

育児と介護を同時に行う「ダブルケア」ならびに
「sandwich generation」の研究に関する文献的考察

菅野 夏子・藤田 敦子・鷺野 貴子

**A Review of the Literature in the Double Care and
the Sandwich Generation**

Natsuko Sugano, Atsuko Fujita and Takako Sagino

姫路大学大学院看護学研究科論究

第3号

2020年3月1日発行

育児と介護を同時に行う「ダブルケア」ならびに「sandwich generation」の研究に関する文献的考察

菅野 夏子・藤田 敦子・鷺野 貴子

A Review of the Literature in the Double Care and the Sandwich Generation

Natsuko Sugano, Atsuko Fujita and Takako Sagino

要旨

目的：国内外の育児と介護を同時に行う「ダブルケア」ならびに「sandwich generation」の研究を概観し、今後の研究の可能性を検討する。

方法：医学中央雑誌Web版およびPubMedを用いて、過去5年間（2014年から2019年）の文献検討を行った。分析項目は、発行年、用語の定義、対象者、調査内容及び分析結果とした。

結果：対象文献は9件で、国内2件、国外7件であった。「ダブルケア」の研究は国内で2件であり、国外での研究はなかった。一方、「sandwich generation」の研究は国内では見られず、国外文献では7件であった。「ダブルケア」と「sandwich generation」との用語の定義は異なり、「sandwich generation」では親と子どもとの両方を世話することで、育児の対象年齢は成人を超えるものもあったが、「ダブルケア」では、育児が18歳未満とするもの、未就学児に限定するものがあった。また、「ダブルケア」のみ介護には障害児・者といった対象を含んでいた。国内では実態調査が主であったが、国外文献では役割バランス療法等、「sandwich generation」を対象とした介入方法に対する研究等がなされていた。

考察：国内ではダブルケアの研究は少なく、今後は、様々な対象での研究やダブルケア実践者の負担軽減のための介入方法の検討や、介入の効果を明らかにするなどさらなる研究の蓄積の必要性が示唆された。

キーワード：ダブルケア, sandwich generation, 文献検討

Key Words：double care, sandwich generation, literature review

I. 緒言

我が国の高齢化率は年々増加し、2010年には28.1%にまで達し、3割に近づく勢いである¹⁾。また、団塊の世代が後期高齢者となる2025年問題は我が国の近々の問題にもなっている²⁾。

一方では少子化が進み、出生数は2015年以降100万人を切り、ますます減少傾向に進んでいる³⁾。その一要因として、晩婚化・晩産化があり、母親の出産時の平均年齢が32.0歳、第一子出産時の平均年齢が30.7歳と年々高くなり、2015年以降30歳を過ぎての出産、育児となってきた⁴⁾。

少子高齢化が進む我が国において、今後問題となりうるのは晩婚化に伴い発生する育児と、長寿となった高齢者との介護の同時に実施するという状況である。この担い手となるのが女性であることが多く、男女共同参画が言われている今日においても育児・介護双方において担い手となっているのは女性である^{5) 6)}。しかしながら、近年は女性の活躍など、女性が働く機会が増えている状況にある。また、女性の大学進学率も年々増加しており⁷⁾、女性の社会進出が進んでいる中、このような育児・介護がライフイベントとして生じた場合、離職せざるを得ない状況にある。実際、介護による離職は、年間10万人が推定されている⁸⁾。

このような育児・介護を同時に行う状況を、2012年からの相馬らの研究により「ダブルケア」という名称で報告された⁹⁾。しかしながら、この「ダブルケア」の研究は、国外では見られず、その用語に類似したものとして「sandwich generation」の研究が報告されている。「sandwich generation」の研究は、1980年以降行われているが、アメリカでは家族構成の変化から特に近年問題となってきた。その理由に、老人ホームや介護施設でのケアが主であったものから、入所費用が払え

ないという経済的理由から親の介護を自宅とする世帯が増えていることや、ブーメラントルドレンといった25～34歳の子どもと暮らす世帯の増加も問題視されており¹⁰⁾、不況で職や家を失い、実家に帰ってくるケースが増えているということなどからである。このような育児と介護に挟まれた世代の負担についての研究は1990年以降から論文数が増え、文献レビュー等報告されている¹¹⁾。

そこで、本研究は「ダブルケア」の用語が使われ始めた近年の国内外の「ダブルケア」と「sandwich generation」の研究を概観し、育児と介護を同時に行うことによる現状と今後の課題について検討することを目的とする。

II. 研究方法

1. 対象文献の選定

医学中央雑誌 Web版及びPubMedを用いて、過去5年間(2014年～2019年)の文献検索を行った。検索キーワードは、国内文献は「ダブルケア」、国外文献は「double care」「sandwich generation」「women」を用いた。これらの文献のうち、特定の疾患に対する調査や検査方法、治療法等に関する研究等の文献を除き、日本語もしくは英語の論文を今回の対象文献とした。キーワード検索の結果、医学中央雑誌 Web版では3件、PubMedでは7件の計10件が抽出された。そのうち文献レビューを除く8件を分析対象とした(検索日:2019年12月15日)。

2. 分析方法

分析項目は、論文構成の主要項目である発行年、対象者および対象者数、調査内容、分析方法とした。

なお、文献を取り扱う際には、著作権を侵害、不正コピーがないよう留意した。

Ⅲ. 結果

1. 対象文献

対象となった文献のうち、「ダブルケア」での検索結果では、国内文献は2件であったが、PubMedでの検索結果では0件であった。一方、PubMedでの検索結果では、「sandwich generation」での検索結果では697件であったが、女性に限定し、本研究の趣旨に副う内容のものでは7件の抽出であった。

2. 文献の発行年

国内文献および国外文献双方ともに2016~2019年の文献であった。国内文献では2016年が1件、2019年が1件であり、国外文献では、2016年が2件、2017年が3件、2019年が2件であった。

3. ダブルケアの定義ならびに研究対象について

国内文献のみダブルケアの先行研究がみられた。

堀川ら¹²⁾の研究では、私立中学高等学校に通う保護者1523名の対象者のうち、就労しダブルケアに該当する93名に対して調査を実施していた。子育ての対象年齢は18歳未満とし、介護の対しては同居、別居を問わず「介護している」ものを対象としていた。

2016年に内閣府から出された「育児と介護のダブルケアの実態に関する調査」¹³⁾では、就業構造基本調査により、15歳以上の約100万人に調査が行われた。その際、ダブルケアの抽出方法として、「ふだん育児をしている」「ふだん介護をしている」両方を選択したものを「ダブルケアを行う者」として集計、分析対象としていた。育児の定義として、「未就学児（小学校入学前の幼児）の育児を実施するもの」であり、孫やおい・めい、弟妹の世話などは育児に含まないものとしていた。また、介護の定義として、「介護保険で要介護認定を受けていない人、自宅外にいる家族の介

表1. 対象文献一覧

No.	タイトル	著者	出典
1	就労女性のダブルケアにおける介護負担感,疲労感に影響する要因	堀川尚子他	川崎医療福祉学会誌.2019 Vol.28 No.2:403-412
2	平成27年度育児と介護のダブルケア実態に関する調査報告書	株式会社NTTデータ 経営研究所 内閣府委託調査	
3	Dual caregiving by grandmothers with older relatives: Personal factors influencing health and stress.	Luna S et al.	Journal of Health Psychology. 2019
4	The impact of within and between role experiences on role balance outcomes for working Sandwich Generation Women.	Evans KL et al.	Scandinavian Journal of Occupational Therapy. 2019 ;26(3):184-193
5	Examining coping style and the relationship between stress and subjective well-being in Australia's 'sandwich generation.	Gillett JE, Crisp DA	Australasian Journal of Ageing. 2017;36(3):222-227
6	Viewpoints of working sandwich generation women and occupational therapists on role balance strategies.	Evans KL et al.	Scandinavian Journal of Occupational Therapy. 2017;24(5):366-382
7	Working Sandwich Generation Women Utilize Strategies within and between Roles to Achieve Role Balance.	Evans KL et al.	PLOS One. 2016;11(6)
8	The Sandwich Generation Diner: Development of a Web-Based Health Intervention for Intergenerational Caregivers.	Steffen AM et al.	JMIR Research Protocols. 2016;5(2)
9	New Estimates of the Sandwich Generation in the 2013 Panel Study of Income Dynamics	Friedman EM et al.	Gerontologist. 2017;57(2):191-196

護も含んでいるが、病気などで一時的に寝ている人に対する場合は介護に含まないとした。その目安として1年間に30日以上介護している場合を、「ふだん家族の介護をしている」と定義しており、その場合のダブルケア実施者は、同別居を問わない祖父母等の被介護者の介護（手助け、見守り）と、育児を行うケースや、障害等のある小学生以上の子どもと、未就学児の育児を行うケースが含まれていた。

4. Sandwich generationの定義ならびに研究対象について

表1における文献3から文献7までの論文では、詳細な「sandwich generation」の定義はなく、「子育てと親の介護をするもの」「母親と親の介護の役割を同時に行うもの」といった定義であった。

Luna Sら¹⁴⁾の研究は、親と孫をサポートする対象者に対するストレスと健康に影響を与える要因を明らかにする目的から、スペイン南西部の149人に対するインタビュー調査を実施されていた。

Evans KLら¹⁵⁾の研究では、勤労女性のsandwich generationの女性の役割特性と役割バランスとの関係を、18人のオーストラリア在住の女性に対してアンケート調査を行っていた。

Gillett JE¹⁶⁾らの研究は、sandwich generationを中年期にあたる年代とし、子どもと高齢の親や家族を介護するものとしていた。調査対象を23～63歳の93人（うち80人が女性）に対してストレス、対処方法、人生の満足度をオンラインでの調査を行っていた。

Evans KLら¹⁷⁾の文献6の研究では、明確な「sandwich generation」の定義はなく、勤労女性で1週間に12時間以上勤務する者で、かつ18歳以下の子どもを持ち、親（自分の親または義理の親）の6か月間1週間に平均1時間以上介護している

もの31人に対して、オンラインまたは紙でのアンケートが実施されていた。

文献7¹⁸⁾の研究では、「sandwich generation」を母親役割、高齢者を介護する役割を同時に行うものと定義し、それらに加え働く役割の3つの役割を担うものを対象とした18人の女性にインタビュー調査を行っていた。具体的には、32歳から55歳（平均44歳）の女性で、子どもが0歳から27歳（平均13歳）の子を持ち、親ないし親族の介護を1人以上行っているものを対象としていた。

文献8¹⁹⁾の研究は、Webで行う身体及び認知機能に障害がある高齢者を介護する家族向けに開発された健康教育プログラムである「The Sandwich Generation Diner」についての研究であり、明確な「sandwich generation」の用語の定義はなされていなかった。「sandwich generation」の女性の忙しいスケジュール内でも実施できるようなWebでの教育プログラムという目的で開発がなされていた。

文献9の研究では、「sandwich generation」を親と子どもの両方を世話するものとし、調査対象を35歳から75歳の男女で、親と18歳以上の子を持つものを対象として調査をされていた。

5. 調査内容と結果の比較について

文献1¹²⁾では、調査項目は、年齢、子どもの数、同居者、子育ての協力者、雇用形態、睡眠時間、要介護認定の有無、利用している介護サービス、被介護者への援助内容、介護知識の有無、余暇時間の有無、経済的な負担感の有無、介護負担感であった。介護負担感はZarit介護負担尺度日本語版の短縮版(J-ZBI_8)¹⁸⁾、不眠の程度の測定にはアテネ不眠尺度(AIS)¹⁹⁾を使用していた。結果、親が認知症、排泄の介助が必要、徘徊がある、不潔行動がある、経済的な負担を感じる、疲労感を感じている、非正規雇用といったものに介護負担

感が高く、精神的な支えとなる人がある、子育てに協力的な家族員がいる、余暇の時間が取れている、育児休業を取得したことがある、といったものの方が介護負担感は少なかった。介護負担感と不眠との関連は見られず、疲労感があるものに不眠症の疑いがあるものが有意に多かった。

文献2¹³⁾では、ダブルケアを行うものの6割以上が30歳～40歳代であり、女性の割合が半数以上を占めていた。また、ダブルケアを行う女性の方が男性と比較し、周囲からの手助けが得られていない状況にあり、特に女性の方がダブルケアを行うことにより「業務量や労働時間を減らした」ものの割合が男性より高く、就業の影響が大きかったことが明らかとなった。行政の施策で拡充を希望するサービスでは、男性は「保育施設の量的拡充」22.8%と最も多く、女性では、「育児・介護の費用負担の軽減」が26.4%と最も多かった。

Luna S¹⁴⁾らの研究は、親と孫をサポートする対象者のストレスと健康に影響を与える要因を明らかにする目的から、スペイン南西部の149人に対するインタビュー調査を実施した結果、年齢や感情に対するサポートと受容をサポートする援助、社会的サポートがストレス軽減に影響していたこと、親のサポートは健康に悪い影響を及ぼし、逆に孫の世話は健康状態の向上に関連していたことが報告されている。

Evans KLら¹⁵⁾の研究では、勤労女性のsandwich generationの女性の役割特性と役割バランスとの関係を、18人のオーストラリア在住の女性でアンケート調査を実施した結果、母親や家族役割が特に役割バランスに関係があり、家の管理や家族メンバーの役割との関係が最も役割バランスに強く影響していた。

Gillett JEら¹⁶⁾の研究は、sandwich generationを中年期にあたる年代とし、23～63歳の93人（うち

80人が女性）に対してストレス、対処方法、人生の満足度をオンラインでの調査を実施したものである。結果、ストレスと主観的健康観は負の関連がみられ、その対処方法として、回避に焦点を当てたコーピング（AFC）に効果があったことが報告されている。

文献6¹⁷⁾では、就労するsandwich generationの女性に対する役割バランス療法の観察ポイントを、31人のsandwich generationの女性と、42人の作業療法士とで、Q方法論を用いて明らかにする目的で実施されている。その結果、就労するsandwich generationの女性では忙しいライフスタイルの中で複数の責任を果たすことに重点を置く傾向にあったことが報告されている。

文献7¹⁸⁾では、文献6¹⁷⁾と同様の筆者が役割をバランスよくとるための対処方法の一助とするため、sandwich generationの女性の個々の役割バランスがどのようなものがあるのかを明らかにする目的で、18名の女性にインタビューでの調査を行っていた。その結果、①健康を保持②社会的なつながりを育成していく③完璧主義を抑制していく④時間と体力を管理していく⑤責任を排除していく⑥役割に対応していくことがあった。

文献8¹⁹⁾では、sandwich generationに対するWebでの健康教育プログラムである「Sandwich Generation Diner」作成のための研究であった。そのプログラムは、高齢者の薬の管理について、せん妄や認知症など的高齢者の生じやすい混乱の徴候について、専門家によるヘルスケア訪問についての事前の準備についてや高齢者とのコミュニケーションの方法についてのコンテンツを作成し、高齢者を支援する家族向けのものであった。また、そのプログラムに対する評価についてまでのプロトコルが報告されていた。

文献9²⁰⁾では、対象となる35歳から75歳の3

割以上が18歳以上の子どもや親に対して時間やお金を費やしていることを報告していた。

Ⅳ. 考察

1. 「ダブルケア」と「sandwich generation」の研究の違いについて

「ダブルケア」についての論文が国内の文献のみで、国外での論文がみられなかった。このことは「ダブルケア」の用語が国内に限定的に使用されていることが考えられた。「ダブルケア」の用語は、「育児と介護を同時進行で主に一人で行わなければならない状態」⁹⁾と定義し、2012年に相馬直子氏、山下順子氏により造られた言葉である。その中に、「広義の意味として、ケアの複合化、多重化という広い意味でも使われている。すなわち、家族や親族をはじめとする親密な関係における、複数のケアの責任や負担を引き受けざるを得ない状況をいう。」²¹⁾と述べていることから、今回の文献でも、単に親と子どもの双方の援助を行う対象以外の、障害児・者等の介護も含めた対象者での調査がなされていた。

一方、国外の研究が主であった「sandwich generation」の研究では、親と子どもとに限定した研究が主であった。そのため、障害児・者を介護するものは含まれず、親と子ども双方を援助するものを広くsandwich generationととらえ、詳細な用語の定義は見られなかった。

また、「ダブルケア」「sandwich generation」双方の「育児」「介護」の捉え方に異なりがみられた。「ダブルケア」での育児は18歳以下とするもの、未就学児とするものなど低年齢であり、文献1¹²⁾では学童期の育児に限定し、文献2¹³⁾では未就学児に限定していた。一方、「sandwich generation」では、文献9²⁰⁾では18歳以上とす

に大学生や社会人といった親元を離れるような年齢から、18歳以下としているもの、特に年齢の制限は設けず、新生児から成人した27歳までを育児・子育てととらえていた。「介護」についてはすべての文献に詳細な用語の定義は設けられておらず、具体的にはどのような介護を実践しているかは明らかになっていなかった。しかしながら、国外の研究ではsandwich generationに対する親の介護に関しての教育プログラムといったものの作成の研究が複数見受けられた。このことは、介護に対する負担感が大きいことが考えられ、国外では介護に関するニーズが高いことが予測される。一方、国内の研究である文献2¹³⁾では、研究結果からダブルケアを行っているもののニーズが、「保育施設の量的拡充」等「育児」に関することが最も多かった。そのことから、ダブルケアでは育児に関する負担感が大きく、国外と比較し「育児」に関するニーズが高いことが考えられる。このことは、我が国における保育所に入所できない「待機児童」問題²²⁾が大きくマスコミで取り上げられることなどからも、日本の就業と育児のニーズとの需要と供給のアンバランスから育児環境が量的にも不足していることが考えられる。

2. 国内外の研究の動向について

本研究では2014年以降に出された原著論文に限定し、分析を行った。その結果、国内の論文では「ダブルケア」で3件のみであり、国外での「sandwich generation」の研究は600件以上と、我が国での研究がこれから始まることが考えられる。その背景には、日本にはsandwich generationという考えが浸透されていないことが想定される。わが国では子どもを養育し、親の面倒を見るというのが社会通念であり、特にそのことを問題視することがなかったことが考えられる。一方、アメリカでは「自立」を重んじ、親から独立

することを重要としていた考えが一般的であった¹⁰⁾。しかし、2007年の金融危機以降若者の失業率が上昇し、親との同居する子どもの割合が増えてきている事がある²³⁾。1990年以降「sandwich generation」の研究も増加している¹¹⁾ことから、sandwich generationの負担を重要に捉え、研究が蓄積されてきていることが考えられる。

また、国内の研究では、分析対象の研究は実態調査であったが、国外の研究では実態調査のみではなく、教育プログラムの作成や対象年齢や孫をケアするものなど対象を変えての調査等が報告されていた。今後の研究の課題として、日本でのダブルケア実施者の現状やニーズを様々な対象から明らかにすることや、ダブルケア実践者に対する負担軽減のための介入方法の検討や、介入の効果を明らかにすることが求められる。また、文献²⁾¹³⁾でも、女性がダブルケア実施することで、就業への影響は大きく、特に就業状況が縮小していた実態があった。国外の研究にもあるように、sandwich generationは母親役割以外にも就業していることでの仕事での役割もあり、その役割のバランスを取ることに研究の重きを置いていた。わが国においても、就業による役割を保ちつつ、ダブルケアを実施していく方法の検討が重要であると考えられる。

V. 結論

国内外9件の文献を対象に、「ダブルケア」「sandwich generation」の研究の動向と内容を分析し、以下の結果が得られた。

1. 過去5年である2014年以降の「ダブルケア」の研究は国内で2件と少なく、国外での研究はなかった。一方、「sandwich generation」の研究は国内では見られず、国外文献では7件であっ

た。

2. 「ダブルケア」と「sandwich generation」との用語の定義は異なり、「sandwich generation」では親と子どもとの両方を世話することで、育児の対象年齢は成人を超えるものもあったが、「ダブルケア」では、育児が18歳未満とするもの、未就学児に限定するものがあった。また、「ダブルケア」のみ介護には障害児・者といった対象を含んでいた。
3. 国内では実態調査が主であったが、国外文献では役割バランス療法等、「sandwich generation」を対象とした介入方法に対する研究等がなされていた。
4. 国内のダブルケア研究は、今後様々な対象での研究やダブルケア実践者の負担軽減のための介入方法の検討や、介入の効果を明らかにするなどさらなる研究の蓄積の必要性が示唆された。

【引用文献】

- 1) 総務省統計局：統計トピックスNo.121統計からみた我が国の高齢者（65歳以上）－敬老の日になんで－<https://www.stat.go.jp/data/topics/topi1211.html>（2019.12.26確認）
- 2) 厚生労働省：今後の高齢化の進展～2025年の超高齢社会像。www.mhlw.go.jp/shingi/2006/09/dl/s0927-8_e.pdf（2019.12.26確認）
- 3) 内閣府：出生数・出生率の推移<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/data/shusshou.html>（2019.12.26確認）
- 4) 厚生労働省：統計情報・白書.人口動態調査.平成23年人口動態統計月報年計（概数）の概況<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai11/kekka04.html>（2019.12.26確認）

- 5) 内閣府：藤田結子.「ワンオペ育児」の現状
— 首都圏の働く母親の調査から平成30年3
月22日 少子化克服戦略会議 https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/meeting/kokufuku/k_4/pdf/s1.pdf (2019.12.26確認)
- 6) 厚生労働省：平成22年国民生活基礎調査の概
況 <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa10/4-3.html> (2019.12.26確認)
- 7) 内閣府：男女共同参画白書（概要版）平成30
年版 http://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h30/gaiyou/html/honpen/b1_s05.html (2019.12.26
確認)
- 8) 内閣府：平成29年就業構造基本調査 結果の
概要 <https://www.stat.go.jp/data/shugyou/2017/pdf/kgaiyou.pdf> (2019.12.26確認)
- 9) 東恵子.ポイントで読み解くNEWS（ニュー
ス）のツボ（Vol52）ダブルケアどう支援 介
護と子育て同時進行 横浜でシンポ 研究報告
や討論も.ナース専科,エス・エム・エス,78,2017.
- 10) 朝日新聞Globe.July.5 Sun-18,2015.
- 11) LeaAnne DeRigne.The sandwich generation:
A review of the literature, UNF Digital
Commons,95-104.2012
- 12) 堀川尚子他:就労女性のダブルケアにおける
介護負担感,疲労感に影響する要因,川崎医療福
祉学会誌. Vol.28 No.2:403-412.2019
- 13) 株式会社NTTデータ経営研究所:平成27年度
育児と介護のダブルケア実態に関する調査報告
書.2018.
- 14) Luna S et al. Dual caregiving by grandmothers
with older relatives: Personal factors influencing
health and stress. Journal of Health Psychology.
2019.
- 15) Evans KL et al. The impact of within and
between role experiences on role balance outcomes
for working Sandwich Generation Women.
Scandinavian Journal of Occupational Therapy. ;26
(3):184-193.2019
- 16) Gillett JE, Crisp DA. Examining coping style
and the relationship between stress and subjective
well-being in Australia's 'sandwich generation,
Australasian Journal of Ageing. ;36(3):222-
227.2017
- 17) Evans KL et al. Viewpoints of working sandwich
generation women and occupational therapists on
role balance strategies. Scandinavian Journal of
Occupational Therapy. ;24(5):366-382.2017
- 18) Evans KL et al. Working Sandwich Generation
Women Utilize Strategies within and between Roles
to Achieve Role Balance. PLOS One. ;11(6)2016
- 19) Steffen AM et al. The Sandwich Generation
Diner: Development of a Web-Based Health
Intervention for Intergenerational Caregivers. JMIR
Research Protocols.; 5 (2) 2016
- 20) Friedman EM et al. New Estimates of the
Sandwich Generation in the 2013 Panel Study of
Income Dynamics, Gerontologist. ;57(2):191-
196.2017
- 21) 相馬直子:ダブルケア(ケアの複合化)と自
治型・包摂型・多世代型地域ケアシステムガバ
ナンス.ぎょうせい.20.2017.
- 22) 朝日新聞デジタル待機児童問題「見える
化」プロジェクト <http://www.asahi.com/special/taikijido/> (2019.12.26確認)
- 23) BBC News More young Americans 'living with
parents' 25 May 2016. <https://www.bbc.com/news/world-us-canada-36375674> (2019.12.26確認)