
ケアラー実態調査 アンケート調査結果報告書

2025年3月
山梨県



<調査委託先> 株式会社 日本総合研究所

目次

1. 県民調査

2. 支援機関調査

3. 企業調査

1. ケアラー支援に係る実態調査（県民）

調査概要

調査名	ケアラー支援に係る実態調査（県民）
調査目的	山梨県では昨年7月に「ケアラー支援推進本部」を創設し、部局横断的に「介護離職ゼロ社会」の実現に向けた施策の推進を行う体制を構築した。潜在的なケアラーの掘り起こしも含め、ケアラーの抱える課題を明らかにするとともに、ケアラーの実態等について、定量的かつ正確に把握するため、ケアラー実態調査を実施した。
調査対象	県民4000名（無作為抽出）
調査手法	郵送調査 および web調査
実施時期	令和7年1月10日—2月4日
回収状況	1,851件（回収率46.3%）

I 属性

- 問1 性別
- 問2 年代
- 問3 職業
- 問4 業種
- 問5 市区町村
- 問6 同居人数
- 問7 収入

II ケアに関する状況について

- 問8 ケアの状況
- 問9 ケアしている人数
- ▼問10 ケアを受けている方
 - 問11-1 ケアを受けている方との関係
 - 問11-2 ケアを受けている方の性別
 - 問11-3 ケアを受けている方の年代
 - 問11-4 ケアを受けている方の生活場所
 - 問11-5 ケアを受けている方の状況
 - 問11-6 あなたが行っているケアの内容
 - 問11-7 認定区分
 - 問11-8 ケアを受けている方の利用サービス
 - 問11-9 ケアの期間
- 問12 サービスを利用していない理由
- 問13 ケアを誰と行っているか
- 問14 ケアをどのくらいしているか
- 問15 ケアしている時間

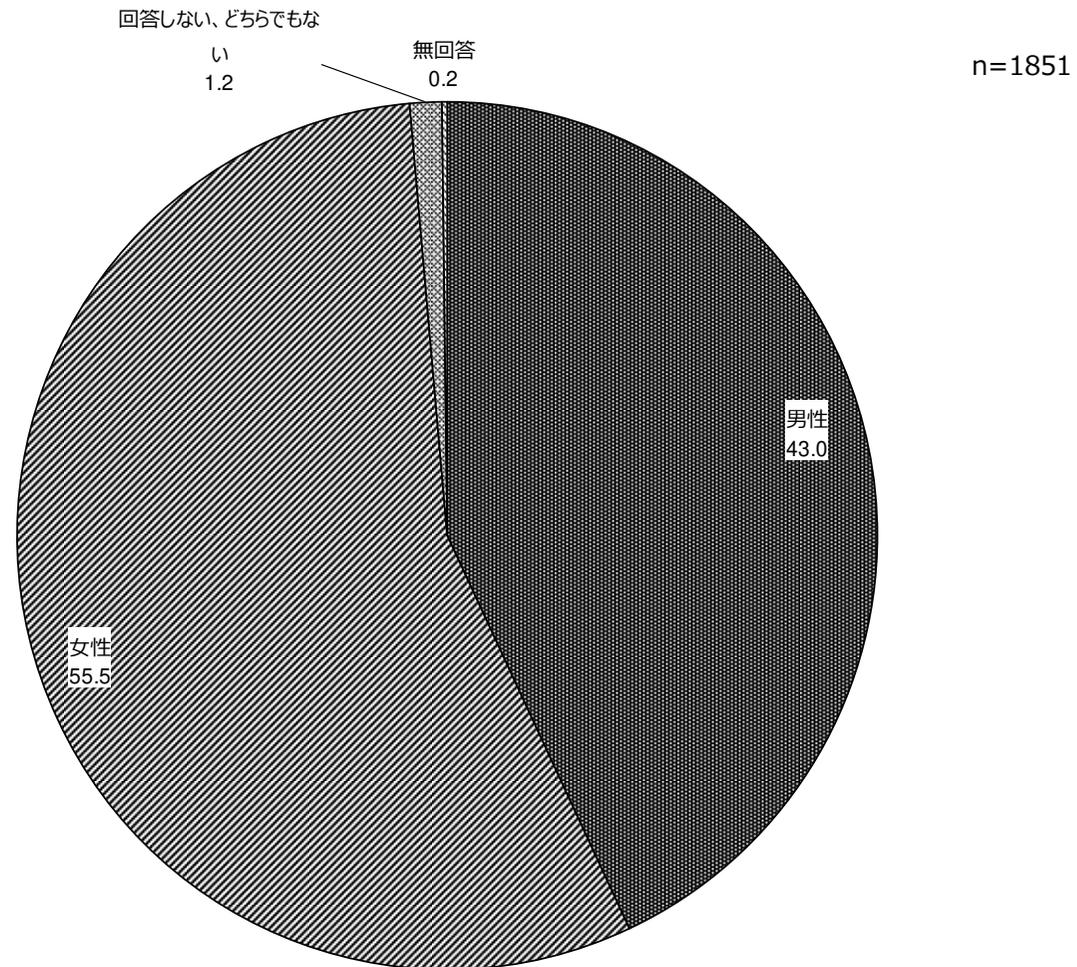
III ケアによる影響、必要な支援

- 問16 ケアをする上での負担
- 問17 健康への影響
- 問18 自分のための時間
- 問19 困ったことや気持ちの変化
- ▼問20 相談できる相手の有無
 - 問21 相談できる相手
 - 問22 相談できていない理由
- 問23 知っておきたかった、事前にやっておけばよかったと思うこと
- ▼問24 仕事への影響
 - 問25 仕事を辞めた理由
 - 問26 仕事を続けていられる理由
- 問27 ケアをしている人への必要な支援

性別

- 性別について「女性」が5割以上となっている。

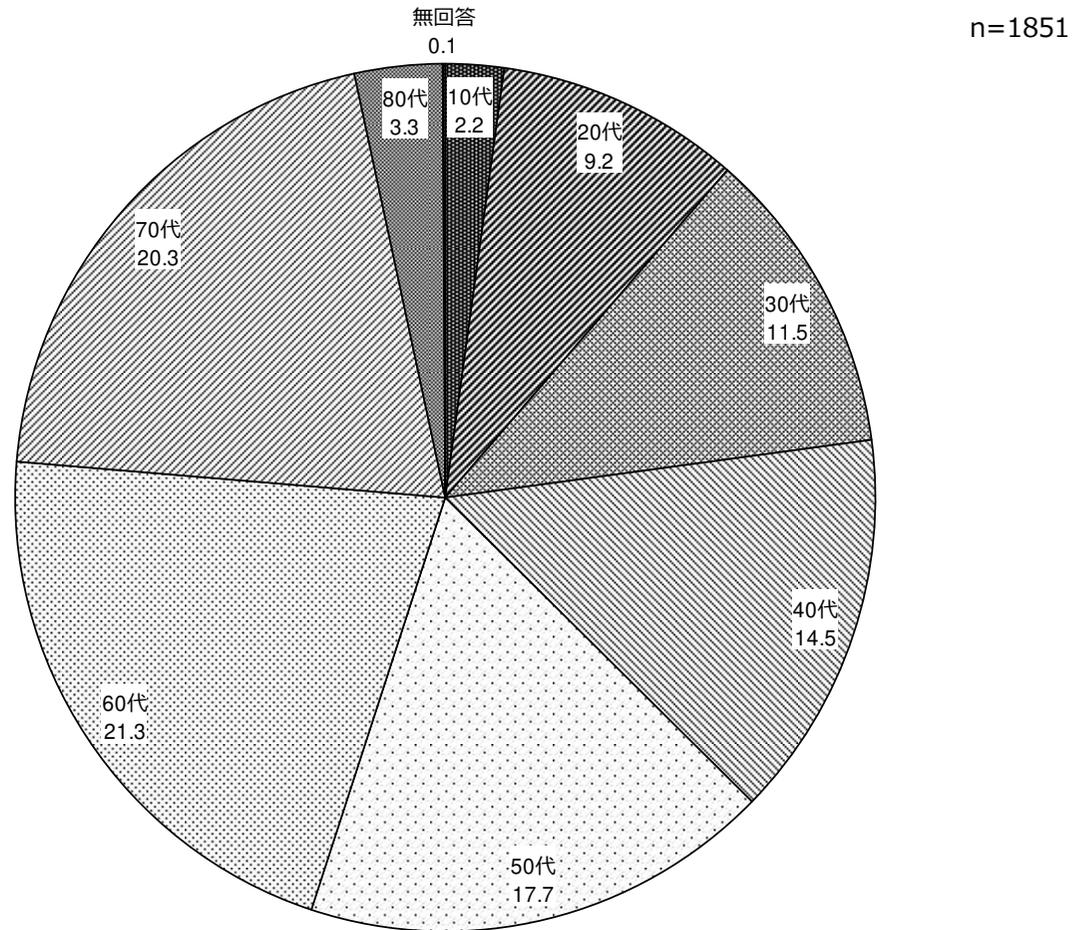
問1.性別をお答えください。(単一回答) (n=1,851)



年代

- 年代について、「60代」が最も多く21.3%、「70代」が20.3%、「50代」が17.7%となっている。

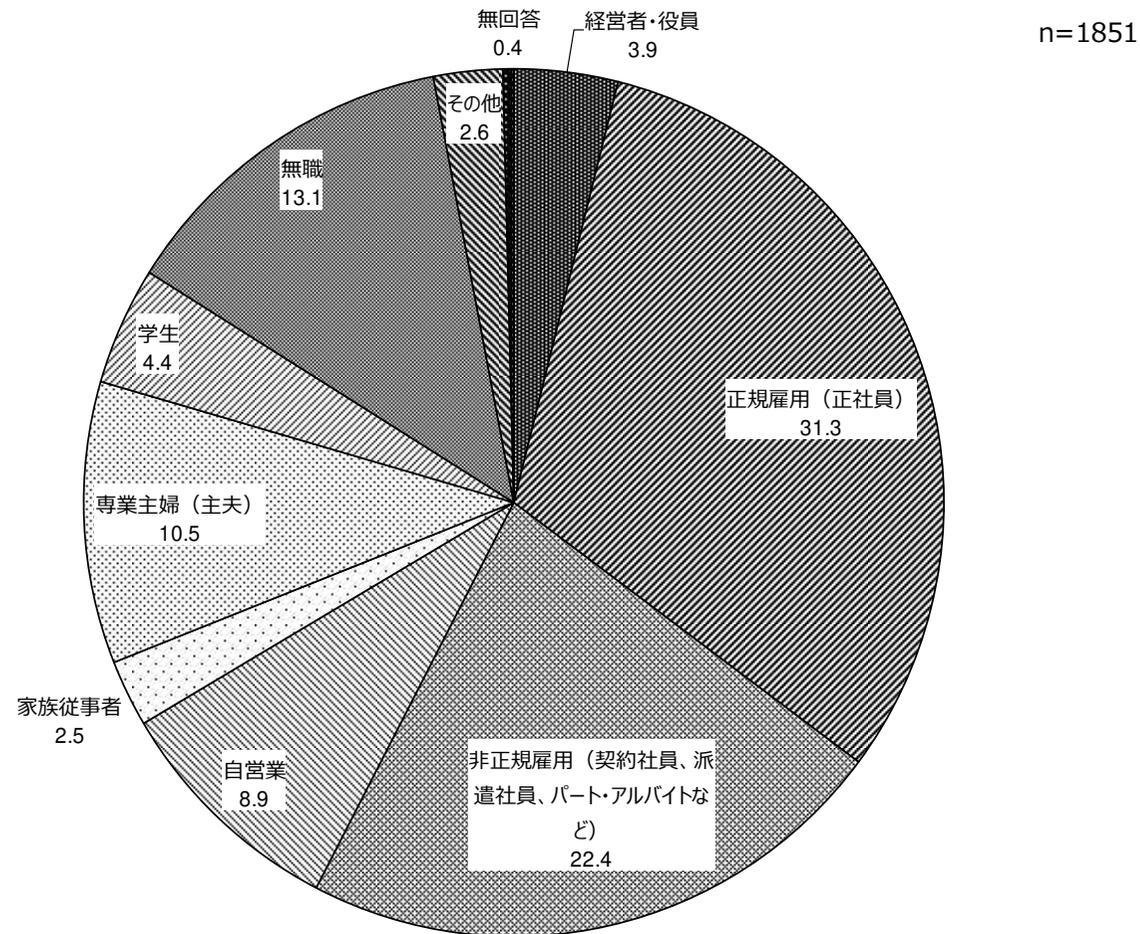
問2.あなたの年代をお答えください（令和7年1月1日時点）。（単一回答）（n=1,851）



職業

- 職業について、「正規雇用（正社員）」が最も多く31.3%、「非正規雇用（契約社員、派遣社員、パート・アルバイトなど）」が22.4%、「無職」13.1%、「専業主婦（主夫）」が10.5%となっている。

問3.あなたのお仕事についてお答えください。（単一回答）（n=1,851）



業種

- 業種について、「製造業」「医療・福祉」が最も多く14.9%、「農業、林業」が8.3%、「卸売業・小売業」が8.2%となっている。

問4.業種をお答えください。(単一回答) (n=1,325)

全体	農業、 林業	漁業	鉱業、採石業、 利採取業、 砂	建設業	製造業	電気・ガス・熱供 給・水道業	情報通信業	運輸業、 郵便業	卸売業、 小売業	金融業、 保険業
1,325	110	-	1	93	197	22	20	43	108	31
100.0	8.3	-	0.1	7.0	14.9	1.7	1.5	3.2	8.2	2.3

全体	不動産業、 貸業、 物品賃	学術研究、専門・ 技術サービス業	宿泊業、飲食サ ービス業	生活関連サ ービス 業、 娯楽業	教育、 学習支援業	医療、 福祉	複合サ ービス 事業 (郵便局・協 同組 合など)	サ ービス 業	その他	無 回 答
1,325	9	29	94	70	89	198	27	59	103	22
100.0	0.7	2.2	7.1	5.3	6.7	14.9	2.0	4.5	7.8	1.7

市区町村

- 市区町村について、「甲府市」が最も多く22.2%、「甲斐市」が10.6%、「南アルプス市」が9.3%となっている。

問5.お住まいの市町村をお答えください。(単一回答) (n=1,851)

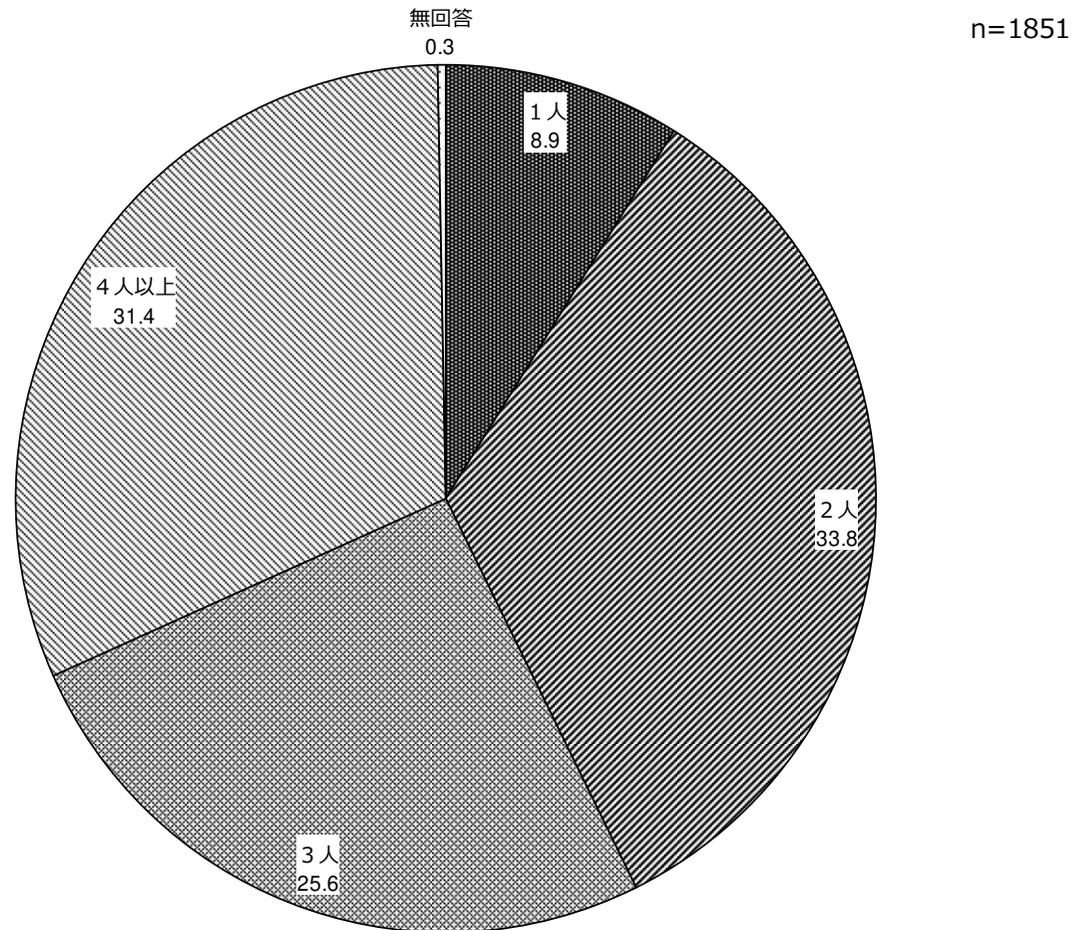
全体	甲府市	富士吉田市	都留市	山梨市	大月市	韮崎市	南アルプス市	北杜市	甲斐市	笛吹市	上野原市	甲州市	中央市	市川三郷町	早川町
1,851	411	99	68	79	48	59	172	92	197	158	39	77	80	31	4
100.0	22.2	5.3	3.7	4.3	2.6	3.2	9.3	5.0	10.6	8.5	2.1	4.2	4.3	1.7	0.2

全体	身延町	南部町	富士川町	昭和町	道志村	西桂町	忍野村	山中湖村	鳴沢村	富士河口湖町	小菅村	丹波山村	その他	無回答
1,851	23	23	29	51	4	8	20	8	2	56	3	4	2	4
100.0	1.2	1.2	1.6	2.8	0.2	0.4	1.1	0.4	0.1	3.0	0.2	0.2	0.1	0.2

同居人数

- 同居人数について、「2人」が最も多く33.8%、「4人以上」が31.4%、「3人」が25.6%となっている。

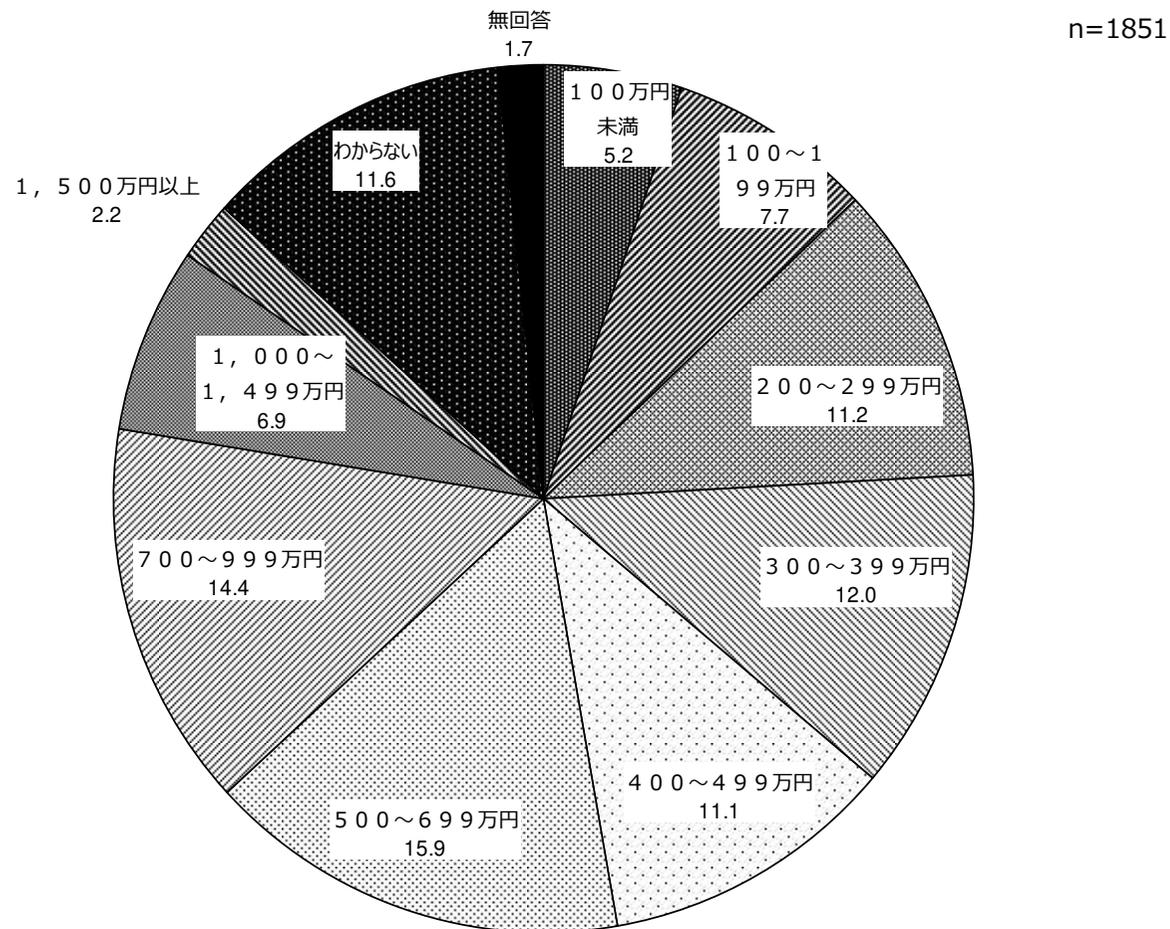
問6.あなたが同居している人数をお答えください。(例 一人暮らしの場合は1人) (単一回答) (n=1,851)



収入

- 収入について、「500～699万円」が最も多く15.9%、「700～999万円」が14.4%、「300～399万円」が12.0%となっている。

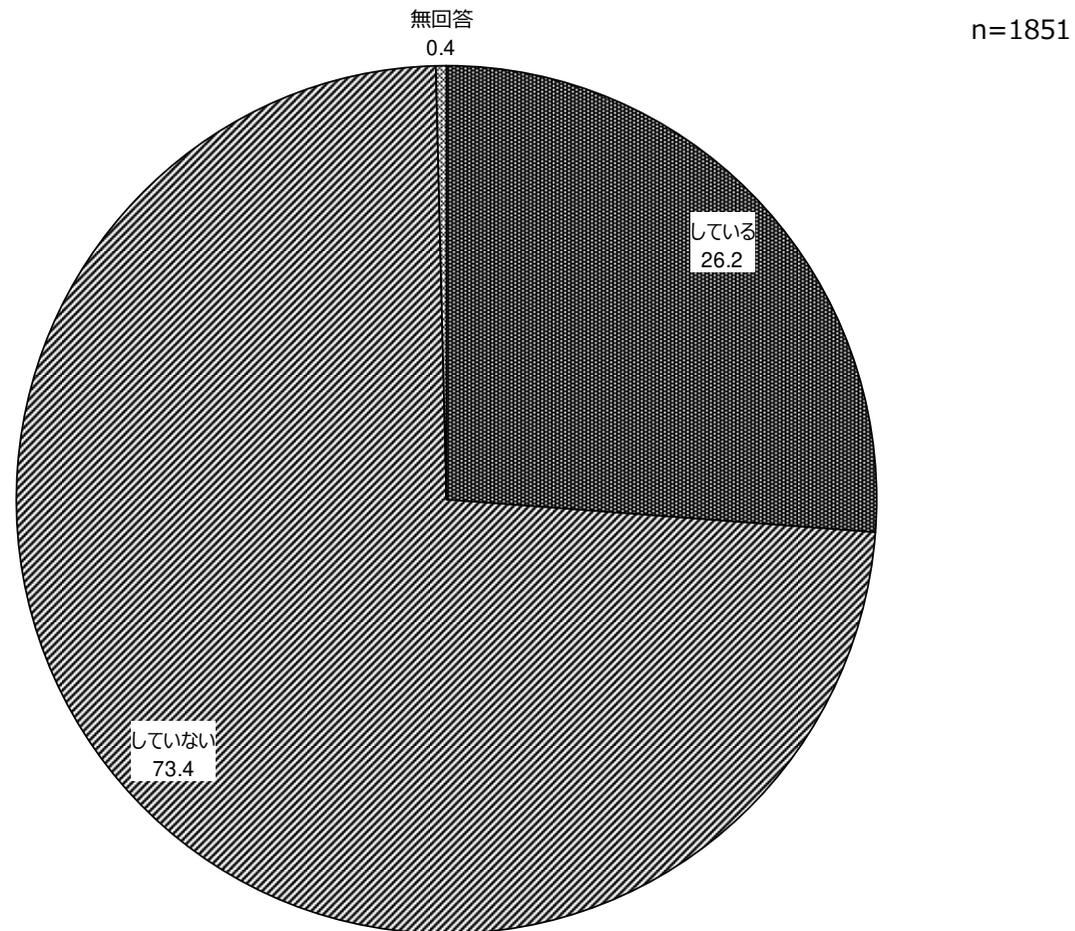
問7.あなたの世帯の2024年（1～12月）における年間収入（税金・社会保険料控除前）をお答えください。自営業の場合には営業利益（税込み）をお答えください。（単一回答）（n=1,851）



ケアの状況

- ケアの状況について、「していない」が73.4%、「している」が26.2%となっている。

問8.あなたは、現在、自宅または離れて暮らす家族、親族、知人などをケアしていますか。あなたの家族・親族と一緒にケアしている場合も含まれます。（単一回答）
(n=1,851)



ケアしている人数

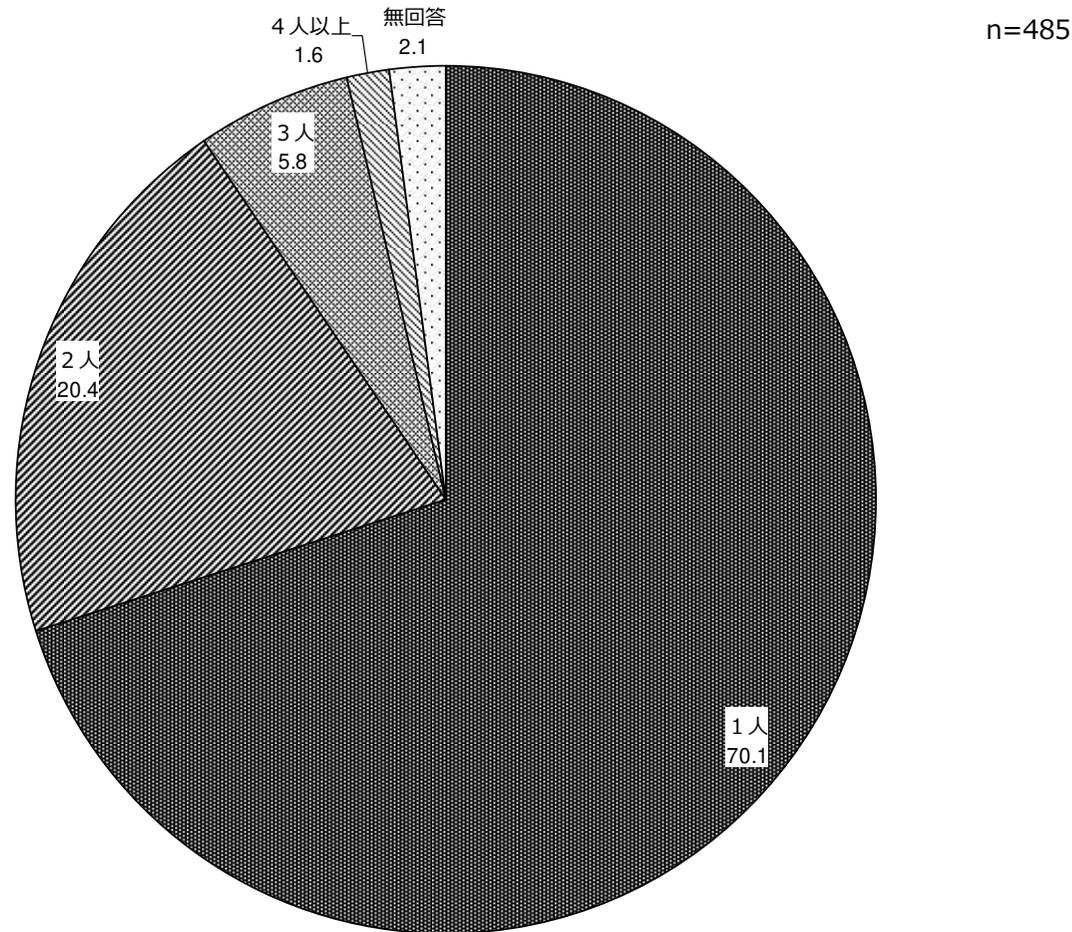
- ケアしている人数について、「1人」が最も多く70.1%、「2人」が20.4%、「3人」が5.8%となっている。

問9.あなたがケアをしている方の人数をお答えください。（単一回答）（問8でケアを「している」と回答）

※別居でケアをしている場合も含まれます。

※ダブルケア（介護と子育て）をしている場合は、子どもがおおむね中学生以下であればケアの人数に含めてください。

（例えば、父の介護と中学生の子どもの子育てをしている場合は、2人のケアをしていると考え、「2人」を選択。）（n=485）

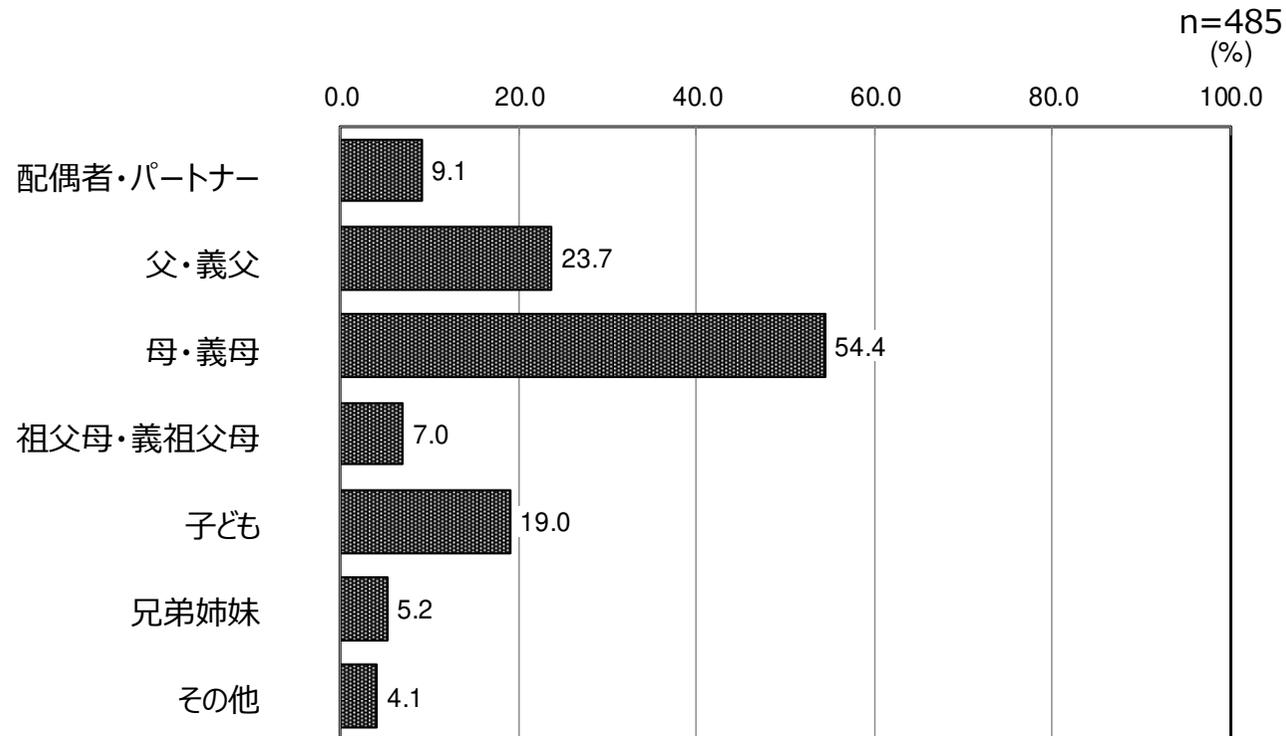


ケアを受けている方

- ケアを受けている方について、「母・義母」が最も多く54.4%、「父・義父」が23.7%、「子ども」が19.0%となっている。

問10.あなたからケアを受けている方はどなたですか。（問8でケアを「している」と回答）

（ダブルケア（介護と子育て）をしている場合は、「子ども」も選択してください。例えば、父の介護と中学生の子どもの子育てをしている場合は、「父・義父」と「子ども」を選択。）（複数回答）（n=485）



ケアを受けている方との関係

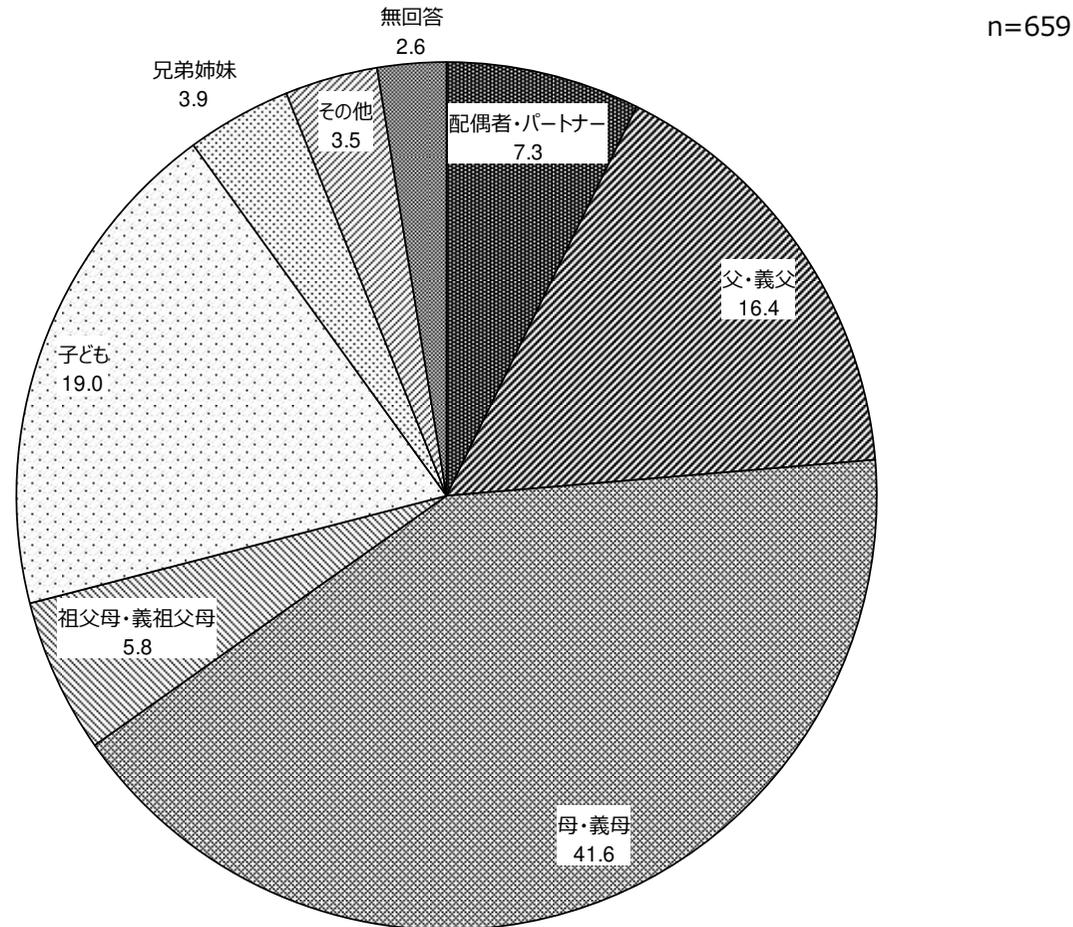
- ケアを受けている方との関係は、「母・義母」が最も多く41.6%、「子ども」が19.0%、「父・義父」が16.4%となっている。

問11-1.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（単一回答）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。

(1) 関係

あなたからケアを受けている方はどなたですか。（n=659）

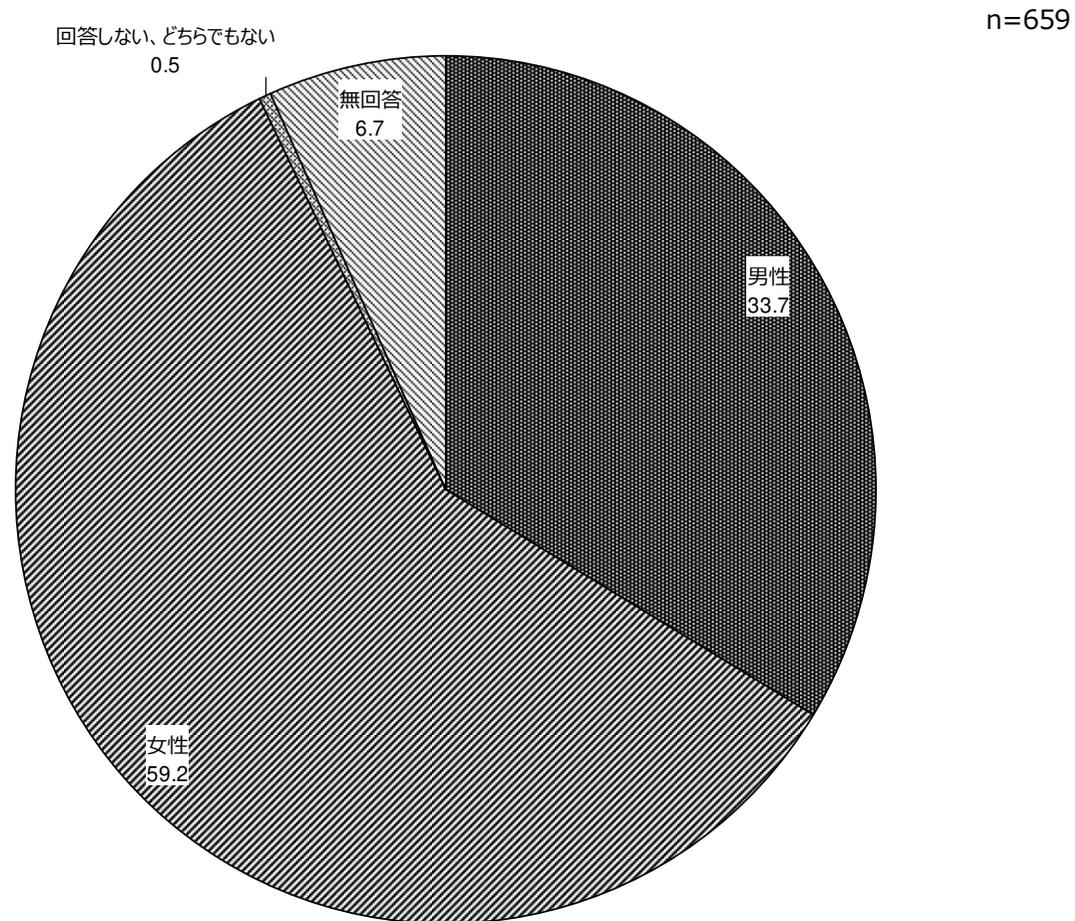


ケアを受けている方の性別

- ケアを受けている方の性別について、「女性」が6割となっている。

問11-2.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（単一回答）
（2）性別
ケアを受けている方の性別をお答えください。（n=659）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。



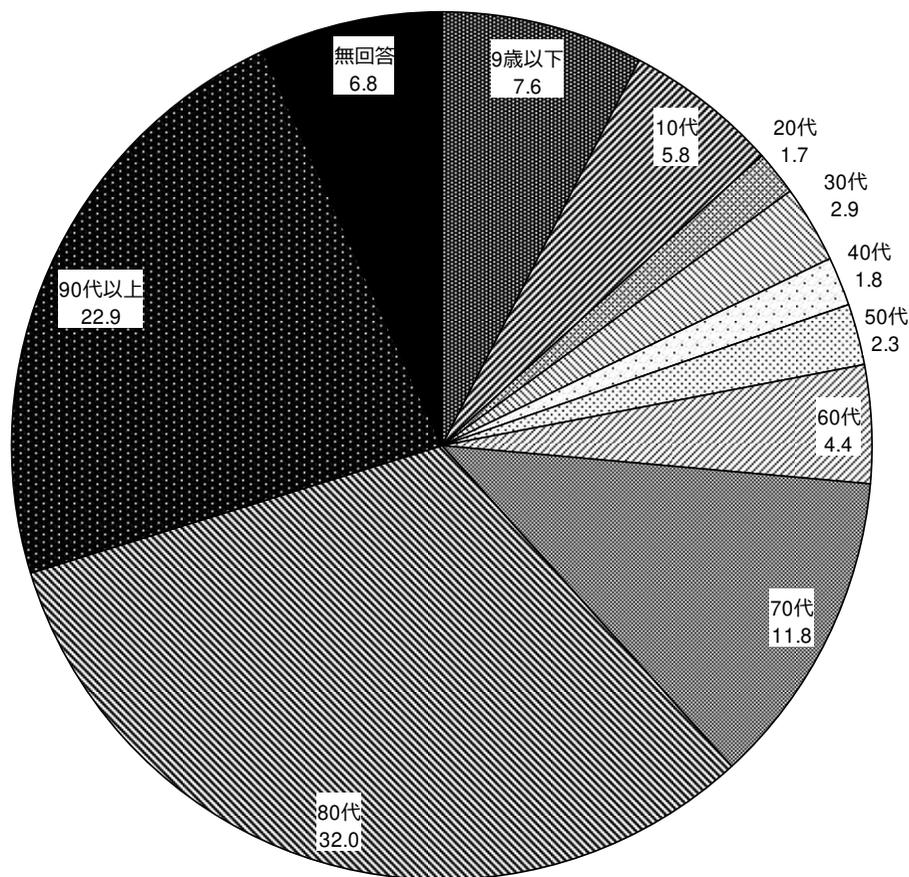
ケアを受けている方の年代

- ケアを受けている方の年代について、「80代」が最も多く32.0%、「90代以上」が22.9%、「70代」が11.8%となっている。

問11-3.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（単一回答）
（3）年代
ケアを受けている方の年代をお答えください（令和7年1月1日時点）。（n=659）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。

n=659



ケアを受けている方の生活場所

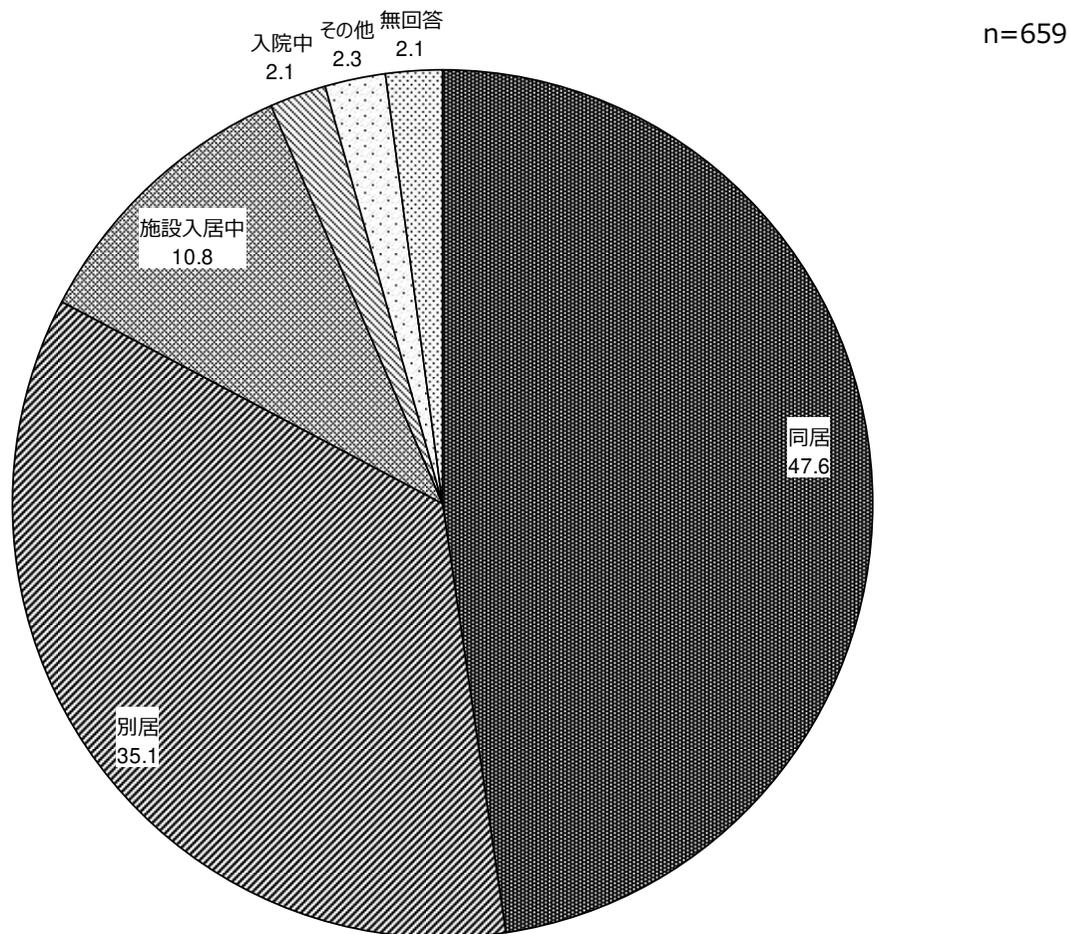
- ケアを受けている方が生活している場所について、「同居」が最も多く47.6%、「別居」が35.1%、「施設入居中」が10.8%となっている。

問11-4.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（単一回答）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。

（4）生活場所

ケアを受けている方が生活している場所についてお答えください。（n=659）



ケアを受けている方の状況

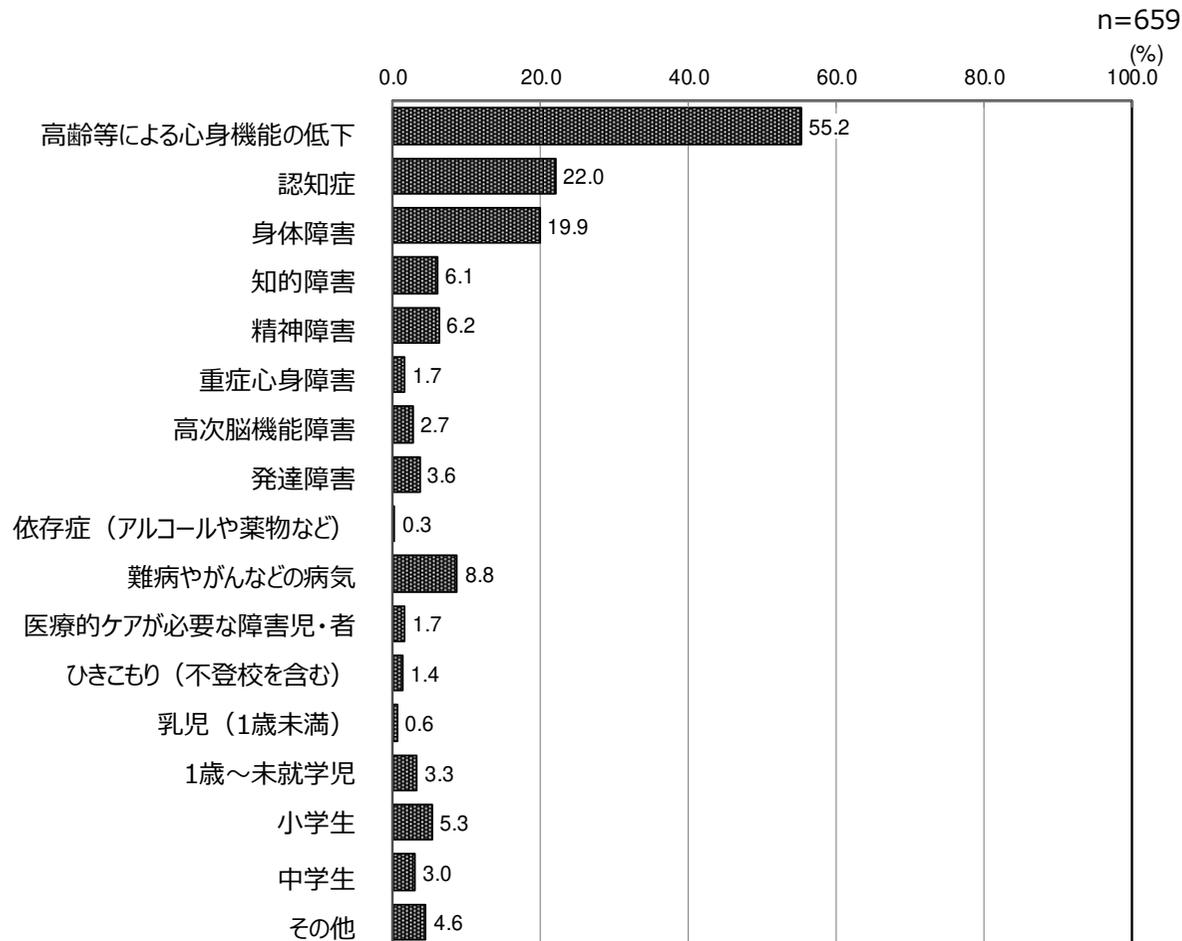
- ケアを受けている方の状況について、「高齢等による心身機能の低下」が最も多く55.2%、「認知症」が22.0%、「身体障害」が19.9%となっている。

問11-5.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（複数回答）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。

(5) 状況

ケアを受けている方の状況についてお答えください。（n=659）



あなたが行っているケアの内容

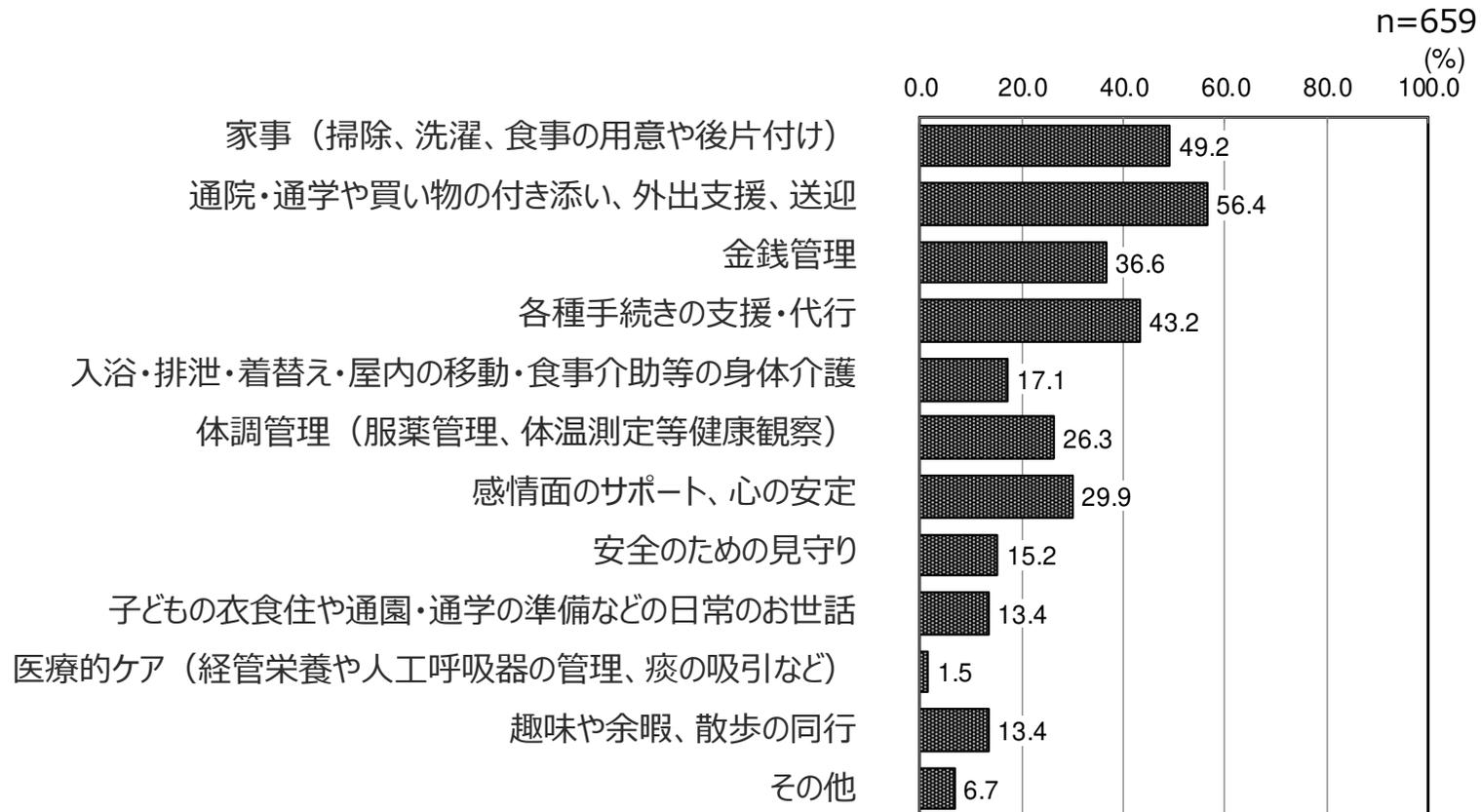
- 行っているケアの内容について、「通院・通学や買い物の付き添い、外出支援、送迎」が最も多く56.4%、「家事（掃除、洗濯、食事の用意や後片付け）」が49.2%、「各種手続きの支援・代行（障害福祉・介護サービスなどの手続き、役所への書類届出の代行など）」が43.2%となっている。

問11-6.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（複数回答）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。

（6）ケア内容

あなたが行っているケアの内容についてお答えください。（n=659）

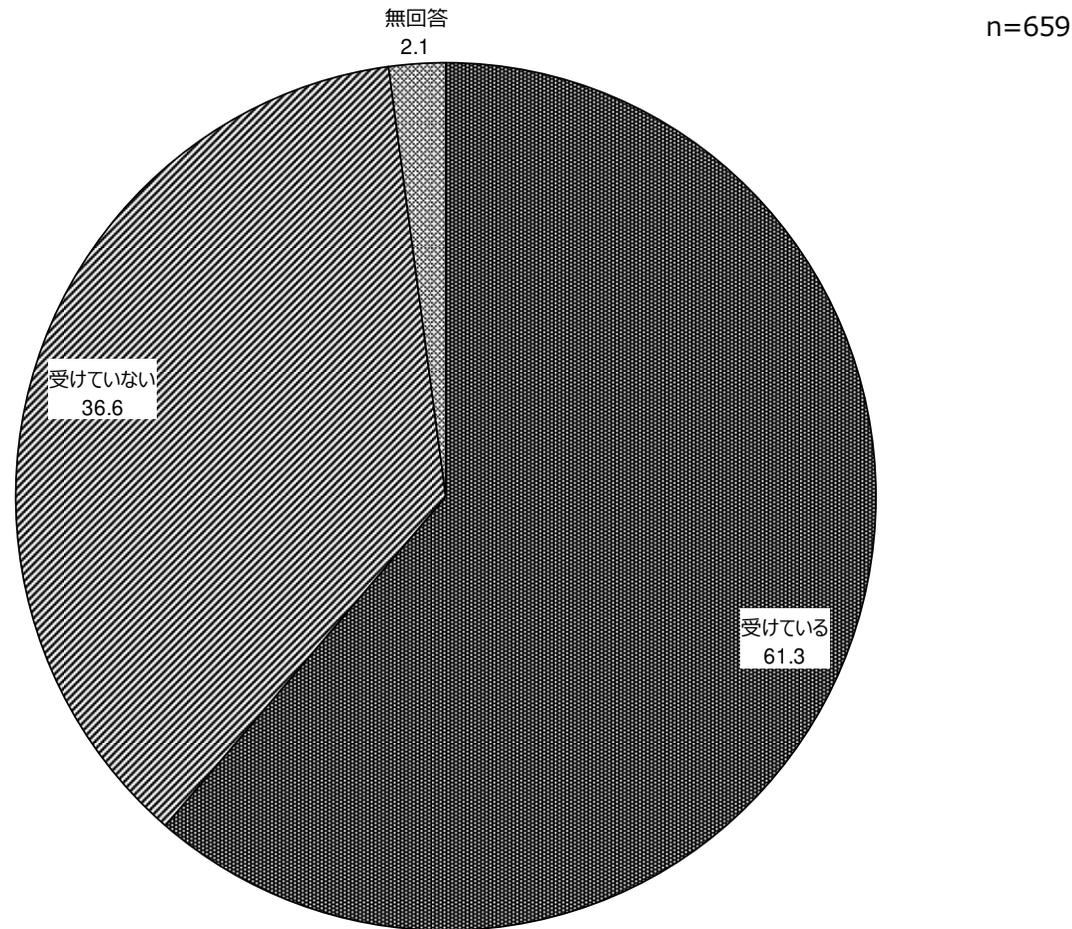


認定区分

- 認定区分について、「受けている」が61.3%、「受けていない」が36.6%となっている。

問11-7.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。(単一回答)
(7) 保有認定
ケアを受けている方は介護認定、障害者手帳など何らかの認定を受けていますか。(n=659)

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。



ケアを受けている方の利用サービス

- ケアを受けている方の利用サービスについて、「通所サービス」が最も多く37.0%、「在宅・訪問サービス」が20.6%、「宿泊サービス（ショートステイ（短期入所））」15.2%となっている。「利用しているものはない」も32.3%存在。

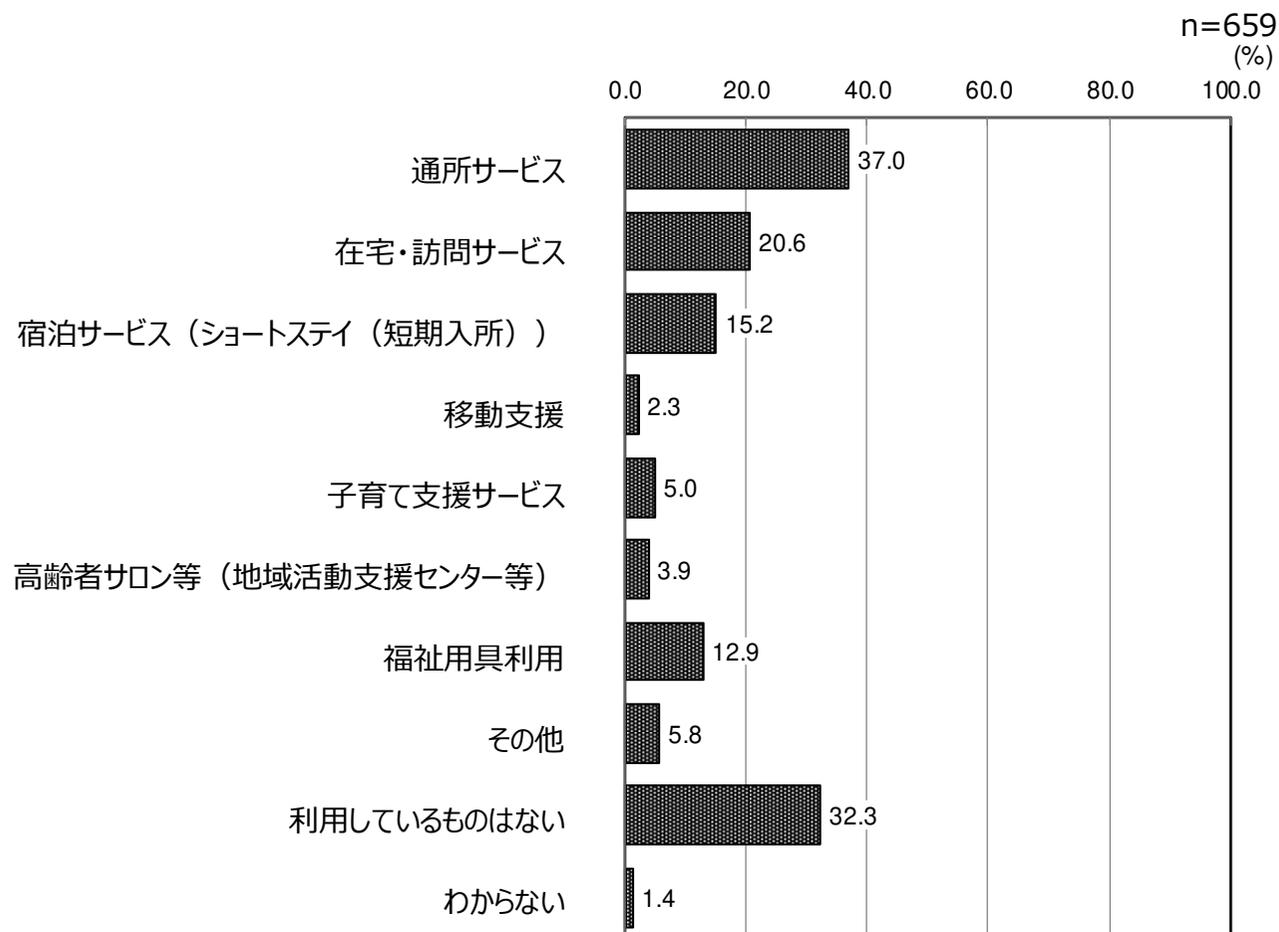
問11-8.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（複数回答）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。

（8）利用サービス

任意回答のため、問10の回答とずれがある。

ケアを受けている方が利用している（したことがある）サービスについてお答えください。（n=659）



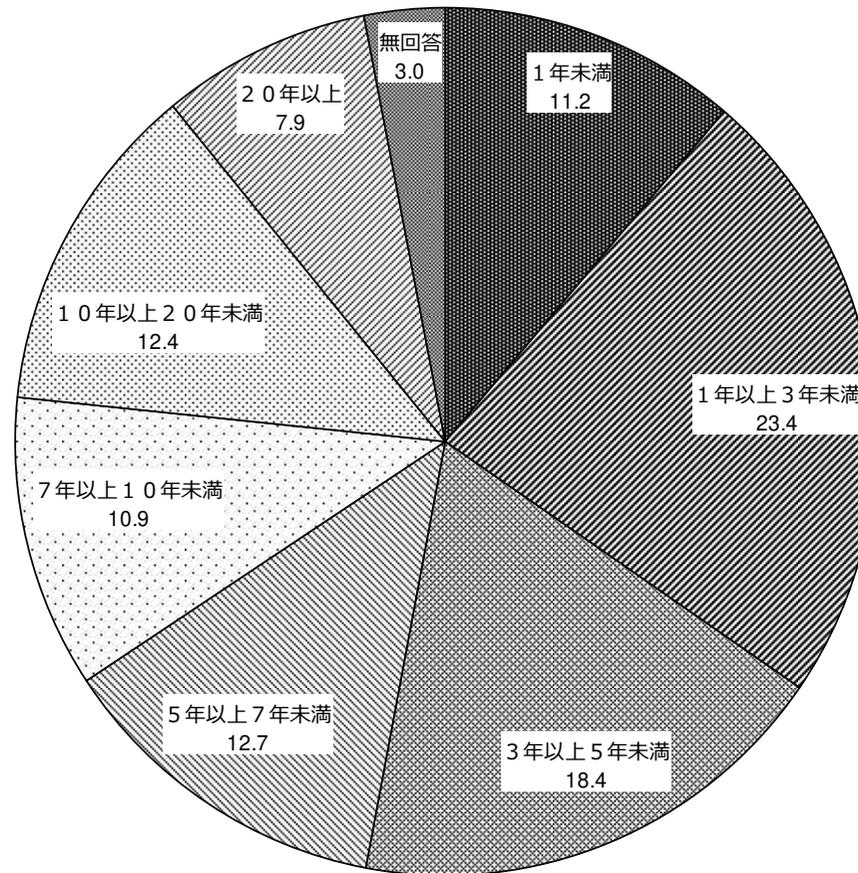
ケアの期間

- ケアの期間について、「1年以上3年未満」が最も多く23.4%、「3年以上5年未満」が18.4%、「5年以上7年未満」が12.7%、「10年以上20年未満」が12.4%となっている。

問11-9.問10で選択した、あなたからケアを受けている方について教えてください。（単一回答）
（9）ケアの期間
あなたは、ケアを何年ぐらい続けていますか。（n=659）

※問11は、最大4ケース回答いただいたものの合計。
任意回答のため、問10の回答とずれがある。

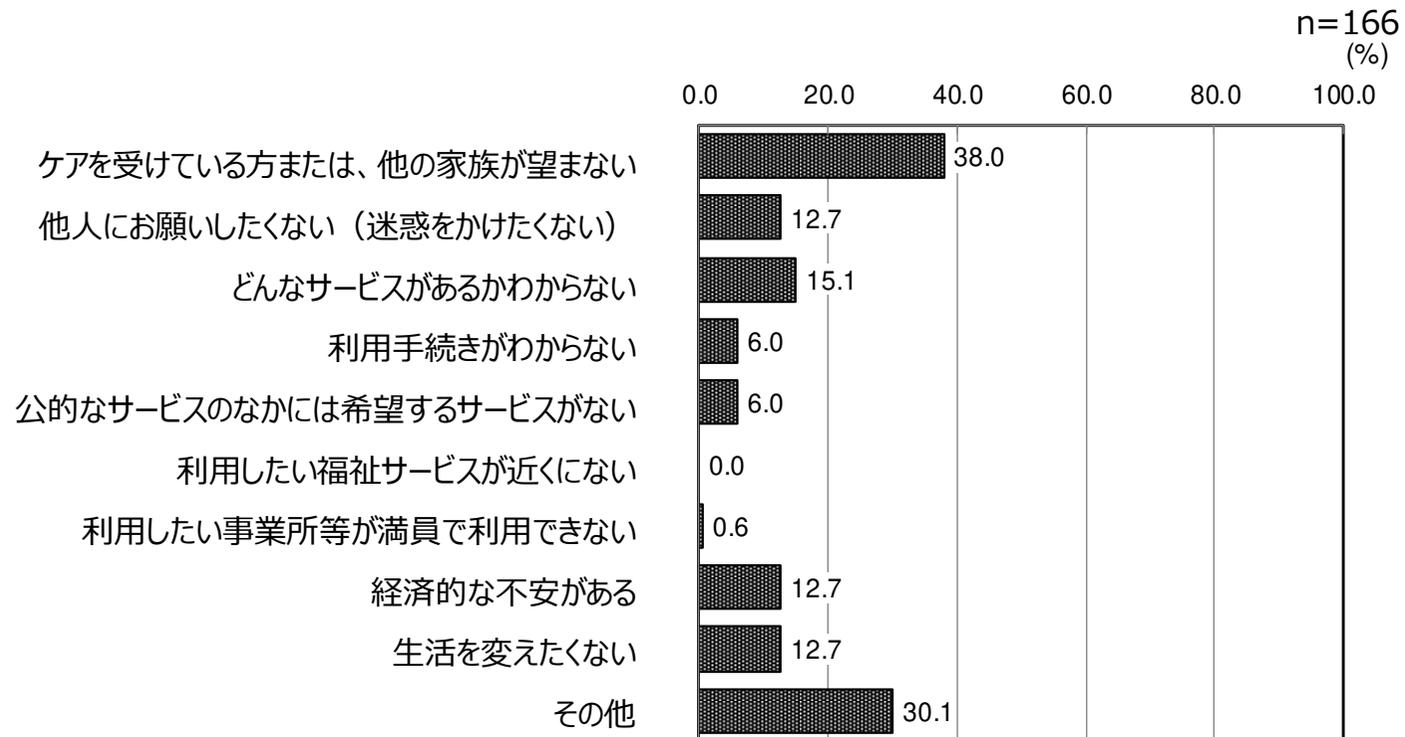
n=659



サービスを利用していない理由

- サービスを利用していない理由は、「ケアを受けている方または、他の家族が望まない」が最も多く38.0%、「その他」を除き、「どんなサービスがあるかわからない」が15.1%、「他人にお願いしたくない（迷惑をかけたくない）」「経済的な不安がある」「生活を変えたくない」が12.7%となっている。

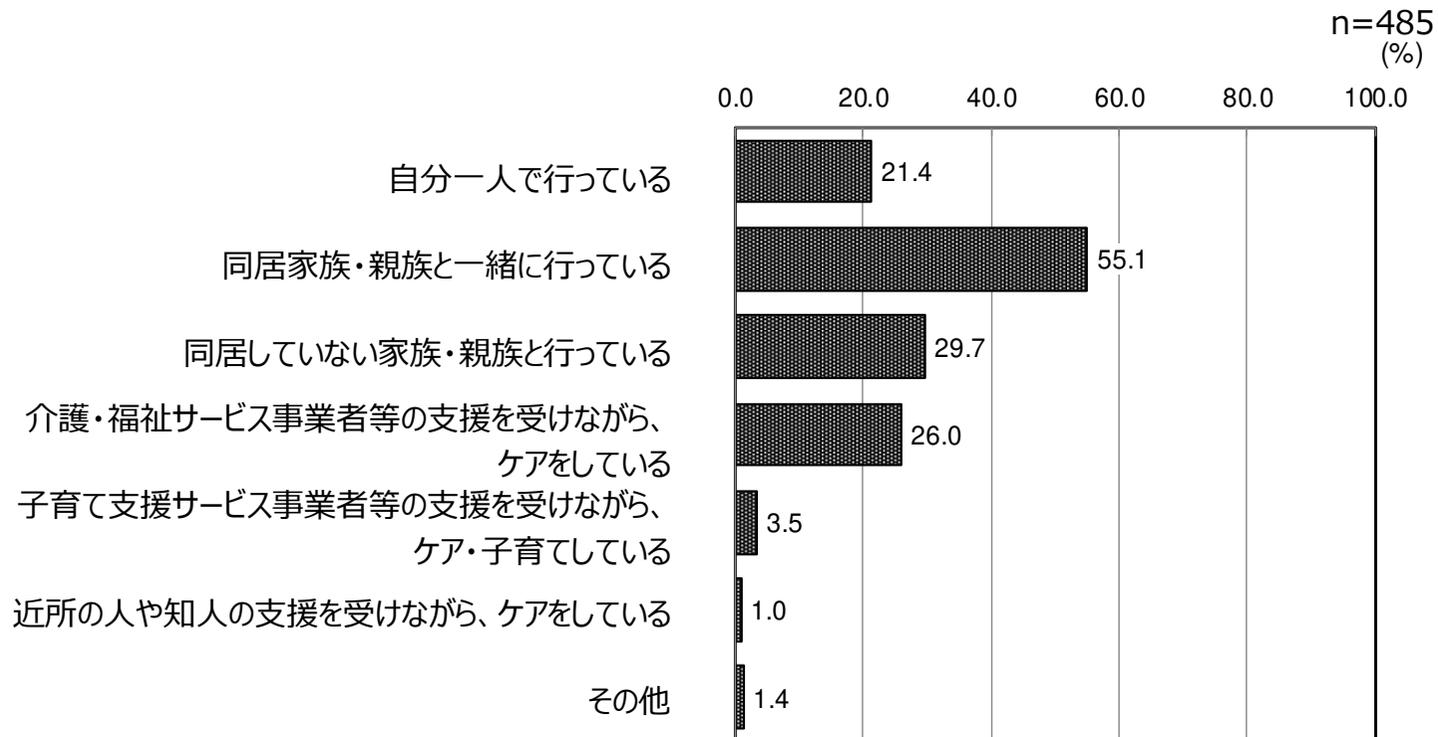
問12. サービスを利用していない理由は何ですか。（複数回答）（n=166）（問11-8でサービスを「利用しているものはない」と回答）



ケアを誰と行っているか

- ケアを誰と行っているかは、「同居家族・親族と一緒にいる」が最も多く55.1%、「同居していない家族・親族と行っている」が29.7%、「介護・福祉サービス事業者等の支援を受けながら、ケアをしている」が26.0%となっている。

問13.あなたは、ケアを誰と行っていますか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

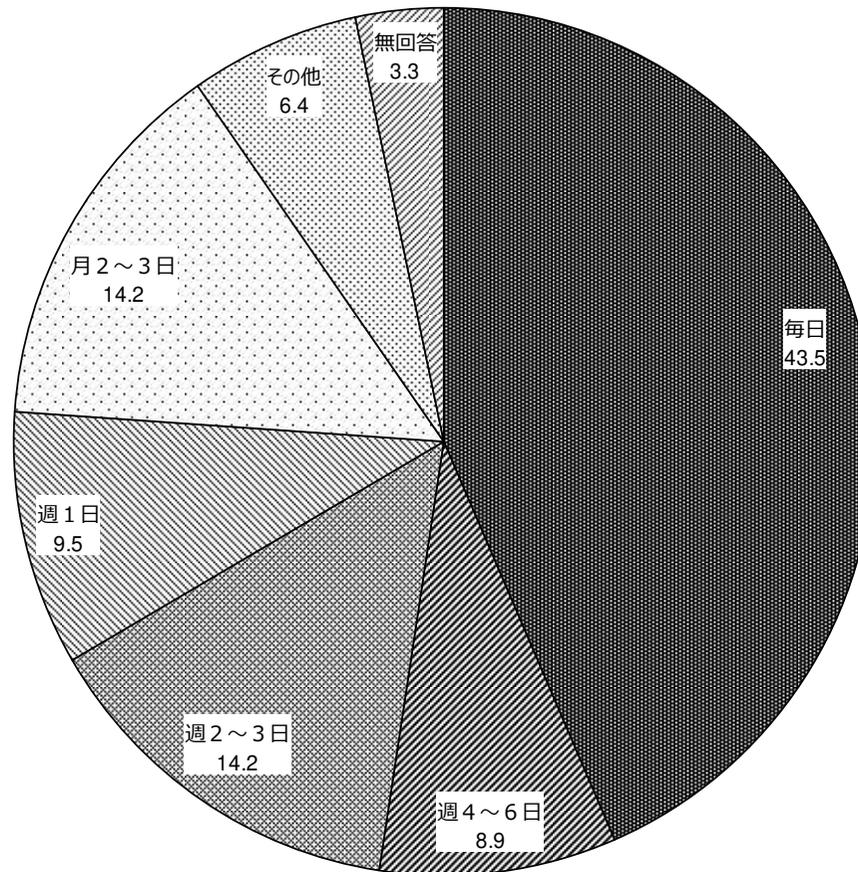


ケアをどのくらいしているか

- ケアをどのくらいしているかは、「毎日」が最も多く43.5%、「週2～3日」「月2～3日」が14.2%、が「週1日」9.5%となっている。

問14.あなたは、ケアをどのくらいしていますか。（単一回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

n=485

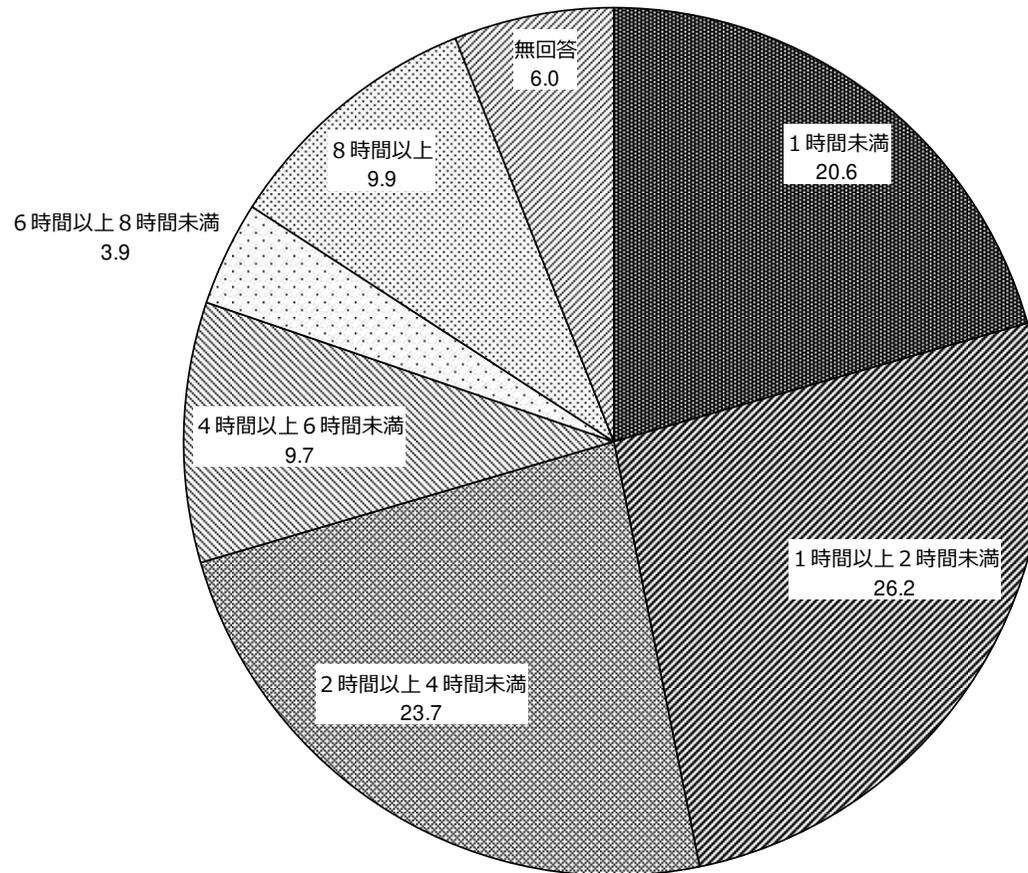


ケアしている時間

- ケアしている時間は、「1時間以上2時間未満」が最も多く26.2%、「2時間以上4時間未満」が23.7%、「1時間未満」が20.6%となっている。

問15.あなたが、一日にケアをしている時間はどのくらいですか。（単一回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

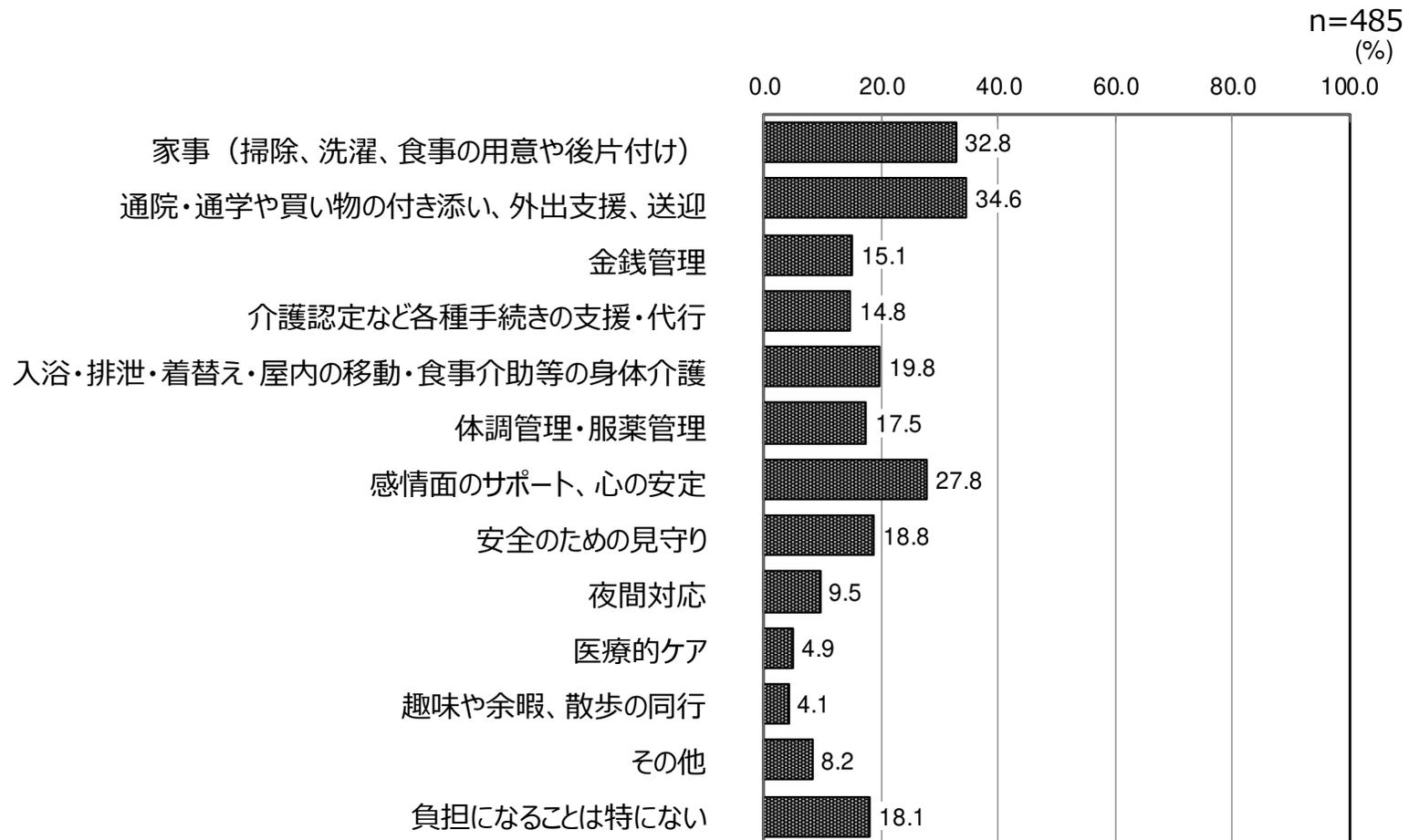
n=485



ケアをする上での負担

- ケアをする上での負担は、「通院・通学や買い物の付き添い、外出支援、送迎」が最も多く34.6%、「家事（掃除、洗濯、食事の用意や後片付け）」が32.8%、「感情面のサポート、心の安定」が27.8%となっている。

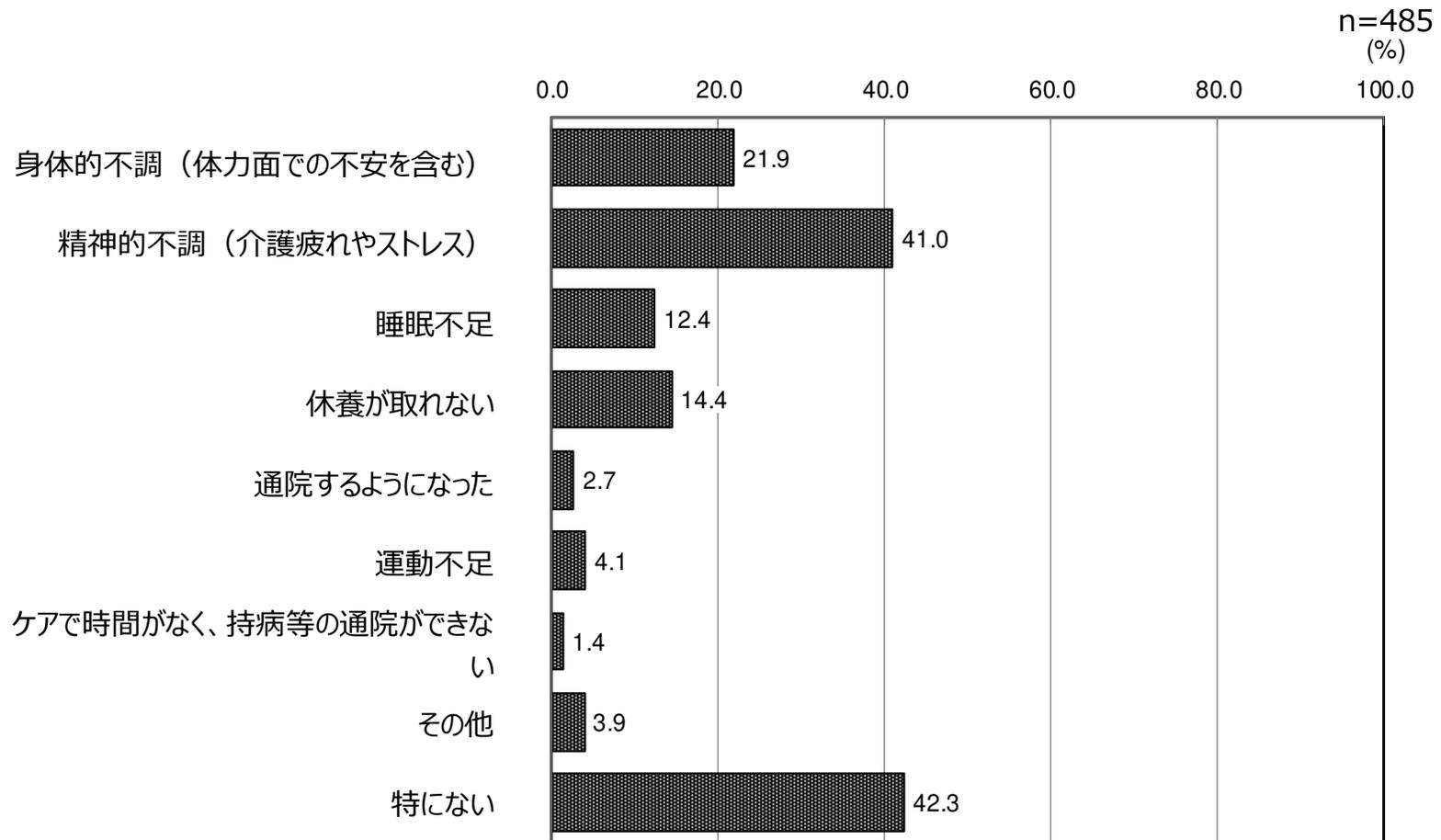
問16.あなたは、ケアをする上で、どのようなことが負担になりますか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）



健康への影響

- 健康への影響は、「特にない」を除き、「精神的不調（介護疲れやストレス）」が最も多く41.0%、「身体的不調（体力面での不安を含む）」が21.9%、「休養が取れない」14.4%、「睡眠不足」が12.4%となっている。

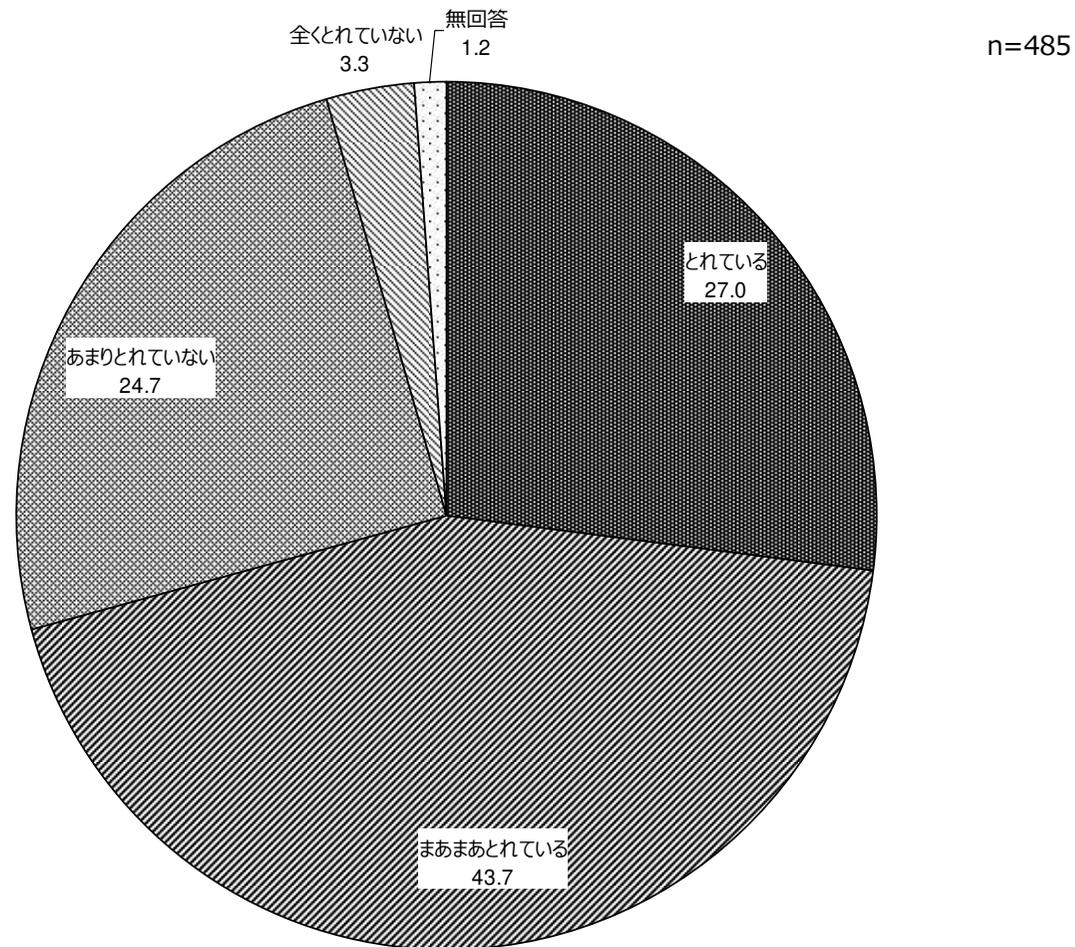
問17.あなたは、ケアによる健康への影響はありましたか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）



自分のための時間

- 自分のための時間（趣味や休息など）を充分にとれているかは、「まあまあとれている」が最も多くが43.7%、「とれている」が27.0%、「あまりとれていない」が24.7%となっている。

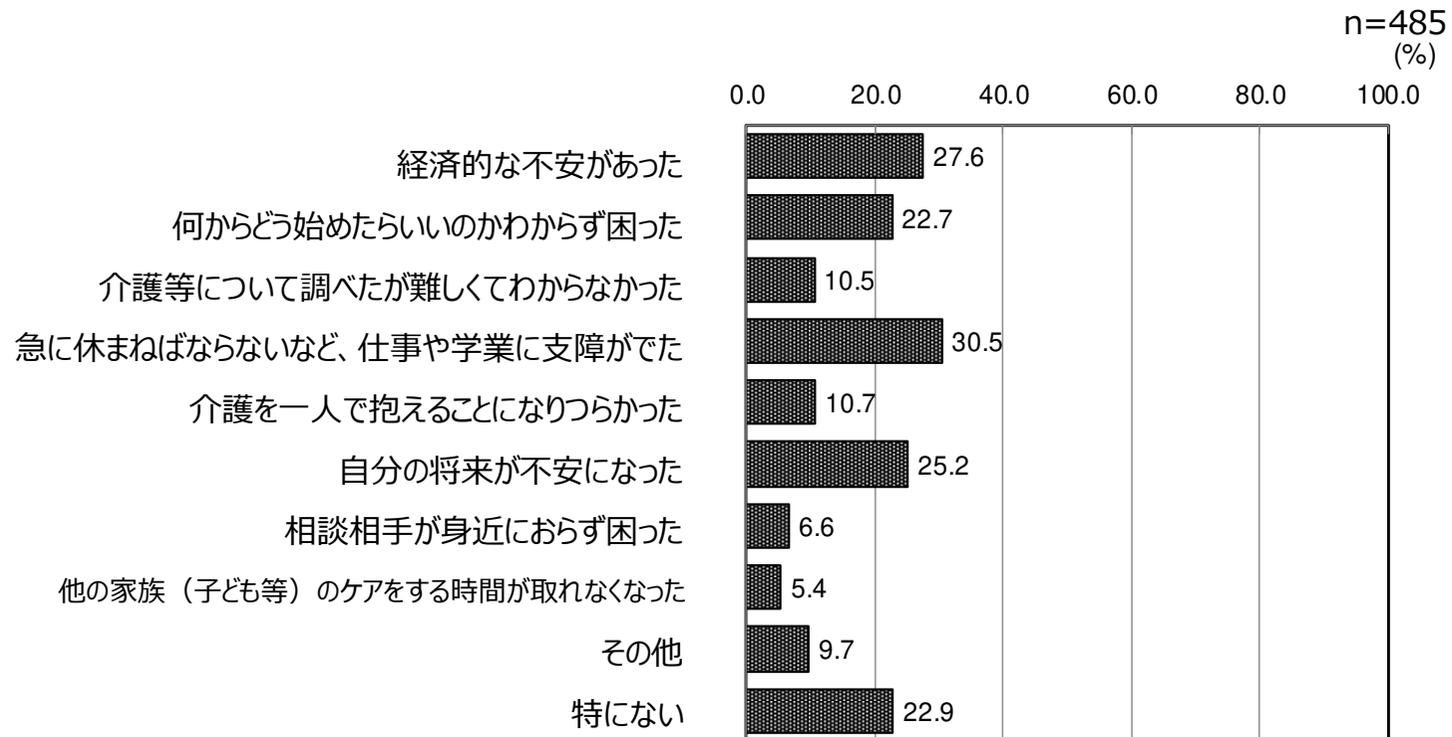
問18.あなたは、自分のための時間（趣味や休息など）を充分にとれていますか。（単一回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）



困ったことや気持ちの変化

- 困ったことや気持ちの変化は、「急に休まねばならないなど、仕事や学業に支障がでた」が最も多く30.5%、「経済的な不安があった」が27.6%、「自分の将来が不安になった」が25.2%となっている。

問19.あなたは、家族のケアを始めたことで、困ったことや気持ちの変化はありましたか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

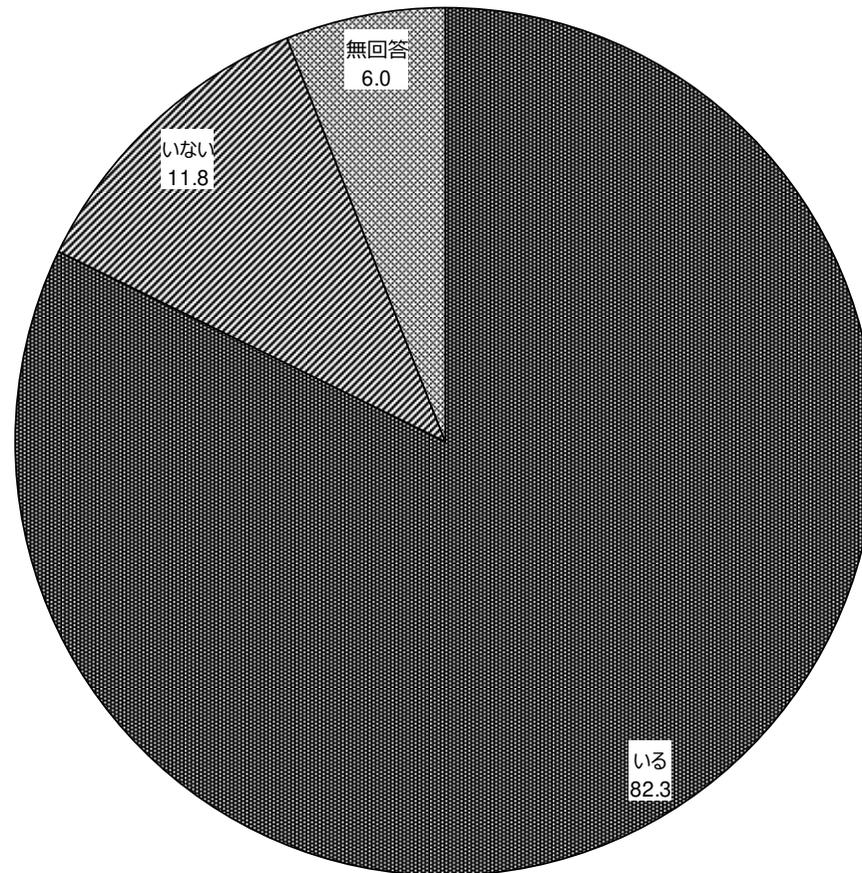


相談できる相手の有無

- 相談できる相手がいるかは、「いる」が82.3%、「いない」が11.8%となっている。

問20.あなたは、ケアについて相談できる相手はいますか。(単一回答) (n=485) (問8でケアを「している」と回答)

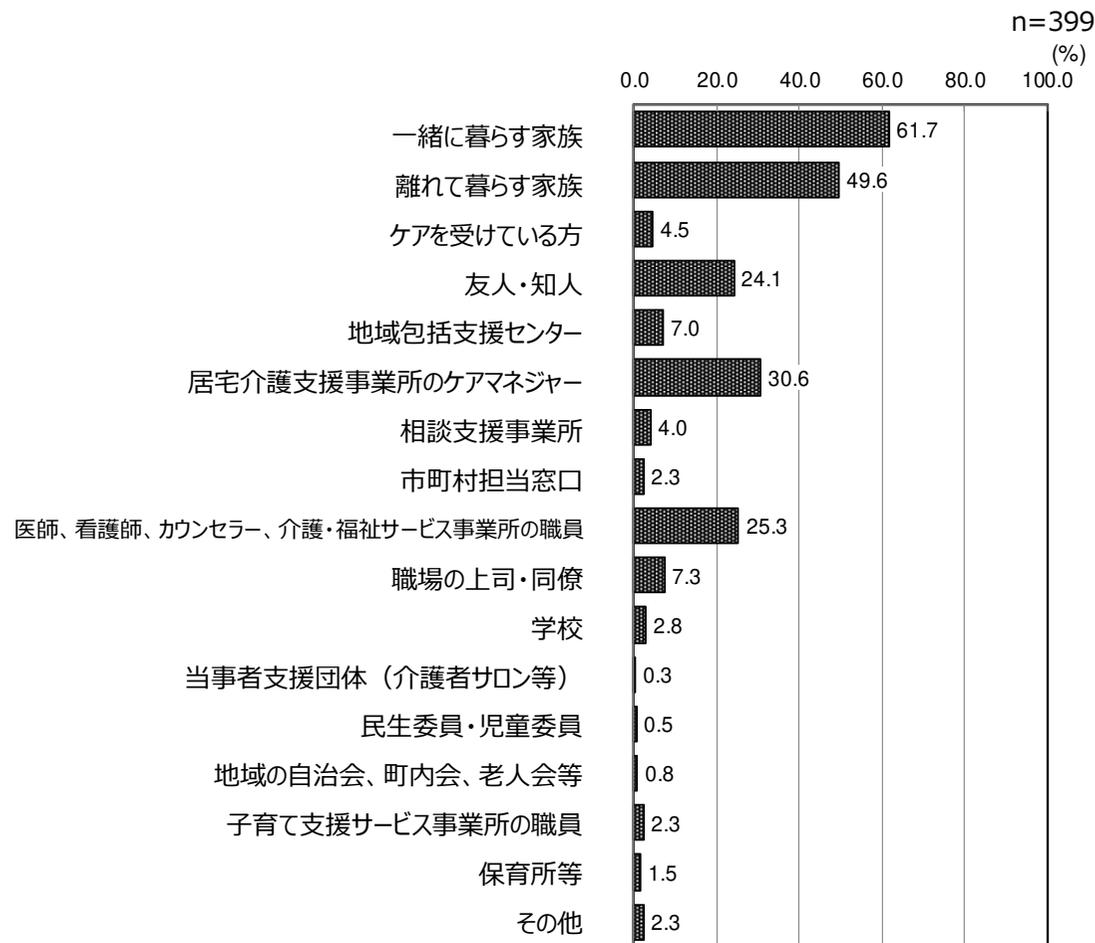
n=485



相談できる相手

- 相談できる相手が誰かは、「一緒に暮らす家族」が最も多く61.7%、「離れて暮らす家族」が49.6%、「居宅介護支援事業所のケアマネジャー」が30.6%となっている。

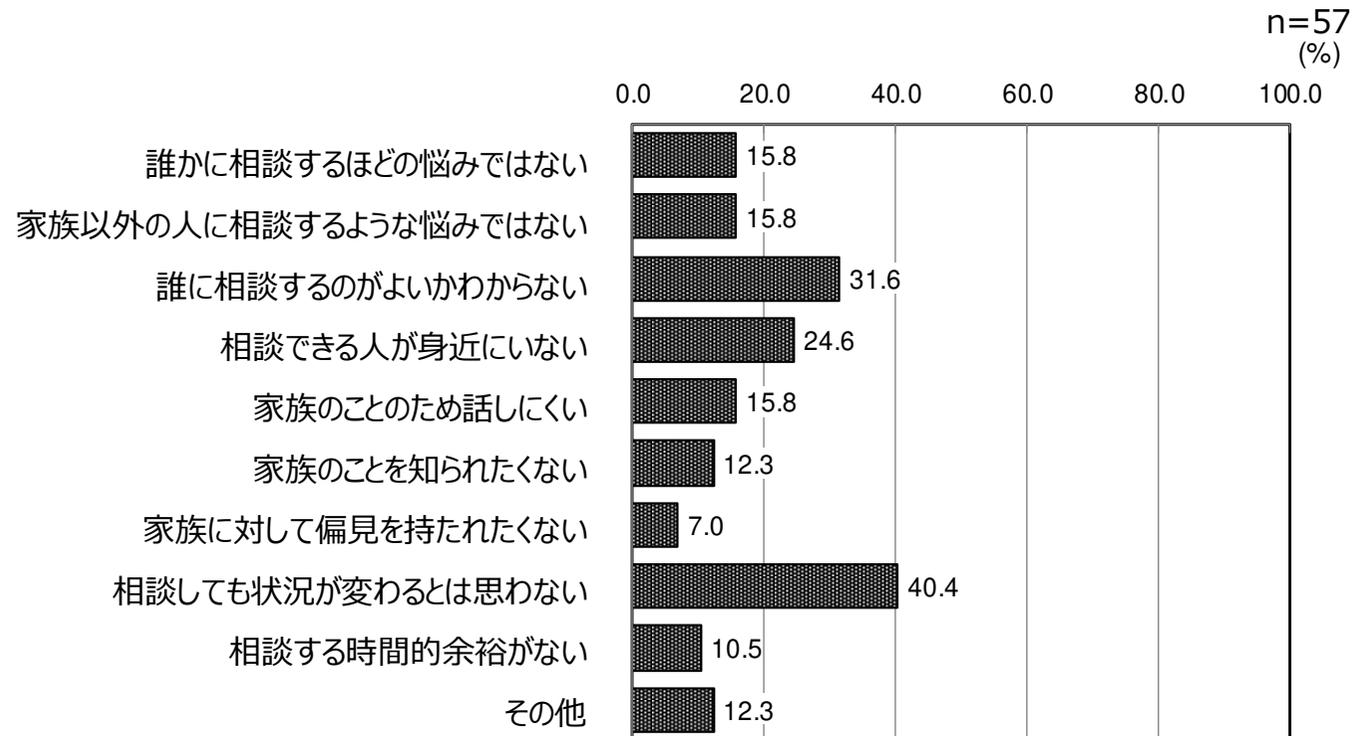
問21.相談できる相手は誰ですか。(複数回答) (n=399) (問20で相談できる相手が「いる」と回答)



相談できていない理由

- 相談できていない理由は「相談しても状況が変わるとは思えない」が40.4%、「誰に相談するのが良いかわからない」が31.6%、「相談できる人が身近にいない」が24.6%となっている。

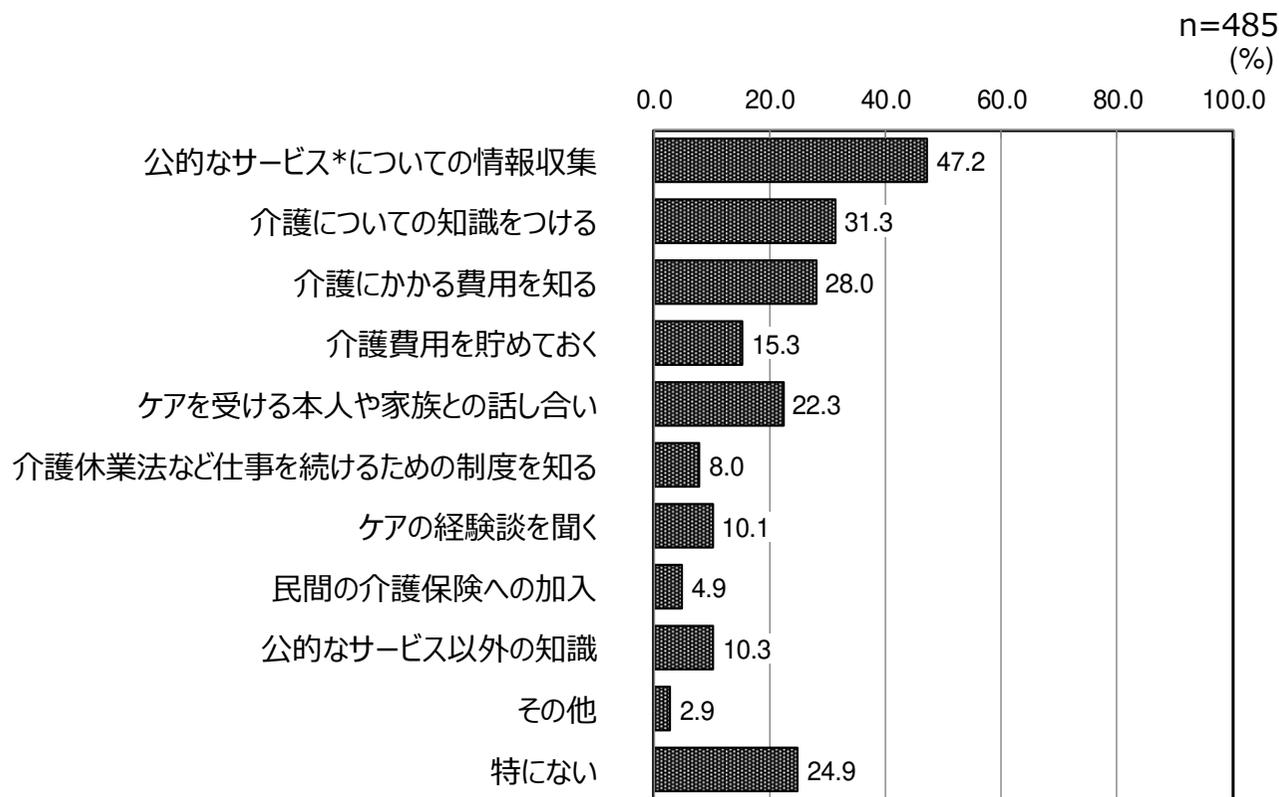
問22.相談できていない理由を教えてください。（複数回答）（n=57）（問20で相談できる相手が「いない」と回答）



知っておきたかった、事前にやっておけばよかったと思うこと

- 知っておきたかった、事前にやっておけばよかったと思うことは、「公的なサービス*についての情報収集」が最も多く47.2%、「介護についての知識をつける」が31.3%、「介護にかかる費用を知る」が28.0%となっている。

問23. ケアが始まる前に知っておきたかった、事前にやっておけばよかったと思うことは何ですか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

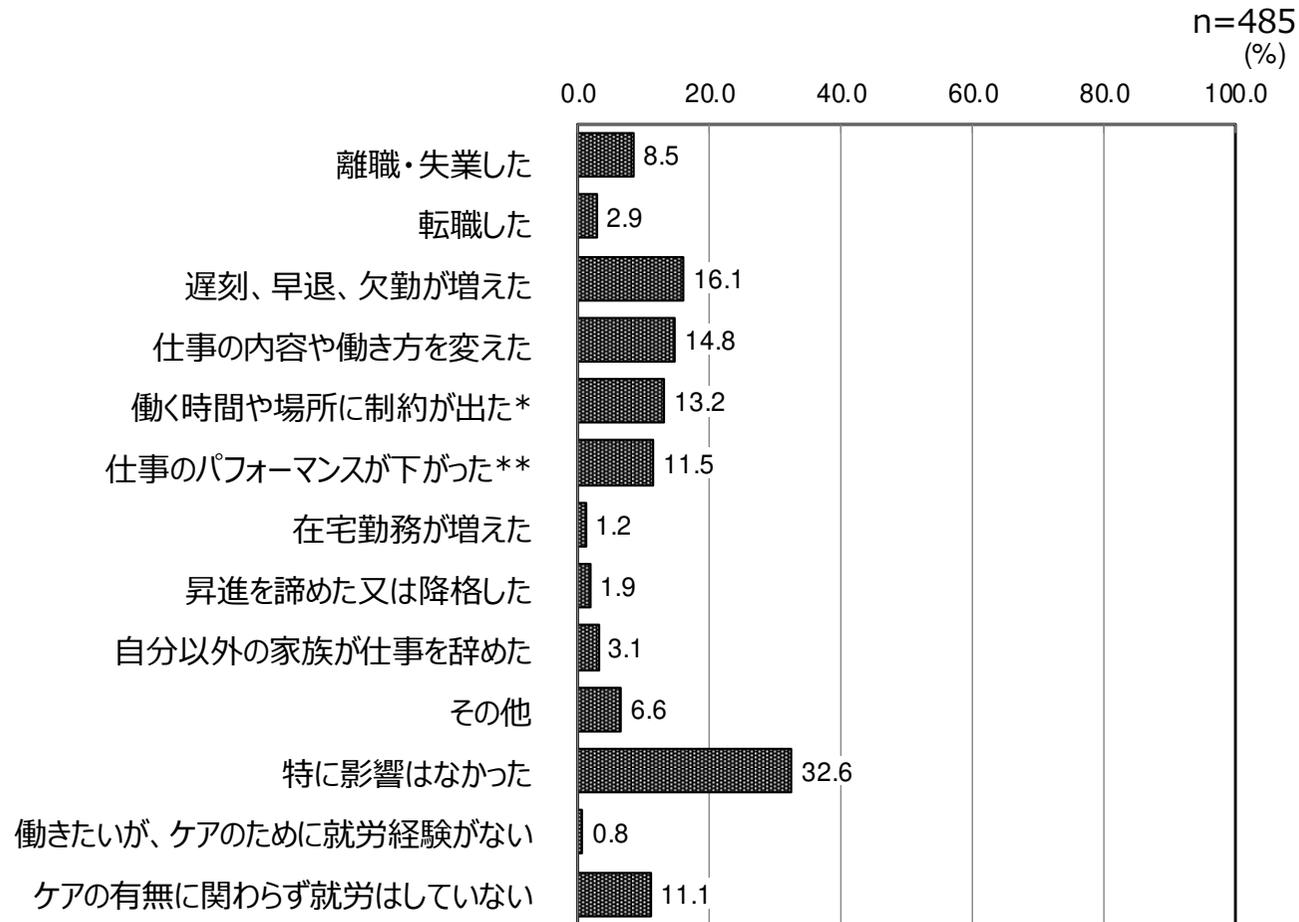


*（介護、福祉、子育て支援等）

仕事への影響

- 仕事への影響は、「特に影響はなかった」が最も多く32.6%、「遅刻、早退、欠勤が増えた」が16.1%、「仕事の内容や働き方を変えた」が14.8%となっている。

問24.あなたは、ケアを始めたことで、仕事に影響はありましたか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

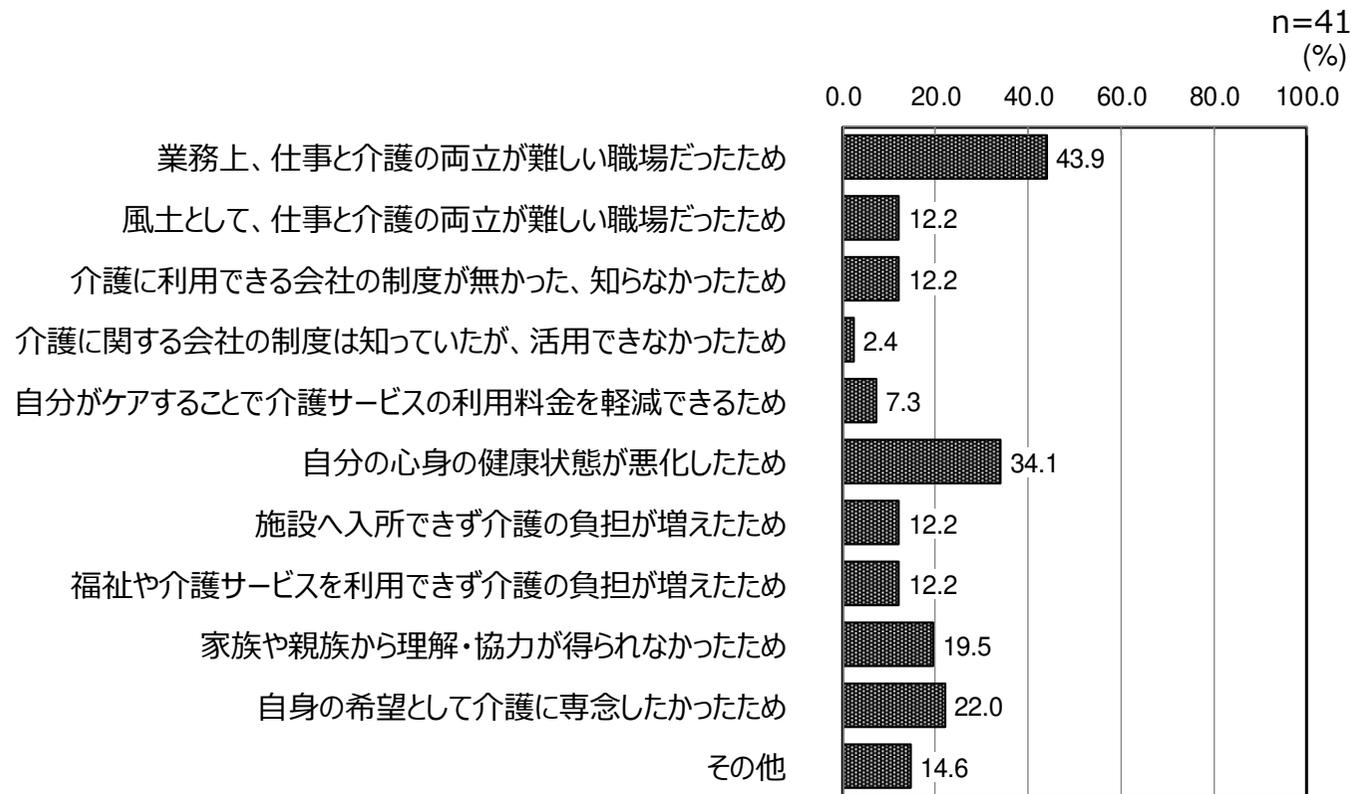


*（残業、出張ができなくなった等） **（業務に集中できないこと等）

仕事を辞めた理由

- 仕事を辞めた理由は、「業務上、仕事と介護の両立が難しい職場だったため」が最も多く43.9%、「自分の心身の健康状態が悪化したため」が34.1%、「自身の希望として介護に専念したかったため」が22.0%となっている。

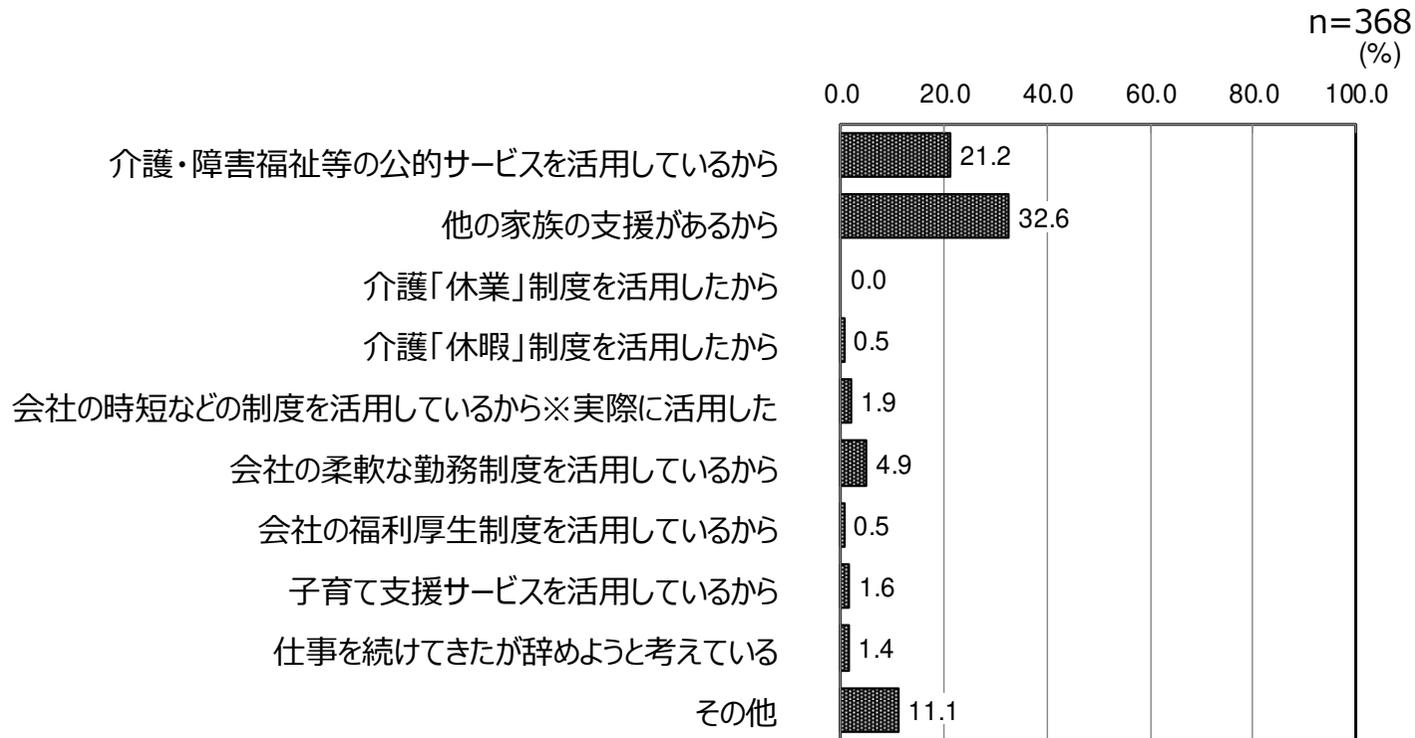
問25.仕事を辞めた理由はどのようなことですか。（複数回答）（n=41）（問24で「離職・失業した」と回答）



仕事を続けていられる理由

- 仕事を続けていられる理由は、「他の家族の支援があるから」が最も多く32.6%、「介護・障害福祉等の公的サービスを活用しているから」が21.2%、「その他」が11.1%、「会社の柔軟な勤務制度を活用しているから」が4.9%となっている。

問26.あなたが、家族のケアをする上で、仕事を続けていられる理由をお答えください。（複数回答）（n=368）（問24で「離職・失業した」、「就労経験がない」、「就労していない」と回答した者を除く）



ケアをしている人への必要な支援

- ケアをしている人への必要な支援は、「ケアをしている人が相談できる人や場所」が最も多く57.5%、「ケアを一時的に代わってくれる等、自分が休める時間」が48.0%、「緊急時でも安心して預かってくれる場所」が43.1%、「経済的な支援」が42.7%となっている。

問27.あなたを含めてケアをしている人を支えるためには、どのようなことが必要だと思いますか。（複数回答）（n=485）（問8でケアを「している」と回答）

