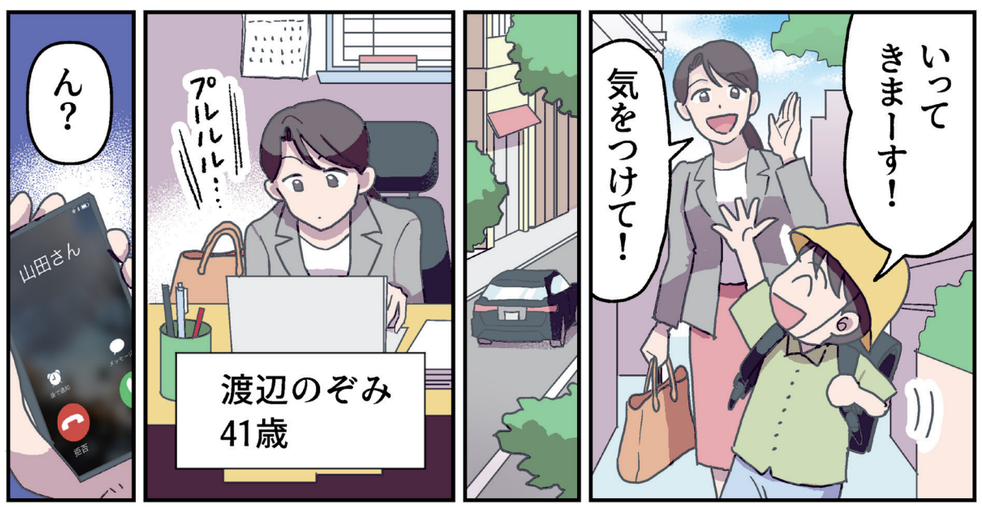
マンガで
わかる



突然ケアラーになったら…



介護離職ゼロ

を目指す

山梨県の挑戦

ケアラー
支援施策
検証冊子





この冊子をつくり、
多くの皆さんに届けたい理由

誰もが、いつか、身近な人を支える「ケアラー」になるかもしれません。団塊の世代のすべてが75歳以上となるいま、介護をはじめとするケアは、社会全体で向き合うべき課題です。

山梨県は、「介護離職ゼロ社会」の実現を目指し、2024年7月に山梨県ケアラー支援推進本部を創設し、わずか1年で支援パッケージの策定にこぎ着けました。デザイン思考を採り入れ、多くの関係者の皆さんに協力をいただきました。時代の一歩先を見据えて歩んできた道のりだと思っています。

この冊子は、その取り組みのプロセスを関係者への取材を通じて振り返り、成果だけでなく、残されている課題もありのままに記録したものです。

山梨県での試行錯誤が、同じような課題に向き合う自治体や、地域で誰かを支える皆さんの「次の一歩のヒント」になれば。そんな願いを込めて、この一冊をお届けします。

山梨県高度政策推進局

施策にかける思い

トリプルケアラーは壮絶な経験でした

当事者だった知事が挑む「介護離職ゼロ」への道



ケアラー支援で、山梨県は国の一歩も二歩も先を行く。原動力は、「自分もいつか当事者になる」という県庁職員の実感と、知事自身がトリプルケアラーとして絶望の淵に追い込まれた原体験だった。長崎幸太郎・山梨県知事がケアラー支援策にかける思いを語った。

介護は、ある日突然やってきます。でも実際にそうなるまでは、誰も自分のこととしてイメージしない。意識的にも無意識にも、ケアラーになる日のことから目をそらしている。何を隠そう、私もそうでした。たぶん、ほとんどの人がそうじゃないかと思うんです。

クリスマスの日に母が倒れた

2023年のクリスマスの日でした。一人暮らしの母を訪ねたら、ベッドの脇に母が倒れていたんです。そこから入退院が、3カ月ほど続きました。

ちょうど同じころ、子どもが多感な時期を迎えました。当時は本当に大変でした。親の世話をしながら、子どものケアもしないといけない。

そんな中、今度は妻が倒れた。1週間ぐらい入院しました。場合によっては、後遺症が残るかもしれないと医師から言われ、もう、仕事を続けてはいられないというところまで追い込まれました。**私自身が介護離職の瀬戸際だったんです。**

妻は奇跡的に回復して、後遺症もほとんど残らなかった。子どもは元気に学校に通っています。母も施設に入り、今はとてもよくしていただいています。でも、これは、たまたまラッキーだっただけなんです。

母が自宅跡地でアパート経営をしていて、その収入を介護費用に回せた。長くお付き合いのある医師や周りで支えてくれる人たち。誰か一人でも欠けていたら、乗り越えられなかったと思います。

でも、私のように幸運が重なる人は、多くありません。ある日突然ケアラーになって、パニックになる。親を見殺しにはできないと、仕事を手放す人もいる。子どもの場合も深い悩みになる。

パニックになるだけなら、まだいい。介護のために離職してしまったら、その先に

困っている人を放置していいはずがない。道筋を示すのが、政治の仕事です

待っているのは絶望なんです。

その**絶望の淵に追い込まれそうな人たちに、クモの糸のような、希望の光というか、なにか救いの道筋を示すべき**です。

それを誰がやるのか。困っている人がいるのに、放置していいはずがない。

この難問に道筋を示すのが、政治の仕事です。それを担えるのは、私たち県庁以外に誰もいません。

だから今回、介護保険の枠の外にある、不登校の子を抱える家庭も支援の対象に入れました。親の介護も、子どものことも、同じ家族の悩みです。

全員が、うなずいた

印象的な出来事がありました。

部局長や課長を前に「介護をしている家族を支える体制をつくりましょう」と話したときのことです。私が政策提案をすると、たいていは「また面倒なことを言い出したな」という顔をする人がいるものですが、そのときは違いました。

県幹部の皆さんがうなずいたんです。今でも忘れません。

みんな職場で、自分がケアラーであることを言わない。何事もないような顔をして働いているけれど、実際は、鳥が水かきをするように必死なんです。声に出さないだけで、誰もが当事者だったんです。

当事者に話を聞いて、分かったことがあります。多くの人は、自分がケアラーだと気づいていません。まず、自分の状況に気づき、支援は遠慮なく頼っていいのだと、意識を変えていく必要があります。そのうえで、いくら行政が支援策を用意しても、相談先が分からない人もいる。その壁を破らなければならない。そして、支えている人自身を支える仕組みが欠かせません。

これをまとめたのが、「山梨県ケアラー支援推進パッケージ」です。

自分ですべてを抱え込まない

考え方の幹になっているのは、「**ケアラーはプレーヤーではなく、マネージャーになればいい**」ということです。ケアラー自身がすべてを抱え込むのではなく、必要なサービスを選択して組み合わせていく。

ただ、そこには二つの問題があります。

一つは、選べるサービスの選択肢が、あまりにも少ないこと。だから、自分の家族に本当に合うものが、なかなか見つからない。

もう一つは、その数少ない選択肢を探し出すだけでも、ものすごく手間と時間がかかることです。介護に追われながら、仕事をしながら、最適なサービスを調べて選ぶ。マネージャーになれと言うのは簡単ですが、一人で抱えるのは、現実には無理なんです。



だから、「秘書役」が必要だと考えました。私の場合は、事務所のスタッフや秘書が、まさにその役を担ってくれた。この「秘書役をすべてのケアラーに」という思いを込めて、2026年9月にケアラーコンシェルジュを始めました。

これから力を入れたいのは、介護サービスを増やすこと。選べる幅が広がれば、ケアラーは自分の家族に合うものを見つけやすくなる。今は、それがあまりにも乏しいんです。

たとえば、今の介護施設はどうしても病室のようになりがちです。終の棲家としてもっと暮らしの場に近い居室を持つ施設や、多様な受け皿があっていい。

不登校の子どもたちも同じです。本来の目的は、学校に戻すことではなく、その子どもに学びと成長の機会を届けることであるはずです。フリースクールのような選択肢が、もっとあっていいんです。

社会の意識も、会社の意識も、変えていく必要があります。**介護休業は、介護そのものに専念するための休みではありません**。介護の体制を整えるための期間のはずです。そう位置づけ直さなければいけない。

国も、社会も、まだ動いていない

国も社会も、まだケアラー支援に機敏に動いていません。

政府は一度、「骨太の方針」にケアラー支援を入れました。それが、2026年からは消えてしまった。

社会も同じです。地域に根ざした企業はたくさんあります。そうした信頼がある企業が見守りや相談の伴走役を担うことはできないでしょうか。実際、そのような企業に協力をお願いしたところ、現場の方は理解してくれたのに、本社から断られたことがありました。なぜ断るのか、正直、理解できませんでした。

前例のない取り組みでしたが、県庁の職員の皆さんは、本当にがんばってくれました。当初は、いろいろ意見を言いましたが、いまは現場に任せています。私は自分の問題意識を言うだけです。

大事なのは、施策・サービスを受け取る側に立って考えることだと痛感しました。何かの施策を提供すること自体が目的ではありません。この人が介護離職をせずにすむには、どうするか。そこから考える。

それだけのことです。けれど、その「それだけ」が、とても難しい。難しいと分かったうえで、現場から一つずつ拾い、今後も支え続けていく。それが、行政の仕事だと考えています。

選択肢は、まだ足りない。それを増やしていくのが、今後の仕事です

県民一人ひとりが将来を自由に選択し、活躍できる

「介護離職ゼロ社会」の実現を目指して

［山梨県 ケアラー支援推進パッケージ］

ケアラー支援は、
先手を打って
予防的な対応が必要
＝県庁内に推進本部を設置

➡ P12

STEP.1 気づく

ケアラーと自覚し
すべてを抱え込まない

課題

ひとりまたは家族でケアを
負担し周囲から孤立

県民への啓発・認知度向上

- 対面での支援情報の普及・啓発（推進員）
- ポータルサイトによる情報一元化と普及➡P18
- 多様な広報媒体を最大限に活用した啓発
- ヤングケアラーに対する理解促進

企業への啓発・認知度向上

- ワークライフ＆ケアバランスの
  実現を支援するセミナーの開催
- ワークサポートケアマネジャーの養成
- ワークサポートケアマネジャーが
  実施する企業向けサービスの啓発

その他の対応

- 県・市町村職員への
  介護支援制度の普及・啓発

STEP.2 つなぐ

公的サービスへの
接続強化

課題

必要な支援との
未接続

接続促進・人材養成

- 当事者の声を拾い、支援へつなぐ
  ポッドキャスト配信➡P22
- ポータルサイトに生成AIを搭載
- 不登校児童や家庭をつなぐ
  スクールソーシャルワーカーの
  配置と増員に向けた研修の実施➡P28
- ヤングケアラー・コーディネーターの養成等

相談窓口の設置

- 専門職（介護支援専門員、
  保健師等）による土日祝電話相談
- 妊産婦・子育て家庭の
  育児不安相談窓口の設置

その他の対応

- 認知症の人とその家族を支援する
  連携体制構築

STEP.3 支える

公的サービスの
さらなる充実

課題

負担増による
心身の不調

伴走支援体制

- 伴走支援体制
  「ケアラーコンシェルジュサービス」の
  構築➡P38

職場環境の整備

- ワークサポートケアマネジャー、
  社労士などの派遣

支援機関の連携強化

- 事例検討会による職員等の
  スキルアップと支援機関の連携促進

負担軽減策

- ユニバーサルツーリズムの推進
- 難病児・家族の療養環境向上に向けた
  レスパイト施設の活動支援等

その他の対応

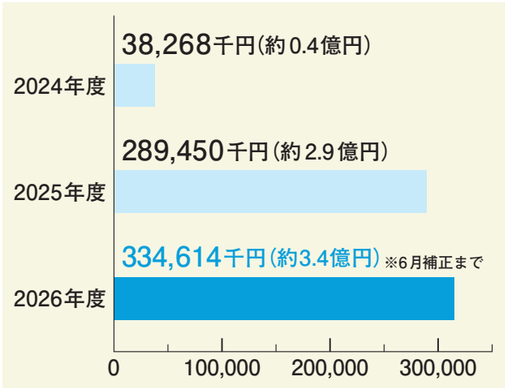
- 悩みの共有や情報交換等を行う
  機会の提供➡P35
- 認知症、障害者、がん患者、
  難病等の家族支援体制整備
- ひとり親家庭の緊急時における
  支援体制整備
- 企業の就業規則、
  働きやすい職場環境整備支援

ケアラーが介護を理由に仕事をやめれば、
企業は貴重な働き手を失い、
企業活動に支障が出る。
地域経済は停滞しかねない。

仕事をやめたケアラーは収入が減り、
介護生活で心身が疲弊する。
社会的に孤立し、
自らの才能を活かす機会を失い、
自己実現が難しくなる。

山梨県は2025年5月、
ケアラー支援推進パッケージをまとめた。
さらに、2026年9月にパッケージを
バージョンアップした。

県の予算措置額



介護離職ゼロを目指す 山梨県の挑戦

ケアラー支援施策検証冊子

施策にかける思い

トリプルケアラーは壮絶な経験でした
―― 当事者だった知事が挑む「介護離職ゼロ」への道 ……01

山梨県ケアラー支援推進パッケージ

「介護離職ゼロ社会」の実現を目指して……04

ケアラー実態調査

ケアラーは、想像よりずっと近くにいる。―― データでわかる、ケアラーの現実 ……07

STEP.1 気づく

実績と残された課題 ……11

推進本部発足
自ら手を挙げ、球を拾いにいく――県庁の壁を壊した3人の9カ月……12

東京大学発の政策提案
「助けて」と言わない人に、届ける――学生がたどり着いた街の理美容室……15

ポータルサイト
ミッションは「4カ月後に公開せよ」―― 部長室に積まれた紙の束がAIに変わるまで……18

STEP.2 つなぐ

実績と残された課題……21

ポッドキャスト開設
気づかない人にも届けたい ―― ケアラー×エンタメ……22

施策立案アプローチ
「より良くする」を手放さない ―― 事業の芯を変えた政策デザイン……24

スクールソーシャルワーカー増員
学校に行けない子どもを支える保護者にも、支えが必要……28

STEP.3 支える

実績と残された課題……31

知事との直接対話
制度はある。でも届いていない！―― 県を動かした当事者の声……32

交流会開催
「いい家族」を演じなくていい場所 ―― 山梨県初の「ケアラー交流会」……35

ケアラーコンシェルジュ
介護と仕事の間に立つ ―― “秘書役”を県が立ち上げるまで ……38

山梨県の施策を評価する

「つくって終わり」にしない／個人が動き、社会が変わるまで
――宗像直子（東京大学公共政策大学院 特任教授）……42

先進県・山梨の、その一歩先へ／「気づく・つなぐ・支える」を超えて
――紀伊信之（日本総合研究所 リサーチ・コンサルティング部門 高齢社会イノベーショングループ 部長／プリンシパル）……44

資料編

「介護離職ゼロ」へ――山梨県の軌跡 ……46

山梨で効いた5つのこと／支援がほしいときの連絡先 ……50

コミック「突然ケアラーになったら」……裏表紙からお読みください

この冊子でいう「ケアラー」

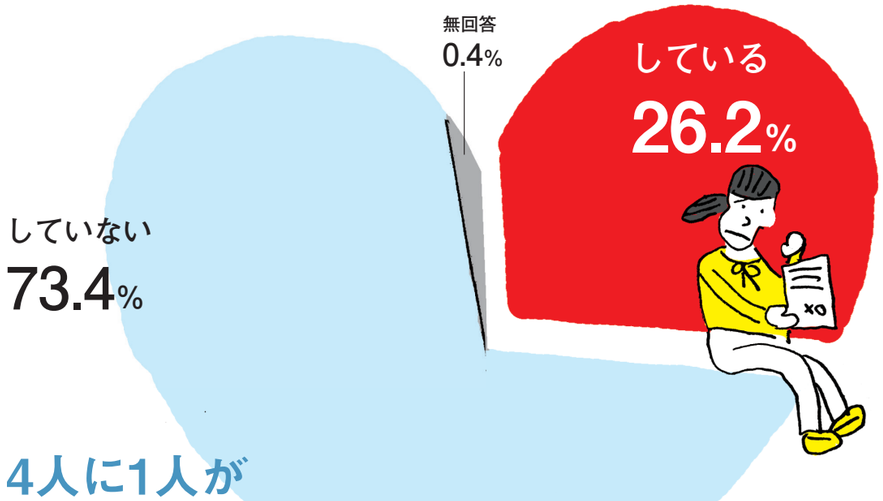
家族や身近な人の介護、看護、世話を担っている人のこと。高齢の親の介護に限らず、障害や病気のある家族の世話、子育てと介護が重なるダブルケア、家族の世話を担う子ども（ヤングケアラー）、そして、学校に行けない子どもを支える保護者も含みます。山梨県は、ケアを担う人を広い概念で捉えています。

いま、介護や家族のことで困っている方へ ➡ P50の連絡先と、裏表紙からのコミックをご覧ください。
自治体の方へ ➡ P46からの資料編を参照ください。

データでわかる、ケアラーの現実

ケアラーは、想像よりずっと近くにいる。多くの人が、ひとりで静かに無理を重ねている。

山梨県は2025年、県民4,000人と支援機関、企業にケアの実態を尋ねた。
数字から現実をたどる。



4人に1人が誰かをケアしている

DATA.01

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みます。

（単一回答、n=1,851）

2割が10年以上ケアラー

DATA.02

あなたはケアを何年ぐらい続けていますか。

（n=659）



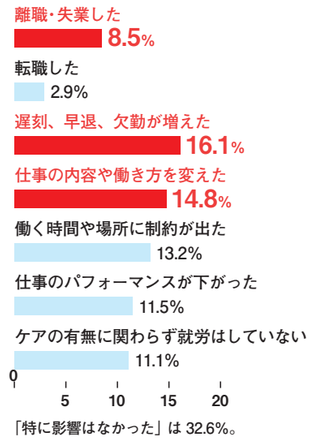
項目	数値（%）
1年未満	11.2%
1年以上3年未満	23.4%
3年以上5年未満	18.4%
5年以上7年未満	12.7%
7年以上10年未満	10.9%
10年以上20年未満	12.4%
20年以上	7.9%
無回答	3.0%

ケアラーの8.5%が仕事を手放している

DATA.03

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）



「特に影響はなかった」は32.6%。

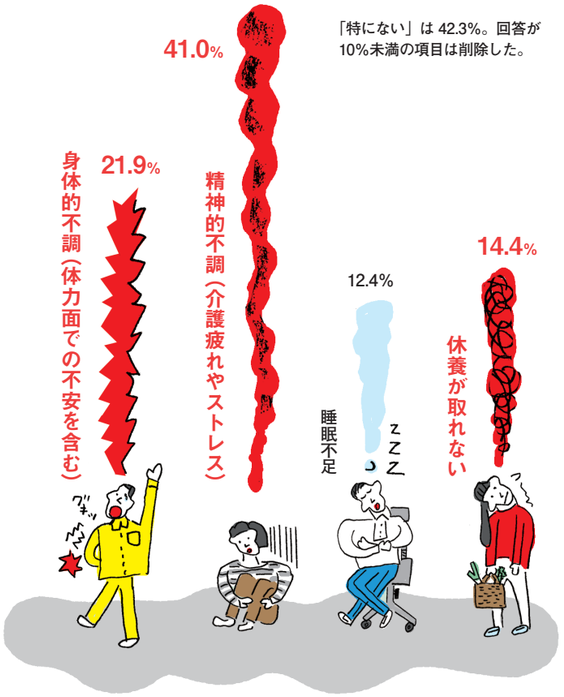
イラスト・ワタナベケンイチ

こころとからだを少しずつ削る

DATA.04

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）



「特にない」は 42.3%。回答が10%未満の項目は削除した。

3割超が「サービス利用せず」

DATA.06

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。（複数回答、n=659）

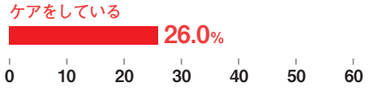
項 目	数値 (%)
通所サービス	37.0%
在宅・訪問サービス	20.6%
宿泊サービス（ショートステイ（短期入所））	15.2%
移動支援	2.3%
子育て支援サービス	5.0%
高齢者サロン等（地域活動支援センター等）	3.9%
福祉用具利用	12.9%
その他	5.8%
利用しているものはない	32.3%
わからない	1.4%

5人に1人が孤独に介護

DATA.05

あなたは、ケアを誰と行っていますか。

（複数回答、n=485）

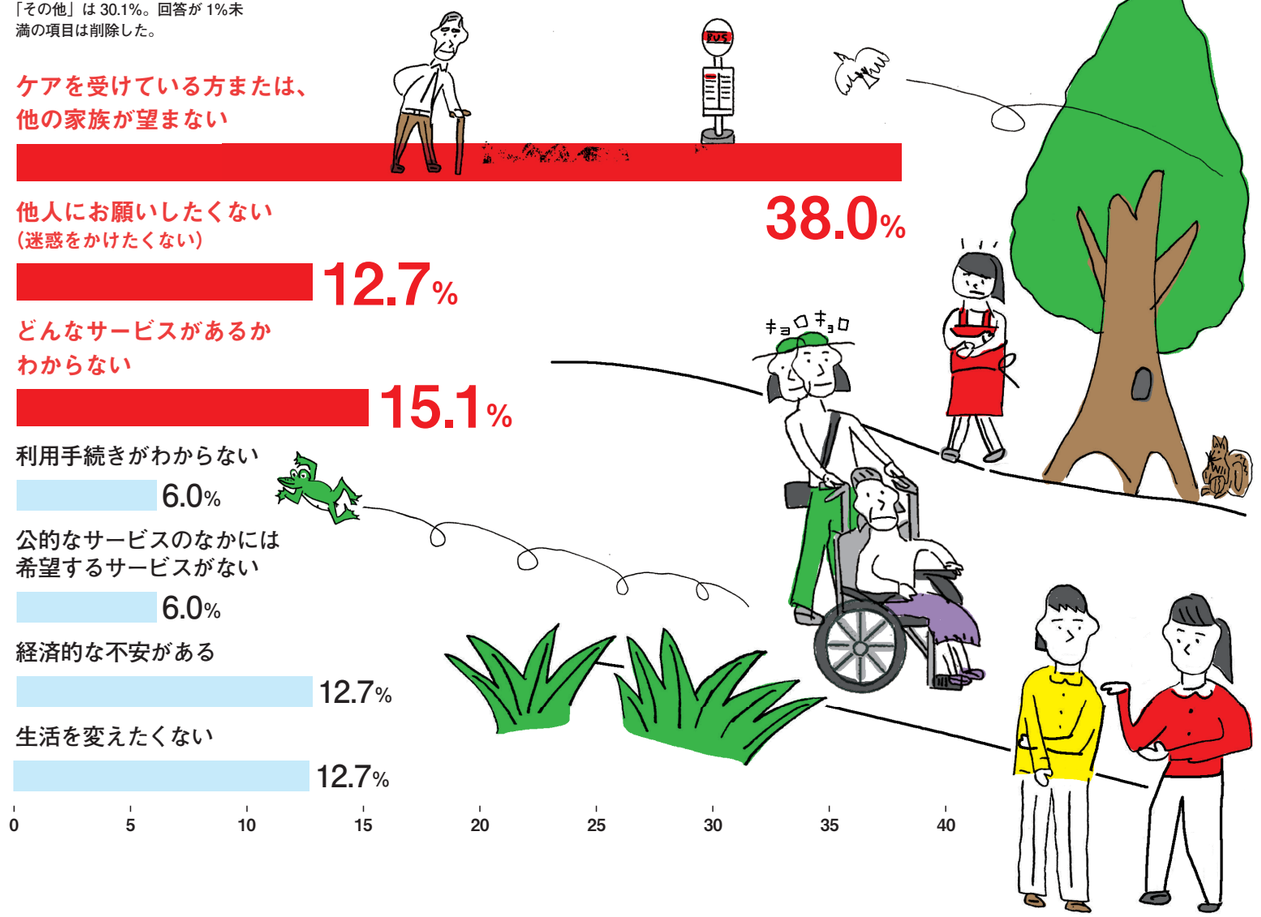


回答が 5%未満の項目は削除した。

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）

「その他」は 30.1%。回答が 1%未満の項目は削除した。

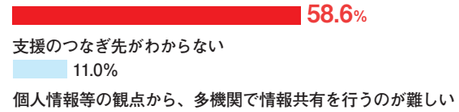


専門機関も手に負えない

DATA.07

ケアラーやその家族、ケアを必要とする方（要介護者）への対応で課題に感じることはありますか。

（複数回答、n=145）

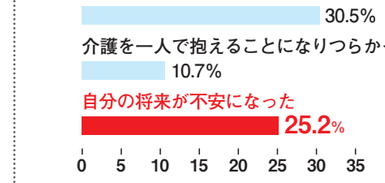


お金も将来も不安

DATA.08

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）



「特にない」は 22.9%。回答が10%未満の項目は削除した。

介護休業に対して企業は冷たい？

介護休業を「仕事を続けるための期間」だと積極的に捉える企業は全体の 4 割だった

DATA.09

介護休業に関する貴社の考え方に最も近いものをお選びください。

A 介護休業期間は従業員が主に仕事を続けながら介護をするための体制を構築する期間である

B 介護休業期間は従業員が介護に専念するための期間である

（単一回答、n=494）

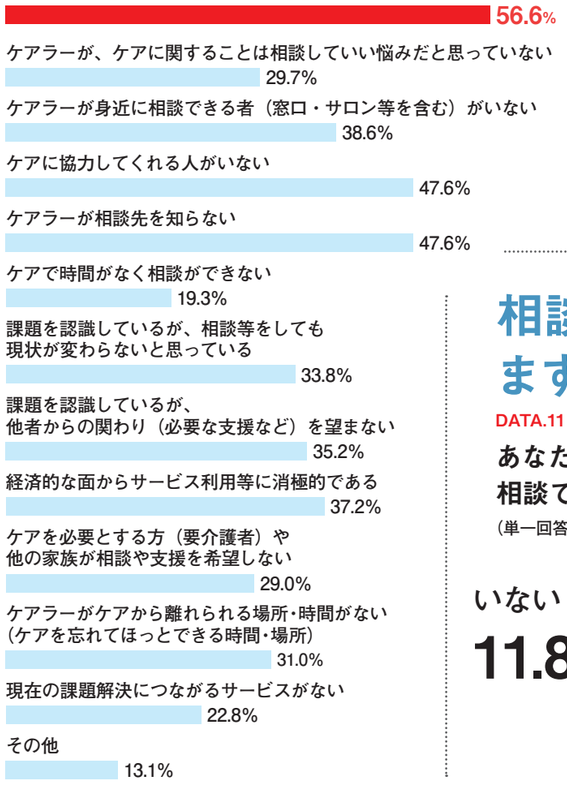


「自分がケアラー」と気づいていない

DATA.10

ケアラーが抱える悩みや課題が解決しない要因は何だと思いますか

（複数回答、n=145）



県ケアラー実態調査

・県民調査
［調査期間］2025年1月10日～2025年2月4日［調査対象］県民4,000人（無作為抽出・18歳～80歳）［回答数］1,851件（回答率46.3%）※上記の他、調査期間中に支援機関を利用した者にも同内容の調査を実施（回答数:273件）
・支援機関調査
［調査期間］2025年1月10日～2025年1月31日［調査対象］県内500支援機関（市町村福祉、介護、障害、自立支援、こども分野等）［回答数］145件（回答率29.0%）
・企業調査
［調査期間］2025年1月10日～2025年1月31日［調査対象］県内に事業所を有する2,300社［回答数］494件（回答率21.5%）



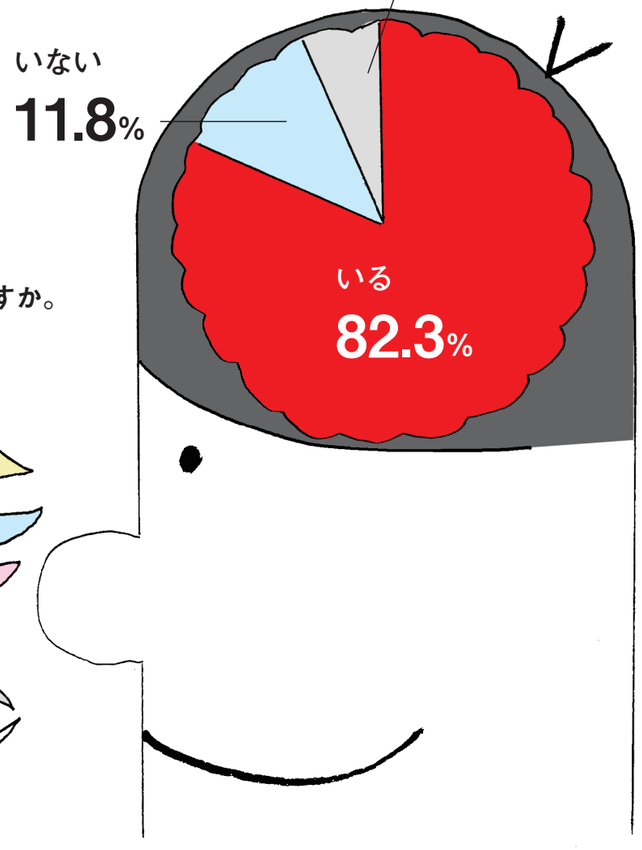


相談相手はまず家族

DATA.11

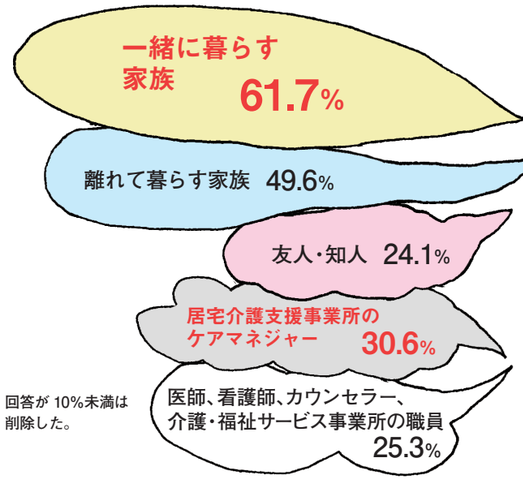
あなたは、ケアについて相談できる相手はいますか

（単一回答、n=485）



相談できる相手は誰ですか。

（複数回答、n=399）



回答が 10%未満は削除した。

STEP:1

気づく

［課題］

ケアの悩みは家族の中で抱え込まれ、周囲から見えにくい。

ケアラーだという自覚がないことも多く、支援を求める発想が生まれにくい。

［県の挑戦］

縦割り行政を改め、部局の壁を超えて束ねる山梨県ケアラー支援推進本部を置いた。実態調査で実像をつかみ、その結果をもとに県民や企業に対する啓発活動を広げた。

情報を一元化したポータルサイトを開設し、必要な支援情報にたどり着けるようにした。さらに、東京大学大学院の研究室と組んで、データだけでは見えてこない「本当に困っている一人ひとりの姿」を具体化して、施策立案をしようとしている。

［検証］

ケアラーへの支援は、「問題を先に察知して先手を打つ」という「予防的」な取り組みが欠かせない。しかし、県内の支援機関の 56.6% が、ケアラーの課題が解決しない要因として、「本人にケアラーだという自覚がない」を挙げ、最も多かった（県実態調査・支援機関）。ケアラー自身が「自分のことだ」と気づかなければ、抱え込みも孤立も防げない。

啓発は、知りたい人には届く。だが本当に届けたいのは、「自分は関係ない」と思い込んでいる人たちだ。

窓口を開けてケアラーが相談に来るのを待っていては、支援は手遅れになってしまう。暮らしの動線の中で、「あなたはケアラーだ。ひとりで背負わなくていい」と、気づいてもらう山梨県の試みは、まだ始まったところにある。



推進本部発足

自ら手を挙げ、球を拾いにいく
県庁の壁を壊した３人の９カ月

すべては、県庁組織を「壊す」ことから始まった。部局の垣根をなくし、県庁組織に横串を刺した結果、「山梨県ケアラー支援推進本部」は生まれた。発足直後、混乱の中に立った3人が語った。

2024年6月の県議会で、知事・長崎幸太郎が「介護離職ゼロ社会を目指し、今後のケアラー支援の取り組みを検討する」と述べた。県庁内はその言葉の真意を感じ取った。「県庁組織の解体と再構築が始まる」と。なぜか。

「ケアラー」と言っても、ヤングケアラーや老老介護、子育てと介護が重なるダブルケア、不登校、障害者支援など、タイプは多様で、県庁の担当課も異なる。県庁が一体となってケアラーを支援するには、担当課の垣根を壊して「横串」を刺す組織が必要になるからだ。

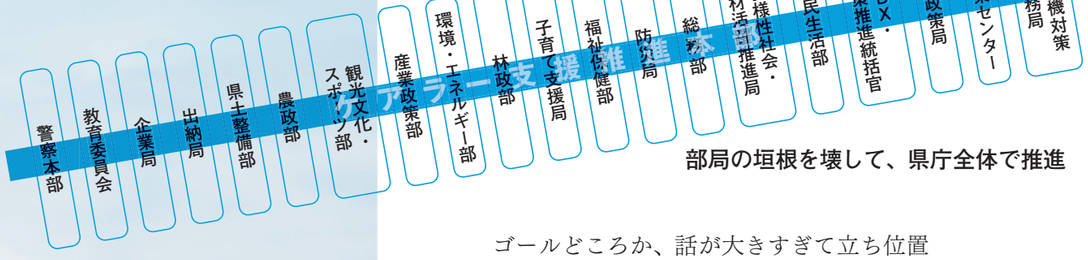
知事の宣言から1カ月後の2024年7月18日、「山梨県ケアラー支援推進本部」が発足した。知事を本部長に、集まった部局長らは20人を超えた。

推進本部の調整役を担ったのは、県民生活総務課のプロジェクトマネージャー・深澤正弘、課長補佐の清原昭典、役職定年で指導主幹に就いた井上泰子の3人だった。

職員4人に1人がケアラー
他人事が、自分事に

7月1日に配属されたばかりの深澤にとって、ケアラーは未知の領域で「目指すべき





ゴールどころか、話が大きすぎて立ち位置すら分からない」状態だった。井上を中心に、あらゆるデータをかき集めて現状を把握することから始まった。

最初の一手は7月初旬に実施した県庁職員向けのアンケートだった。

結果は重かった。

職員の4人に1人が現役のケアラーで、その2割がダブルケア。子育てや介護に悩んだ経験がある人の半数以上が「解決できなかった」と回答した。

清原自身、当時は母を介護していた。県庁職員なのに、どこに相談すればいいのか分からずにいた。「7月末に母は亡くなったのですが、ある日突然ケアラーになり、すぐに判断を迫られる。だから、得られる情報は多いほうがいいと強く感じました」。

3人は「ケアラー問題は他人事ではない。待ったなしの自分事だ」と気づいた。

現状を知るため、県民への実態調査に向けた設問作りを始めた。

管理職がいないフラットな場
本音があふれ、激論に

深澤は各課にこう投げかけた。「どんな政策を実施したいのか。そのためにどんなデータが必要か考えてほしい」。

すると堰を切ったように、各課から設問案が提案され、想定の設問数の2倍以上になった。「まるで各課で温めていたものが、一気にあふれ出た感じでした」と深澤は振り返る。

STEP:1 気づく

議論の場は、推進本部の幹事会の下に置かれた「部会」だった。参加者は各課の課長補佐などの非管理職で、現場でケアラー当事者の声を拾ってきた比較的若いメンバーだった。管理職が集まる幹事会と切り離したことで、意見を出しやすい空気になっていた。

部会は7月から翌年3月まで、月1回ペースで計7回開かれた。個別の打ち合わせやメールも重ねられた。調査の回収率を上げるためには設問数を絞らなければいけないのに、どの課も「この設問は絶対に残したい」と譲らない。毎回、激論になった。

調整役であるはずの3人も激論を交わした。

深澤と井上は、ケアラーの状況をどこまで掘り下げるかで衝突した。間に立つ清原は「ハラハラする毎日でした」と振り返る。

「何事も3人だけで決めなかったことがよかった」と深澤。すべての議題を合議で決めた。フラットな議論の場をつくり、各課の納得を得ながら進めていった。

設問づくりに半年をかけ、2025年1月、実態調査を始めた。集計分析を委託したシンクタンクから届いた調査結果の速報値を見て、「在宅介護の担い手の多くは女性という山梨の現実が、数字で明らかになった」と井上は思った。

役所あるあるが消えた 押し付け合いのない9カ月

推進本部は、実態調査と並行して、ポータルサイトの構築や翌年度予算の確保に動いていた。

新年度予算を決める最終段階の2025年1月下旬、役所らしい出来事が起きた。

不登校児童・生徒の実態調査をする担当課がすぐに決まらない。知事部局か教育委員会か――。

だが、この頃の推進本部内には、仕事を押し付け合うのではなく、自ら球を拾いにいく空気があった。県民生活総務課が手を挙げ、予算の知事査定にギリギリで滑り込み、予算を確保した。

その後、調査結果の速報値をもとに、支援策の骨組み作りを始め、山梨県ケアラー支援推進パッケージをまとめた（2025年5月に正式決定）。

2025年3月末、県民生活総務課は組織改編でなくなり、3人も別々の部署に配属された。ただ、組織の形は変わっても、彼らが作り上げたものは残った。

全庁の当事者意識、データに裏打ちされた支援の柱、相談窓口を集約したポータルサイト……。

バトンは新設された総合県民支援局の「働く人・働き方支援課」などへ引き継がれた。

駆け抜けた9カ月間。井上は「各市町村にも、各分野にまたがるケアラーの取り組みを調べて報告してもらいました。大変だったと思います。でも、縦割り組織に横串を通し、自分たちの支援を改めて見直す機会になったのではないでしょうか」。

縦割りを越えて自ら球を拾いにいく。その姿勢が県庁の内外へ広がっている。

POINT

部局の垣根を壊し、全庁横断で ケアラー支援推進本部が発足した

職員の4人に1人が現役ケアラー 「自分事」の気づきが組織を動かした

独断を排したフラットな合議制が 各課の納得を生み、 前進するエンジンに

東京大学発の政策提案

「助けて」と言わない人に、届ける 学生がたどり着いた 街の理美容室



助けを求めない人がいる。
だが、支援が要らないわけではない。
「介護は自分がして当然」。
その思いが、「助けて」を言わせない。
声にならない声を、どうすくい取るか。
学生たちは、街のある場所に目をつけた。

山梨県内でフィールドワークに臨む学生たちに、ケアラーの女性はこう語った。

「私は恵まれた環境で、親の介護を頑張れているんです。ご近所さんからも『偉いね』と声をかけられます」

女性は今の状況を前向きに肯定していた。だが、この言葉を聞いた学生たちは“違和感”を覚えた。この気づきが、のちに一つの政策を動かす出発点になった。

たった一人に、とことん入り込む 浮かんだ「無自覚」という壁

東京大学公共政策大学院の講義「公共政策のデザイン」は、学生が主体となりデザイン思考で政策立案に挑む授業。2025年度から山梨県で実習を始めた。こだわったのは、大勢の平均ではなく、個人の具体的な声を徹底して拾い上げることだった。指導に当たった宗像直子特任教授は説明する。

「統計や数字を眺めるだけでは現場とのズレが生じ、本当に使える政策にはなりません。現場の声を掘り下げ、その立場に憑依するくらいになれて初めて、隠れた本質的なニーズが見えてくる。鳥の目と虫の目を行き来することが重要です」

個人の声に耳を傾けるフィールドワークの中で、支援機関とつながっていないケアラーの課題に踏み込んだ学生たちがいた。学生たちが実感したのは「親の介護は子がして当然」という規範意識が強いこと。

さらに、県の調査などでもケアラーであることを自覚していない人が多く、仮に自覚していても支援を受けること自体に抵抗感や罪悪感がある。そんな支援につながりにくい〝潜在層〟の多さも感じていた。

これでは、行政が窓口を開くだけでは、必要な支援が届かない。

この壁に対処するため、学生たちは具体的な人物像を想定して支援策を考えること

にした。40〜50代、共働きで、介護と子育てに追われている。それなのに「助けが必要」とは自覚していない——という人物だ。

宗像教授は言う。

「『私は大変なんです、誰か助けて』と声を出せる人は、行政が支援を想定しやすい対象です。でも実際には『前向きに頑張れているから支援は必要ない』という人もいる。その声を上げない人に違和感を持てたことが、学生のアンテナが立っていた証拠だと思います」

鏡越しに、SOSを拾う 街に溶け込んだ「相談所」

自ら助けを求めない当事者にも、支援を届けたい。学生たちは、日常の動線に注目した。

たどり着いたのが、街の「理美容室」だった。理美容師を「ケアラーサポーター（支援推進員）」に認定すればいいのではないか、と考えた。

ケアラーサポーターとは本業のかたわら、支援の重要性を広めたり相談窓口や支援情報を提供したりする人々。専門的な相談は専門機関に委ね、サポーターは日常会話の中で「一人で抱え込まず、プロに相談してみませんか」と気づきを促す“つなぎ役”になる。山梨県は2025年に第1回養成講座を開き、約470人を認定したばかり。この役目を、理美容師にも担ってもらおうと学生たちは考えた。

理美容室に着目した理由は三つある。

一つ目は店舗数の多さだ。県内の理美容室は約3,580店で、コンビニのおよそ6倍にのぼる。二つ目は心理的な話しやすさ。髪を切られながら鏡越しに言葉を交わすという、ほど良い距離感が本音を引き出す。三つ目は定点観測ができること。同じ客が1〜2カ月ごとに通うため、外見の変化や何気ない会話から自覚のないSOSに気づける可能性がある。

この着想を裏づけるため、一人の男子学生が自身の祖母にインタビューをした。静岡・御殿場で長年個人美容室を営んでいた彼の祖母は、客の健康や悩み事に助言するのが日常だった。

「よそには漏らせないけれど、“近しい他人”だからこそ出てくる愚痴があるんだよ」

祖母の言葉に学生は確信した。理美容室こそ、行政の網からこぼれた人を見つける“スクリーニングの場”になり得ると。



左から橋本直樹非常勤講師、宗像直子特任教授、提案チームの受講生

「私は恵まれているんです」——その違和感から、始まった

宗像教授も、このアイデアを聞いて「膝を打つ思いでした」と言う。「すでに街に溶け込んだお店を生かせるし、理美容師の方々に全く新しいことをお願いするわけでもない。難しい予算要求もいらず、実現へのハードルが低い」ことも評価のポイントとなった。

踏み込めるのは、どこまでか 新しいセーフティーネットのかたち

今後、県は実際に理美容師に働きかけ、街になじんだ店を「相談の入り口」に変えていく予定だ。橋本直樹非常勤講師は「行政も一人で抱え込まず、街と組む。新しいセーフティーネットの形」と話す。

もちろん課題もある。理美容師が個人の事情にどこまで踏み込めるのか。学生たちも「踏み込める度合いは人による」「地域密着だからこそ成り立つ仕組みで、都市部のチェーン店には向かない」と、汎用性の限界を認める。養成講座を受講することも、理美容師の負担になりかねない。まずは無理のない範囲から始め、少しずつ輪を広げていく必要がある。

福祉のプロではない理美容師にどこまで託せるのか。課題を残しながらも、試みは動き出す。「私は恵まれているんです」と話す人のその先へ。鏡越しの何気ない会話が、支援への入り口になるかもしれない。

POINT

- デザイン思考で、たった一人に迫り「助けを求めない人」の存在に気づいた
- 理美容室は県内のコンビニの約6倍 暮らしの動線を、支援の入り口に
- 福祉の専門家ではない理美容師が 支援の「つなぎ役」になる

STEP:1 気づく

ポータルサイト

ミッションは「4カ月後に公開せよ」

部長室に積まれた紙の束がAIに変わるまで

高齢の親、幼い子、学校に行けない子。
分野が違えば、窓口が違う。
県内27市町村は、
情報の載せ方もそれぞれ違った。
目当ての支援にたどり着くには、
ホームページを一つずつ
クリックするしかない。
県は、散らばっていた情報を一つに集めた
ポータルサイトを立ち上げた。
走りながらつくった4カ月の記録をたどる。

2024年12月4日朝、キックオフミーティングが開かれた。ゴールは、ケアラー支援の情報を一つに束ねたポータルサイトを作り、翌年4月1日に公開すること。プラットフォーム構築、チャットボット、生成AI活用……。集まった職員は、議題を並べただけで、作業量の多さを実感した。

県民生活総務課（当時）の土屋勇歩（左）と、
働く人・働き方支援課（当時）の渡邊尚子（右）





117項目×27市町村をどう束ねた？

- FAQは「相談窓口」「各種サービス」「当事者・居場所」「民間サービス」などの分類ごとに、窓口名・URL・対象・支援内容を一件ずつ埋める。項目数は117。
- 当初は各市町村のホームページのURLだけを集める予定だった。だが、必要な窓口情報を引き出せず、117項目の直接回答に方針を切り替えた（2024年12月19日依頼、2025年1月8日締め切り）。

生成AIの何を確かめた？

- 職員だけの試験運用で、AIの回答を集める。
- 的外れな回答を減らせているかを検証する。回答を1件ずつ人が読み（定性）、正しく答えられた割合を数字で測る（定量）。

散らばった27市町村・117項目を人の手で束ねた

フォーム構築、チャットボット、生成AI活用……。集まった職員は、議題を並べただけで、作業量の多さを実感した。

ケアラー事業を率いるプロジェクトマネージャーの深澤正弘は「人手が足りない。このままでは4カ月後にサイトを公開できない」と感じた。同じ課で働いていた、当時入庁8年目の土屋勇歩に声をかけた。きめ細やかな仕事ぶりを知っていた。「ちょっと手伝ってほしい。ミーティングに同席してくれないか」。気づけば、土屋はポータルサイトの主担当になっていた。

サイトの目玉の一つがチャットボットだ。県民が困りごとを入力すると、住む地域の支援策が返ってくる。回答のもとになるFAQ情報は、すべて人の手で用意しなければならない。項目数は117。それを27市町村分集める。年末年始を挟んだ約3週間、土屋は市町村からの問い合わせ電話を一人でさばいた。「忙しすぎて、とにかくお願いするしかありませんでした」。

すべて印刷して、一つずつ確認する公開前の「最後の追い込み」

回答の質も量も、市町村ごとに差があった。3月の最終週、深澤と土屋らが部長室に集まった。広い机の上に、117項目×27市町村分をすべて印刷した紙の束を広げた。

情報が欠けている欄は、その市町村のホームページを自分で調べて埋めた。どの市町村を開いても同じ水準で情報がそろっている状態を目指した。

サイトの画面づくりとチャットボットの実装は、担当課を中心に開発事業者と調整しながら進められた。

STEP:1 気づく

DX課課長補佐の伊藤大介（当時は副主幹）と主任の大木久も技術的な助言をした。

週2〜3回の定例会議で、宿題が出て、返し、また出る。4人とも別の仕事を抱えながら、走り続けた。深澤と土屋の仕事は連日深夜0時を超えた。

2025年4月1日、予定通りポータルサイトが公開された。

「無理だ」から始まった検証 生成AIを県民に届けるまで

新年度、サイトの運用を引き継いだのは、働く人・働き方支援課副主査の渡邊尚子だった。まず、前年度の議事録と設計書をすべて読むことから始めた。

任された仕事は、生成AIの一般公開。登録済みのFAQから答えるチャットボットと違い、生成AIはAI自身が言葉を組み立てて回答を作る。それを、職員だけの試験運用から、県民の誰もが使える状態にする、という仕事だった。

「引き継ぎを受けた当初、実現は無理だと思っていました」。引き継ぎでは、回答の精度はまだ高くないと聞かされていた。的外れな回答を減らすため、前例を探して47都道府県を調べたが、参考になる情報は見つからなかった。DX課と保守事業者の力を借り、検証の進め方を一から組み立てた。

回答を1件ずつ読み確かめることを繰り返した。やがて、品質は目標の水準を上回った。「これならいける」。ところが12月、AIのバージョンが上がり、確認はやり直しになった。AIを動かすにはシステム改修が必要になった。

渡邊は財政課に必要性を説明し、年度内の公開にこぎつけた。

立ち上げ当初、生成AIはでたらめな回答を返すことがあった。公開の報告を受けた深澤は「めちゃくちゃ嬉しかった」と笑う。「公開できます」と聞いたとき、自分が見ていたものとは、まったく違う景色がそこにあった。

渡邊もまた、2026年4月に異動した。担当者は替わっていく。それでも、「県民のために、正確な情報を届ける」という一点は変わらない。



DX課の伊藤大介（左）と大木久（右）

POINT

117項目×27市町村のFAQを人の手で束ね あらゆる支援情報を1カ所に集約した

定性・定量の両面で回答精度を検証し生成AIの一般公開にこぎつけた

STEP:2

つなぐ

［課題］

支援制度をつくっても、必要とする人にまで情報が届いていない。

支援があると知っても、自分からは動きだしにくい。相談先もわからないまま、悩みは家族の中に閉じてしまいがちになっている。

［県の挑戦］

県は、支援を受けるきっかけをつくるポッドキャストを始めた。さらに、介護保険の枠におさまらない「ケアラー」への支援にも踏み込んだ。それが、学校に来られない子とその家庭だった。県は、スクールソーシャルワーカーの増員や、ヤングケアラー・コーディネーターの養成など、支援につなぐ人材の育成に取り組んだ。

政策立案にあたり、県は前例を踏襲することをやめた。「県民一人ひとりの声を聞く」という発想で施策を設計し直し、当事者の声を政策づくりに接続していった。

［検証］

ポッドキャストは「聴きたい」と思う人には届く。

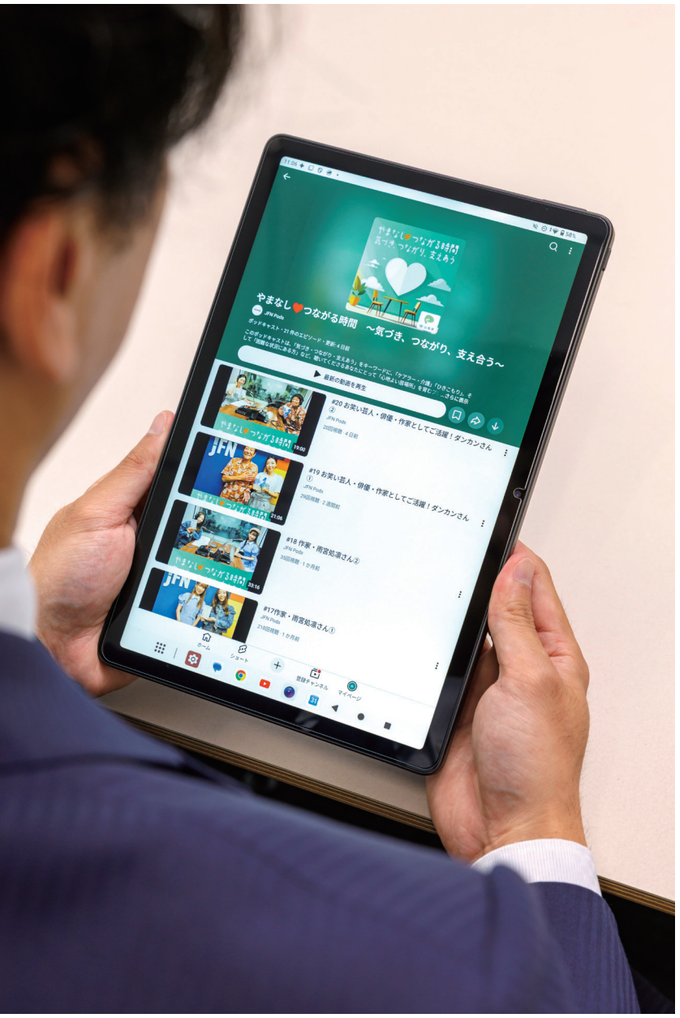
しかし支援機関の47.6%が、支援が届かない要因に「ケアラーが相談先を知らない」を挙げた（県実態調査・支援機関）。相談できる相手も、最も多いのは「一緒に暮らす家族」（6割）で、公的な支援につながる人は限られている（同・県民）。支援への入り口は十分に周知されているか、そして「頼ってよかった」と思える中身にサービスが設計されているか。＜つなぐ＞仕事の真価が問われる。



ポッドキャスト開設

気づかない人にも届けたい
ケアラー×エンタメ

著名人の体験談に聴き入るうち、ふと心が軽くなる。
そんな堅苦しくないポッドキャスト番組が好評だ。
ケアラー当事者にも、
自分が当事者とは気づいていない人にも。
悩みを抱え込む前に、
耳元の声がそっと寄り添う。



聞こえてくるのは、パーソナリティの軽快な進行と、ゲストの赤裸々な体験談。まるでエンタメ番組のようだが、提供元は「山梨県」、話題はヤングケアラーや在宅介護といった深刻な社会課題だ。

2025年9月、全国的にも珍しい行政発のポッドキャスト番組『やまなし♥つながる時間 ～気づき、つながり、支え合う～』の全国配信が始まった。

きっかけは実態調査で「自分では気づかないまま介護や世話をしている人が多数いる」と分かったことだった。啓発を進めるため、匿名性が高く、時と場所を選ばず一人で聴ける音声メディアに注目した。悩みを抱える人に、気づきや支援のきっかけを届けられる予感があった。

まず、聴いてもらう
誰もが聴きやすい番組に

テーマは重い。でも、肩ひじ張らずに聴ける番組にしたい――。この前代未聞のプロジェクトを任されたのが、働く人・働き方支援課主事の木村優斗だった。

知事・長崎幸太郎の助言もあり、木村は堅苦しくなりがちな行政番組に「エンタメ性」を盛り込んだ。人気パーソナリティの浜崎美保さんを起用し、安藤なつさん（メイプル超合金）や山田ルイ53世さん（髭男爵）ら実体験を持つ著名人をゲストに招いた。

当初、支援の現場からは「重いテーマにエンタメ性はやりすぎでは？」という懸念の声も出た。でも、「まずは聴いてもらえなければ意味がない。当事者以外にも広くリーチし、社会全体で支え合う土壌を作りたい」と説得を重ね、理解を得た。

反響は高い聴取率に表れた
届いている、という手応え

2026年4月からは番組の担当が総合県民企画室へ移り、主任の雨宮悠太が木村の後を継いだ。木村がゼロから作り上げた「気づきとつながりの場」を、いかに定着、発展させるかというミッションが託された。

華やかな番組の裏には苦労もある。テーマに沿う実体験を持つ著名人のゲストを予算内で確保するのは至難の業。月2回の配信を続けるため、次回収録の準備が直前の放送対応と重なることもあった。

番組の再生回数は開始約1年で4万6000回を超えた。radikoに番組冒頭に流す音声広告を出したところ、一般的に0.5％とされるクリック率が8～12％を記録した。20秒の音声広告の完全聴取率も約98％に達した。

リスナーからは「遠距離介護の移動中にたまたま聴いて、毎回楽しみにしています」という声も届いた。若年層へのアプローチやリスナーの定着化は課題だが、雨宮は「今後は培ったノウハウを生かし、費用対効果の高い広告に注力するなど、次の一手を打ちます」と話す。

番組SNSで「一人で抱えこまなくていい。ここは、あなたの居場所になります」と呼びかけている。番組は今後も悩む人々に寄り添い続ける。リスナーの「もしかして自分も」「あの人も」との気づきが、支援につながるきっかけになるかもしれない。耳元に届ける声が、支え合う社会をかたちづくっている。



働く人・働き方支援課の木村優斗（左）、総合県民企画室の雨宮悠太（右）

POINT

- **行政発のポッドキャスト番組を開設
“ケアラー予備軍”にも届ける**
- **著名人の実体験をエンタメ性で届け
「まず聴いてもらう」番組をつくった**

施策立案アプローチ

「より良くする」を手放さない
事業の芯を変えた政策デザイン



デザインと聞けば、
ロゴや色を思い浮かべる人も多い。
だが、「ヘルプマーク」を
手がけた永井一史さんは違う。
「より良くすることが、デザインなんです」
山梨県のケアラー事業は、
その一言から組み替わっていった。

外見からは事情のわからない人が持つ「ヘルプマーク」は2012年に東京都が配り始め、今は全国に広がっている。赤地に白の十字とハートのマークのグラフィックデザインを永井一史さんが手がけた。

永井さんは博報堂を経てHAKUHODO DESIGNを設立し、企業ブランディングに加え、自治体や地域の課題にも取り組んできた。

「デザイン先進県」を掲げる山梨県は2024年8月、永井さんにチーフデザインオフィサー（CDO）を委嘱した。デザインの考え方を県の政策づくりに持ち込むのが狙いだった。同年11月には山梨デザインセンターが開設され、センター長も兼ねる。

永井さんは「より良くすることがデザインなんです」と言う。ロゴや色だけでなく、県のあらゆる仕事にデザインを掛け合わせ、サービスの質を上げ、新しいものを生む。

その仕組みができれば、事業は自走的に動きだす。政策立案におけるデザイン思考とは、制度や数字から考え始めるのではなく、「困っている一人の当事者に何が本当に役立つか」を問い直し、そこから施策を組み立てていく考え方だ。ケアラー支援施策の立案には、その考え方を持ち込んだ。

永井さんと、県職員のプロジェクトディレクター・深澤正弘が当時を振り返りながら語り合った。

「誰が困ってるのか」――その問いが事業の向きを変えた

数字の先にいた「本当に困っている人」

深澤正弘　永井先生と初めてお会いしたのは、2024年の暮れでした。実態調査の設計を固める間際で、調査票を手に相談にうかがって……。

永井一史　実態調査をして定量的なデータを得ることはもちろん大事です。でも、本当に機能する政策を考えようとすると、それだけでは足りない。「どういう人が本当に困っているのかを、きちんと知ることが大事なんじゃないですか」とお話ししましたね。

深澤　その言葉が、私にとって最大の転機だったんです。行政でやりがちなんですよ。データをとって、こんな数字だからこんな政策を、という進め方って。

永井　数字は、説明しやすいですからね。

深澤　そうなんです。仮説を立てて、自分の頭の中にある正解を導き出すようなものを作りかけていた。でも、永井先生に「誰が困っているのか」と言われてハッとして。方針転換ができたんです。

永井　素晴らしいですね。

深澤　調査には、当事者へのヒアリングを加えました。一次情報に触れるうちに、自分がどんどんこの事業にのめり込んでいって。担当者としての思いも、そこでさらに強くなりました。

永井　当事者に触れて気持ちが動くのは大事です。デザイン思考には有名なフレームワークがあって、その一番最初が「共感」なんです。抽象論として、こんな人が困っていると考えるのと、目の前にその人を見たときの共感は、まったく違う。

深澤　まさにそうでした。

永井　仮に自分もその当事者になったつもりで考える。そうやって相手の立場から考える心の動きがとても大事なんです。

多いのに、見えなかった数えるだけでは足りない

> 永井さんの「本当に困っている人をきちんと知ることが大事なんじゃないか」という問いは、それまでの施策立案に欠けていた視点だった。
>
> 県民の4人に1人という多数なのに、その中の多くの人が自分をケアラーと気づかず、支援が届かない。
>
> 実態調査をして数字をつかむことも大事だが、「誰が困っているのか」から始める意味は、ケアラーに対する施策立案では極めて大きかった。

永井　今回、政策のつくり方にデザインの思考を導入できたのは、知事のコミットメントが大きかったと思います。ボトムアップだけでは難しいですよね。あと、具体的な場として山梨デザインセンターができたことも大きい。県庁の中にデザインセンターがあることも重要だと思います。

深澤　確かにそうですね。県庁の中にデザインセンターがあるっていうのが、まさに山梨県が政策デザインを大事にしていることの象徴なんだろうなと、今、気がつきました。

「なんで富士山を置くのかな」届くかどうか、という一点

深澤　今でも覚えてるんです。ポータルサイトの最初のデザイン案。トップに富士山のイラストをドーンと置いていて……。

永井　あれね（笑）。ケアラーと富士山は関係ないですよね、と言った記憶があります。

深澤　おっしゃる通りで、すぐに外しました。結局、ケアラーの人たちに届くのかどうか。その視点で考えたら富士山じゃ届かないなと。



永井一史（ながい かずふみ）

山梨県チーフデザインオフィサー（CDO）兼山梨デザインセンター長。HAKUHODO DESIGN 代表取締役社長、多摩美術大学教授。1985 年に博報堂へ入社し、2003 年に HAKUHODO DESIGN を設立。東京都の「ヘルプマーク」のグラフィックデザインなどを手がけ、2015 年から 2017 年までグッドデザイン賞の審査委員長を務めた。2024 年 8 月から現職

永井　そうなりますよね。

深澤　代わりに、サイトを開いて最初に目に入るところへ、誰の何に役立つのかを一目で伝えるメッセージを置きました。あとは、ちぐはぐだった下のイラストも、世界観をそろえて、全部差し替えましたね。

永井　目的の問い直しが必要なんです。施策を「つくること」自体が目的になっていませんか？ と、行政職員の皆さんが繰り返し問いかけることが大事なんです。

深澤　痛いところを突かれた気分です。

永井　そう。情報を発信したところで、仕事が終わったと思ってしまうこともある。でも、その先の行動や意識が変わり、新しい価値が生まれるところまで想定してつくるのと、とりあえず何か施策をつくらなくては、というのでは、だいぶ違うんです。

手法ではなく、価値観を変える前例踏襲で挟まるデザインの余地

深澤　永井先生の言葉は、毎回そのままチームメンバーに伝えていました。「施策を作るだけ、仕組みを作るだけが目的じゃない。本当に困っているケアラーの人たちにどうやったら届くのか」。もう一歩、二歩先を考えないと、この施策は本当に困っている人にリーチしないぞ、と。



周囲からの援助や配慮を必要としている人が身につけるヘルプマーク。赤地に白い十字で、助けが必要であることを直感的に伝え、ハートマークで思いやる感情を自然に抱かせる。グラフィックデザインを永井さん、プロダクトデザインは柴田文江さん（DESIGN STUDIO S）が担った

永井　手法を取り入れるだけでなく、誰のために何を良くするのかという考え方が大事なんです。前例をそのまま踏襲することが目的になると、改善の余地が見えにくくなる。でもちょっとでも良くしたいと思えば、デザインが役立つ場面はあるんです。

深澤　行政職員は、今までのやり方に固執してしまいがちな傾向はあります。でも、心理的な柔軟性が大事なんです。それは、先生とのお付き合いが深まってから、教えていただいたことでした。

永井　施策ができたときに、誰がどう喜ぶのか。それをきちんと見据えていく。「関係を考えること」がデザインだと思っているんです。

深澤　関係、ですか。

永井　一つの絵であっても、文脈との関係や、周囲との位置関係の中で意味が変わる。現状がどうなっているかを把握しないと、どうなったらいいかの仮説も立てることができません。いまの姿と、あるべき姿。その二点をクリアにして、つないでいく。それがデザインなんです。

深澤　将来まで考えれば、人類みんながケアラーと言えますよね。ケアラー対策の施策立案を突き詰めると、「人間はどう生きるべきか」という問いなんだと思いながら、仕事をしてきました。

永井　そうですね。自分にも関わることとして考えてみる。そのうえで、当事者がどんな状況にいて、何を必要としているのかを知る。行政職員がそういう視点を持つことが、実際に役立つ施策につながると思います。

深澤　先生とお会いして約2年が経ちます。先生が最初に起こしてくれた小さなさざ波が、バタフライ効果のように広がって、この形になった。そんな感覚です。

永井　最終的な成果は、すぐに出るものではありません。より良くすること。その一点さえ手放さなければ、デザインが役に立たない政策は、おそらく一つもないと思っています。



深澤正弘（ふかさわまさひろ）

山梨県高度政策企画イニシアチブ プロジェクトディレクター。2024 年 7 月、県民生活総務課のプロジェクトマネージャーとしてケアラー支援推進本部の立ち上げにかかわる。実態調査の設計やポータルサイトの開設など、ケアラー支援事業を最前線で担ってきた

POINT

デザインの視点を、政策の川上に持ち込み「本当に困っている人」を起点に据えた

トップに富士山を掲げたポータルサイトを見直し「誰に届くか」で全面刷新した

手法ではなく、価値観から問い直し「ちょっとでも良くしたい」とチームの認識を揃えた

スクールソーシャルワーカー増員

学校に行けない子どもを支える保護者にも、支えが必要

不登校の児童生徒数は毎年、過去最多を更新し続けている。
その子を支える保護者も、負担を抱えるケアラーだ。
山梨県は、学校に行けない子がいる家庭を、あえてケアラー支援の対象に据えた。
そして、約6万1000人を対象にした異例の大規模調査に踏み切った。
孤立する家庭を、増員したスクールソーシャルワーカーが支える。

「6万人調査」で閉じたドアの向こうに孤立する親の姿が見えた



子どもが学校に行けなくなった家庭の実態は、これまで外からは見えにくかった。そこで2025年7月、山梨県は「長期欠席児童生徒家庭を支えるための家庭環境実態調査」を実施した。

発端は2025年1月の「知事と語るやまなしづくり」だった。増加する不登校をテーマにした意見交換会で、不登校の子どもを支える保護者も「ケアラー」ではないかという意見が出た。県は、介護保険では対象外の不登校家庭をケアラー支援の対象にすることを決めた。こうして、「家庭環境実態調査」が動き出すことになった。

だが、調査は入り口で壁に当たった。知事部局（働く人・働き方支援課）は、誰が不登校かを把握していない。教育委員会も学校に来ていない家庭への連絡手段は限られていた。特定の家庭を「不登校」と決めつけてアンケートを渡せば、保護者との関係が壊れかねないという懸念があった。

そこで、「不登校家庭に配る」という当初の大前提を、根本から見直すことにした。教育委員会特別支援教育・児童生徒支援課の清水慶太は「回答すべき対象かどうかは家庭に判断してもらうしかない。だから全家庭に配布し、『前年度、学校を何日以上休んだか』という設問で対象を絞ることにしました」と話す。

県内の公立小2〜高3の子どもを持つ保護者に宛てて調査票を配布した。対象となった子どもの数は約6万1000人。「調査票の配布は教育委員会と学校現場が担い、家庭環境実態調査そのものは知事部局が主体となって動かす」という体制が、ようやく形になった。

子どものケアに追われ孤立していく保護者

県は休みの理由を不登校に限定せず、「病気なども含めた長期欠席」へ広げる工夫をした。体の不調の裏に、人間関係や学習の遅れなど複数の要因が絡むことも多いからだ。その結果、「30日以上欠席した子どもが1名以上」いる家庭、771件の回答を得た。

家庭環境実態調査から、ケアに追われ社会から孤立する保護者の姿が浮き彫りになった。働く人・働き方支援課の木村優斗は「保護者の一番の悩みは子どものことですが、多くの人が仕事とケアの両立に悩んでいることがわかりました」と言う。

子どもの長期欠席を機に離職した人は9.4%にのぼり、子どもの将来や学習に不安を感じていない人はわずか1%だった。実際にヒアリングをしてみると、「自分を責めてしまう」という声が多く聞かれた。

数も、質も、まだ足りないスクールソーシャルワーカー

孤立し追い込まれた家庭と、学校、そして地域の福祉・医療機関をつなぐ役割として期待されるのが、福祉の専門的視点を持つ「スクールソーシャルワーカー（SSW）」だ。しかし家庭環境実態調査では、利用経験が67.8%に達するスクールカウンセラーに対し、SSWの利用率は13.7%と低かった。「知らない、わからない」という回答は29.2%にものぼった。

元SSWの深澤真澄さんは「担任からSSWまでのルートが長すぎる」と指摘する。担任が子どもの異変に気づいても、担任から学年主任、管理職、教育事務所を経てようやくSSWへと情報が届くため、初動が遅れてしまうこともある。相談数が年々増加する中、人手や時間が足りず、各学校へ周知活動に回る余裕もない。

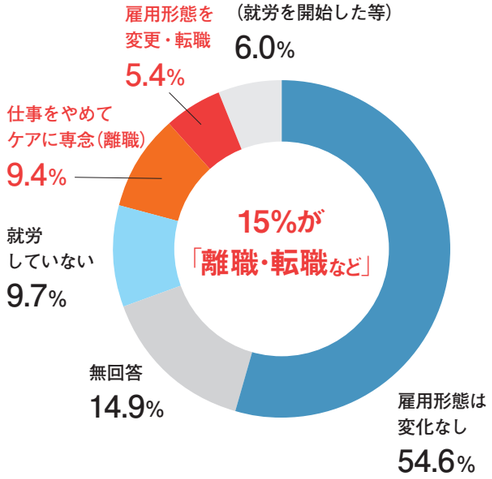
さらに、知識や技術の個人差も課題だ。教員OBやカウンセラー出身者がSSWになることもあるが、「話を聞く」「学校の論理で指導する」ことと、家庭の背景を分析して適切に支援する本来のソーシャルワークは異なる。SSWの人数を増やすだけでなく、

辞めていなくても、心は揺れている

「お子さんのケアのために、働き方に変化はありましたか」（複数回答、n=771）

選択肢	割合
遅刻・早退・中抜け・欠勤が増えた	43.2%
休職や退職を検討した	21.7%
仕事のパフォーマンスが下がった（業務に集中できないこと等）	20.5%
仕事の内容や働き方を変えた（時短やシフト勤務・内勤への変更等）	20.2%
働く時間や場所に制約が出た（残業・出張ができなくなった等）	13.4%
昇進を諦めた又は降格した	3.6%
在宅勤務が増えた	3.4%

「お子さんのケアに起因した、あなたの雇用形態の変化についてお答えください」（単一回答、n=771）





県教委特別支援教育・児童生徒支援課の清水慶太

質も担保しなければならない。

そこで県は養成研修を実施し、知識や技術を身につけながらSSWになれる体制を整えた。SSWは2025年度の15人から、2026年7月時点で27人に。2026年度はSSWの活動時間数も増え、学校への訪問を始めている。

学校に行けない子どもに居場所と多様な学びの場を

家庭環境実態調査で、保護者たちは「学校が安心できる場所になってほしい」「校内に居場所をつくってほしい」と願う一方で、学校外の支援施設やオンライン授業など、子どもに合った学びの選択肢を広げることも求めていた。

県は2025年度から、フリースクールの利用料を助成する制度を始めた。これは各市町村との協調補助だが、県が先に決定したため、全市町村へ個別に電話で依頼をし、対応可能な自治体からスタートした。初年度の利用は4市町村で計8人だった。

不登校は、個人の性格や家庭環境だけの問題ではない。多様な学びの選択肢を広げる必要がある。孤立した家庭と社会をつなぎ直すために、専門性を持つSSWが身近でサポートできる体制が重要だ。

調査は、見えづらかった不登校の子どもをケアする保護者の状況を明らかにした。見えにくいSOSを把握し、支えるネットワークをどうつくるか、試行錯誤は続く。

POINT

- 公立小2〜高3の全家庭に配り長期欠席の子どもがいる家庭を調べた
- 子どもの心身のケアに追われ保護者自身も追い込まれている
- 専門知識を持つSSWを増員し孤立した家庭をサポートする

STEP:3

支える

［課題］

- ケアの負担が重なると、心身は消耗し、やがて仕事や収入まで失われていく。
- 孤立と困窮が絡み合えば、負の連鎖に陥りかねない。

［県の挑戦］

土日や祝日も専門職が電話相談を受ける体制を始め、県全域を対象にしたケアラー交流会で本音を語れる場をつくった。知事自身も当事者と直接向き合った。認知症、障害、ひとり親、働きながらの介護など背景が異なるケアラーへの支援体制を個別に検討し、支援機関同士の連携も深めている。

突然ケアラーとなり、制度の迷路をさまよう人に伴走する「ケアラーコンシェルジュ」も、全国でも例を見ない試みとして2026年9月に始まった。

［検証］

県実態調査では、ケアラーの4割が精神的な不調を訴えているのに、介護サービスを使わない理由の筆頭は「本人や家族が望まない」（38.0%）だった。「家族が看るのが当たり前」という思いが強いほど、人は助けを拒み、孤立を深める。

会社の協力も欠かせない。だが、介護を理由に仕事を辞めた人の43.9%が「両立が難しい職場だった」と答え、県内企業の4割近くは、改正育児・介護休業法を「知らない」と答えている。支援は、まだ職場まで届いていない。「家族介護の呪縛」と「仕事と介護の両立を阻む職場」の両方が変わって初めて、「介護離職ゼロ」という目標は現実になる。



知事との直接対話

制度はある。でも届いていない！
県を動かした当事者の声

知事が当事者と向き合い、テーマを決めて、
話し合う場「知事と語るやまなしづくり」。
この場は山梨県のケアラー支援策を生み出すエンジンになった。
知事が困りごとを直接聞いて、県庁が即応した。

2024年7月、山梨県は知事を本部長とする「山梨県ケアラー支援推進本部」を立ち上げた。介護や看病、育児を一手に担う人だけではなく、学校に行けない子どもを支える家庭も、県は同じ「ケアラー」ととらえた。ケアしている人がいるなら、支える。その広い構えが、山梨のケアラー支援の土台にある。

1

2025／01／08

不登校児童生徒の多様な学び場について

［参加者］不登校支援団体の代表者、校長、不登校の子どもを持つ親

［参加者のひと言］
フリースクール代表「フリースクールを利用したいけど、費用の支払いが難しい。そこで利用を断念してしまうご家庭が多くあります」
支援団体代表「相談に来ない人はどうするか。相談に来ない人の実態は把握できません」

［実現した施策］
□ **家庭環境実態調査実施**
□ **フリースクールの利用料助成**

2

2025／01／21

ビジネスケアラーが抱える負担や課題について

［参加者］企業の人事担当者、介護経験のある従業員

［参加者のひと言］
企業の人事担当者「介護休暇の制度は整えているが、使ってもらえない」
介護経験のある従業員「部下から相談を受けたときに、使える制度を案内できるような、わかりやすい資料が欲しい」

［実現した施策］
□ **仕事と介護の両立支援ハンドブック**

支援策を練る場として重要な位置づけになったのが、「知事と語るやまなしづくり」だった。

予算を動かした、現場の声 フリースクール助成はこう決まった

口火を切ったのは、2025年1月、不登校の子どもの学び場をめぐる会。「フリースクールに通わせたいが、費用負担が重いので断念する家庭が多い」という声が上がった。

知事はすぐに反応した。

対話が終わると、知事は担当者を知事室に集めた。「さあ、やるぞ」。制度を一から組み立てれば、最低2週間はかかる。通常なら、次の年度の予算に回すタイミングだったが、財政課出身の職員がかつての同僚に頭を下げ、予算化した。県民にとって、行政の都合は関係ない。困っている人がいればすぐに対策が必要だ。

対話は2026年2月までに、仕事をしながら介護をする「ビジネスケアラー」、介護と子育てを同時に抱える「ダブルケアラー」、「ひとり親家庭」、「不登校の背景にある医療福祉」、「仕事と介護の両立」をテーマに計6回開催された。

筋書きはなかった 当事者の声が、次々と形になる

6回の対話で共通して、「制度はあるが、届いていない」という声が上がった。そうした声に対し、知事はたびたび「やってる、やってるって言っても、伝わってなきゃ意味ないです」と言い切った。窓口も、手当も、休暇制度も、必要な人に届いていなければ、ないのと同じだ。

そもそも、こうした首長と県民（住民）が語り合う会は、出席者を自治体が決め、結論もあらかじめ決められているケースが少なくない。

3

2025／02／07

ダブルケアラーが抱える負担や課題について

［参加者］介護と子育てを同時に担うケアラー当事者、支援団体の関係者

［参加者のひと言］
ダブルケアラー「家族の状況を丸ごと相談できる窓口が欲しい」
支援団体関係者「最後は人と人とのつながりではないですか」
知事「人によるフェイストゥフェイスの伴走支援が必要だ」

［実現した施策］
□ **ケアラーコンシェルジュ**

4

2025／08／29

ひとり親家庭が抱える負担や課題について

［参加者］ひとり親当事者、支援団体

［参加者のひと言］
当事者「支援制度や支援団体の存在を知らない人もいる」
当事者「アプリの開発や、自分が受けられる行政のサービスが簡単にわかるようにしてほしい」

［実現した施策］
□ **ケアラーコンシェルジュ**

「やってる、やってるって言っても、伝わってなきゃ意味ないです」知事の言葉で県庁が動く



しかし、ケアラー支援策に関する対話は様相が違った。対話後に急きょ知事の指示があり、フリースクールの利用料助成のほか、仕事と介護の両立を支援するハンドブックや、ケアラーコンシェルジュ構想、ポータルサイトに生成AIを組み込む案などが施策化された。

ケアラー支援の対象に不登校の児童生徒がいる家庭を含めることも、この対話がエンジンとなって決まった。

行政サイドで固まりかけていたものを、当事者の言葉が動かす。知事がその場で受け止め、方針を口にする。

うまくいっているか否かは、県庁の都合ではなく、必要な人に支援が届いているかどうかで測る。その繰り返しが、ケアラー支援施策の礎になっている。

2025／11／20　5

不登校の背景にある医療福祉に着目した支援について

［参加者］小児科医、スクールソーシャルワーカー、スクールカウンセラー

［参加者のひと言］
スクールカウンセラー「誰かがどこかでちょっと一歩踏み込んだ支援をすることがすごく大切」
小児科医「あの人に話をすれば力になってもらえる、と頭に浮かぶような身近な窓口が学校にほしい。カウンセラーやスクールソーシャルワーカーといった、担任以外の専門職の拡充が求められるのでは」

［実現した施策］
□**スクールソーシャルワーカー（SSW）の拡充**

2026／02／05　6

仕事と介護の両立に向けた課題について

［参加者］仕事と介護を両立する当事者

［参加者のひと言］
当事者「介護と仕事の両立制度が会社にあっても、周知が不十分で、どのようにして使えばよいのか分からない」
当事者「行政のホームページを細かく読む時間がない」
当事者「どこまで家族が担い、どこから専門職に任せてよいかの線引きが難しい」
知事「まず『ここに相談すればよい』と示す明確な入口づくりを進める」

［実現した施策］
□**ケアラーポータル生成AI機能（本格稼働）**
□**ワークサポートケアマネジャー増員**

POINT

当事者の声を出発点にした知事と直接語る会（計6回）が施策立案の「エンジン」に

「届いていない」の声を聞き逃さず固まりかけた予算を動かした

対話から、ハンドブック、コンシェルジュ、ポータル生成AI……へと施策が広がった

交流会開催

「いい家族」を演じなくていい場所
山梨県初の「ケアラー交流会」

ケアラーの孤立を、どう解消したらいいのか。県はこの問いに、二つの場で向き合った。理解の裾野を広げる「シンポジウム」と、当事者同士がつながる「交流会」。別々の催しだが、目指すところは変わらない。



悩みを吐き出す場所がない。「つらい」の一言さえ飲み込んでしまう。ケアラーの見えないSOSをすくい上げようと、山梨県は2026年1月25日、初の「ケアラー交流会」を開いた。

「市町村単位での交流会はこれまでも開かれていて、大切なものです。ただ、中には**『近所の人には家庭の事情を知られたくない』という人も少なくありません**。だからこそ、初対面同士が気兼ねなく本音を打ち明けられる場が必要だったんです」

健康長寿推進課の秋山侑大は、開催の経緯をそう語る。人間関係が密な地域では世間体が先に立ち、「介護に励む良い家族」を演じてしまう人もいる。「家族が面倒を見るのが当たり前」という規範意識が強いほど、悩みや本音を口にしにくい。

失敗談を聞いて緊張がほぐれた

交流会当日、甲府市にある山梨県立男女共同参画推進センター「ぴゅあ総合」の大研修室には、ケアラー当事者21人が集まった。親や義父母の介護、精神障害のある家族の支援、育児と介護が同時に押し寄せる「ダブルケア」など、事情はさまざまだ。

テーブルを囲んだ参加者は「緊張した様子で無口だった」（秋山）。しかし、進行役の「山梨やろうの会」清水昭二代表が自身の介護経験や失敗談を包み隠さず語りだすと、参加者たちは重い口を開き、それぞれの事情を話し始めた。

グループディスカッションに移ると、参加者は「先が見えない不安で涙が出る」「仕事と介護の両立が限界だ」と日々の葛藤を口にした。別の参加者が「認知症の家族につい怒ってしまう」と打ち明けると、「私も同じです」「こっちも人間ですから」と、他の参加者から否定する発言は一切

返ってこなかった。

交流会後のアンケート（回答者11人）では、10人が「他の参加者から有益な情報や気づきを得られた」と回答した。多くの人が弱音を分かち合うだけでなく、自分にできることのヒントを持ち帰った。

また、「非常に満足」「満足」と答えた人が計7人。「孤独感が大幅に軽減した」「やや軽減した」とした人は計8人にのぼった。

翌2月にはZoomを使ったオンライン交流会も開催。立地や日程の都合で対面の交流会に出られなかった人にも参加しやすい場が設けられ、14人が参加した。

初の交流会は参加者の満足度も高く好評



テーブルを囲み、最初は緊張感があった交流会。
だが徐々にそれぞれの状況を打ち明け合った

を得た。

必要な人に届かない初開催が残した宿題

しかし、課題も出た。最大の課題は「必要な人に交流会の情報が届いていなかった」ことだった。県はチラシの配布やSNSで告知したが、開催後に「知らなかった。参加したかった」という声が届いた。

今回のアンケートで、ケアマネジャーを通じて交流会の開催を知った人はゼロだった。介護で困ったときの相談先として、専門職ではケアマネジャーを挙げる人が最も多いのに、情報の橋渡し役になれていない構図も見えてきた。

加えて、自分を「ケアラー」だと認識していない潜在層や、介護に今後直面する世代へのアプローチも検討が続く。

開催日についても反省が残った。参加しやすいようにと日曜の午後に設定したが、「日曜はデイサービスが休みで、介護から離れられず参加できない」との声が寄せられ、秋山は「ケアラーの生活実態に寄り添いきれていなかった」と話す。

「今年度の成果と反省を踏まえ、今後も年2回のペースで交流会は継続します。次はカフェのような雰囲気で、参加者の事情に合わせたグループ分けを行うなど、よりリラックスして話せる空間を作りたい」

悩みを吐き出せずに孤立するケアラーを、一人でも減らすために。本音で語り合える場所をつくる県の取り組みは、まだ始まったばかりだ。

ケアラーシンポジウム参加者の声（一部）

自分ファーストで考えるという話が良かった。介護を一人で背負うことは難しいことです。（70代・女・過去に介護）

「自分ファースト、楽しく、元気」に尽きます。介護を深刻に考えすぎないことが大事だという話が印象的でした。（60代・男・過去に介護）

「自分ファースト」なんて今まであまり考えてこなかったので、「そう考えても良いんだ！」と明るい気持ちになることができました。（40代・女・現在介護中）

表面的な実態しか見えなかった。もっと突っ込んで聞きたかった。（50代・男・現在介護中）

パネルディスカッションの聞き手にもう少し掘り下げてほしいところがあった。（60代・女・過去に介護）

各専門家が現状と課題を分かりやすく話してくれた。まずは傾聴が大事であると思うので今後も実行していきたい。（40代・男・過去に介護／ケアマネ）

それぞれの立場で話していただいたことで視野が広がった。（50代・女・現在介護中）

形式的だった。もっとざっくばらんな話を聞きたかった。（50代・男・過去に介護）

難しい言葉が多い内容なので、理解が追いつかなかった。良い内容だったと思うので、手元に資料がほしかった。（30代・女・介護経験なし）

市町村の枠を越えたからこそ初対面同士で胸の内を言い合える

多角的な意見が交差したケアラーシンポジウム

2025年12月11日、山梨県立文学館の講堂で、県内初の「ケアラーシンポジウム」が開かれた。事前の申し込みは130人を超えたが、当日の参加者は85人。ケアラーは自分の予定を確保しても、家族の体調不良や急な予定に翻弄されることがある。予定どおりに動くことすら難しい実態を、数字が示していた。

第1部は、お笑いタレントのにしおかすみこさんによるトークショー。認知症の母とダウン症の姉を在宅で介護してきた彼女の「自分ファーストを忘れずに」という言葉に、参加者はうなずいた。事後アンケートでも44人中42人が「大変良かった」「良かった」と回答した。

第2部は、さまざまな立場の専門家によるパネルディスカッション。事後アンケートでは39人中33人が「大変良かった」「良かった」と回答した。一方で、進行の堅さや専門用語の多さ、扱うテーマの幅を広げるよう求める声も寄せられた（「参加者の声」参照）。



秋山は「当事者が求めているのは堅苦しい制度の解説ではなく、悩みへのリアルな分かち合いや、ためになる具体的な情報なのだと改めて気づかされました」と言う。

立場が違えば、支援に求めるものも違う。その幅が可視化されたことが、初のシンポジウムの収穫だった。



それぞれ似た経験があるからこそ、誰かが話す悩みや弱音に対して否定するような発言は一切なかった


健康長寿推進課の秋山侑大

POINT

- 市町村の垣根を越え県が初めてケアラー交流会を開催
- 初対面の当事者同士が弱音を分かち合い情報や気づきを持ち帰る場に
- 高い満足度で継続開催は決まったが、残る課題は「情報をどう届けるか」

ケアラーコンシェルジュ

介護と仕事の間に立つ
“秘書役”を県が立ち上げるまで

夕方、親が倒れた。
病院に付き添いたいが、子どもの夕飯、明日の保育園の送迎、仕事は？……。
どこに相談したらいいか、見当がつかない。途方に暮れる。そして、焦る。
そんな「パニック期」を支える窓口を、山梨県が作った。

2025年1月、知事・長崎幸太郎が高度政策推進局に「ケアラーの秘書（コンシェルジュ）のような存在を作れないか」と検討指示を出した。知事自身がケアラーになった経験があるため、思いは強かった。

高度政策推進局は、他の都道府県で参考にできる制度がないか探した。しかし、前例はなかった。ゼロからの出発だった。

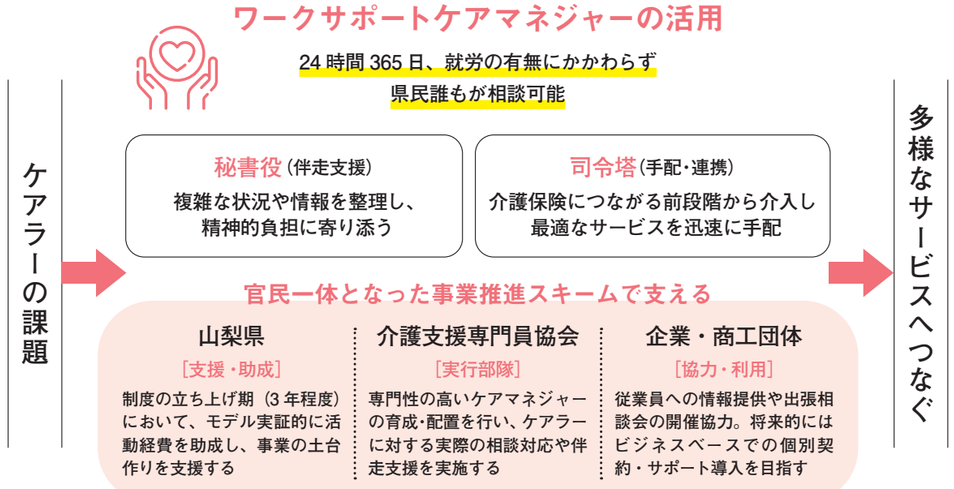
2025年4月、高度政策推進監の依田清臣とプロジェクトディレクターの深澤正弘が郵便局に目をつけた。郵便局は、県内27市町村のどこにでもある。地域を回る配達員を見守りや相談の入り口にできないだろうか、と考えた。

4月28日、東京・大手町の日本郵便本社を訪ねたが、日本郵便の答えは「電話相談窓口は全国展開しているが、介護など個々のサービスは特定地域だけ実施するのは難しい」。断念するしかなかった。

糸口になった看取りの記憶とある社長の長い沈黙

また、ゼロ地点に戻った。

山梨県におけるワークサポートケアマネジャーの活用



「電話一本で、あとは丁寧に差配してくれる」そんな安心を制度にできないか

話し合う中で、ある職員の経験がヒントになった。親を看取った際、夜中に葬儀屋へ電話すると、すぐにつながり、あとは任せられたという。

その話を聞いて、高度政策推進局のメンバーは「24時間365日つながって、差配してくれること。その安心感こそがケアラーを伴走支援することになるのではないか」と気づいた。メンバーは「伴走支援の構想を、どうにか形にしたいんです。ヒントをください」と言って、仲間を探して歩き回った。

深澤らは6月17日、在宅介護サービスを手がける「やさしい手甲府」（甲府市）を訪ねた。

根津宏次社長との面談時間は30分間の約束だった。出だしは冷たい反応だった。「地域包括支援センターがあるのに、なぜ同じような窓口を作るのか」と問われ、県側は返す言葉がなかった。

深澤は知事の所信表明を印刷した分厚い書類を渡した。根津社長は黙って、書類に目を落とし考え込んだ。

長い沈黙を破ったのは、根津社長だった。「ケアマネジャーを軸にして考えてみたらどうかな」

ケアマネジャー（ケアマネ）とは、利用者に必要なサービスを見立てて手配する「介護に関するスペシャリスト」だ。介護現場のあらゆる関係者や地域包括支援センターともつながる。ケアマネが扇の要になれば、伴走支援体制を作れるかもしれない。

深澤は「根津社長の言葉がターニングポイントでした」と言う。

面談は結局、2時間を超えた。

ケアマネを軸に据える運営費は県が補助

ヒントを得た深澤たちは7月4日、山梨県介護支援専門員協会（県ケアマネ協会）を

山梨の先進事例を全国大会で報告



日本介護支援専門員協会（ケアマネ協会）の全国大会が2026年8月22、23日に岡山市内で開かれ、山梨県介護支援専門員協会の那須美幹会長が、「山梨版・ケアラーコンシェルジュサービス」を説明した。全国から集まった約1000人の聴衆が山梨県の先進事例に耳を傾けた。

2025年の夏、県の職員が「介護離職ゼロに本気で取り組むから力を貸してほしい」と熱く声をかけてくれたんです。私はちょうどその年の5月に会長になったばかりで、山梨県民のためなら何でもやろうと思っていました。そこで議論を繰り返した末にワークサポートケアマネジャー（WSCM）を中心に置いて、ケアラーコンシェルジュという制度をつくりました。おそらく全国で初めての取り組みです。山梨県の動向をぜひ注視いただければと思います。



那須美幹
山梨県介護支援専門員協会 会長

STEP:3 支える

訪ねた。

那須美幹会長と土屋真由美副会長は「介護する人をどう支えるか。ちょうど協会としても同じ課題を抱えていたんです」と言って出迎えてくれた。県も県ケアマネ協会も達成したい目的は同じだった。

そして8月、全国のケアマネ協会を束ねる日本介護支援専門員協会（全国ケアマネ協会）を訪ね、協会が2022年度に設けた、企業の介護離職防止の取り組みを支える「ワークサポートケアマネジャー制度」の中身を聞いた。

地域包括支援センターの窓口が開くのは平日の日中だ。だが、介護は夜中や週末に突然始まる。センターが閉まっている時間帯の悩みを聞き、ケアマネなどにバトンを渡せれば、ケアラーの伴走支援につながるというアイデアがまとまった。さらに、協会の七種秀樹副会長と話すうち、県の構想を2つのフェーズに分けて整理するのがいいという結論が出た。

それが、いま困っている「パニック期」と、その手前の「予備期」という考え方だ。

予備期では、企業と契約したワークサポートケアマネが社員向けの相談会を開くなどして介護に向けた計画づくりをする。働く人が介護の現実に直面する前に備えられるようにする。

また、突然ケアラーになって「パニック期」を迎えた人も、まずはワークサポートケアマネが事情を聴いて、適切にアドバイスできるようにする。

コンシェルジュの骨格は決まった一方で、運営経費負担の検討は難航していた。

コンシェルジュ窓口への相談は当然無料の方がいい。

当初は、サービスを請け負うことになった事業者から、契約料の一部をコンシェルジュ運営側が受け取る方式を考えた。しかし、単価数千円のサービスから得られる手数料は数百円で、振込手数料のほうが高い。また、介護業界にそもそも、手数料をやり取りする慣習がなかった。

このため、立ち上げ期は、県が、コンシェルジュを運営する県ケアマネ協会に補助金を出すことにした。

全国のケアマネ協会から注目と期待が集まるサービス

ケアマネ協会が 2022 年に始めたワークサポートケアマネジャー（WSCM）制度。発端は、4 人の協議だった。ケアマネ協会全国大会の会場で話を聞いた。



七種秀樹
日本介護支援専門員協会
副会長／長崎県

ケアマネが力を発揮できる新たな仕事を作ろうと思って、WSCM をつくりました。だから、WSCM が中核を担う、山梨県の構想を聞いたとき、うれしかったです。とにかくうまくいってほしいと願いました。**山梨に期待するのは、需要をどう整えるか。**県全体で取り組まないと、持続するのは難しいと思います。県が予算をつけているのは協会を信じてくれるからこそだと思います。



山内知樹
日本介護支援専門員協会
WSCM 特別委員会 委員
兵庫県

WSCM は全国で 400 人を超えました。でも、**企業と契約して WSCMだけで生活していける人は、ほとんどいません。**WSCMの企業側の認知がまだ足りないんです。ニーズはあるけれど、マッチングがうまくいかない。山梨県の取り組みはそこをつなぐ素晴らしい仕組みだと思います。



三浦浩史
日本介護支援専門員協会
WSCM 特別委員会
委員長

WSCM はこれまで、点の活動でしたが、今後は面に広げていきたいと考えています。県が主体となって推進するケアラーコンシェルジュのような制度が全国に広がれば、**WSCM 資格を持つ個人がもっと働きやすくなる。**山梨県の今後に期待しています。



小原秀和
日本介護支援専門員協会
WSCM 特別委員会 副委員
秋田県

私たちは、人を育て、WSCM の資格認定をするところまではできました。それを、今後どう社会実装するかが課題です。**山梨県は、実際に社会で使うところまで一気に推進した。**大きな功績だと思います。

走りながら、仲間を増やす知事の言葉が背中を押した

しかし、検討結果を聞いた知事は「電話相談窓口をつくるだけだと、伴走支援じゃないよね」と次の宿題を出した。「必要なのは、電話を受けてすぐに動ける人だ」。

高度政策推進局のメンバーは8月中旬、県シルバー人材センター連合会や、全国で便利屋を営むベンリーコーポレーション（愛知県清須市）のベンリー甲府南西店に協力を求め、快諾を得た。

また、予備期フェーズで、企業向けのセミナーや営業を担う役割として、企業の介護離職防止に取り組むウェルフェア（甲府市）に、構想に加わってもらった。

11月6日、知事に「ケアラーコンシェルジュ構想」の案を見せると、知事は「うん、これでやってみよう。うまくいかなかったらすぐ軌道修正すればいい」と言った。その言葉を聞いた深澤らは気が楽になった。

2026年9月1日から、ケアラーコンシェルジュサービスが始まった。

課題も残る。会社に属さない農家や個人事業主に予備期のサポートをどう届けるか。JAや商工会議所などと連携することを検討している。

だが、悲観的ではない。深澤は「会社や団体に話をしにいくと必ず、仲間が現れるんです。誰もがケアラーになるわけですから、介護の問題は他人事ではないということなんだと思います」と言う。

配達員による見守りを断念した郵便局も、窓口網を生かした周知や見守りの連携先として、ケアラーコンシェルジュ構想に加わることになった。

形のないところから約1年8カ月。打ち合わせは100回を超えた。構想はどこまで行けば完成と言えるのか。走りながら確かめる日々が続く。

POINT

前例のないところから、1年8カ月・100回超の打ち合わせを重ねケアラーを支える制度を立ち上げた

「福祉はタダにしない」の一線を守りながらお金が回る仕組みを探しつづけた

誰もがケアラーになる。だから、誰もが他人事ではない。丹念に訪ね説得すれば、仲間は集まってくる

Evaluation

山梨県の施策を評価する

山梨県のケアラー支援策をどう評価するのか。識者2人にうかがうと、現状の評価に加え、今後に向けた注文や期待の声が聞こえてきた。

「つくって終わり」にしない 個人が動き、社会が変わるまで

宗像直子 東京大学公共政策大学院 特任教授

特許庁長官だった時、あらゆるものがネットでつながり、顧客体験の質がビジネスの成否を左右する時代がすでに世界では常識になっている一方、日本の経営者の多くはデザインを経営の武器として使いこなせていないという危機感がありました。そこで、デザインの力を経営に活かしてほしいという呼びかけとして、2018年5月に「デザイン経営」宣言をとりまとめました。

同時に、行政にこそ、ユーザーである国民の視点が必要ではないかと考えました。そこで特許庁自身も、庁内にデザイン統括責任者（CDO）という役職を日本の省庁で初めて設け、その下に「デザイン経営プロジェクトチーム」を立ち上げました。

政策は「つくって終わり」ではなく、「個人が行動を変え、社会が変わる」ことで初めて意味を持ちます。効果が高い政策を立案するためには、意識すべきポイントが三つあると思います。

第一に、マクロなデータで課題の広がりをつかむことと、「N=1」の視点で一人ひとりの生活実感に深く向き合うことを絶えず往復することです。データは問題の広がりを教えてくれますが、見えるのは「平均的な住民像」にすぎない。本質的な課題は、たいてい一人の人間の生の声の中に眠っている。マクロとミクロを行き来して初めて、政策は血の通ったものになります。本冊子P15の学生たちの取り組みも、「たった一人」に入り込むところから出発しています。県が実態調査で全体像を押さえる一方、知事との直接対話で当事者の声を受け止めて施策を動かしてきたことも、まさにこの往復だと思います。

第二に、安易な「落とし所」から逆算した、都合の良いストーリーを作らないことです。役所の現場は日々の業務に追われ、限られた情報から「解決策はこんなものだろう」という結論に落ち着きやすくなります。しかし、現代の社会課題は複雑に絡み合い、ニーズも多様化して刻々と変化します。落とし所をあらかじめ決めず、現実を高い解像度で捉え続ける粘り強さこそが、政策の精度を飛躍的に高めます。

「デザイン経営」宣言をとりまとめた研究会も、同じ姿勢が試されました。当初は全9回の予定でしたが、意見の対立を安易に折り合わせず、委員から「中途半端では終われない」という声が上がり、結局11回まで続きました。合意を急がなかったからこそ、単なる足して二で割った妥協案ではなく、想定を超える提言にたどり着いた。この粘りを惜しむと、政策は生煮えになってしまいます。山梨県のケアラーコンシェルジュも100回を超える打ち合わせを経て形になりました。

第三に、今回のように地域住民に政策を支える側として参加いただくような場合は、受け手や現場に無理をさせない「実装（出口）のデザイン」が鍵になります。支える側に大きな負担を求めてしまうと、その担い手は長続きしません。普段の生活習慣の延長線上で、無理なく機能する形にまで落とし込めるかどうかが、実装の成否を分けます。「理美容室をケアラー支援の窓口にする」という学生たちの提案は、理美容師の方々が普段の仕事の延長で、ケアラーと専門機関をつなぐ設計になっています。

行政の内側だけではたどり着けない 県民と一緒に政策をデザインする

地域住民が政策づくりに参加する動きは各地に広がりつつあります。今回、山梨県が学生という組織の外の視点を招き入れたのもその一環です。思えば、宣言をとりまとめた研究会も、法律の専門家だけでなく、デザイナーや経営者など変化を肌で感じている人たちに加わっていただきました。学生ならではの「フレッシュな違和感」も、当時のデザイナーや経営者の視点も、行政の内側だけでは、決してたどり着けなかったものです。山梨県は、実態調査やヒアリングを重ねて「ケアラー支援推進パッケージ」をつくり、学生たちのアイデアをすぐに実装しようと動き出しています。

自助・共助・公助が有機的に重なり合う強い社会を創るには、県民一人ひとりの声を聞き、一緒に未来の政策をデザインしていくことが欠かせません。その姿勢から、生きた政策を生み出そうとする思いが伝わってきます。

繰り返しになりますが、政策は「つくって終わり」ではありません。動き出して初めて浮かび上がる課題もあるでしょう。「うまくいかなかったら軌道修正すればいい」という知事の言葉は、前例のない取り組みに挑む職員の皆さんにとって、大きな後押しになったのではないでしょうか。

山梨県庁の職員の皆さんが、その一つひとつを現場から拾い、その都度調整を重ねていく。その積み重ねが真に「効果が高い政策」へとつながっていくはずです。

受け手や現場に無理をさせない 「実装（出口）のデザイン」が鍵になる



東京都出身。1984 年に通商産業省（現・経済産業省）へ入省。貿易経済協力局長、内閣総理大臣秘書官などを経て、2017 年に特許庁長官。在任中の 2018 年 5 月、企業経営に顧客視点を採り入れる「デザイン経営」宣言を取りまとめた。2019 年に退官。2026 年から現職

先進県・山梨の、その一歩先へ「気づく・つなぐ・支える」を超えて

紀伊信之
株式会社日本総合研究所 リサーチ・コンサルティング部門
高齢社会イノベーショングループ　部長/プリンシパル

頼り、頼られる「お互いさんの輪」を広げていく必要がある

私が把握している範囲では、これだけの施策がひとつのパッケージとして並んでいる自治体は、意外と多くない。

そもそも個人主義が徹底し、高負担高福祉の北欧などに比べて、日本を含むアジアは、家族の結びつきが強い傾向がある。日本の介護保険制度も家族がいることを前提に制度が組み立てられている面があります。だから、官民の両輪でケアラーを支える仕組みをつくっていくしかない。アジアで日本は高齢化のトップを走っている。その日本の中でも山梨県は先進的な取り組みを進めている自治体の一つだといえます。

評価したい点は、大きく二つあります。



京都大学経済学部卒業。2018 年 4 月より現職。在職中、神戸大学で MBA 取得。民間企業向けの新規事業開発等のコンサルティングを経て、高齢者・介護分野の官民の調査・コンサルティングに従事。内閣府規制改革推進会議「健康・医療・介護ワーキング」専門委員、介護関連サービス事業協会理事等を務める。著書に「超高齢社会に挑む希望のシニアビジネス：4000 万人マーケットをチャンスに変える戦略論」など

一つは、「気づく・つなぐ・支える」という三層の構えです。社会全体の啓発、とりわけ企業への啓発や認知度の向上は、行政が進めないと限界がある。そのうえで、相談に乗れる担い手（ワークサポートケアマネジャー）の育成もしている。啓発の先を行く点が効いています。

もう一つは、全庁横断で施策を担っていることです。ケアラーの問題は一つの部署ではカバーできない。山梨県は知事の号令で推進本部をつくった。それくらいの覚悟がないと、包括的な取り組みにはなりません。

介護保険は、本人の尊厳の保持と自立した日常生活を支えるための重要な基盤です。同時に、ケアラーが直面する就労、心理的負担、情報へのアクセスといった課題には、介護保険サービスだけでは対応しにくい面もあります。

ケアラーのうち仕事をしている人は、現在6割ほどで、今後ますます増えていくでしょう。山梨県が9月に始めたケアラーコンシェルジュは、既存の制度や地域資源と連携しながら、ケアラーを補完的に支える仕組みとして、意義の大きい取り組みだと思います。また、働く人に限らず、幅広いケアラーを支援の対象としている点にも価値があります。

課題は、やはり中堅・中小企業です。大企業でも介護支援のプライオリティは高いとは言えず、育児支援策のほうが優先されがちです。中小はその傾向がさらに強まりますから、啓発と支える仕組みの両方を持つ山梨の方向性は正しい。

一方で、民間企業も動き始めています。ある損害保険会社は、ケアラーからの相談を受ける事業を始めています。今後、行政と民間企業の役割分担が課題になると思いますが、役割は固定して考えなくていい。ただ、啓発や機運づくりは、民間企業にはできません。ここは間違いなく、行政に残り続けます。

山梨県には今後、ケアラー支援パッケージの効果を検証してもらいたい。「介護離職は減ったか」「ヤングケアラーは学業に専念できているか」「認知症家族介護者の負担が軽くなったか」「ワークサポートケアマネジャーの派遣件数は増えたか」など、施策ごとに見るべき指標を置いて、ときどき全体を振り返る。そうやってPDCAを回していくことが、支援パッケージを実効的なものにしていくはずです。

支援の届きにくいケアラーへ経済面と心情面の支えを

山梨県に今後期待したいのは、ケアラーに対するお金の支援と、認知症の人をケアする人への支えです。

病院の付き添いなど公的サービスだけで対応しにくいニーズがある場合、民間サービスを利用することも選択肢になります。一方で、その費用負担が利用のハードルとなる家庭もある。だから、ケアラーに経済的な支援をする仕組みも必要です。企業に支援する形にし、従業員であるケアラーが企業の福利厚生として支援を受けられるようにするなど、行政が実施しうる仕組みはあるはずです。

また、今後、認知症のある家族を支えるケアラーへの支援が、ますます重要になると思います。家族の変化をどう受け止め、どう関わっていけばよいのか。自分の中に生まれるさまざまな感情と、どう付き合っていけばよいのか。こうした心情面に寄り添う支援は、まだ十分とは言えません。家族会や認知症カフェを支えるボランティアの皆さんや医療・介護専門職の力は非常に大きい一方で、それだけに依存するのではなく、社会全体で継続的に支える仕組みを整えていく必要があります。

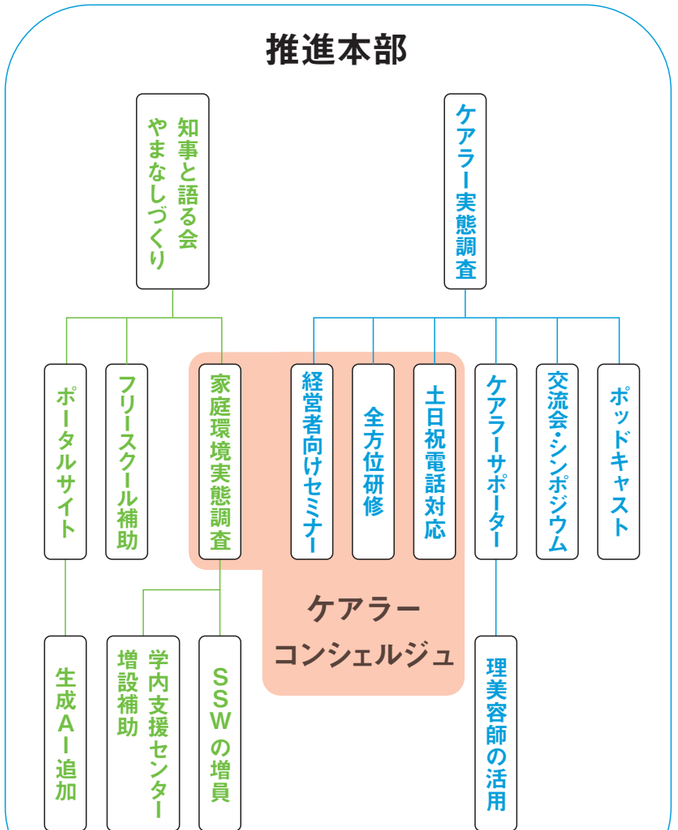
結局のところ、いちばん大事なのは、介護を家族の中だけで抱え込まないことです。先日、若年性認知症の夫を介護しながら仕事を続けている女性の話を聞きました。その女性は、介護している現状を周りに話すことができていました。だから、近所の人や職場の仲間が、昼間のちょっとした時間に夫をさりげなく見守ってくれるなど、助けてもらっているそうです。

そのような環境を、どうつくっていくか。介護のことを職場で話せるようになるのは、まだまだ抵抗があるかもしれませんが、それでも、頼り、頼られる「お互いさんの輪」を少しずつでも広げていく必要があると思います。

Materials

「介護離職ゼロ」へ
―― 山梨県の軌跡

はじめは、大きな白地図だった。
2024年夏、たった一つ、
小さな点を真っ白の地図に落とした。
その点を起点にし、当事者の声とデータを頼りに、
白地図には、色が塗られ、地名が書き込まれていった。
しかし、地図はまだ完成していない。



「ケアラー実態調査」で見えた定量データと、知事が直接当事者の声を聞く会（「知事と語る やまなしづくり」）から得られた定性データが両輪となり、山梨県のケアラー支援施策として融合されていった。対応を続けるなかで、多くの課題に対処する「ケアラーコンシェルジュ」構想が生まれ、2026年9月に始まった

2023年3月
経済産業省が、2030年のビジネスケアラーを約318万人、仕事と介護の両立困難による経済損失を約9兆円と試算
2024年6月
改正子ども・若者育成支援推進法が施行。ヤングケアラーを、国と自治体の支援対象に明記

［第1期］
起点
――地図はまだ白い

2024/7/18
2024年度第1回ケアラー支援推進本部➡P12
2024年夏、部局の垣根を越えた職員が集まり、推進本部を立ち上げた。ケアラー支援を県の最重要施策に据え、推進本部が以後のすべての施策の起点となり、「介護離職ゼロ」を目指した。

2024/8/20
ビジネスケアラーセミナー 気づく
「介護離職ゼロ」に向け、まずは企業に視線が向けられた。働きながら親などを介護する「ビジネスケアラー」をテーマに、自らも30年の介護経験を持つ酒井穣氏（株式会社チェンジウェーブグループ取締役）が登壇。「介護はプロに相談すること」の大切さを説いた。

［第2期］
声を聞く
――地名の候補地を探す

2025/1/8
「知事と語る やまなしづくり」2024年度 第1回：不登校児童生徒の多様な学び場
［対話］➡P32
不登校支援に取り組む団体の関係者を招いた。最初のテーマに不登校を選んだことが、のちに不登校児童生徒の家庭までケアラー支援の対象に広げる流れをつくった。

2025/1/21
同 第2回：ビジネスケアラーが抱える負担や課題について
［対話］➡P32
企業の人事担当者や、介護を経験した従業員ら計6人が車座に。ここで交わされた声が、のちの経営者・管理職セミナーの源流になる。

2025/2/7
同 第3回：ダブルケアラーが抱える負担や課題について
［対話］➡P32
育児と介護を同時に担う人たちの回は、プライバシーに配慮して非公開で開いた。ここで聞いた「同じ境遇の人と話したい」という願いが、のちの交流会へと結実する。

［第3期］
土台を敷く
――地図の基準線を引く

2025/4/1
やまなしケアラー支援ポータルサイト開設 気づく➡P18
ばらばらだった相談先を、一つの入り口にまとめる。27市町村の協力を得て、117項目におよぶ支援情報を人手で集め、ケアラーのための情報基盤をつくった。

2025年4月
改正育児・介護休業法が施行。介護離職を防ぐため、従業員への個別の周知と意向確認などを企業に義務づけ

国の施策は子ども、働く世代と対象ごとに進む中、山梨県は当初から年代や就労の有無を問わず、ケアラーを一つの枠で捉えてきた。

2025/4/17
ケアラー実態調査 結果公表（記者会見）［調査］➡P7
- 回答者の4人に1人が「家族のケアをしている」ケアラー（26.2%）。うち約3割は2人以上を同時にケア。
- ケアラーの約1割が離職・失業を経験。職場環境が原因で離職した人が4割にのぼる。
- ケアラーが求める支援の1位は「相談できる人や場所」（57.5%）。

［第4期］
枝が広がる
――地名が一気に書き込まれる

2025/4/28
国への提案・要望（2026年度 国の施策・予算）
実態調査の結果を受け、長崎幸太郎知事が4月28日、赤澤亮正・経済財政政策担当相らに、ケアラー支援の充実・強化を要望した。
介護を「福祉」の枠に閉じ込めず、人口減少と経済の課題として国政の中心に据えるよう求める内容。
その結果、「骨太の方針2025」に「ヤングケアラー、ビジネスケアラーなど年代や就労の有無を問わず、ケアラーへの地方公共団体の取組を支援する」との記載が盛り込まれた。

2025/9/6
土日祝日専用「山梨県ケアラー電話相談」始まる つなぐ
平日の昼間は、市町村の地域包括支援センターなどへ相談ができる。だが、仕事や家庭の事情で、その時間に相談できない人がいる。
県は、これまで支援が届きにくかった時間帯に照準を合わせ、土曜・日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3）の午前9時から午後9時まで相談を受け付ける専

Comments

同世代の友人と話した際、準備意識が低い気がしました。自身がケアラーになるタイミングは突然来ますが、心のどこかで「父母はずっと元気」という思いや願望があり、未来を直視したくない気持ちがあると思います。でも、「ケアラーはいつなるかわからない。準備をしておこう」という社会的な意識醸成がもっと必要だと感じます。

地域ブランドグループ　政策企画監
（当時：県民生活総務課　課長補佐）
清原昭典

Comments

多くの相談者は「解決策が欲しかったわけではなく、話を聞いてもらえて少し楽になった」と言います。 事業評価では相談件数に目が向きがちだが、相談支援は必ずしも問題を解決することだけが役割ではなく、悩みや不安を受け止め、気持ちを整理する場としての役割も大きいことを学びました。そこから必要な方が必要なときに相談できる環境を維持することが重要だと感じています。

健康長寿推進課　副主査
秋山侑大

用窓口を設けた。
電話を受けるのは、介護支援専門員・保健師・看護師といった介護の専門職。悩みに耳を傾け、必要に応じて適切な支援機関へつなぐ。

2025/9/11
Podcast『やまなし♥つながる時間』開始
つなぐ ➡P22

気軽に、フラットに語れる場を――。当事者の声を拾い、支援へとつなぐ入り口として、ポッドキャスト番組を配信し始めた。

2025/10/28～11/14
ケアラーサポーター養成講座＋認定式
気づく 支える

実態調査は、「自分がケアラーだと気づいていない」という現実を映し出していた。地域の中に「気づいてもらう人」を置こうと、県が初めて取り組んだのが、ケアラーサポーター（ケアラー支援推進員）の養成だった。
サポーターの役割は、ケアラー本人が「自分はケアラーかもしれない」と気づくきっかけをつくり、支援制度の活用を促し、相談窓口や情報へ案内すること。
講座は三本立てで、❶介護リテラシー向上研修（講師・木場猛氏／チェンジウェーブグループCCO、介護福祉士・介護支援専門員）、❷認知症基礎研修（講師・狩野英美氏／山梨県看護協会、認知症看護認定看護師）、❸ケアラー支援ポータルサイトの活用研修（県職員）で構成した。包括連携協定を結ぶ企業・金融機関の社員、市町村職員、県職員などが参加した。
会場は1カ所にせず、甲府市・山梨市・富士川町・都留市の4会場で実施した。修了者には認定証と認定バッジを交付した。

2025/11/19
経営者・管理職セミナー
（仕事と介護の両立） 支える

2024年度第2回「知事と語る やまなしづくり」（2025/1/21、テーマ：ビジネスケアラー）で仕事と介護の両立が難しいことがわかった。このため、県内企業の経営層を対象にセミナーを開催した。セミナーでは、①介護に悩む従業員から相談を受けたときの向き合い方②両立に取り組む他社の事例などを紹介。対面とオンラインのハイブリッドで開いた。
講師は、ビジネスケアラーセミナーにも登壇した酒井穣氏。参加企業には「仕事と介護両立支援ハンドブック」を配り、ポータルサイトにも載せた。

2025/12/11
ケアラーシンポジウム
支える ➡P35

孤立を防ぎ、支援の輪を広げるため、山梨県立文学館講堂（定員300）で開催した。第一部は、ケアラー経験がある芸人・エッセイストのにしおかすみこ氏のトークショー。当事者のリアルな語りで、支援の必要性を広く伝えた。第二部は、県内の専門家によるパネルディスカッション「ケアラーの孤立を防ぐために」。山梨県立大学の高橋幸裕准教授がコーディネーターを務め、当事者団体、山梨県介護支援専門員協会、地域包括・在宅介護支援センター協議会の代表が登壇した。

Comments

ビジネスケアラーセミナーの講師が話した「介護は『プレーヤーではなく、マネージャーになる』ということです」という言葉が印象に残っています。これまで考えもしなかった言葉で、目から鱗でした。シンプルで分かりやすいこの言葉が「仕事と介護の両立」を推進するためのキーワードだと感じます。

働く人・働き方支援課・主査
（当時：労政人材育成課 副主査、働く人・働き方支援課 主査）
長田浩志

［第5期］
深める・つなぎ直す
――埋めた地図を精緻にする

2026/1/20
長期欠席児童生徒家庭環境実態調査結果公表（記者会見）［調査・不登校］
➡P28

「長期欠席児童生徒家庭を支えるための家庭環境実態調査」は2025年7月実施。県内の公立小2～高3約6万人の子どもの保護者に配布し、30日以上欠席した子がいる家庭771件が回答した。県がケアラー支援の枠を不登校に広げるにあたり、SSW増員などの根拠になった。

＜調査の主なポイント＞

- 子どものケアで離職した保護者が9.4%。子どもの将来や学習に「不安を感じていない」は1%。
- 支え手となるスクールソーシャルワーカー（SSW）の利用は13.7%（スクールカウンセラーの利用経験は67.8%）にとどまり、「知らない・わからない」が29.2%だった。



2026/1/25
ケアラー交流会
（オンラインは2026/2/14開催）
支える ➡P35

2024年度第3回「知事と語る やまなしづくり」（2025/2/7、テーマ：ダブルケアラー）で、「同じ境遇の人と話したい」という要望にこたえて開いた。ひとりで抱え込まないために、ケアラー同士が悩みを分かち合い、情報を交換した。1月25日はぴゅあ総合で対面、2月14日は夜のオンラインと、仕事の都合や生活の事情に配慮し、より多くの人が参加しやすいようにした（各定員50名）。

2026/3/19
ポータルサイトに生成AI機能を搭載
気づく ➡P18

ポータルサイトに生成AIを載せ、知りたいことを質問形式で入力すると、その人の状況に合った相談窓口や支援情報が返るようにした。県と市町村がつくったFAQに、ネット上の一般的な知識も重ね、関連する複数の項目を横断して答える。介護で十分な時間を取りにくいケアラーが、必要な情報へ最短でたどり着けるように――ポータルという枝の、先端の一手である。

2026/9/1
ケアラーコンシェルジュ（山梨県版）開始
支える ➡P38

同日、2026年度第1回のケアラー支援推進本部会議（拡張版）を開催。介護の「秘書役」が、備えの時期からもしものときまで伴走する「全国初」のサービスが動き出した。

Comments

当初は、保護者から「調査を実施しても何も変わらないのではないか」「うちの子は不登校ではない」などの苦情や否定的な意見が多く寄せられると想定していましたが、実際は「調査対象外で回答できなかった」という声が多かった。支援を実際に必要とする当事者だけでなく、その予備軍となり得る方々にも目を向けることの重要性を実感しました。課題が顕在化する前の段階から気付きや適切な情報を届けることが、行政の重要な役割だと考えるようになりました。

働く人・働き方支援課・主事
木村優斗

Comments

実際に十分活用されているかという点は課題。他事業との相乗効果を高めていく必要がある。ポータルサイトを活用していただくことが最終目標でもなく、ケアラーに県や市町村、民間サービス等の支援が届いているかが重要です。支援は届いてこそ意味がある。効果をどのように確認していくかが課題だと感じます。

就業支援センター・副主査
（当時：働く人・働き方支援課・副主査）
渡邊尚子



そして地図は描かれ続ける
（2026年10月以降、予定）

・ケアラーサポーター養成講座（10/2 富士吉田、10/30 甲府）
・ケアラー交流会（開催時期未定 12月～2月頃）

Comments

最初にケアマネ協会に相談に行った時、否定的な反応も覚悟していました。しかし、問題意識が共有できただけでなく、仕組みへの関与も前向きに検討してもらえることになりました。ケアマネ協会役員の皆さんの問題意識、社会貢献意識の高さに驚きました。「やさしい手甲府」の根津社長との意見交換で、ケアマネを活用するアイデアをいただいて大変有意義でした。介護の現場は人材不足という思い込みも修正していただきました。

高度政策企画イニシアチブ
高度政策推進監
依田清臣

2年余りの間に、山梨県はケアラー支援の施策を一つずつ形にしてきた。
本冊子の取材では、職員や当事者、専門家ら延べ50人に話を聞いた。
尋ねたのは、何を決めたかではない。どのような過程を経て、なぜそう決めたのか、だった。
施策が生まれ、広がっていった場面には、共通する5つの条件があった。

① **「自分ごと」から始める**
知事自身がケアラーだった。そして県庁職員の4人に1人が、
現役のケアラーだった。当事者は、庁内にもいた。(➡ P1・P12)

② **縦割りに、横串を通す**
知事を本部長とする推進本部が、部局の垣根を越えて施策を束ねた。
不登校家庭の支援では、教育委員会と知事部局がバトンをつないだ。
(➡ P12・P28)

③ **数字と、一人の声を往復する**
実態調査で全体像をつかみ、知事との対話や交流会で一人ひとりの声を聴いた。
数字は「どこに」課題があるかを示し、声は「何が」足りないかを教えた。
(➡ P7・P32・P35)

④ **外の目を入れる**
大学生のフィールドワーク、デザインの専門家、シンクタンクの調査分析。
外部の視点を借りて、庁内の「当たり前」を問い直した。(➡ P15・P24・P44)

⑤ **走りながら、直す**
ポータルサイトは4カ月で公開し、翌年、生成AIを載せた。
コンシェルジュは前例のないところから立ち上げた。
背中を押したのは、「うまくいかなかったら、
すぐ軌道修正すればいい」という知事の言葉だった。(➡ P18・P38)



「介護離職ゼロ」を目指し、山梨県の挑戦は、これからも続く。

［関連連絡先］

山梨県ケアラー電話相談
（土日祝・年末年始9:00～21:00／無料）
055-223-1452

やまなしケアラー支援ポータルサイト
https://www.carer.pref.yamanashi.jp/

ケアラーコンシェルジュサービス
（24時間 365日対応／相談料無料）
055-213-1102

県HP
https://www.pref.yamanashi.jp/hataraku/carer_concierge.html

山梨県 総合県民支援局 総合県民企画室
055-223-1339

介護離職ゼロを目指す山梨県の挑戦

2026年11月発行

発行　山梨県 高度政策推進局
高度政策企画イニシアチブ
〒400-8501
山梨県甲府市丸の内一丁目6番1号
TEL 055-223-1842
FAX 055-223-1776
E-mail koudo@pref.yamanashi.lg.jp

取材／編集　株式会社テックベンチャー総研
デザイン　フロッグキングスタジオ
取材協力　中村麻衣子、内藤瑠那
撮影協力　今村拓馬、山本倫子
印刷所　株式会社ミツモリ

本書のコピー、スキャン、デジタル化などの無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。ご利用の際は、山梨県高度政策企画イニシアチブまでご相談ください。

©Yamanashi Prefecture 2026
Printed in Japan



続きはWEBへ

マンガ・温泉川ワブ

普段ならすぐ対処できる事でも混乱して何もわからなくなっちゃってた…

相談できたので私も少し落ち着いてきました…！

よかったです また困ったらお電話くださいね

息子には出前頼んだよ…っと

ケアラーコンシェルジュ…助かった～

ふ…！？

24時間相談に対応してくれるってだけでも安心できるよ

お父様ですが

命に別状はありませんよ

ホッ

よかった

でも軽い脳梗塞と右肩の骨折でしばらく入院が必要ですね

それに右側に少し麻痺が残るかもしれません

そうですか…

はっはっはっ

いやぁ～わるいわるい！

もー心配したよ！

無事で安心した！

…だけど


どうしよう
息子のご飯
ガ…

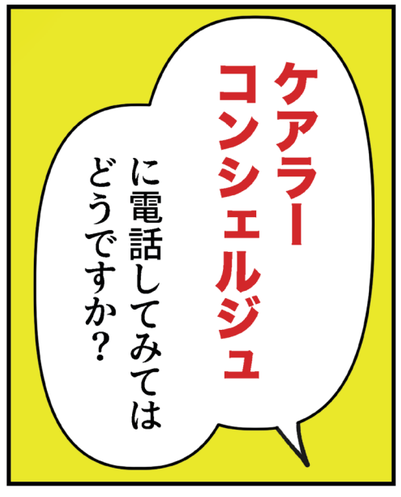

お父さんの様子が
わからないんじゃ
まだ帰れない
旦那は出張中で
頼れないし…!?




付き添いの
家族の方
ですよね？
何か心配
でも…？
あ…


父がまだ
救急で
治療中なのに
家の事もあって
どうしたらいいか
自分でも
混乱していて


そういう時
は…


ケアラー
コンシェルジュ
に電話してみては
どうですか？

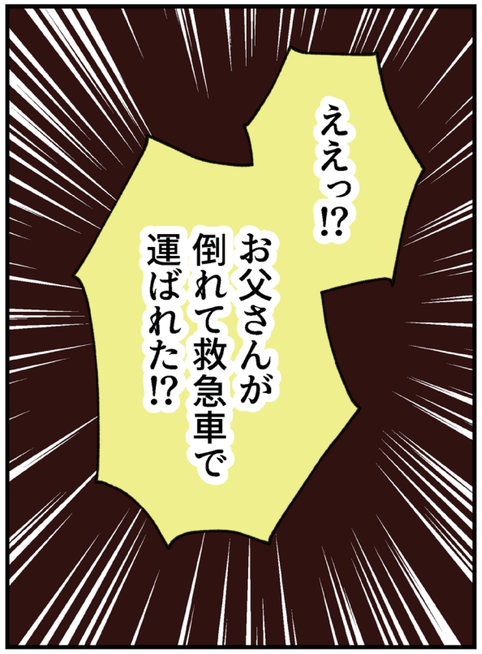

ケアラー
コンシェルジュ…？
山梨県で
新しく始まった
制度です

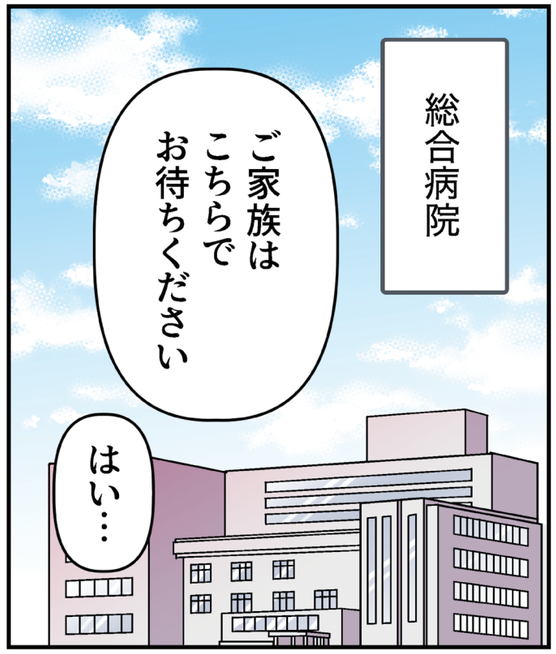

突然困った事が
あった時
24時間いつでも
ワークサポート
ケアマネジャーに
電話で相談
できるんです
…もしもし
どうされました？
それが…


状況説明中


…でしたら
お子様には
お弁当を配送で
お届けするのは
どうですか？
あっ
そうか宅配
テンパってて
思いつきませんでした


お近くのお店で
配送している業者を
ご紹介しましょうか？
お願いします…

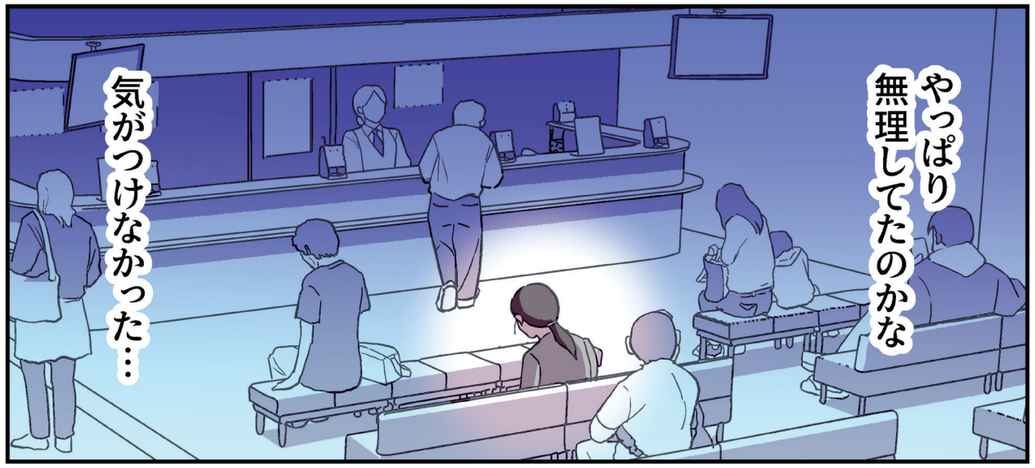

ええっ!?
お父さんが
倒れて救急車で
運ばれた!?


総合病院
ご家族は
こちらで
お待ちください
はい…


お隣の山田さんが
言うには
お父さん
畑で倒れてたって…


4年前
お母さんが
天国に行ってから


ずっとひとりで
頑張ってたし


やっぱり
無理してたのかな
気がつけなかった…


ブブブ


お父さん
大丈夫かな…
ボー…


嘘…
もう
こんな時間!?


18:43
□月□日 水曜日
まこと
まぁ～おなかへった！
えっ!?