

介護サービスで出会う 8050 問題と対応の基本の研修

研修日 年 月 日

介護サービスで出会う 8050 問題と対応の基本の研修

はじめに

私たちは、利用者宅で「これはどうしたらいいのだろう...」と迷う場面が本当に多い仕事です。

▽ 例えば、サービス中にこんな経験はないでしょうか？

- 冷蔵庫を開けてみたら、ほとんど何も入っていない。
- 利用者が「息子が働かないからお金が足りないのよ」と訴えてくる。
- 介護度が上がっているのに「これ以上サービスを増やしたら生活できなくなる」と断られた。

このような場合、親子共に支援が必要なケースとして、

8050 問題の要素を含んでいるかもしれません。

以前は「ひきこもり」というと若い人の問題だと考えられがちでしたが、今では年齢層が広がり、親も子も高齢化しています。

8050 問題とは



8050 問題とは

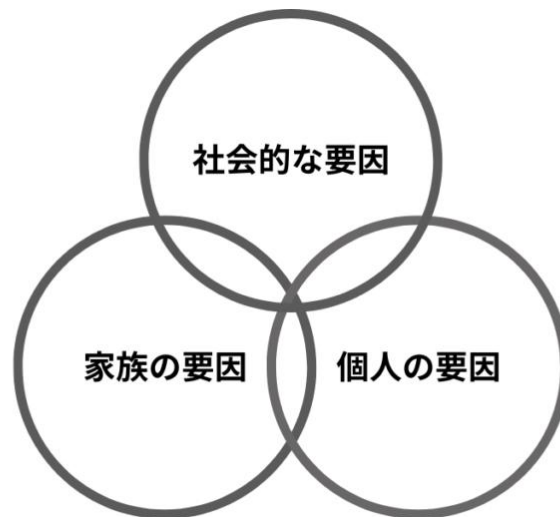
「80 代の親」と「50 代の子ども」が同居していて、子どもが長期間ひきこもりや無職の状態にある家庭で、親の介護や生活支援を担う人がいないまま、親子ともに孤立・困窮していく状況を指します。

親の年金や貯金を頼りに生活しているため、親が高齢で要介護になると家計も介護も一気に苦しくなります。

この問題は、単なる「親子の問題」ではなく、社会全体が抱える課題です。

「怠けている」ではなく「支援が届いていない」

「働かないのは本人の怠け」と思われがちですが、実際にはいくつかの要因が重なっています。



社会的な要因

- ・ 就職氷河期世代(概ね 40 歳～55 歳)で、若いころ正社員になれず非正規社員・アルバイトだった。
- ・ 学校や職場での競争が激しく、挫折経験を抱えている。
- ・ 家に長い時間こもることで、仕事に必要なスキルが身に付かない

家族の要因

- ・ 親が生活費を出し続けることで自立できなくなった。
- ・ 世間体や、子どもに「怠けている」というレッテルを貼りたくないという気持ちから、外部の支援をためらう。

個人の要因

- ・ 職場での人間関係トラブル・リストラで立ち直れない
- ・ うつ病などの精神的な問題がある。
- ・ 発達障害などで環境に適応できない。

つまり、本人だけの問題ではなく、社会や家庭の事情も重なり合っている状態です。

ひきこもりの方は、社会への罪悪感やプライドから、助けを求めること自体ができない場合も多くあります。そのため「支援が届いていない」状況にあると理解することが重要です。

8050 問題は実際に何が問題となるのか？



長期化するひきこもりで負のループに...

一度社会から離れると、なかなか元の生活に戻ることが難しいのが今の社会です。

特に中高年になってからの再就職は、年齢やブランクがあることでさらにハードルが高くなり、ひきこもりが長期化すると、外に出ることや人と関わること自体が大きなハードルになります。

また、40代や50代で職歴が途切れていると、再就職の場は限られ、選べる仕事も少なくなります。

仕事に就けないことで、親の年金に依存してしまうといった負のループに...

経済的困窮

子が無職で収入が不安定なため、親の年金が家計の主な収入源になります。

年金だけでは生活費・医療費・介護費をまかなえず、慢性的な赤字家計に陥るケースが多いです。

社会的孤立

ひきこもりの問題は、本人だけでなく家族も深く関わっており、特に親が「恥」と思ってしまう事から状況を隠してしまうケースが多い事もあります。

親子ともに家に閉じこもりがちになり、外とのつながりがなくなる。恥や遠慮から支援を求めづらく、親子の依存関係が強まって、ますます社会から孤立していきます。

周囲に相談せず、支援機関との接点を持たないまま年月が経過することで、問題が深刻化し、支援につながりにくくなる傾向があります。

問題にならないケースもある

「8050」って言葉を聞くと、すぐに何とかしなきゃいけないと捉えがちです。

しかし、実は全部がそうではありません。

お金に余裕があって、働いていない子供がいても、家族でうまくやっているところもあります。

ですので、「**8050 だから問題**」と決めつけるのも危険です。

大切なのは、その人や家族がどんな暮らしをしているか、何に困っているかを見極めること。

必要なときに、そっと支えられるように見守る姿勢こそが本質です。

問題にならないケース(リスクが小さい例)

- ・親と子の間で良好なコミュニケーションが取れている。
- ・社会や支援機関とのつながりがある。
- ・親子ともに経済的に自立している(資産があるなど)

今は安定していると見える家庭でも、ちょっとした事で状況は変わりますので、常に気にかけておく必要があります。

8050 問題を見かけたらどうする??

私たちは、家庭の様子を日常的に見ているからこそ、いち早く異変に気づける貴重な存在です。

気づきのアンテナ



役割としては、「気づきのアンテナ」を持って困りごとを早期に発見し、適切な支援機関に「つながる」ことです。

具体的な支援を行うのは専門機関ですが、そのきっかけを作るのは私たちの日々の働きかけになります。

「気づき」と「つながる」

▽ 訪問サービスでは、利用者本人だけでなく家庭の様子も目にします。

- ・ **気づく**: 冷蔵庫、部屋の様子、光熱費の督促状など生活のサインを拾う
- ・ **報告する**: ケアマネやサービス提供責任者に「生活費が原因でサービスを抑えている」と伝える
- ・ **つながる**: ケアマネを通じて包括支援センターや役所につなぐ

直接支援制度を勧めない理由

利用者や家族にどんな制度を勧めるかの判断は、専門職や自治体が行います。

「この制度を使ったほうがいいですよ」と勧めるのは責任が持てず、家族の信頼を失ってしまう可能性があります。

実際の事例

私が担当した利用者の実際のケースを紹介します。

ケース: 山田さん親子(仮名)

山田さん(80歳・要介護2)は年金8万円で息子と二人暮らし。息子(52歳・無職)の生活費も山田さんが負担。

山田さん
80歳 介護2



息子
52歳 無職



山田さんは、介護サービスを増やしたい気持ちはありませんでしたが、
「これ以上は生活できないから」と利用を抑えていました。

ヘルパーからは以前より、

「生活費の不足でサービスを削っている」
「冷蔵庫が空に近い状態」

といった報告を受けており、
私(ケアマネ)も支援が必要な状況と判断していました。

しかし当時は本人が

「まだ大丈夫」

と話しており、支援機関への同意が得られませんでした。

ところが、山田さんが肺炎で入院。

ほとんど所持金がなく、医療相談員から

「このままでは入院生活も、その後の生活も成り立たない」

と連絡が入りました。

そこで私（ケアマネ）は、これまでの生活状況とヘルパーからの情報を整理し、地域包括支援センターに報告。

その結果、息子の生活も含めた支援が必要と判断され、

「生活困窮者自立支援制度」へとつながり、家計相談や一時的な貸付、就労準備支援が開始されました。

日々の関わりの中で、ヘルパーが「気づき」のアンテナを持ち、共有してくださったことで、支援の方向性を見つける大きなきっかけとなりました。

気づくためのアンテナを持ちましょう。



▽ 気づくためのアンテナ

- ・ 冷蔵庫の中が極端に少ない。
- ・ サービスを追加したほうがいいのに拒否がある。
- ・ 光熱費の滞納通知がある。
- ・ 極端に節約している。
- ・ ゴミがたまって生活が乱れている。

こうしたサインを見たら「何かあるかもしれない」と思うことが大切です。

☒ 次は制度と窓口について理解しておきましょう。

生活困窮者支援制度

この制度は、一言でいえば
生活保護になる前の段階で支援する仕組みです。

病気や失業、家庭の不和などで生活が立ち行かなくなった人に対して、仕事・お金・住まいなどの相談をまとめて受ける制度です。

▽ 主な内容は以下の通りです。

- ・ **自立相談支援事業**: 生活全体の相談窓口。支援員が課題を整理し、一緒にプランを立てます。
- ・ **住居確保給付金**: 家賃が払えない人に、一定期間家賃を補助。
- ・ **家計改善支援**: 家計簿の見直しや債務整理の相談。
- ・ **就労準備支援**: 働く前段階の生活訓練や社会参加支援。

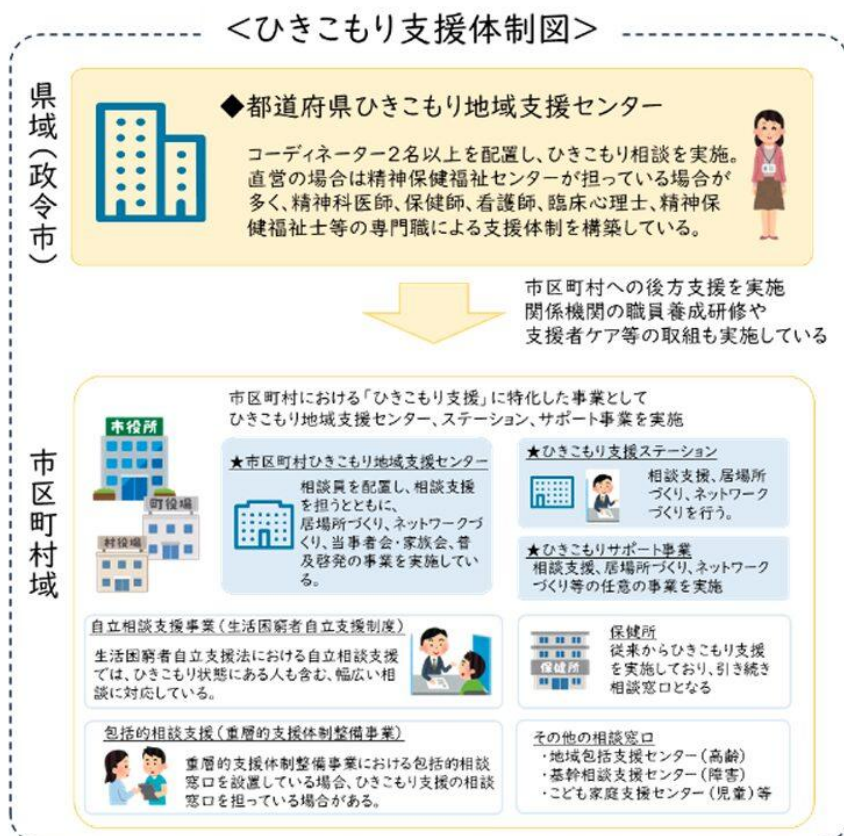
この制度の窓口は、市区町村の「自立相談支援機関」(多くは社会福祉協議会が担当)です。

ひきこもり地域支援センター

こちらは、
ひきこもり本人や家族の相談を受ける“都道府県設置の専門窓口”です。

保健師・心理士・ソーシャルワーカー等が常駐し、必要に応じて医療機関や地域の支援機関と連携します。

簡単に言うと、
ひきこもり支援の「ハブ」となる機関です。



8050 問題に気づいたときの流れ

▽ 流れは次の通り。

1. まずはサービス提供責任者・ケアマネに状況を報告。
2. ケアマネから地域包括支援センターに相談。
介護保険外の支援も含めて動けるのは包括です。
3. 包括が連携先を判断。
状況に応じて最適な機関へつなぎます。
 - 経済的な困りごとが中心 → 自立相談支援機関(生活困窮者支援制度)
 - 社会的孤立・引きこもりが中心 → ひきこもり地域支援センターなど

このように、ヘルパーが最初に“気づいて、ケアマネにつなぐ”ことで、世帯全体の支援へ広げることができます。

相談先の一覧

- ・ 地域包括支援センター: 介護や生活全般の相談窓口
- ・ 生活困窮者自立支援機関: 就労・家計・住居の支援
- ・ ひきこもり地域支援センター: 長期ひきこもりの相談
- ・ 精神保健福祉センター: 心の問題や精神疾患の相談
- ・ 市区町村の福祉課・生活支援課: 生活保護や重層的支援体制の窓口など

※地域によって名称は異なります。

まとめ

8050 問題は、単なる家族の問題ではなく、社会全体で考えていくべき課題です。

私たちは日々の訪問を通じて、困っているご家庭の「気づき」のきっかけを作り、適切な支援機関に「つなぐ」という、かけがえのない役割を担っています。

「気づく → 伝える → つなぐ」

この流れを意識するだけで、家庭が孤立のまま崩れてしまうのを防ぐ可能性が高まります。地域で暮らす私たちみんなが、互いに支え合い、誰もが安心して暮らせる社会を目指していきましょう。

参考資料

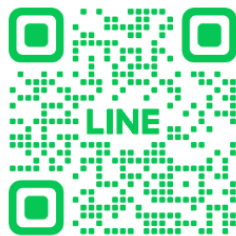
・厚生労働省 ひきこもり支援に関する取組

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/hikikomori/index.html

・ひきこもり VOICE STATION

<https://hikikomori-voice-station.mhlw.go.jp/>

《公式ライン登録で最新情報が届きます》
研修依頼・質問などは問い合わせフォーム・公式LINEから



ケアパワーラボ公式ライン

◎ ケアパワーラボ

本資料は、訪問介護の現場での共有・活用を目的として作成しています。以下のようなご利用はご自由にどうぞ：

- ・印刷して使用
- ・職場内での回覧・配布
- ・個人での保存・参照

ご遠慮いただきたいご利用

以下の用途でのご利用はお控えください：

- ・無断転載（Web サイト・SNS 等への投稿など）
- ・無断での再配布・再編集（PDF 配布、内容の加工などを含む）
- ・商用利用（有料教材・商品の一部としての使用など）

文章・図表などの無断引用（出典・文脈の明示がないままの一部使用など）

外部でのご紹介・引用について

外部メディア・資料・SNS 等で当資料の一部を引用・掲載される場合は、必ず以下のように出典を明記してください：

出典：<https://care-power-lab.com>

※文脈を歪める形での引用や、誤解を招く編集はご遠慮ください。不明点がある場合は、お気軽にご連絡ください：info@care-power-lab.com

★リンク・ご紹介は大歓迎です！

皆さまのつながりが、介護現場の力になります。

ぽっか

ケアパワーラボ代表 | 介護・福祉研究所 | BCP 研修講師

鍼灸治療院⇒デイサービス相談員⇒ケアマネ⇒医療相談員(MSW)⇒主任ケアマネ

現場で 10 年以上の経験を持つ現役ケアマネ。

現在は訪問介護事業所を中心に BCP 研修・防災研修の講師を担当。

複雑な介護保険・福祉制度をわかりやすく！ をモットーに日々奮闘しながら現場に役立つ情報発信を続けています。

YouTube: <https://www.youtube.com/@solutionstudio7591>

趣味 筋トレ(ボディコンテスト優勝経験あり)

資格 主任ケアマネ・社会福祉士・防災士・防災防火管理責任者・鍼灸師・食品衛生責任者

日本福祉大学卒業

質問などは問い合わせフォーム・公式LINEから