

京都市ケアラー支援推進計画



京都市ケアラー支援推進計画の 策定に当たって



京都市長 松井 秀治

京都は、千二百年を超える歴史の中で、人と人の支え合いの中で豊かな地域社会を育んできました。

町衆の力で設立された日本初の学区制小学校「番組小学校」の伝統を受け継ぐ、学区や学校運営協議会のつながりや、祭事や稽古事といった日常の営みの中で、支える側と支えられる側が立場や役割を入れ替えながら、人と人が互いに支え合って歴史や文化を紡いできた「まち柄」が息づいています。

一方、皆様の中には、「人に迷惑をかけてはならない」と教えられて育った方も多いのではないかと感じています。こうした考え方は、他者を思いやる心や自立を尊ぶ姿勢が込められている反面、人と人のつながりが希薄になりつつある今の地域社会にあっては、助けを求める声を上げにくくし、孤立や孤独を深めてしまう要因にもなりかねません。

また、近年介護保険制度等、福祉施策の進展により、ケアを受ける方への支援は充実してきましたが、ケアは家族が担うものという意識や価値観を背景に、ヤングケアラーやワーキングケアラー、老老介護など、ケアラーの負担や悩みが見過ごされてきた状況が明らかになってきました。

こうした状況を踏まえ、京都市では令和6年11月に全市会議員の共同提案により「京都市ケアラーに対する支援の推進に関する条例」が制定されました。これは、ケアを特定の人や家庭だけに委ねるのではなく、社会全体で支え合う仕組みに転換していこうとするものです。そして、ケアラーが未来に希望を持ち、自分らしく生きていくことができる社会を目指しています。

この度策定した「京都市ケアラー支援推進計画」は、ケアラーを特別な存在にするのではなく、誰もがケアを担う存在になり得るという当事者意識を大切に、社会全体でケアラー支援を着実に進めていくための指針です。

計画の推進には、行政のみならず、地域の皆様をはじめ、医療、福祉、学校、事業者など、地域や社会に関わるすべての主体の連携と協働が重要です。

京都市といたしましても引き続き、誰もが幸せを感じ、互いにつながり、支え合い、生きがいを持って活躍できる、すべての人々に「居場所」と「出番」のある社会を実現してまいります。変わらぬ御支援と御協力をお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定に多大な御尽力をいただきました京都市ケアラー支援推進協議会の皆様をはじめ、すべての関係者の皆様に感謝を申し上げます。

目次

第1章 計画の概要 1

- 1 計画の趣旨 1
- 2 計画の位置付け..... 1
- 3 計画の期間 1

第2章 本市におけるケアラーをとりまく状況..... 3

- 1 ケアラーについて 3
- 2 ケアラーをとりまく社会的背景 4
- 3 ケアラーをとりまく状況 7
 - (1) ケアラーに共通する状況 7
 - (2) 多様なケアラーの状況 7
- 4 本市におけるケアラー支援の課題..... 16
 - (1) 認知度や理解に関すること 16
 - (2) 相談・支援体制、両立支援に関すること 17
 - (3) 支え合いや居場所に関すること 17
 - (4) ケアを必要とする人への支援に関すること 17

第3章 計画の基本方針 18

- 1 基本理念..... 18
- 2 基本方針..... 18
 - (1) 認知度の向上及び理解の促進 19
 - (2) 相談・支援体制をはじめとした環境整備及び情報発信の充実 19
 - (3) 認め合い、支え合うまちづくり 19
 - (4) 各分野における支援の推進 20

第4章 ケアラーを支援するための取組..... 21

- 1 認知度の向上及び理解の促進 22
- 2 相談・支援体制をはじめとした環境整備及び情報発信の充実 25
 - (1) 相談体制の整備及び情報発信の充実 25
 - (2) 支援体制の整備 28
 - (3) 仕事や学業とケアの両立のための環境整備、支援の充実 30
- 3 認め合い、支え合うまちづくり 31
 - (1) ケアラーの居場所づくりの支援 31
 - (2) ケアラーの知識・経験が活かされること 32
 - (3) 互いに認め合い支え合う地域づくり 33
- 4 各分野における支援の推進 34
 - (1) 高齢、障害、子ども・子育て、若者、労働者、企業、外国籍市民等への支援など、
各分野における支援の推進 34
 - (2) 民間支援団体の支援の推進 35

第5章 計画の推進 36

- 1 推進体制..... 36
- 2 庁内連携体制 36
- 3 進捗管理..... 37
- 4 評価指標..... 37

第1章 計画の概要

1 計画の趣旨

本市では令和6年11月、市議員全員の共同提案・全会一致により、「京都市ケアラーに対する支援の推進に関する条例」（以下「条例」という。）が可決成立し、同月11日に施行しました。

この条例の下、全てのケアラーが、健康で文化的な生活を営み、自己実現を図ることができる社会の実現に向けて、行政、市民等、事業者、関係機関、学校等、民間支援団体など多様な主体が相互に連携・協働しながら、市民ぐるみでケアラーに対する支援を計画的に推進していくため、「京都市ケアラー支援推進計画」を策定します。

条例や条例制定の取組については、「京都市会のページ」から御覧いただけます。

「京都市ケアラーに対する支援の推進に関する条例」制定の取組

<https://www2.city.kyoto.lg.jp/shikai/news/R06/carer.html>



2 計画の位置付け

本計画は、条例第11条第1項の規定による「ケアラー支援に関する施策を推進するための計画」として、同条第2項に掲げる次の事項について定めるものです。

- ・ ケアラーの支援に関する基本方針
- ・ ケアラーの支援に関する具体的な施策
- ・ その他ケアラー支援に関する施策を実施するために必要な事項

本計画は市政の基本方針である「京都基本構想」の下で定める分野別計画の一つであり、「京・地域福祉推進指針」、「京都市民長寿すこやかプラン」、「はぐくみ支え合うまち・京都ほほえみプラン」、「京都市はぐくみプラン〈2025-2029〉」など、関連する他の計画等との整合・調和を図りつつ策定しています。

3 計画の期間

本計画の計画期間（第一期）は、関連計画の終期も踏まえ、令和8年度から令和11年度の4年間とします。

(参考) 他計画との関係性

あらゆる政策の最上位の都市理念(都市の理想像)
世界文化自由都市宣言

市政の基本方針(京都のまちの基軸・羅針盤)
京都基本構想

反映・具体化

分野別計画

京都市ケアラー支援
推進計画

条例の下、多様な主体が相互に連携・協働しながら、市民ぐるみでケアラーに対する支援を計画的に推進していくための計画



連携

京・地域福祉推進指針

京都市民長寿すこやかプラン

はぐくみ支え合うまち・京都ほほえみプラン

京都市はぐくみプラン〈2025-2029〉

京都市人権文化推進計画

京都市男女共同参画計画

京都市国際都市ビジョン

新
京
都
戦
略
(分野横断のアクションプラン)



第2章 本市におけるケアラーをとりまく状況

1 ケアラーについて

- ・ 条例では、高齢、身体上又は精神上的の障害、疾病、使用する言語等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償でケア（介護、看護、日常生活上の世話その他の必要な援助）を提供する人のことをケアラーといいます。
- ・ また、ケアラーのうち、おおむね18歳未満の人をヤングケアラー、おおむね18歳以上40歳未満の人を若者ケアラーといいます。

（参考）ヤングケアラーについて

「子ども・若者育成支援推進法」は、「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」として、ヤングケアラーを、国・地方公共団体等が各種支援に努めるべき対象としています。



（上記のイラストは一例です。）

2 ケアラーをとりまく社会的背景

- ・ 人が人を支えるケアは私たちの社会に不可欠な営みであり、これまでからケアラーはそうしたケアを担ってきました。また、福祉介護政策の進展により「介護の社会化」への取組や制度が充実するなど、ケアを社会全体で担うための取組も進んできました。
- ・ 他方、人口減少、少子高齢化や核家族化の進展、共働き世帯の増加など、社会の状況は大きく変化しており、加えて、ケアは当然に家族が担うべきという認識も根深くあることから、多くの場合でケアラーやその家族等への負担の偏りが大きくなっています。
- ・ また、ケアを必要とする理由やケアラーの状況も多様化している中、ヤングケアラー・若者ケアラーに関する課題や、ワーキングケアラーの介護離職等の課題が顕在化してきました。令和6年には「子ども・若者育成支援推進法」や「育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律」が改正され、国においてもこうした課題に対応するための法整備が行われたところです。
- ・ さらに、在留外国人の増加も背景に、日本語を第一言語としない家族の通訳等を担うケアラーの課題が顕在化するなど、ケアやケアラーに関わる新たな課題も生じてきています。
- ・ 今後、ますますケアやケアラーをとりまく状況は複雑化・多様化し、ケアをケアラーやその家族等のみで担うことは一層困難になることが予測されます。
- ・ こうした状況の中、本市では、ケアラーに対する支援の必要性の認識の高まりや、関係団体の活発な市民活動を背景に、令和6年11月に全市会議員の共同提案・全会一致により条例が可決・成立しました。
- ・ 条例の下、私たちの社会を支えるケアと、そうしたケアを担うケアラーを尊重し、ケアを必要とする人やケアラーへの支援を社会全体で行い、全てのケアラーが自己実現を図ることができ、社会を実現していきます。

令和6年11月6日
条例成立!



<人口、世帯数、家族形態に関する本市のデータ>

- ・ 令和7年10月時点の推計では、本市の人口は1,433,071人であり、近年、減少している。一方、世帯数は759,229世帯と増加しており、世帯規模は縮小傾向にある。
- ・ 令和6年の本市の合計特殊出生率は1.01、出生数は7,090人で共に減少している。
- ・ 令和2年の核家族世帯数は336,394世帯であり、人口が減少している中、ほぼ横ばいで推移している。また、単独世帯は350,775世帯であり、増加し続けている。
- ・ 令和4年の共働き世帯数は132,400世帯であり、夫婦がいる世帯に占める割合は48.9%と増加している。

<ケアを必要とする人に関する本市のデータ>

- ・ 令和2年の高齢夫婦世帯数は72,500世帯、令和6年の要支援・要介護認定者数は103,373世帯と共に増加している。
- ・ 認知症高齢者の推計は、令和7年は57,000人、軽度認知障害を含めると123,000人。今後も高齢化の進展に伴って増加する見込み。
- ・ 令和6年度末における身体障害者手帳の交付者数は65,780人と減少傾向にあるが、療育手帳交付者数は18,000人、精神障害者保健福祉手帳の交付者数は24,801人と共に増加している。
- ・ 外国籍の住民基本台帳登録者数は令和7年12月末時点で67,815人であり、5年前と比べて、約1.49倍となっている。

京都市のケアラー支援の推進に係る
シンボルマーク及びキャッチコピー



ケアするあなたを、
ケアするまちに

コラム

180 万年前の介護の徴（しるし）

立命館大学 名誉教授 津止 正敏
 (京都市ケアラー支援推進協議会 会長)
 (京都ケアラーネット共同代表)

ヒトがチンパンジーやゴリラなどとは違う進化の道を歩み始めたのは700万年前。400万年前にはもう一夫一妻が主流となる家族をつくって暮らしていたというから驚きだ。介護の徴（しるし）もあった。2003年、黒海の東沿岸に位置しているジョージアという国のドマニシ遺跡で歯が抜け落ちた老人の頭骨化石が発掘された。「オールドマン」の呼び名がついたこの老人、歯がなくなった後も長い間生きていたことも分かった。歯槽がしっかりふさがっていたのだ。柔らかな物をもらうなど誰かに面倒をみられながら暮らしていたのだ。何時の頃かと思いきや、なんと180万年前の人類の遠い祖先の遺跡だというのだ。家族をつくり仲間と力を合わせて獲物を追い木実や根っこを齧りながら暮らしていた時代だ。言葉や文字を手にするのはまだもっと先の話だ。

発掘作業に関わった古人類学者たちは、この介護の徴をして思いやりというヒトの「心の進化」が始まっていたことの証とした。

互いに協力して世話をしながらの暮らしが、ヒトとヒトの暮らす社会の原型を成してきたと思うと希望になる。介護を貶め、他者を出し抜いてこそ生きられるような社会とは随分と違うようだ。

介護のある暮らしの肯定こそが人類社会の普遍的モデルだ、というのは飛躍に過ぎるだろうか。本市のケアラー支援条例の前文に記された「社会の存立の基礎的な条件」としてのケアの意味合いとはこのようなことではないか。

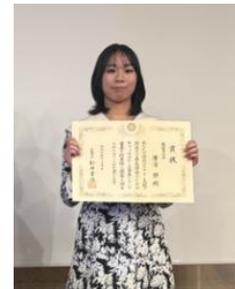
ケアするあなたを、ケアするまちに

コラム

ケアする「あなた」を、ケアする「まち」に

キャッチコピー制作者 唐澤 静
 (大学生)

私にとって最も身近な「ケアラー」は、発達障害をもつ姉をケアする母でした。母は、私にケアの手伝いを求めることはしませんでした。私が普通の学生生活を送れたのは母と、その母を支えてくれた方々の優しさのおかげです。現代日本においては、私のような当事者の家族に限らず、社会全体がケアを担う人々に支えられているとも言えるでしょう。同時に、私を含め、社会で生きるすべての「あなた」は、過去・現在・未来においてケアを担う可能性を秘めています。こういった考えのもと、採用いただいたキャッチコピーには、ケアを担うことが「他人事」として社会から疎外・断絶されることなく、社会全体と支え合うような構造が広がって欲しいという願いを込めました。



ケアするあなたを、ケアするまちに

3 ケアラーをとりまく状況

(1) ケアラーに共通する状況

- ・ 家庭内でケアラーが担っているケアは、周囲の人からは見えにくく、表面化しにくいものです。令和7年9月に本市が実施したアンケート調査（以下「アンケート調査」という。）では、日常生活の介助等のほか、心の安定のための援助など目には見えない心理的な援助も含め、多様なケアが日常的に行われていることが確認できました。
- ・ ケアは当然に家族が担うべきという認識や、家庭内のデリケートな問題であること等から、周囲の人に話すことや相談窓口への相談をためらうなど、ケアラーやその家族等のみでケアを抱え込み、孤独・孤立状態に陥りやすい状況にあります。
- ・ ケアを必要とする人への介助等による身体的な負担、病状や様子の変化に注意することや心理的な援助を行うことによる精神的な負担、福祉サービス等の利用や通院等のための経済的な負担など、ケアラーに負担が生じやすい状況にあります。アンケート調査では、身体的・精神的・経済的いずれの負担も、感じている人の割合が高いという結果でした。
- ・ アンケート調査では、ケアラーという言葉の認知度に対して、条例の認知度は低く、ケアラー支援に関する市民等の理解は、十分とはいえない状況にあります。

<ケアラーに関するアンケート調査（意識調査）（令和7年度実施）から>

- ・ 「ケアラー」という言葉について「知っている（内容も知っている）」との回答が82.5%、「言葉だけは知っている」が14.4%、「知らなかった（この調査で初めて知った）」が3.1%であった。
- ・ 条例については、「知らなかった（この調査で初めて知った）」との回答が49.9%、「知っている（内容も知っている）」が27.2%、「名称だけは知っている」が22.9%であった。

(2) 多様なケアラーの状況

ア 高齢者のケアをしているケアラー

- ・ 介護サービスをはじめ、ケアを必要とする人への支援施策は充実してきた中、ケアラーも高齢となり、自身の健康不安を抱えながら高齢者が高齢者を介護する「老老介護」が増えています。介護による負担により健康を損ね、ケアラー自身もケアが必要となるリスクがあります。
- ・ 家族の介護は子や配偶者が主たる担い手となっています。共働き世帯が増加する中、働く誰しもが介護を行うことになり得る状況となっています。
- ・ 介護は突然に始まり、それまでの生活が一変することも多くあります。事前準備がなければ、相談先や利用できる福祉サービス等がわからないなど、ケアラーに突然大きな負担がかかりやすい状況にあります。



<要介護者等と同居の主な介護者の年齢組合せ別の割合の年次推移（単位：％）>

	60歳以上同士	65歳以上同士	75歳以上同士
平成28年	70.3	54.7	30.2
令和元年	74.2	59.7	33.1
令和4年	77.1	63.5	35.7

※ 厚生労働省「国民生活基礎調査」より

<本市すこやかアンケート（在宅介護実態調査）（令和7年度実施）から>

- ・ 主な介護者は「子」や「配偶者」が多く、年齢は60歳代以上が4割を超えている。
- ・ 主な介護者のうち、約4人に1人が、フルタイム又はパートタイムで働いている。

コラム

皆さんとともに、ケアを基盤とする社会の実現を！

（公社）認知症の人と家族の会京都府支部 世話人 鷺巣 典代
（京都市ケアラー支援推進協議会 副会長代理）

認知症の人と家族の会は、1980年に設立されました。当時、介護は家族の義務とされ、認知症に対する理解や社会的サービス、医療も、ほぼ皆無に等しく、本人も家族も苦境にありました。そんな中、介護家族と認知症を重要な社会的課題と受け止めた専門職が、この京都に集まり、互いに支えあい、協力しながら、社会に向かって発信したことから始まります。以来、45年、電話相談・会報・「つどい」という3本柱を中心に、全国47支部が活動を続けてきました。

認知症をめぐる状況は、行政や家族の会などの多くの当事者団体、現場の実践者、専門家が協働して努力した結果、大きく進展しました。2023年には認知症の本人の権利と尊厳を保障する「認知症基本法」が制定され、基本法の目的に対する国と国民全体の責任が明文化されました。

一方で、無償のケアを行う家族等に対する施策、制度は、まだまだ不十分な状態です。少子高齢化の進行や社会経済状況の変化により、今後さらに厳しい状況になることが危惧されています。

ケアは、人間社会の根幹をなすものです。ケアを必要とする本人とケアラー両方への支援がなければ、社会は成り立たず 存続もできません。内容や状況は様々であっても、このことは全てのケアの領域に共通の大原則です。

ケアラー支援条例によってこの原則のもとに様々な分野の皆様とともに、つながることができたことはケアを大切にする社会への大きな一歩です。ケアを必要とする人、ケアラーのみならず、そしてすべての市民皆さんと力を合わせて、ケアを基盤とする持続可能な社会の実現を目指していきたいと思えます。

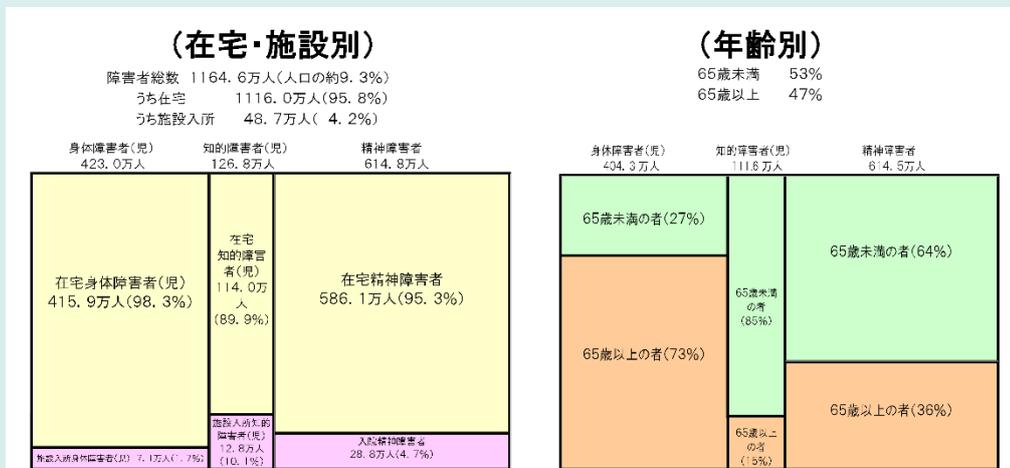
ケアするあなたを、ケアするまちに

イ 障害のある人のケアをしているケアラー

- ・ 主な介助者は親や配偶者が多く、高齢化が進んでいます。また、障害のある人自身も高齢化の傾向にあります。
- ・ 障害は、先天性のものや、思春期・青年期に発症することも多く、ケアを行う期間が長期間となり、将来が見通せないこともあります。アンケート調査等を通じて、ケアラーからは、親なき後の不安の声が多く聞かれました。
- ・ 様々な障害の特性に応じて、多様で専門的なケアを求められます。また、障害に応じて福祉サービス等も多岐に亘り、制度理解や利用のために、多くの時間や労力を費やすこともあります。
- ・ 障害への理解は進みつつあるものの、一方で、世論調査では障害を理由とした差別や偏見があると思う人の割合は約9割にのぼっています。差別や偏見は、ケアラーの孤独感や孤立感を深める要因となります。また、外見からはわかりにくい障害もあり、ケアやケアラーが周囲から見過ごされやすい状況にあります。
- ・ 障害のある子どもの子育てをしている保護者は、自らがケアラーであるという認識がないこともあります。
- ・ 障害のある人のきょうだいは、親とは違う立場でケアに関わり、複雑な感情や葛藤を抱えやすい状況にあります。また、幼い頃からケアに関わっているヤングケアラーもいます。
- ・ 障害のある人が高齢の親の介護を行うなど、障害のある人自身がケアラーであることもあります。



<身体障害児・者（在宅） 知的障害児・者（在宅） 精神障害者の状況>



※ 厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部作成資料より

＜京都市障害者生活状況調査（令和4年度実施）から＞

- ・ 主な支援者は、「家族・親戚」が 68.5%で最も多い。家族・親戚の詳細については、「親」が 61.1%と最も多く、次いで「配偶者」で 21.7%となった。
- ・ 主な支援者の年齢は、「50 歳代」が 26.6%、「60 歳代」が 20.2%、「70 歳以上」が 27.6%であり、合計すると 74.4%となった。

コ ラ ム

精神障害者の家族の願い

(公社) 京都精神保健福祉推進家族会連合会 理事 清水 隆子
(京都市ケアラー支援推進協議会 副会長)

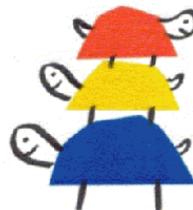
思春期に突然、精神疾患と診断された子どもを持つ親は、病気に関する知識や利用可能な社会資源などもわからないまま、発病当初は、妄想・幻聴等の病気の症状や、昼夜逆転の生活に家族も巻き込まれ、心身共に振り回されながらの生活をしてきました。本人のケアが優先される中で、不安を抱える親たちにとって、同じ病気を持つ家族との集まりは非常に重要です。病気の特徴や困っていることを共有し共感しあうことができ、自らの経験が他の家族の助けにもなります。また、専門職からの学習を通して知識を得ることもできるかけがえのない場となっています。

一方で現在、困った時に相談でき継続的に支援が受けられる精神障害者や家族にとっての専門的な窓口がありません。自立支援医療や障害者手帳・年金等の更新が複雑で親ですら把握できていないのに、親亡き後、支援体制がなかったら、本人だけで手続ができず「医療や支援が受けられず生きていけない」と不安の声が聞かれます。

こうした声を届けるところがなかった精神障害者の家族にとって、ケアラー支援条例ができ、実態調査やパブリックコメント等で精神障害者の病気の特徴や家族の声を発信していける場が出来たことは非常に画期的なことです。

今後、京都市と、様々なケアラーの団体や関係機関が参画するケアラー支援推進協議会が連携して計画を実施して行く過程で、支援内容がケアを必要としている人や様々なケアラーに寄り添ったものになるよう、よりよい支援体制を検討し、構築していけることを願っています。

みん
なで
歩
け
ば
道
に
な
る



ケアするあなたを、ケアするまちに

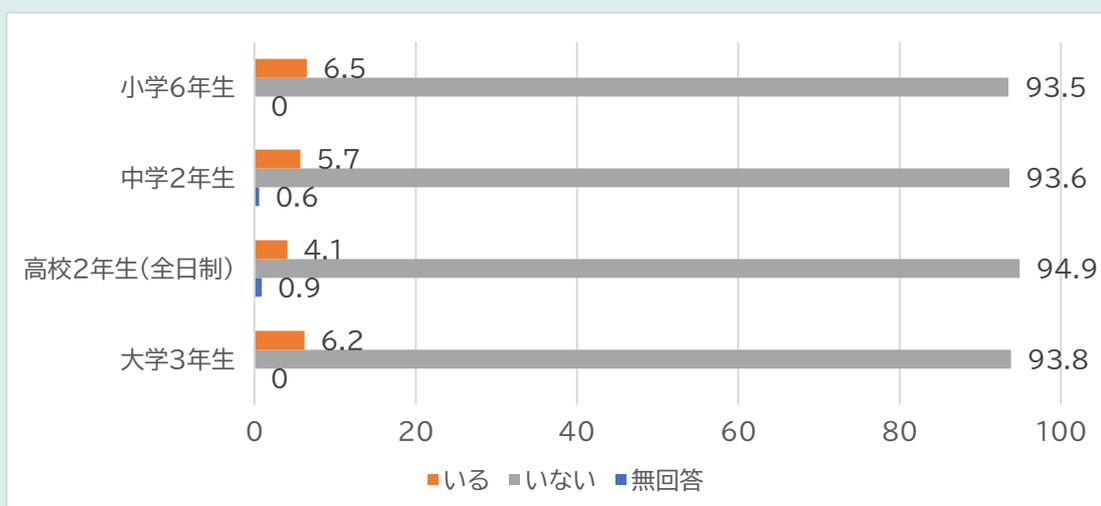


ウ ヤングケアラー・若者ケアラー

- ・ 家族等のケアを担うことで、学校に行けない、友達と遊ぶ時間がない、自由に進路を選べない、自分のために時間やお金を使うことを諦めるなど、進学・就職やその後の人生にまで影響が及ぶことがあります。
- ・ 自分の家庭しか知らないことが多く、現在の状況が当たり前だと感じていることが少なくありません。ケアラーやその家族等に自覚がない状態では、自ら支援を求めることも難しいです。
- ・ 家庭のことを知られたくないと思っていることや、ケアを受けている家族を悪く言われたくないと感じていることもあります。家族が責められるとケアラーも傷つくことがあります。
- ・ 家族等の福祉サービス等の利用に当たっての調整役や、通訳をしながら交渉役のような役割を担うなど、高度な役割を求められる場合もあります。



<世話をしている家族の有無について>



※ 厚生労働省「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」より

<本市のヤングケアラー実態調査（令和3年度実施）から>

- ・ 世話をしている家族が「いる」と回答したのは、中学生で 5.4%、高校生で 3.5%であった。
- ・ 世話をしている家族が「いる」と回答した中高生について、世話をしている家族は、いずれの校種でも「きょうだい」が高い。
- ・ 世話について相談した経験が「ない」と回答した理由については、「誰かに相談するほどの悩みではない」が最も多く、「家族外の人に相談するような悩みではない」や「相談しても状況が変わるとは思えない」が多い。

ヤングケアラーとは



障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障害や病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障害や病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

(こども家庭庁ホームページより)

コラム

家族の外にケアを開くためのケアラー支援を

子ども・若者ケアラーの声を届けようプロジェクト(YCARP) 共同発起人 河西 優
(京都市ケアラー支援推進協議会 副会長)

私は統合失調症の母をもつ28歳の若者ケアラーです。高校から大学まで母方の実家で暮らし、大学卒業の時にその家を離れました。しかし、現在もケアと隣り合わせの生活が続きます。年末に帰省した際には、叔父から「近くに住めないか」と言われ、その一言に心臓が一気にバクバクと鳴りました。自身の経済基盤や生活を安定させたいと強く思う一方、家に残してきた不安定な状態の母と、そのケアを担っている家族の負担が気になることもあり、家族の状態の変化によってはいつでも家に引き戻される可能性があります。叔父の一言は現実味を帯びたものでした。

現在、母は外出が難しくなり訪問診療を受けているものの福祉にはつながっていません。家にひきこもりきりの母をみて、母が家族以外のケアをもっと受けられたら、外に出られたり欲望を取り戻せたりするのではないかと感じます。そうすれば、叔父や叔母もケアを抱え込まなくて済み、私も安心して自分の生活にもっと打ち込めます。しかし、福祉につながるためには、支援の情報や支援に対して信頼を得られる経験、家族の合意がなければ難しいのです。子ども・若者ケアラー(ヤングケアラー)の支援のためには、既存の制度の改善も含めて、ケアを受ける人、ケアを担う家族全体に支援が行きわたることが必要なのです。

ケアするあなたを、ケアするまちに

エ ワーキングケアラー

- ・ 仕事をしながらケアをしているワーキングケアラーが増加しており、ケアと仕事の両立支援は、多くのケアラーのほか、人手不足に直面している企業や事業者にとっても重要となっています。
- ・ 介護や看護を理由とした離職は40代、50代で多い状況です。本市は市内企業の99%が中小企業ですが、従業員数が少ない事業所においては、責任のある立場を担うことが多い40代、50代の従業員の離職により、経営上の大きな影響が生じやすい状況にあります。
- ・ しかしながら、市内中小企業を対象としたアンケートでは、「ケアラーという言葉を知らなかった」「従業員におけるケアラーの有無を把握していない」と回答した企業が全体の約3割を占めており、「行政の相談窓口を把握していない」と回答した企業が全体の約4割を占めるなど、企業への周知・啓発が必要な状況にあります。
- ・ 2030年には、家族介護者のうち約4割がワーキングケアラーとなる見込みであり、仕事と介護の両立困難による経済的な損失は全国で9兆円を超えると推計されています。



<京都市中小企業経営動向実態調査の付帯調査（令和7年度実施）から>

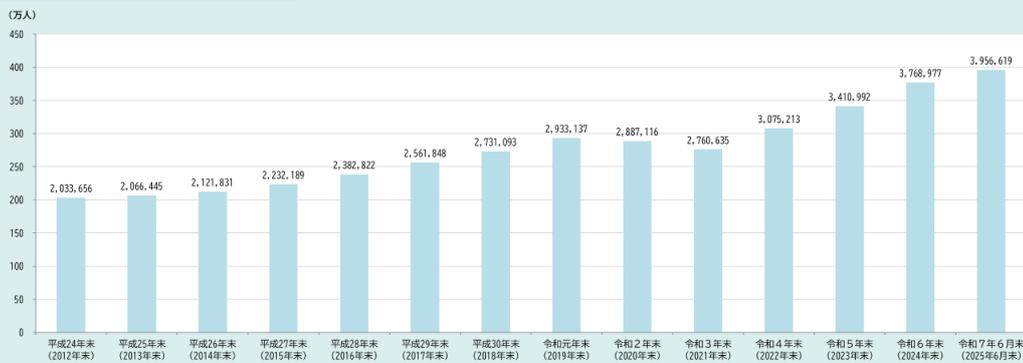
- ・ 「ケアラー」という言葉について、「言葉だけは知っていた」と回答した企業が40.7%、「内容も含めて知っていた」が30.2%、「知らなかった」が29.1%であった。
- ・ 従業員におけるケアラーの有無について、「いない」と回答した企業が48.7%と最も多く、「わからない(把握していない)」が29.7%、「いる」が21.7%であった。
- ・ 京都市の相談窓口について、「知らない」と回答した企業が44.0%であった。
- ・ 過去3年間に於けるケアを理由とした離職について、「なかった」と回答した企業が80.0%と最も多く、「わからない」が13.5%、「あった」が6.5%であった。

オ 言語に関するケアを行うケアラー

- ・ 基礎的な日本語能力が不十分な状態で来日する外国人もおり、福祉サービス等の利用をはじめ、生活の様々な場面で言語の壁に直面するなど、いわゆる情報弱者になりやすい状況にあります。
- ・ 友人や同じ国籍の在留コミュニティの中で相談することが多く、行政や関係機関等につながりにくい状況にあります。
- ・ 言語や文化の問題として認識されやすく、家族等の抱えている問題の要因が見えにくいことがあります。
- ・ ケアラー自身も日本語の理解が十分でない中、家族等の通訳として様々な手続きに同行することにより、仕事や学業の継続が困難となることもあります。
- ・ ケアラーやその家族の在留資格も生活に大きく関わっています。



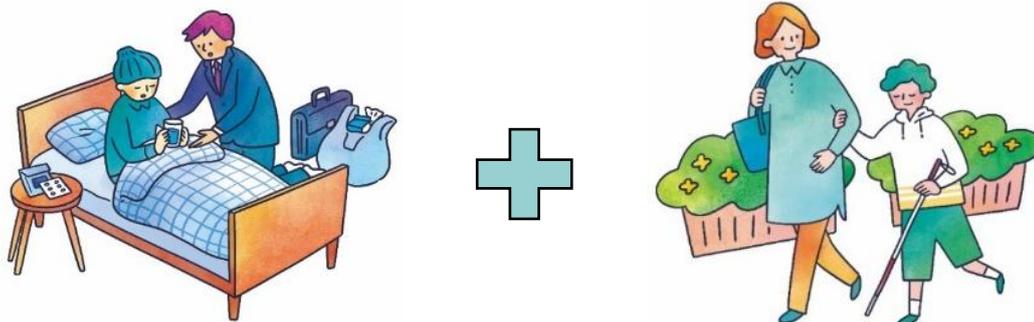
<在留外国人数の推移>



※ 法務省出入国在留管理庁「令和7年6月末現在における在留外国人数について」より

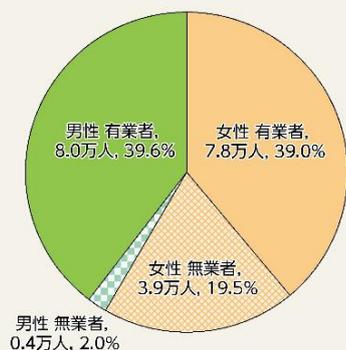
カ ダブルケアラー

- ・ 子育てと親の介護が同時進行するなど、複数のケアを同時に担うダブルケアラーは、単独のケアに比べて重い負担や時間的制約に直面することとなります。
- ・ ダブルケアラーの多くが仕事をしながらケアを担っています。
- ・ 利用できる福祉サービス等も複数の分野にまたがるため、支援へのアクセスもより困難となりやすい状況にあります。

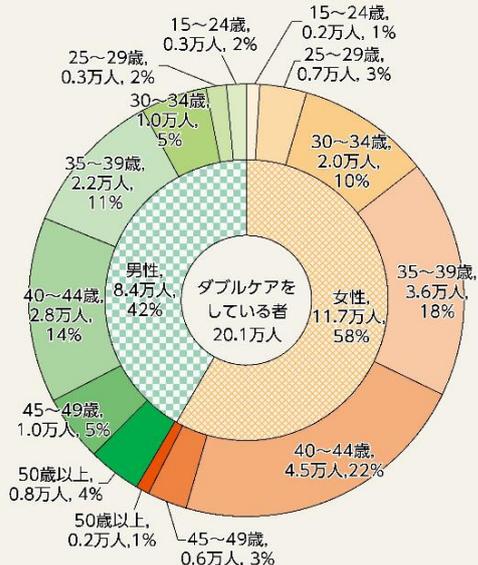


<ダブルケアをしている方の数及び割合>

就業状況別



年齢階級別



- (備考) 1. 総務省「令和4年就業構造基本調査」より作成。
 2. 「育児をしている」とは、小学校入学前の未就学児を対象とした育児（乳幼児の世話や見守りなど）をいい、孫、おい・めい、弟妹の世話などは含まない。
 3. 「家族の介護をしている」には、介護保険制度で要介護認定を受けていない者や、自宅外にいる家族の介護も含まれる。ただし、病気などで一時的に寝ている者に対する介護は含まない。

※ 内閣府「令和6年版男女共同参画白書」より

4 本市におけるケアラー支援の課題

(1) 認知度や理解に関すること

- ・ ケアラーという言葉の認知度に対し、条例の認知度は低く、ケアラーをとりまく多様な状況や支援の必要性など、ケアラー支援に関する理解の度合いは市民等、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者などの主体によっても異なっています。
- ・ ケアラーは多様なケアを担っていますが、ケアは家庭の中で行われることや、心理的な援助など目に見えないケアもあること等から、周囲からは気づかれにくく、ケアラーが抱える困難、苦労や努力は十分に理解されにくい状況にあります。
- ・ ケアラーからは、ケアは当然に家族が担うべきという認識や、ケアに関わる偏見に苦しんだ経験が語られています。また、アンケート調査においては、「福祉サービス等よりも家族によるケアのほうが望ましい」又は「家族がケアすることは当然だと思う」とする意見が少なからずありました。ケアに関わるこうした意識は、ケアラーが自ら支援を求めることを困難にしていると考えられます。
- ・ ケアラー自身も、支援が必要であると気づいていない、相談できると思っていない場合等もあります。とりわけ、ヤングケアラーや若者ケアラーは、自ら声を上げにくい状況にあります。



ケアやケアラー支援に関する認知度の向上や理解の促進が必要



(2) 相談・支援体制、両立支援に関すること

- ・人口の減少、世帯規模の縮小、高齢化や少子化等により、今後、家族等のケアに携わる人は増える一方で、ケアラー自身の高齢化、仕事や学業との両立など、支援を受けることなく家族等だけでケアを担うことは、ますます困難になると考えられます。また、社会の多様化に伴い、ケアやケアラーも更に多様化していくと考えられ、今後、支援が必要なケアラーが増えていくことが予測されます。
- ・ケアが必要な人を対象とした様々な福祉サービス等がありますが、ケアラーからは、相談先や利用できる福祉サービス等がわからない、複雑でわかりにくいといった声が寄せられました。とりわけ、ヤングケアラーや日本語を第一言語としない方は、相談や必要な情報へのアクセスがより困難であるとの意見がありました。また、ケアラーへの心理的な支援を求める意見もありました。
- ・働きながらケアをする人が増加している中、ケアラーからは、ケアと仕事の両立が困難であるとの悩みや、企業や事業者による両立支援の充実を求める意見も寄せられました。
- ・ケアにより希望する就学・就労を諦めたケアラーや、居住地の選択や結婚において制約があると感じているケアラーもいるなど、自己実現に向けてケアが大きな制約となっている場合もあります。



多様なケアラーを早期に相談につなぎ、支援するための体制整備、情報発信の充実、ケアと仕事・学業との両立のための環境整備を含めた支援が必要

(3) 支え合いや居場所に関すること

- ・ケアラーは悩みや困りごとを周囲に相談しにくいこと、とりわけ専門職とは、支援者と被支援者という関係上、本心を話せない場合もあることが見えてきました。他方、当事者会で初めて話ができた、当事者会が心の支えになっているとの意見から、同じ立場にある(あった)人同士での交流は、話がしやすく孤立感の解消につながるということがわかりました。
- ・こうした居場所について、運営する団体の構成員の減少や高齢化により、継続することが難しくなっているとの意見がありました。



ケアラーが安心して過ごせる居場所づくりや、支え合いを推進していくことが必要

(4) ケアを必要とする人への支援に関すること

- ・福祉サービス等のケアを必要としている人への支援は、ケアラーの負担軽減につながるなど、ケアラーへの支援にもなっており、既存の福祉サービス等の更なる活用や充実を強く求める声が寄せられました。また、経済的な支援など負担軽減の充実を求める声も寄せられました。



各分野における支援の一層の推進が必要

第3章 計画の基本方針

1 基本理念

条例の下で実現を目指す「全てのケアラーが、健康で文化的な生活を営み、自己実現を図ることができる社会」は、「京都基本構想」において、後世にも伝え遺していきたい価値の一つとして示す「^{せい}自他の生をとともに肯定し尊重し合えるまち」と軌を一にするものです。

本計画は、こうしたまちの実現に向けて、条例の基本理念を具体的な取組として展開し、着実に前進していくためのものであるため、本計画の基本理念は、条例の目的及び基本理念に沿って、次のとおりとします。

**社会全体でケアラーを支え、
全てのケアラーが安心して自分らしく、希望を持って暮らせる社会の実現**

2 基本方針

本市では本計画に基づき、行政のほか、市民等、事業者、関係機関、学校等、民間支援団体など多様な主体が相互に連携・協働しながら、重層的支援体制の下、ケアラーの多様性に配慮し、個々のケアラーに寄り添い、孤立することがないよう、適切な支援を切れ目なく行うことで、ケアラーやケアを必要とする人が誰一人取り残されることなく、自分らしくあり続けられるよう、社会全体で支援を推進していきます。

計画に基づくケアラー支援の推進に当たっては、第2章で述べた本市におけるケアラーをとりまく状況を踏まえ、次の4点を取組の柱として定めます（詳細は次ページ以降参照）。

- (1) 認知度の向上及び理解の促進
- (2) 相談・支援体制をはじめとした環境整備及び情報発信の充実
- (3) 認め合い、支え合うまちづくり
- (4) 各分野における支援の推進

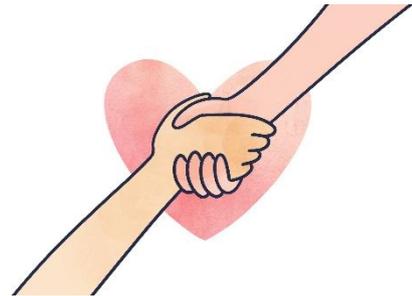
なお、多様なケアラーへの効果的な支援のあり方については、引き続き、一層の検討が必要です。このため、計画期間においては、これら4点の柱の下で主な取組を具体化・実施しつつ、これにとどまらず、本市と「京都市ケアラー支援推進協議会」をはじめとした関係機関や民間支援団体等は、相互の連携の下、ケアラーの実態及びニーズ把握のための調査・研究、他自治体等における先進事例等の調査・分析や、多様な主体による意見交換等を継続し、試行錯誤や創意工夫を重ねながら、効果的な支援の具体化に向けて、様々な取組を検討・推進していくこととします。

(1) 認知度の向上及び理解の促進

- ・ ケアの意義、ケアラーの存在や支援の必要性等について、広報及び啓発することにより、社会全体におけるケアやケアラー支援に関する認知度の向上及び理解の促進を図ります。
- ・ 潜在的なケアラーが、自身がケアラーの役割を担っていることに気づいたり、周囲の人がケアラーに気づいたりすることで、ケアラーが早期に相談や支援につながるような広報啓発など、ケアラー、市民等、事業者など対象となる主体に応じた広報啓発にも取り組み、支援が必要なケアラーに「気づき」「つなぐ」取組の強化を図ります。

(2) 相談・支援体制をはじめとした環境整備及び情報発信の充実

- ・ 支援を必要とするケアラーが早期に相談につながるよう、相談体制の整備に取り組みます。
- ・ 複雑化・複合化した課題を抱えるケアラーを効果的かつ適切に「支える」ため、関係機関同士のほか、当事者団体や民間支援団体など、多様な主体の連携・協働による支援体制の整備に取り組みます。
- ・ 支援が必要なケアラーに「気づき」「つなぎ」「支える」プロセスを強化するため、行政、関係機関、民間支援団体や地域住民等に対する研修を継続的に実施するなど、ケアラー支援に携わる人材の育成に取り組みます。
- ・ ケアラーはもとより、事業者、関係機関や民間支援団体などケアラーに関わる人々が、福祉サービス等やその申請方法、相談窓口等のケアラー支援に関する情報を、短時間に効率的に入手することで、ケアラーが早期に相談や具体的な支援につながるよう、ケアやケアラー支援に関するわかりやすい情報発信に取り組みます。
- ・ ケアラーがキャリアや学びを諦めることがないよう、事業者等と共に、仕事や学業とケアを両立するための環境整備も含めた支援の充実に取り組みます。



(3) 認め合い、支え合うまちづくり

- ・ ケアラーの孤立を防ぎ、安心感や自己肯定感を得られるよう、同じ立場や経験を持つケアラーや元ケアラー等が集まり、支え合う「居場所」づくりを支援します。
- ・ ケアラーや元ケアラーがケアを通して身に付けた知識や経験を、他のケアラーへの支援をはじめ社会で活かせるような「出番」の創出に取り組みます。
- ・ ケアラーだけでなく、全ての人が安心して暮らせるよう、互いに認め合い支え合う地域づくりに取り組み、京都の地域力を活かした、優しさがあふれる共生の文化を推進します。

(4) 各分野における支援の推進

- ・ これまでから行政や関係機関においては、高齢、障害、子ども・子育て、若者、労働者、企業、外国籍市民等の分野や対象者ごとに、ケアが必要な人やケアラーへの支援を実施・充実させてきましたが、引き続き、各分野における支援の推進に取り組みます。
- ・ 民間支援団体において実施されている様々な取組を市民等に積極的に周知するとともに、団体同士のネットワーク化を行うなど、民間支援団体の取組の推進や活性化に取り組みます。

(参考) 京都市ケアラー支援推進協議会について

当事者団体、ケアやケアラーに関わる関係機関、民間支援団体、教育機関、行政など様々な主体が、分野や組織の垣根を超えて連携・協働しながら、ケアラー支援を主体的に推進する組織として、令和7年6月16日に発足しました。

コラム

ケアラー自身の尊厳と生活を守るための具体的な手立てを

京都市障害者地域生活支援センター連絡協議会 山本 たる
 (京都市北部障害者地域生活支援センターほくほく 所長)
 (京都市ケアラー支援推進協議会 副会長)

「ケアラー」という言葉はどこまで浸透しているのでしょうか。どこまで私たちはその中身に寄り添えているのでしょうか。

「この子がこの世から去る、その一秒後までは生きていたい」。障害児を育てる家族さんが、祈るように口にされる言葉です。そこには、究極の愛情と、それ以上に深い「切実な不安」が込められています。日々の生活は、小さな成長に涙する喜びがある一方で、先の見えない24時間マラソンを走るような疲労感・緊張感に包まれています。特に「ケアラー」としての家族は、「家族だからできて当たり前」。そんな社会の無言の圧力に、周囲に頼ることへの遠慮や、「親なきあと」の生活基盤への不安から、社会の中で深い孤立感に包まれます。

今、求められているのは、ケアラーを「支える側」として固定するのではなく、彼ら自身の尊厳と生活を守るための具体的な手立てです。ヤングケアラーを含め、家族が「一人の人間」に戻れる時間を例えば「レスパイトケア」などを通じて確保すること。孤独な奮闘を「美談」で終わらせない社会の眼差しこそが、家族を支える光となります。

私の事業所を、支援学校卒業以来30年近くご利用いただいている方のお母様は、「この子が生きてい限り、私は永遠の30代や。そう自分に言い聞かしてきたし、所長さん、最後まで一緒に頼むえ」と笑顔されます。

この度の推進協議会がその思いを受け止めて、安心を確保しきれ京都市の基盤の実現に向けて邁進できるよう努めてまいります。



ケアするあなたを、ケアするまちに

第4章 ケアラーを支援するための取組

第3章で示した基本方針の下、本市では多様な主体と共に、ケアラーを支援するための取組を推進していきます。

なお、それぞれの取組の主体の定義については、以下のとおりです。

(参考) 取組の主体について

本市:行政機関としての京都市(京都市役所)をいう。

市民等:市民、通勤者及び通学生並びに本市の区域内で活動する団体をいう。

事業者:本市の区域内で事業を行う者をいう。

関係機関:介護、障害者及び障害児の支援、医療、教育、児童の福祉等に関する業務を行い、当該業務を通じて日常的にケアラーに関わり、又は関わる可能性がある機関をいう。

学校等:関係機関のうち、ヤングケアラーと関わり、又は関わる可能性がある学校その他教育に関する業務を行う機関をいう。

大学等:大学、短期大学、高等専門学校をいう。

民間支援団体:ケアラー支援を行うことを目的とする民間の団体をいう。

地域住民:市民と同義だが、ここでは行政区や学区など地域単位での住民をいう。

地域団体:地域住民が中心となって課題解決等のために活動している団体をいう。

私たちの役割

京都市の責務

- ◎ 施策の総合的・計画的な実施
- ◎ 早期かつ適切な実態把握
- ◎ 関係者間での緊密な連携・調整
- ◎ 市民や事業者がそれぞれの役割を果たすための支援

市民等の役割

- ◎ ケアラーを社会全体で支えることの必要性の理解
- ◎ 京都市の施策への協力

ケアラーや支援者だけでなく、市民みんなで考え、行動することが大切なんだね!



事業者の役割

- ◎ ケアラーである従業員への支援

関係機関の役割

- ◎ 業務を通じて関わるケアラーへの支援

学校等の役割

- ◎ 潜在的なヤングケアラーの把握と支援
- ◎ ヤングケアラーからの相談への積極的な対応
- ◎ ヤングケアラーであることに関連するいじめ等による学生生活への支障に対する配慮

共通の役割

- ◎ ケアラー支援の必要性の理解
- ◎ 京都市の施策への協力
- ◎ 京都市、他の関係機関、民間支援団体等との連携

(条例リーフレットより)

1 認知度の向上及び理解の促進

ケアラーを社会全体で支えるためには、行政や関係機関だけでなく、職場の上司や同僚、学校の教職員や同級生、地域の住民など、市民等一人ひとりがケアラーについて知り、関心を持ち、支援について理解することが重要です。ケアラーに「気づき」、相談に「つなぐ」ことは、全ての支援の第一歩となります。

また、社会全体でケアラーへの理解を深めることは、地域における声掛けや見守り、多層的な支え合いを広げていく土台ともなり、ケアラーだけでなく、全ての人にとって暮らしやすい、優しさのあふれる共生の文化の推進にもつながっていきます。

なお、ケアの背景には、人と人との様々な関係性やそれまでの歩み等があることも考慮する必要があります。こうした背景やケアとの関わり方も含めてケアラーを尊重し、思いに寄り添うことが大切であり、一律にケアラーが担うケアをなくせばよい、というものではないことにも留意が必要です。

【主な取組】

① 社会全体の認知度の向上、理解の促進

- ・ ケアラーやケアラーの周囲の人が、支援が必要な状況に「気づき」、自発的な相談や周囲の声掛け等により相談に「つなぐ」ことができるよう、ポスター、リーフレット、動画等の媒体を活用し、ケアラーや条例の理念等について市民等への広報啓発を行う。

【本市】

- ・ 本市は多様な主体と共に、ケアラーの経験談を聴く機会を設ける等により、広く市民等と、多様なケアラーの状況や人知れぬ苦労や努力等を共有し、共感を深め、ケアラー支援について自分ごととしての認識が広がるよう取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、地域団体】

- ・ 年齢や言語等にかかわらず、広く市民等に伝わるような発信に努めるとともに、「京都市ケアラー支援推進協議会」をはじめ多様な主体と一体となって広報啓発を行うことで、ケアラーを社会全体で支える機運醸成に取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、地域団体】



② 多様な主体に向けた広報啓発

- ・ 上記の取組に加え、以下のとおり多様な主体に向けた広報啓発を実施する。

ア ケアラーや潜在的なケアラーに向けた広報啓発

- ・ 当事者団体や地域団体を通じた広報啓発により、ケアを家族等だけで抱え込まなくてよいこと、多様な主体がケアラーの思いに寄り添い支援することをケアラーに伝え、気づきや相談を促す。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、地域団体】

イ ヤングケアラーに関する広報啓発

- ・ 学校等や児童福祉施設等の子どもが過ごす場所において、ヤングケアラーに関するポスターやリーフレット等を活用した広報啓発を行う。また、市内の学校等に通う子どもを対象として本市が実施する実態調査や学校での教育活動等を通じて、ヤングケアラーやその支援についての理解を深め、子ども自身の気づきや周囲への相談を促す。

【本市、関係機関、学校等】

ウ 地域住民や地域団体に向けた広報啓発

- ・ 本市は地域住民や地域団体の協力の下、ポスターやリーフレット等を活用し、地域のイベントにおける広報啓発を行う。また、「京都市政出前トーク」等により、多様なケアラーやケアラー支援の必要性等についての理解を促進し、地域においてケアラーに「気づき」、相談を促すなど「つなぐ」力の向上を図る。

【本市、地域住民、地域団体】



広報啓発物は京都市情報館を御覧ください。

<https://www.city.kyoto.lg.jp/hokenfukushi/page/0000340927.html>

京都市 ケアラー支援



エ 大学等の学生や職員に向けた広報啓発

- ・本市は大学等と連携し、学生や職員に対するケアラー支援推進に係る広報啓発、相談窓口や支援施策の周知等に取り組む。

【本市、大学等】

オ ワーキングケアラーや事業者に向けた広報啓発

- ・本市は関係機関や事業者と連携し、主にケアと仕事の両立支援の推進を目的とした広報啓発を行うとともに、両立支援のための様々な制度・施策の情報提供を行い、従業員（ケアラー）からの相談体制の構築や、事業者による職場環境の整備を促す。

また、本市はケアラー支援に取り組む事業者の情報を他の事業者と共有するなど、事業者によるケアラー支援を後押しする。

【本市、関係機関、事業者】

コラム

ケアラーの不安に寄り添う「地域包括支援センター」

京都市地域包括支援センター・在宅介護支援センター連絡協議会 副会長 竹田 史門
（京都市ケアラー支援推進協議会 副会長）

地域包括支援センターには、高齢者ご本人だけでなく、その暮らしを支えるご家族やご親族から、日々さまざまな相談が寄せられています。中には、「誰にも相談できない」「どうすればよいか分からない」といった切実な声も少なくありません。介護の長期化や認知症の進行、医療的支援の増加により、ケアラーの負担は年々大きくなっており、その疲労や孤立が、住み慣れた地域での生活の継続を難しくする場面を、私たちは現場で数多く見てきました。

地域包括支援センターは、「高齢サポート」の愛称のもと、高齢者ご本人の状況だけでなくケアラーの状況にも心を配り、早期に適切な支援につなぐ地域の総合相談窓口です。ケアラーの不安や負担に寄り添いながら、在宅サービスやショートステイなどの介護保険サービス、医療機関、さらには地域の支え合いの仕組みと結びつけることで、暮らしの行き詰まりを防ぐ役割を担っています。ケアラーへの支援の充実は、高齢者ご本人が安心して日々を過ごすための大切な基盤でもあります。

今後、ケアラー支援は地域包括ケアの重要な要素として、より一層その重みを増していくと考えられます。人と人とのつながりを大切にしてきた京都の地域力を生かしながら、支え合いの輪を広げていくことが、京都市における持続可能な地域共生社会の実現につながるものと考えています。



ケアするあなたを、ケアするまちに

2 相談・支援体制をはじめとした環境整備及び情報発信の充実

(1) 相談体制の整備及び情報発信の充実

ケアラーを早期に相談に「つなぐ」ためには、ケアラー自身が自発的に、迷わずに、安心して相談できる環境を整えることが重要です。

本市、国や京都府においては、これまでから高齢、障害、子ども・子育て、若者、労働者、企業、外国籍市民等への支援など、各分野で相談窓口を設け、また、重層的支援体制の下で関係機関が連携するなど、必要な支援を行ってきました。一方で、ケアラーをとりまく状況や課題が複雑化・複合化していることもあり、ケアラーのための相談窓口を求める声も上がっています。

相談先がわかりやすだけでなく、人知れず困難を抱え努力をしながらも周囲からの十分な理解が得られにくいケアラーにとっては、ケアラーの話を聴き、共感し、理解する相談窓口であることが、安心して相談することや、誰かに相談することの意義の実感につながります。

こうした多様なケアラーに寄り添う相談体制を整備するとともに、ケアラーや多様な主体に対して支援に関する情報等をわかりやすく発信することにより、ケアラー自身とその周囲の両方から、支援が必要なケアラーを相談に「つなぐ」プロセスの強化を図ります。

【主な取組】

① 相談体制の整備

- ・本市は、多様なケアラーからの相談を包括的に受け止め、必要な情報の提供や支援につないでいくため、ケアラーやその家族に寄り添う相談窓口を設置する。当該窓口では、相談対応のほかケアラー支援に関する情報収集や調査・研究等につなげる取組も実施する。また、各分野の相談窓口においても引き続きケアラーへの相談支援を行う。

本市は、対応を通じて集積したケアラーの抱える課題を分析するとともに、それらを既存の支援施策や新たな取組の検討に活かすなど、当該窓口も活用した、ケアラー支援の一層の充実に向けた取組を「京都市ケアラー支援推進協議会」等と共に検討し、その実施に取り組む。

【本市】

- ・多様な主体において、従業員など自らの構成員等がケアやケアラーに関して組織内で相談しやすいよう、相談体制や環境づくりに取り組む。

【関係機関、学校等、事業者】

- ・本市や関係機関は、相談者が日本語を第一言語としない場合は、翻訳アプリや「やさしい日本語」の活用のほか通訳派遣の活用、民間支援団体との連携等により、相談窓口における多言語対応を推進する。

【本市、関係機関、民間支援団体】

② わかりやすい情報発信

- ・本市において、ケアやケアラー支援に関わる情報をわかりやすく発信する。情報発信に当たっては、ケアラーのほか多様な主体が、福祉サービス等やその申請方法、相談窓口等の必要な情報に短時間で効率的にアクセスできるよう努める。

【本市】

- ・関係機関や民間支援団体等において、ケアラー支援に関わるそれぞれの取組等について、わかりやすい情報発信に取り組む。

【関係機関、民間支援団体、学校等】

- ・相談窓口の案内やサービス利用に係る手続など、多様なケアラーに相談・支援に関する情報が届くよう、本市や関係機関は民間支援団体等との連携の下、多言語による情報発信や、「やさしい日本語」による情報発信の更なる推進に取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体】

コラム

共生社会を支えるケアラーの力

(公財)京都市国際交流協会 事務局長 井上 八三郎
(京都市ケアラー支援推進協議会 幹事)

2025年末、全国の在住外国人は400万人を超え、京都市でも6万5千人以上となりました。人口比では全国で3%を超え、今後さらに増加が予想されています。

少子高齢化による人口減少と労働力不足を背景に、外国人と日本人が共に暮らす「共生社会」の重要性はますます高まっています。

在住外国人の生活上の悩みは、子育て、教育、福祉、介護など、日本人とほぼ同じですが、日本語によるコミュニケーションが難しい場合、家族が通訳を担うこともあります。介護や医療の場面で、家族が言語の橋渡しをすることは、精神的・時間的負担が大きく、まさにケアラーの役割です。このような状況は、家族に大きな責任を課すこととなります。

こうした負担を軽減するためにも、ケアラーを支える体制は不可欠です。ケアに関する課題はケアラーだけの問題ではなく、社会全体で共有し、解決していくことが共生社会の実現につながります。

京都市国際交流協会では「労働力の流入＝人の流入」と捉え、言語面をはじめとする在住外国人への支援体制を構築しています。今後も事業を進める上で、多様性を力に変え、誰もが安心して暮らせる京都、そして共生都市を目指します。

皆さんの身近にも、言葉の壁を越えて支えるケアラーがいるかもしれません。社会全体でその力を支える仕組みづくりが、京都の未来をより強く、優しい都市へと導くと考えています。



kokoka
(国際交流協会キャラクター)

ケアするあなたを、ケアするまちに

③ 支援が必要なヤングケアラーの把握

- ・本市は学校等との連携の下、市内の学校等に通う子どもを対象とした実態調査を実施し、支援が必要なヤングケアラーの早期把握・早期発見に取り組む。

【本市、学校等】

- ・学校等においては、支援が必要なヤングケアラーの把握に努めるとともに、ヤングケアラーの意向を尊重しながら、本市、関係機関や民間支援団体等とも連携のうえ、必要な支援を行う。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等】

コラム

子ども・若者ケアラーが、安心して過ごせるための場づくり

(公財)京都市ユースサービス協会 ケア事業担当統括 竹田 明子
(京都市ケアラー支援推進協議会 副会長)

「ヤングケアラー」という言葉が広く知られるようになった一方、その広がりが新たな生きづらさを生んでいるように感じます。ケアを担う子ども・若者だけでなく、“ケアをさせている家族に否定的な言葉が向けられる場面も増え、当事者が語りにくくなる空気が生まれているのではないのでしょうか。本来、家族の事情は単純に責められるものではなく、言葉の広がりが当事者を追い詰めてしまう現状に違和感を覚えます。

当協会では2018年に始まった子ども・若者ケアラー当事者の集いは、2021年に「いろはのなかまたち」として定例化し、2023年からは京都府オンラインコミュニティ事業として運営しています。大切にしているのは、当事者が安心して“そのまま”でいられること。①自分の言葉で語ってよい、②ケアについて語らなくてもよい、③参加するだけでもよい。語れない日も、休みたい日もあるからこそ、何もしないことも尊重されます。

日常で「頑張ること」を求められ続ける当事者にとって、“ただ いていい”という感覚は大きな支えになります。子ども・若者ケアラーを支える社会を考えると、支援内容や制度の整備だけでなく、「安心して過ごせる場」をどう守り、育てていくかも同じくらい重要です。



これからも“ただ いていい”場所を大切にしながら、運営していきたいと思えます。

ケアするあなたを、ケアするまちに

(2) 支援体制の整備

ケアラーの状況は多様であり、必要な支援は一人ひとり異なります。中でも複合的かつ個別性の高いニーズを抱えるケアラーを「支える」ためには、行政、関係機関や民間支援団体が分野の垣根を越えて、有機的な連携を図ることが必要です。また、ケアラーが必要とする支援をいち早く把握して届け、事態が深刻化する前に解決を図ることが重要です。

多様な主体が連携・協働して支援することにより、ケアラー支援の充実だけでなく、地域全体の課題解決能力の向上にもつながります。

支援においては、世帯の全体像を把握し、背景にある困難を把握・分析等し、適切な支援へとつなぐことが求められます。支援に携わる職員等には高い専門性や柔軟な対応力が求められることから、人材育成に取り組み、社会全体でケアラーを「支える」力を向上させていきます。

【主な取組】

① 包括的な相談支援の推進

- ・ 本市や関係機関において、属性や世代を問わず包括的に相談を受け止め、関係機関のネットワークで対応する、包括的な相談支援の更なる推進に取り組む。

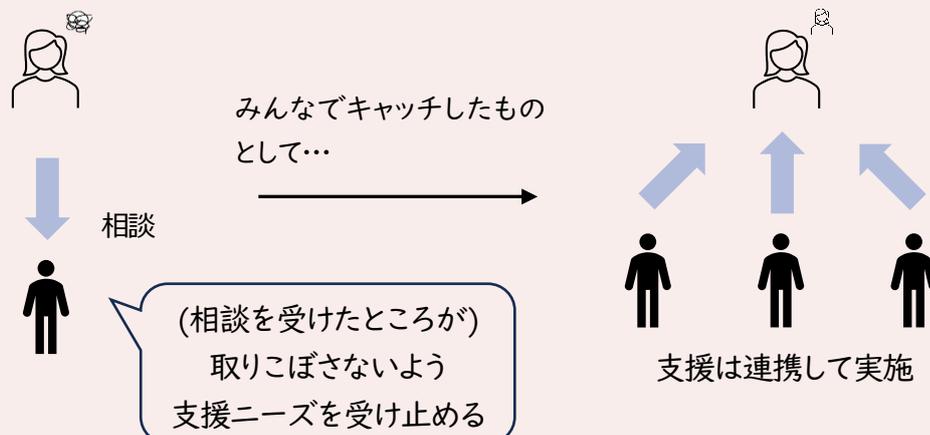
【本市、関係機関】

- ・ 行政や関係機関のみならず、民間支援団体や当事者団体など多様な主体において、相互理解を深め、連携することにより、ケアラーに必要な支援を届ける。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等】

(参考) 包括的な相談支援について

各相談窓口において、相談者の属性・世代・相談内容にかかわらず包括的に相談を受け止め、相談者の課題を整理し、利用可能な福祉サービスの情報提供等を行うとともに、受け止めた相談のうち、単独では解決が難しい事例は、適切な関係機関等と連携を図りながら支援等を行うことをいいます。



② 京都市ケアラー支援推進協議会の取組

- ・「京都市ケアラー支援推進協議会」の構成団体の連携を強化し、個別支援において各構成団体の取組を有機的に連携させ、効果的な支援を図る。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者】

- ・多様な主体が分野の垣根を越えてつながっている強みを活かし、継続的な交流会や意見交換会等を通じてアイデアを出し合い、新たな取組も検討・実施していく。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者】

③ 人材育成

- ・多様なケアラーへの支援を多機関連携の下で効果的に実施するため、行政、関係機関や民間支援団体等を対象とした研修を定期的実施する。

【本市】

- ・関係機関、民間支援団体や地域団体等は、引き続き研修や勉強会等による人材育成の取組を実施する。本市は講師の派遣・紹介や主体同士をつなげること等により、積極的な研修等の実施を支援する。

【本市、関係機関、民間支援団体、地域団体】

- ・ケアラー支援の充実のために必要とされる人材の役割や資質等について「京都市ケアラー支援推進協議会」と共に検討し、大学等を含む多様な主体と連携しながら、多層的にケアラーを支えるための人材育成に取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体、大学等】



(3) 仕事や学業とケアの両立のための環境整備、支援の充実

ケアラーが仕事や学業を継続することは、社会とのつながりを維持し、孤立を防ぎ、ケアによる経済的な負担への備えとなるほか、人生の選択肢を広げることにつながるなど、ケアラーの自己実現を図る社会を実現する上で極めて重要です。

また、ケアラーが仕事を継続することは、人材確保・定着に苦慮する事業者にとってメリットとなり、学業を継続し、将来に希望を持つことは、次世代を担う人材の育成にもつながるなど、社会の維持・発展にもつながります。

なお、外国人にとっては、離職は在留資格に関わる場合もあるため、特に深刻な問題であることに留意する必要があります。

【主な取組】

① 両立のための環境整備・支援の充実

- ・ 本市は事業者や大学等に対し、ケアやケアラー支援に関わる様々な相談窓口や支援施策について周知し、事業者や大学等におけるケアラーの早期把握を促すとともに、早期に相談や支援につながるよう、関係機関や民間支援団体も含めた連携の強化に取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体、事業者、大学等】

- ・ 事業者や大学等において、支援が必要なケアラーである従業員や学生を把握した場合は、本市、関係機関や民間支援団体とも連携しながら、ケアと仕事や学業の両立を支援する。

【本市、関係機関、民間支援団体、事業者、大学等】

- ・ 福祉施設が地域において行っている事業者の介護離職防止に係る相談事業など、多様な主体により展開されている両立支援の取組を、本市において情報収集・発信し、地域レベルでの両立支援の取組を支援する。

【本市】

- ・ 事業者において、育児・介護休業法等に定められた内容をはじめとした両立支援のための取組を推進し、本市は、国や京都府等と連携を図りながら、事業者による両立支援や職場環境の整備を支援する。

【本市、事業者】

- ・ ケアラーが、ケアをしていたこと等により学校生活や社会生活の機会を失った場合においては、本市は関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、大学等、国や京都府など多様な主体との連携により、個別の事情も踏まえて、学び・学び直しや、就学・就労に向けた支援を行う。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、大学等】

3 認め合い、支え合うまちづくり

(1) ケアラーの居場所づくりの支援

ケアラーは、ケアに多くの時間や労力を費やし、時には多くの失望や諦めを繰り返す中で誰かに相談しても変わらないと感じたり、社会との接点が希薄になり、孤立感を深めたりしやすい状況にあります。そのような中、同じ立場や経験を持つケアラーや元ケアラー等が集まり、話し合い・共感し合えるような交流の場は、孤立感を解消し、精神的な安らぎを得る上で、かけがえのない居場所となります。

こうした「居場所」は、悩みを共有するだけでなく、ケアに関する知識や工夫、サービス等の利用に関する経験など、ケアラーが持つ生きた情報を交換する機会となり、ケアラーの課題解決能力を高めていきます。一方で、居場所の担い手不足等により継続が困難な場合も生じています。また、ケアラーをとりまく状況の多様化により、居場所も多様化・小規模化しやすい状況にあります。既存の居場所の継続のほか、解消・新設に伴う新たな居場所への知識や経験の継承により、多様な居場所が確保されるよう支援していく必要があります。

【主な取組】

① 居場所づくりの支援の充実

- ・ 居場所の情報がケアラーや支援者等に伝わることで参加者が増え、取組が活性化されるよう、本市は居場所や運営する当事者団体の情報を収集し、発信する。

【本市】

- ・ 本市や関係機関は、新たに居場所をつくらうとしているケアラーや支援者等に対して、立ち上げや運営に関する助言、継続に向けての助言や他の関係機関・関係団体とのつながりづくりの支援など、居場所が持続可能な取組となるよう支援する。

【本市、関係機関】



(2) ケアラーの知識・経験が活かされること

ケアラーが日々のケアを通じて培ってきた知識や経験は、社会全体の財産であり、新たな取組の立案、地域社会の活性化、他のケアラーへの支援等につながることを期待されます。こうした知識・経験を活かす「出番」があることは、本市のケアラー支援の充実や、ケアの意義についての社会的な認識の広がりにもつながっていきます。

また、様々な支援施策は、社会の変化等に合わせて有効に機能させ続けることが求められます。行政や関係機関は、引き続きケアラーの声を聴き、協働して課題解決を図っていきます。

【主な取組】

① 知識・経験が活かされる機会等を見出すこと

- ・ 居場所等においてピアサポートが行われるよう、本市は多様な主体との連携の下、ピアサポーターの養成を行うとともに、関係団体等にピアサポーターの紹介を行う、ケアラー同士の交流を促進するなど、ケアラーの主体的活動を支援する。

また、ピアサポートに限らず、ケアラーがケアの中で培った知識や経験を活かすことができる「出番」を、多様な主体の連携により見出し、ケアラーや元ケアラーをつないでいく。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、地域住民、地域団体】

- ・ 本市は民間支援団体等との連携の下、ケアラーへの支援の取組で得た知識や経験を活かし、言語や文化などの違いにも対応できるボランティアの養成等に取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体】

- ・ 本市において、国や京都府等と連携を図りながら、ケアラーを含む求職者一人ひとりの状況に応じた就労支援等を行う。

【本市】

- ・ 「京都市ケアラー支援推進協議会」等を通じて、本市は積極的にケアラー及びその関係者の意見を聴き、相互にコミュニケーションを図り協働しながら、各支援施策が有効に機能し、ケアラーに十分に活用されるよう取り組む。

【本市、関係機関、民間支援団体】

(3) 互いに認め合い支え合う地域づくり

ケアラーが周囲に相談できる、周囲の人がケアラーに気づいて声を掛けるなど、住民同士がお互いを気に掛け、声掛けや見守り、支え合う地域づくりは、ケアラーだけでなく、全ての人が安心して暮らしていくことにつながります。

また、高齢者、障害のある人、子ども、言語や文化的背景が異なる人、仕事、学校、家庭等で様々な事情がある人も、互いに認め合い、個性を活かしながら多層的な支え合いの下で暮らし、自分の「居場所」と「出番」を見つけていくことは、地域共生社会の実現にもつながっていきます。

【主な取組】

① 地域づくりの推進

- ・ 多様な主体により取り組まれている地域づくり（世代や属性を越えて交流できる場や居場所の整備、交流・参加・学びの機会を生み出すために個別の活動や人をコーディネートする、地域のプラットフォームの促進を通じて、地域における活動の活性化を図ることなど）は、ケアラー支援に通じるものであることから、引き続き取組を推進する。

【本市、関係機関、民間支援団体、学校等、事業者、地域住民、地域団体】

コラム

つながり支え合う地域づくり

(社福) 京都市社会福祉協議会 会長 高屋 宏章
(京都市ケアラー支援推進協議会 副会長)

私たち社会福祉協議会は、暮らしの問題を抱える人々に様々な支援やサービスを届けることによって福祉課題を解決するとともに、住民による身近な地域での「学び合い」「ふれあい」「支え合い」の福祉活動を通して、地域の福祉課題を明らかにし、福祉の制度やサービスの向上につなげる力、すなわち「地域の福祉力」を高めることをめざしてきました。とりわけ、地域の福祉活動を推進するうえで、私たちは懇談会や研修活動等を通して、悩みや困りごとを抱える当事者の思いや願いを知る機会を大切にしてきました。また、同じ悩みを持つ者同士が寄り添い、互いに支え合うことのできる当事者の組織化や団体活動への支援にも取り組んできました。

少子高齢化や単身世帯の増加とともに家族のあり様が変わり、地域の結びつきが希薄化している中、ケアラー支援をはじめ、複雑化・複合化する福祉課題を解決するための包括的な支援体制の構築に向けては、私たちの役割がこれまでも増して大きくなっていると感じています。

京都市の社会福祉協議会は、京都市や支援関係機関、当事者団体等との連携・協働のもと、総合力とネットワークを活かしてケアを必要とする人とケアラーへの支援に取り組んでまいります。



社会福祉法人
京都市社会福祉協議会

ケアするあなたを、ケアするまちに

4 各分野における支援の推進

(1) 高齢、障害、子ども・子育て、若者、労働者、企業、外国籍市民等への支援など、各分野における支援の推進

ケアが必要な人への支援と、ケアラーへの支援は切り離せないものです。

ケアが必要な人への支援の充実、ケアが必要な人の自立支援や生活の質の向上と、ケアラー支援の充実の両面から取り組むこととなります。

ケアが必要な人やケアラーに対しては、これまでから各分野において、支援施策の実施・充実に取り組んできましたが、支援の実施に当たっては、ケアが必要な人だけでなく、ケアラーやその家族等も含めた世帯全員の状況や希望を踏まえた視点が重要です。改めて、ケアラー支援推進の観点からも、各分野における支援の一層の推進に取り組んでいきます。

【主な取組】

① 各分野における支援の一層の推進

- ・本市や関係機関において、ケアラー支援の観点を加味した上で、各分野別計画等に基づく取組を一層推進する。

【本市、関係機関】

- ・各分野においてケアラーがケア等に関する理解を深められるような情報発信に取り組むとともに、支援施策に係る情報発信や手続の工夫等により、ケアラーやケアが必要な人が早期に適切な支援やケアを受けやすくなるよう取り組む。

【本市、関係機関】

- ・本市や関係機関において、ケアラーがケアから少し離れたり、休息したりするための支援、またケアラーの経済的負担を軽減するための施策等の実施について、検討する。

【本市、関係機関】

(2) 民間支援団体の支援の推進

民間支援団体において、多様なケアラーに寄り添いながら、丁寧に展開されてきた支援の取組は、ケアラーを社会全体で「支える」に当たり、欠くことができないものです。

こうした取組を更に推進していくためには、ケアラーと各団体の取組を積極的につなげることや、団体のネットワーク化等により、取組の活性化を図ることが重要です。

【主な取組】

① 民間支援団体の支援の推進、ネットワーク化の推進

- ・本市において、民間支援団体の取組を把握し、わかりやすく情報発信することで、ケアラーの状況に応じた団体や取組につながれるよう支援するとともに、各団体の取組の活性化を図る。

【本市】

- ・民間支援団体は本市や「京都市ケアラー支援推進協議会」等と共に、ケアやケアラーに関わる様々な機関・団体の相互交流の促進やネットワーク化に取り組むなど、それぞれの取組の一層の推進に向けた方策を検討・実施していく。

【本市、関係機関、民間支援団体】

コラム

仕事とケアの両立支援で働きやすい職場環境を

(一社) 京都経営者協会 専務理事 上田 清和
(京都市ケアラー支援推進協議会 幹事)

(一社) 京都経営者協会は、創立以来「自己研鑽と教育」、「経営と人」の問題に正面から取り組むことを2本柱に、時々の経営課題に向き合い、企業の持続的成長と京都経済の発展を支える活動を着実に続けてきており、今年で80周年の節目の年を迎えました。

この先の90周年、100周年に向けて、「経営の絆、未来へ繋ぐ感謝と挑戦 ～つくる・かなでる・はぐくむ～」をスローガンに、「経営と人」に関する幅広い諸課題にこれまで以上に積極的に取り組むことで会員企業の経営基盤の安定を支援するとともに、京都経済のさらなる発展に寄与することとしております。

さて、少子高齢化、人口減少が進む中で人手不足が深刻化しており、労働力供給にも制約があります。そのような労働環境の変化の中で、企業には人材不足対策として、従業員に多種多様な経験や技術を習得できる機会を提供し、人材の育成を図るとともに、様々な課題を抱える従業員への仕事との両立支援を整備して人材の確保・定着に繋げていくことが重要となっています。

特に、家族の介護や看護等を理由に仕事を離れざるを得ない状況は、働く本人にとって大きな不安を抱えると同時に、企業にとっても貴重な人材を失う大きな損失となります。

企業が、仕事とケアを両立できる環境を整え、安心して働き続けられる職場づくりに主体的に取り組む姿勢を打ち出すことで人材獲得難の軽減が期待されます。

「京都市ケアラー支援推進計画」の普及により、仕事とケアの両立についての機運が高まり、介護離職等を防ぐ取組が、京都から着実に広がっていくように、当協会としても法律や制度のさらなる周知に取り組んでいきたいと思っております。

ケアするあなたを、ケアするまちに

第5章 計画の推進

1 推進体制

全てのケアラーが安心して自分らしく、希望を持って暮らせる社会の実現のためには、行政、関係機関や民間支援団体のみならず、市民等や事業者など多様な主体が、それぞれの役割を理解し、市民ぐるみの活動として、ケアラー支援を推進していくことが重要です。



このため、本計画については、当事者のほかケアやケアラーに関わる関係機関、民間支援団体、事業者、教育機関、行政など多様な主体が参画する「京都市ケアラー支援推進協議会」において、進捗状況を定期的に評価するとともに、新たな課題への対応に係る検討等を行います。

2 庁内連携体制

本市では多岐に亘るケアラーの支援ニーズに対応するため、引き続き「ケアラー支援推進プロジェクトチーム」の下、全庁横断的にケアラー支援を企画・検討するとともに、その事務局である「福祉のまちづくり推進室」がケアラー支援の司令塔となり全庁で条例に基づく取組を推進していきます。

こうした庁内連携体制と「京都市ケアラー支援推進協議会」との連携を両輪として、ケアラー支援を市民ぐるみの取組として推進していきます。

(参考) 「ケアラー支援推進プロジェクトチーム」及び「福祉のまちづくり推進室」について

- ・「ケアラー支援推進プロジェクトチーム」は、多岐に亘るケアラー支援のニーズに対応するため、関係局の部長級の職員が集まり、ケアラー支援の取組を全庁横断的に企画・検討しています。
- ・「福祉のまちづくり推進室」は、ケアラーをはじめ、ひきこもり、生活困窮など多様化・複合化する課題への重層的支援を統括する部署として設置されました。庁内におけるケアラー支援の司令塔として、条例の理念に基づく市民ぐるみの取組を推進しています。
- ・いずれも条例制定を契機として、令和7年4月1日に新たに設置しました。

3 進捗管理

本計画に基づく取組を総合的かつ計画的に推進していくために、各取組の進捗状況について毎年度、点検・評価し、「京都市ケアラー支援推進協議会」において報告し、施策の改善や見直しを行い、計画の着実な推進を図ります。

4 評価指標

指標	R7	R11
条例の認知度（「知っている（内容も知っている）」と回答した方の割合）	27.2%	50%
本市が実施するケアラーに関する研修の受講者数	—	600名(累計)
多様な主体による新たな取組	—	4つ

第一期の計画期間においては、「京都市ケアラー支援推進協議会」等と共に効果的な支援について試行錯誤や創意工夫を重ねながら検討・推進していくことから、上記以外の評価指標についても当該取組の中で検討し、施策の展開状況に合わせて、都度追加していきます。



ケアするあなたを、**ケア**するまちに

~MEMO~

A series of horizontal dashed lines for writing, with a faint illustration of hands and a heart in the center.

京都市ケアラー支援推進計画

発行：令和8年3月

京都市保健福祉局福祉のまちづくり推進室

〒604-8571 京都市中京区寺町通御池上る上本能寺前町 488 番地

TEL：075-222-3527 FAX：075-256-4652

京都市印刷物 第072289号

