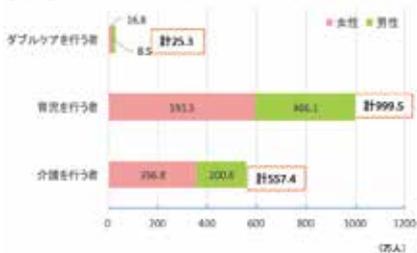
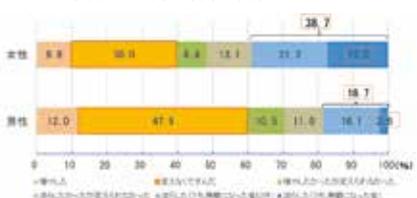


【図1】ダブルケアの推計人口



【図2】ダブルケアに直面する前後の業務量や労働時間の変化



こうしたダブルケアが増えている理由として、女性の社会進出などによって起こる晩婚化や出産年齢の高齢化が挙げられる。結婚や出産時期が早ければ、育児と介護を担う時期に時間差があるが、40歳前後で出産した場合には、育児期と親の介護時期が重なる可能性が高くなるからだ。また、「少子化」によって兄弟姉妹が減っているため、子ども

「ダブルケア」という言葉を聞いたことがあるだろうか？  
一般的には、育児と親の介護を同時に行うことだが、広い意味では、両親2人をはじめ、親と配偶者、親と自分（がん、うつといった重い病気を患っている場合）など、複数のケアを同時に行うことを意味する。また、ダブルケアを担う人は「ダブルケアアワー」と呼ばれている。  
2016年4月に発表された内閣府男女共同参画局のダブルケアに関する調査によると、日本全国のダブルケア人口は25・3万人（図1参照）。年齢別では30〜40代が80%を占め、性別の内訳としては女性16・8万人、男性8・5万人となっている。ちなみに、この調査で育児の対象となっているのは小学生未満となっている。そのため、まだまだ手が離れたとは言いがたい小学生も育児の対象に加えると、実際のダブルケアアワーはもっと多いことが推測される。

出典：育児と介護のダブルケアの実態に関する調査報告書（内閣府 男女共同参画局）

30〜40代が80%を占め、  
女性は男性の2倍に！

## 育児と介護を同時に担う ダブルケア人口

# 約25万人

【参照】

- ・育児と介護のダブルケアの実態に関する調査報告書（内閣府 男女共同参画局 2016/04/28）  
[https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/wcare\\_research.html](https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/wcare_research.html)
- ・今注目されているダブルケアを分かりやすく解説（Talknote Magazine 2022/03/28）  
<https://talknote.com/magazine/double-care/>
- ・【介護と育児】『ダブルケア』とは？増加する背景と私たちが備えること（Poly2021/04/28）  
<https://poly-kaigo.com/articles/891>

も一人にかかる親の介護負担度が高くなったり、地域での人と人の関わりが希薄になったりしていることもこの問題を深刻化させている。  
**ダブルケアの重い負担は女性に集中しやすくなる**  
育児や介護する人にとって肉體・精神的に負担の大きいダブルケア。次のようなことが課題として挙げられている。  
● 女性への負担が大きくなりやすい  
● 孤立しやすい  
● 金銭的負担が大きい  
● 縦割り行政のはざまで、必要な支援が届きにくい  
この中では、女性への負担が大きくなりやすいことが注目される。内閣府の調査では、ダブルケアの状況下で業務量や労働時間を減らしたと答えた人は、男性が約2割、女性が約4割。そのうち仕事を辞めて無職になった男性は2・6%に過ぎないのに、女性は17・5%に及んでいるからだ（図2参照）。「ケアは女性が担うものである」という周囲のプレッシャーから退職を余儀なくされるケースも多いといわれる。また、ダブルケアとなれば、育児や介護を単独で行う以上の金銭的な負担が生じるが、ケアの当事者が離職や転職を余儀なくされた場合は、家計収入が減少して日常生活にも影響を与える可能性がある。  
さらに、縦割り行政のはざまで、ダブルケアアワーへの支援が十分に行き届いていないのも問題だ。例えば、介護している親が同居もしくは近くに住んでいる場合、祖父母のサポートがあると見なされて認可保育園に入所できないケースもあるという。そこで、今求められるのが、子育てと介護をまとめて相談できる窓口の設置とサポート体制の整備だ。そのためには社会全体の課題としてダブルケアを考え、声を上げていくことが大切だといえるだろう。