

2022年3月16日

報道機関 各位

東北大学大学院医学系研究科  
公益財団法人東京都医学総合研究所

## コロナ禍でのヤングケアラーの孤立と心の健康の悪化 英国コホート研究のデータを用いたコロナ前との比較

### 【研究のポイント】

- 英国の2018-19年（17歳時）にヤングケアラー<sup>注1</sup>であった人はケアラーでない人と比べ、2020年のコロナ禍で心理的な苦痛<sup>注2</sup>や精神的なウェル・ビーイング（幸福度）<sup>注3</sup>がより悪化していました。
- ヤングケアラーでの心理的な苦痛や精神的なウェル・ビーイングの悪化には、ソーシャル・サポート<sup>注4</sup>の低さや社会的孤立<sup>注5</sup>が関連していました。
- 本知見は、コロナ禍でヤングケアラーがより社会的に不利な立場におかれていることを示しており、心理社会的な支援の必要性を示唆しています。

### 【研究概要】

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の拡大下におけるヤングケアラーの心の健康が懸念されています。しかし、コロナ前後で心の健康を定量的に把握した研究はありませんでした。東北大学大学院医学系研究科・精神看護学分野の中西三春准教授らのグループは、英国ミレニアムコホート研究<sup>注6</sup>で2018-19年の17歳時調査および2020年5月～2021年3月のCOVID-19調査に参加した3,927名のデータを解析しました。17歳時にヤングケアラーであった311名とケアラーでない3,616名とで、心理的な苦痛や精神的なウェル・ビーイング（幸福度）のコロナ前後での変化を比較しました。その結果、ヤングケアラーはケアラーでない者と比べて、心理的な苦痛や精神的なウェル・ビーイングがコロナ禍でより悪化していました。さらにヤングケアラーのほうが、コロナ禍においてソーシャル・サポートが低く、社会的孤立を感じていました。心の健康指標の悪化にはこれらソーシャル・サポートの低さや社会的孤立が関連していました。本研究の結果はコロナ禍がもたらすヤングケアラーの社会的不利を明らかにしたものであり、心理社会的な支援が彼らに届けられるよう体制を構築する必要性を示唆しています。

本研究成果は、2022年3月11日にJournal of Adolescent Health 誌(電子版)に掲載されました。

## 【研究内容】

近年、日本を含め世界的にヤングケアラーへの社会的な関心が高まっていますが、新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) のパンデミックによる生活様式の変化が彼らの心の健康に及ぼす影響は必ずしも明らかではありません。英国では当事者の語りから、社会福祉サービスが休止された分を補うために介護負担が増大したことや、休校や自宅での隔離で、ケア役割を離れて同年代と交流できる機会が失われたことが報告されています。しかし、コロナ前後でヤングケアラーの心の健康を定量的に把握し、ケアラーでない同年代の人と比較した研究は今までありませんでした。

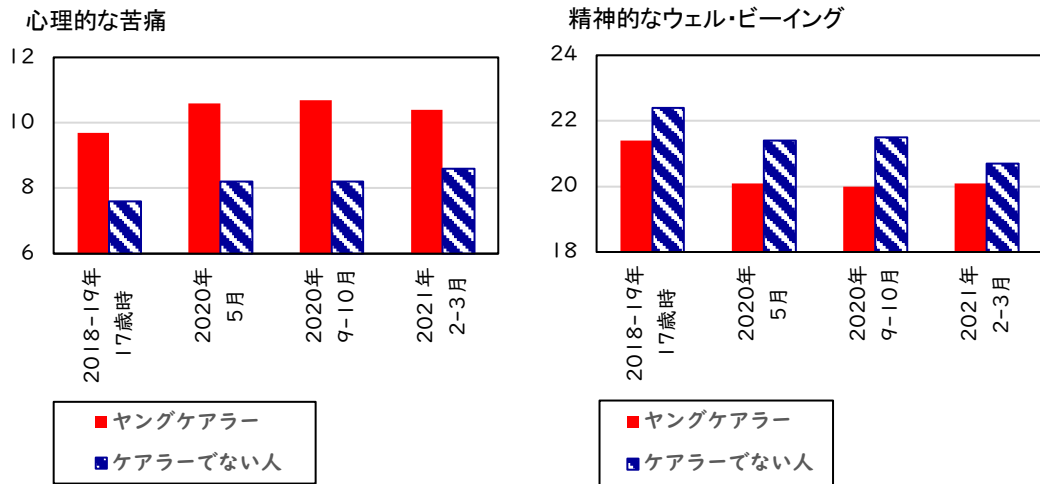
今回、東北大学大学院医学系研究科の精神看護学分野の中西三春(なかにし みはる)准教授、ユニバーシティ・カレッジ・ロンドンのマーカス・リチャーズ教授、東京都医学総合研究所の西田淳志(にしだ あつし)・社会健康医学研究センター長らのグループは、英国の代表的な住民コホートのひとつであるミレニアムコホート研究のデータを用いて、心の健康に関する指標のコロナ前後での変化をヤングケアラーとケアラーでない人とで比較しました。コロナ以前の 2018-19 年に実施された 17 歳時調査に参加し、かつ 2020 年 5 月、2020 年 9-10 月および 2021 年 2-3 月の 3 回あった COVID-19 調査のいずれかに参加した 3,927 名を解析の対象としました。17 歳時調査の時点で家族介護をしていたなど、ヤングケアラーの定義に該当する人は 311 名でした。心の健康指標として、17 歳時調査と COVID-19 調査の双方で評価されている心理的な苦痛 (K6) および精神的なウェル・ビーイング (幸福度, WEMWBS) の得点を用いました。ヤングケアラーはケアラーでない人と比べて、コロナ以後に心理的な苦痛や精神的なウェル・ビーイングがより悪化していました(図1)。またヤングケアラーはケアラーでない人と比べて、コロナ禍におけるソーシャル・サポートがより低く、社会的孤立をより感じていました。これらの心理社会的な要因が、心の健康の悪化と関連していました。

**結論:** 本研究の結果から、ヤングケアラーは周囲からの支援が得られにくい・孤立を感じやすいなど、社会的に不利な立場におかれていること、それが心の健康の悪化につながっていることが示されました。本知見はコロナ禍でもヤングケアラーに心理社会的な支援が届けられるような体制を構築することの必要性を示唆しています。

**支援:** 本研究は、文部科学省科学研究費補助金学術変革領域研究(A)『「当事者化」人間科学:相互作用する個体脳と世界の法則性と物語性の理解』における『大集団科学による個体-世界相互作用に基づく人間の当事者化のリアルワールド実証』(課題番号 21H05173)の支援を受けて行われました。

### 【用語説明】

- 注1. ヤングケアラー:一般に、支払いを受けない介護(家族への介護)を提供する18歳未満の者をさす。
- 注2. 心理的な苦痛:ミレニアムコホート研究ではケスラーの簡易調査票 K6 で評価された。苦痛には抑うつ、不安を含む。K6 は 0-24 点の範囲をとり、得点が高いほど苦痛が大きいことを示す。
- 注3. 精神的なウェル・ビーイング:ミレニアムコホート研究ではポジティブな精神的健康状態をはかる尺度 WEMWBS で評価された。WEMWBS は 7-35 点の範囲をとり、得点が高いほど幸福度が高いことを示す。
- 注4. ソーシャル・サポート:社会における人とのつながりの中で受ける支援。ミレニアムコホート研究では Social Provisions Scale (SPS) の 3 項目版で評価された。
- 注5. 社会的孤立:客観的にみて、家族やコミュニティとほとんど接触がない状態。ミレニアムコホート研究では UCLA 孤独感尺度で評価された。
- 注6. ミレニアムコホート研究:イングランド、スコットランド、ウェールズ、北アイルランドで 2000-02 年に出生した 18,818 名を対象とした住民コホート調査。英国では新型コロナウイルス感染症の拡大下における人々の心と身体の健康およびウェル・ビーイングを把握する目的で、ミレニアムコホート研究を含む 5 つのコホートの参加者を対象に COVID-19 調査を実施した。



**図1. ヤングケアラーとケアラーでない人の心の健康指標の平均推移**  
 心理的な苦痛は 0-24 点の範囲をとり得点が高いほど苦痛が大きいことを示す。精神的なウェル・ビーイングは 7-35 点の範囲をとり得点が高いほど幸福度が高いことを示す。

## 【論文題目】

Title: Adolescent Carers' Psychological Symptoms and Mental Well-being During the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Study Using Data from the UK Millennium Cohort Study

Authors: Miharuru Nakanishi, Marcus Richards, Daniel Stanyon, Syudo Yamasaki, Kaori Endo, Mai Sakai, Hatsumi Yoshii, Atsushi Nishida

タイトル: 新型コロナウイルス感染症の拡大下における思春期のケアラーの心理症状と精神的なウェル・ビーイング: 英国ミレニアムコホート研究のデータを用いた縦断解析  
著者名: 中西三春、マーカス・リチャーズ、ダニエル・スタンヨン、山崎修道、遠藤香織、坂井舞、吉井初美、西田淳志

掲載誌名: Journal of Adolescent Health

DOI: 10.1016/j.jadohealth.2022.01.228

## 【研究者情報】

中西三春 東北大学大学院医学系研究科精神看護学分野 准教授

研究者 URL [https://researchmap.jp/miharu\\_nakanishi](https://researchmap.jp/miharu_nakanishi)

研究室 URL <https://www.med.tohoku.ac.jp/laboratory/view/82>

### 【お問い合わせ先】

#### (研究に関すること)

東北大学大学院医学系研究科精神看護学分野 准教授 中西 三春

電話番号: 022-717-8179 Eメール: [nakanishi-mh@tohoku.ac.jp](mailto:nakanishi-mh@tohoku.ac.jp)

東京都医学総合研究所社会健康医学研究センター センター長 西田 淳志

電話番号: 03-5316-3100(内)1210 Eメール: [nishida-at@igakuken.or.jp](mailto:nishida-at@igakuken.or.jp)

#### (取材に関すること)

東北大学大学院医学系研究科・医学部広報室

電話番号: 022-717-8032 FAX 番号: 022-717-8187

Eメール: [press@pr.med.tohoku.ac.jp](mailto:press@pr.med.tohoku.ac.jp)

東京都医学総合研究所 事務局 研究推進課 武仲・大井

電話番号: 03-5316-3109