が必要であり、政府も若者支援を拡充しつつある。こども家庭庁は4月以降、ヤングケアラーに関する自治体の相談窓口に、進学や就職の専門支援員を配置する新事業を始めた。これまでも自治

体が窓口を設置するのを推進し、関連費用を補助しているが、進路支援の専門員を配置した場合に人件費などを上乘せる⁸⁾。

家族の中でいったん要介護者支援のキーパーソンとして認識されてしまうと、あらゆることがその人に降りかかってくる可能性がある。それは仕事をしていても学校に通っていても関係ない。要介護者本人と交渉・契約することに不確実性があると判断された事項は、キーパーソンを経由されがちになる。例えば、庭木が伸びて隣家との境界を超えた場合に、要介護者本人ではなくその親族に対応を求める、といった場合である。

これら一連の役割を遂行するためには、本人に状況を説明したり、必要に応じて説得できるような関係性や、医療・介護・生活支援・葬儀などのサービスの利用に際して必要な手続きを行うことができる情報収集能力・判断力や遂行力、本人が費用負担できなかつた場合に肩代わりできるような経済力に加え、これらを遂行するための時間も必要になる。

引き受ける家族が仕事をしていたり、学校に通っている場合には、時間的な余裕がないが、引き受けざるを得ない場合には、睡眠時間や余暇時間、就業時間、学業などの自分のための時間を減らして引き受けることになる。さらに、介護のために仕事を辞めたり、学業が振るわず希望する進路に進めないケースも出てくる。ビジネスケアラーが介護離職に至ったり、若者ヤングケアラーが希望する進路を諦めるなどのキャリアを妨げることはないよう、生活時間に着目したワーク・ライフ・バランス施策や介護離職防止、キャリア支援の取組み等が今後の課題と言えよう。

【注】

- 1) 日本総研、増加する「身寄り」のない高齢者－頼れる親族がない高齢者に関する試算－
<<https://www.jri.co.jp/page.jsp?id=108454>>2024年10月23日最終アクセス
- 2) 経済産業省第13回経済産業政策新機軸部会資料「新しい健康社会の実現」(2023年)
<https://www.meti.go.jp/shingikai/sankoshin/shin_kijiku/pdf/013_03_00.pdf>2024年10月23日最終アクセス
- 3) 同上

- 4) 総務省<https://www.soumu.go.jp/menu_news/s-news/01toukei04_01000229.html>
2024年10月23日最終アクセス
- 5) 統計センターに利用申請を行い、匿名のマイクロデータの提供を受けて分析を行った。
- 6) 「子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律」の一部施行について（ヤングケアラー関係）
https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/e0eb9d18-d7da-43cc-a4e3-51d34ec335c1/3ba2cef0/20240612_policies_young-carer_13.pdf 2024年10月23日最終アクセス
- 7) こども家庭庁<<https://www.cfa.go.jp/policies/kodomo-kihon/>> 2024年10月23日最終アクセス
- 8) ヤングケアラー支援体制強化事業https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/e0eb9d18-d7da-43cc-a4e3-51d34ec335c1/98c645de/20230401_policies_young-carer_08.pdf 2024年10月23日最終アクセス

【参考文献】

- 宮本恭子『越境する介護政策 日本とドイツの介護保障システムの検証』日本評論社、2021。
- 宮本恭子「生活者としての外国人が包摂される社会をめざして:鳥根県出雲市の「ことばのヤングケアラー」を対象に」『経済科学論集』50、1-31、2024。
- 宮本恭子「ヤングケアラーの孤独・孤立化を未然に防ぐために」『経済科学論集』49、1-21、2023。
- 宮本恭子「若年介護者（ヤングケアラー）を生まないために:なぜ、子どもが介護のにない手になるのか」『山陰研究』14別冊、113-133、2021。