プレスリリース

報告日：2026年10月26日
公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団

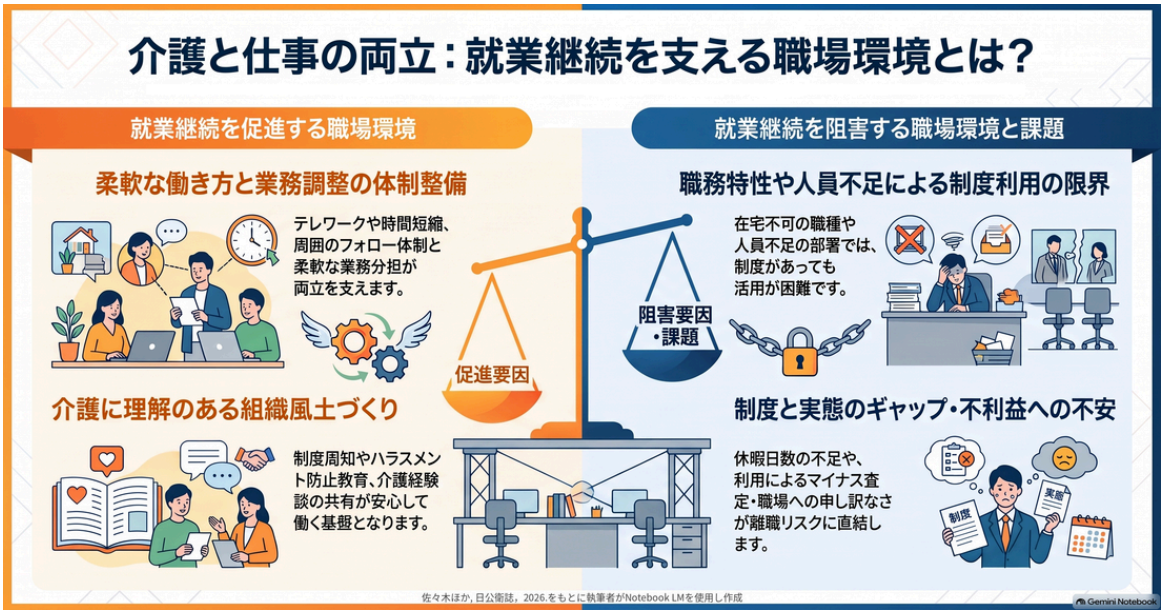
ワーキングケアラーは
職場の何に助けられ、何に苦しんだのか

ー大企業の介護経験者214人の自由記述を分析ー

公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団の佐々木晶世主任研究員らは、大企業18社の社員を対象とした「仕事と介護の両立に関するアンケート」（三菱グループ・リサーチモニター・プロジェクト）で、介護経験者5,695人のうち自由記述のあった519人の回答を分析し、該当する記載のあった214人から就業継続を促進・阻害する職場環境を整理しました。制度が整っていても、運用や職場の業務体制により両立が難しい人がいることが示され、本結果は日本公衆衛生雑誌にて2026年9月25日に早期公開されました。

結果のポイント

- 就業継続を促進する職場環境として、フレックスタイムやテレワーク、半休などの柔軟な働き方に加え、上司の理解が支えになったという声がありました。介護経験を生かし、今度は支える側に回りたいという希望もあり、職場全体で支え合う土壌づくりにつながる可能性があります。
- 阻害する職場環境として、介護休暇の日数の少なさや利用期間の短さといった制度と実態のずれ、マイナス査定や退職強要への不安などが挙がりました。制度の拡充だけでなく、気兼ねなく使える環境づくりも求められることが示唆されます。
- 理解があっても業務内容や人員体制が壁に：営業ノルマ、転勤、在宅勤務が難しい職種、少人数の部署などにより、理解があっても両立が難しいとの記載がありました。課題は制度そのものより、運用や業務体制にある可能性があり、代替要員の確保など長期的な人財育成の視点が必要と考えられます。



背景

少子高齢化で生産年齢人口が減る中、親の介護による離職は本人にも社会にも大きな損失です。国は「介護離職ゼロ」を掲げ、2025年4月には育児・介護休業法の改正で、介護離職防止のための雇用環境整備が義務化されました。それでも介護・看護による離職は年間約7万人で、介護休業等の利用率も11.6%にとどまります。先行研究の多くは離職者を対象としており、介護をしながら働き続けた人の経験から学ぶ研究は少ない状況でした。そこで本研究は、介護経験者の視点から就業を継続するための職場環境を明らかにすることを目的としました。

対象と方法

研究チームは、賛助会員企業23社のうち協力を得た18社(いずれも常用労働者1,000人以上)で、2024年7月～2025年1月に実施した無記名のウェブ調査「仕事と介護の両立に関するアンケート」の自由記述を使用しました。回答者27,443人のうち、過去に介護経験のある人は5,695人で、その中で自由記述のあった519人を対象としました。「ご意見・ご感想」を自由に書く欄から、就業継続に影響する職場環境に関する記載を抽出し、質的内容分析を行いました。具体的には、個人が特定されないよう配慮したうえで、意味内容を損なわないようコード化し、促進・阻害別にサブカテゴリー、カテゴリーへと抽象度を上げて整理しました。分析は複数の研究者で検証し、合意形成を行いました。

結果

該当する記載があったのは214人で、女性が128人(59.8%)、年代は50歳代が108人(50.5%)で最多でした。最も多い職種は事務職が86人(40.2%)でした。促進する職場環境では、コード128件、22サブカテゴリーから『支援体制の整備』『支援制度の拡充』『制度と理解による支え』『介護に理解のある組織風土づくり』の4カテゴリーが生成されました。阻害する職場環境では、コード93件、29サブカテゴリーから『両立の難しい職務や体制』『制度と介護の実態とのミスマッチ』『支援制度利用による不利益』『介護への理解のなさ』『支援や理解不足による離職リスク』の5カテゴリーが生成されました。有給休暇すら取れない職場の実態や、次の介護では退職を検討するとの記載もありました。

結論

本研究から、会社の支援体制の整備や周囲の理解と支えにより、介護をしながら就業を継続できた人がいる一方、制度の限界や理解のなさが指摘されました。支援や理解があっても、職務内容や人員体制により就業継続が難しかった人もおり、制度の運用や職場の業務体制が課題であることが明らかになりました。今後は、支援制度の拡充や介護に理解のある組織風土づくりに加え、従業員に介護などのライフイベントが生じることを前提とした長期的な人財育成と就業継続支援の体制構築が不可欠です。なお、対象は大企業の従業員で自由記述の回答者は介護経験者全体の3.8%であるため、結果の一般化には限界があります。

書誌情報

佐々木晶世，安順姫，上原桃美，土屋瑠見子，石橋智昭：介護経験者からみた就業を継続するための職場環境：大企業従業員を対象としたウェブ調査の自由記述から日本公衆衛生雑誌 J-STAGE早期公開(2026年9月25日)、doi:10.11236/jph.26-014

お問い合わせ先

【研究について】
研究部　佐々木　晶世
TEL：03-5919-3174
Email：r-monitor@dia.or.jp
特設ホームページは右のQRコードか
下記URLからお越しください
https://research.dia-survey.jp/

【三菱グループ・リサーチモニター・プロジェクトについて】
財団プロジェクト担当
TEL：03-5919-3189
Email：m-monitor@dia.or.jp

■本プレスリリースの作成には、AIツール（Claude・Notebook LM）を活用しています。内容については作成者が最終確認を行っています。