

老老介護、26.4%が「している・していた」

～介護について「わからない」「不安に思う」の声が多数～

国内1,500社超が利用する日用品流通の情報基盤を運営する株式会社プラネット（所在地：東京都港区、代表取締役社長：坂田政一）は消費財や暮らしにまつわるトピックスをお届けする『Fromプラネット』の第242号として、高齢者介護に関する意識調査（対象4,000人）の結果をご紹介します。未掲載のデータ提供や当社担当者が解説を差し上げることができませんので、お気軽にお問い合わせください。

※回答率(%)は小数点第2位以下を四捨五入し同第1位までを表示しています。そのため、内訳の合計と表示値が異なる場合があります。

■ 年配でも6割以上が高齢者介護未経験

今回は高齢者介護に関する意識調査を実施しました。（前回は2024年にVol.225として、前々回は2022年にVol.191として実施。）

今回は近年、問題とされている老老介護についても質問しています（3ページ目）。

なお、回答は、「仕事での介護は除く」、「現在介護中の場合は、そちらも含める」という条件になっています。

まず、これまでに高齢者介護をしたことがあるかを聞くと（図表1）、「したことはない」が75.1%、「している／したことがある（1人だけ）」が17.1%、「している／したことがある（2人以上）」が7.8%でした。「している／したことがある（2人以上）」は、60代以上になると、一気に割合が高くなっています。

若い人のほうが介護未経験の割合は高いですが、70代以上でも未経験者が65.1%と、それなりの割合になっています。

また、介護経験については、全体でも年代別でも、男女間で比べたところ、あまり大きな差はありませんでした。

■ 高齢者介護を負担に感じるか？

実体験でも想像でも、高齢者介護を負担に感じるかを聞くと（図表2）、53.9%と、半数を越える人が「とても負担に感じる／感じていた」と回答しました。

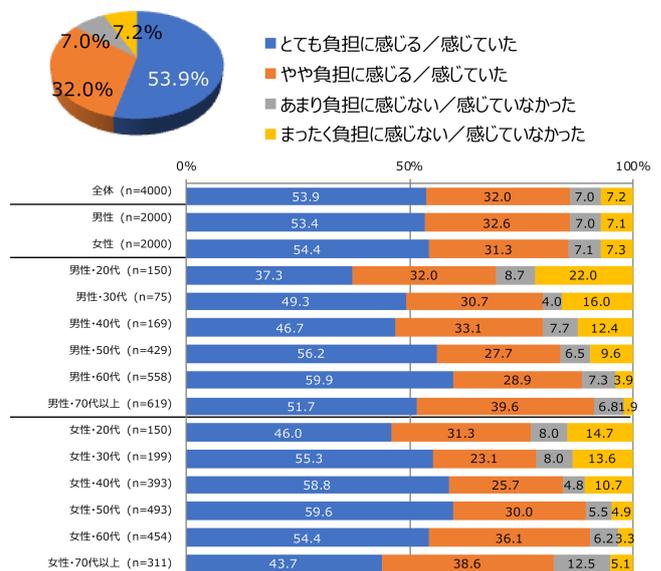
興味深いのは、「とても負担に感じる／感じていた」と回答した人の割合が、20代や70代以上と比べて、30代～60代のほうが高くなっている点です。

実際に介護することになり、現在苦勞されているとか、まだ介護が必要になっていなくても、肉親などの介護を考える年代になり負担に感じている、などが理由でしょうか。

図表1 「あなたはこれまでに高齢者介護をしたことがありますか。（お答えはひとつ）」への回答

		全体 (人)	したことはない	している／したことがある (1人だけ)	している／したことがある (2人以上)
全体		4000	75.1%	17.1%	7.8%
性別	男性	2000	73.9%	18.8%	7.4%
	女性	2000	76.3%	15.5%	8.3%
年代別	20代	300	86.3%	9.0%	4.7%
	30代	274	86.1%	7.7%	6.2%
	40代	562	87.9%	6.8%	5.3%
	50代	922	79.8%	15.9%	4.2%
	60代	1012	66.5%	22.5%	11.0%
	70代以上	930	65.1%	24.1%	10.9%

図表2 「あなたは高齢者介護をしていて、負担に感じますか／感じていましたか。（お答えはひとつ）あなたはご自身が介護をするを想像したとき、どのように感じると思いますか。（お答えはひとつ）」への回答



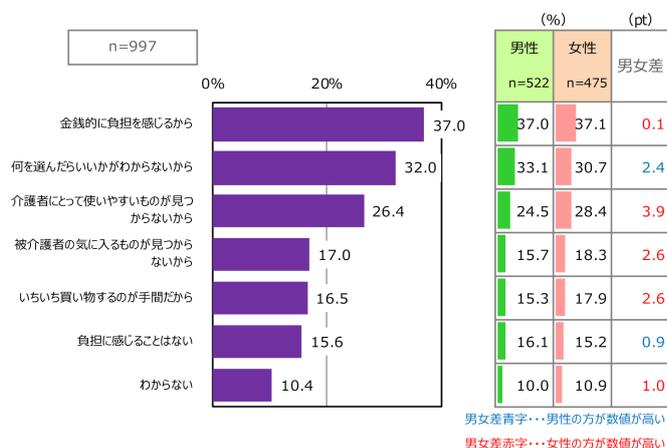
■ 高齢者介護用品「金銭的に負担を感じる」

被介護者の身の回りの掃除用から、清拭（体を拭く）用のティッシュやタオル、あるいはおむつや尿漏れパッド、はたまた介護用ベッドや車椅子など、多くの高齢者介護用品があります。高齢者介護の経験者に、高齢者介護用品を使用していて、負担に感じることはあるか、ある場合、その理由を聞きました（高齢者介護用品を使用したことのない方は想像して回答、図表3）。

最も割合が高いのは「金銭的に負担を感じるから」の37.0%でした。そのあとは「何を選んだらいいかがわからないから」(32.0%)、「介護者にとって使いやすいものが見つからないから」(26.4%)、「被介護者の気に入るものが見つからないから」(17.0%)と続きます。

介護経験が1人だけか、2人以上かで分けて見ると(図表4)、2人以上の経験がある人は、「金銭的に負担を感じるから」「被介護者の気に入るものが見つからないから」「いちいち買い物するのが手間だから」「介護者にとって使いやすいものが見つからないから」と回答した人の割合が高くなっています。

図表3「高齢者介護用品を使用していて、負担に感じることはありますか。ある場合、その理由を教えてください。高齢者介護用品を使用したことのない方は想像してお答えください。(お答えはいくつでも)」への回答



図表4「高齢者介護用品を使用していて、負担に感じること」への回答を介護経験別に表示

高齢者介護を	している/したことがある (1人だけ)	している/したことがある (2人以上)	差 (pt)	
全体 (人)	997人	685人	312人	-
金銭的に負担を感じるから	37.0%	33.9%	43.9%	10.0
いちいち買い物するのが手間だから	16.5%	14.2%	21.8%	7.6
何を選んだらいいかわからないから	32.0%	33.4%	28.8%	4.6
被介護者の気に入るものが見つからないから	17.0%	13.9%	23.7%	9.8
介護者にとって使いやすいものが見つからないから	26.4%	24.1%	31.4%	7.3
負担に感じることはない	15.6%	16.2%	14.4%	1.8
わからない	10.4%	11.1%	9.0%	2.1

差青字… (1人だけ) のほうが数値が高い
差赤字… (2人以上) のほうが数値が高い

■ 介護用品レンタルを使いたい？

全員を対象に、高齢者介護用品のレンタルサービスを利用したいと思うか聞きました(図表5)。

全体では「利用したい」が57.8%、「利用したいと思わない」が42.2%でした。

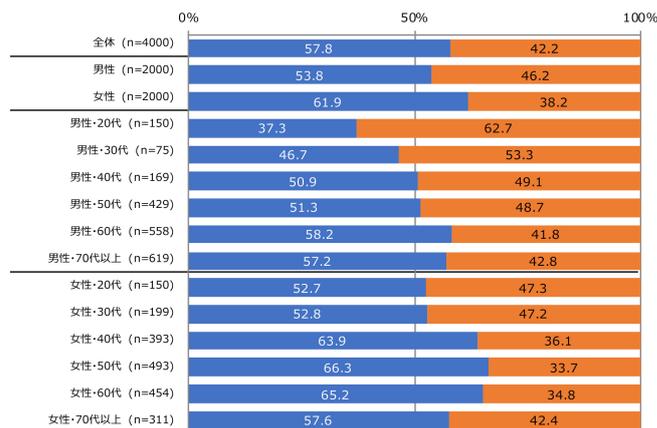
なお、回答を介護経験別で見ると(図表6)、介護経験がない人より、1人経験がある人、2人以上経験がある人の順で、「利用したい」割合が高くなっています。

図表5「あなたは高齢者介護用品のレンタルサービスを利用したいと思いますか。(お答えはひとつ)」への回答



図表6 レンタルサービスを利用したいと思うかへの回答を、介護経験別に表示

	全体 (人)	利用したい (%)	利用したいと思わない (%)
全体	4000	57.8%	42.2%
したことはない	3003	54.2%	45.8%
している/したことがある (1人だけ)	685	66.0%	34.0%
している/したことがある (2人以上)	312	74.4%	25.6%



■ 老老介護、したことありますか

介護者と要介護者がどちらも 65 歳以上の高齢者である状態を老老介護と表現しますが、以降の質問は 65 歳以上の方を対象に聞いています。

まず、老老介護の経験があるかを聞いたところ(図表 7)、「現在、介護している」人が 6.4%、「以前、介護していた」人が 20.0%、「介護したことはない」人が 73.6%でした。この質問では、男女差はほとんど見られません。

次に介護している・介護していた相手を聞くと(図表 8)、最も割合が高かったのが「実父母」の 72.5%、「義父母」が 21.9%、「配偶者」が 12.0%と続きます。

この質問については、被介護者の続柄によって、男女で大きな差があります。

「実父母」は男性のほうが 8.7pt 高く、「義父母」は女性のほうが 7.1pt 高く、「配偶者」も女性のほうが 10.0pt 高くなっています。

「男性は実家の両親の面倒を見て、女性は嫁ぎ先の面倒を見る」というイメージがある人は少ないのではないのでしょうか。「時代は変わった」とは言われますが、調査結果からは、まだそれが根強いことが伺えます。

また、配偶者の介護については、夫婦の年齢差や健康寿命の違いが反映されているのでしょうか。

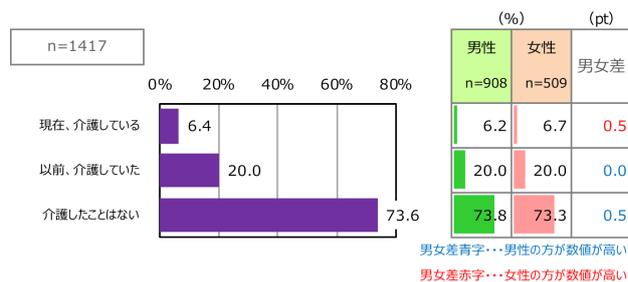
■ 介護するのは「当たり前だ」

老老介護経験者に、介護をしている・していた理由を聞くと(図表 9)、「自分が介護するのを当たり前だと思っているから」が 43.9%が断トツで高い割合です。

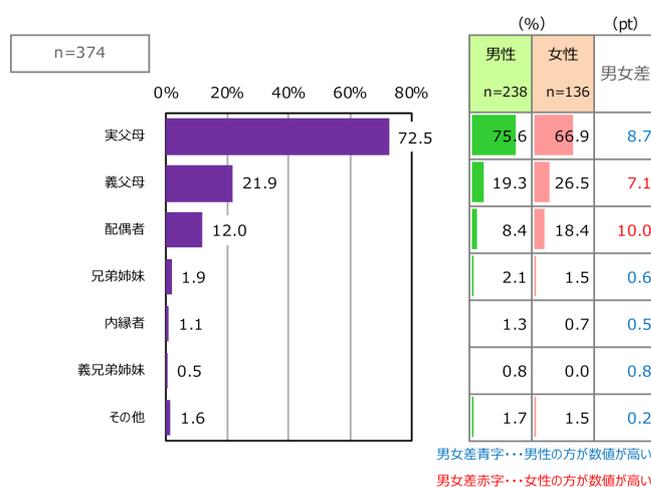
その後は「ほかにも家族・親族はいるが、介護を頼めないから」(28.9%)、「自分のほかにも家族・親族がいないから」(21.4%)、「被介護者が介護施設に入りたがらない、介護サービスを使いたがらないから」(15.5%)、「介護施設や介護サービスなどを利用する金銭的な余裕がないから」(4.8%)の順に続きます。

「やらざるを得ない」という、どちらかというとながティブな理由や、金銭的な理由より、「やるのが当然だ」と思っている人の割合が高いという結果でしたが、今後、世の中の流れによっては、この割合も変わっていくのでしょうか。

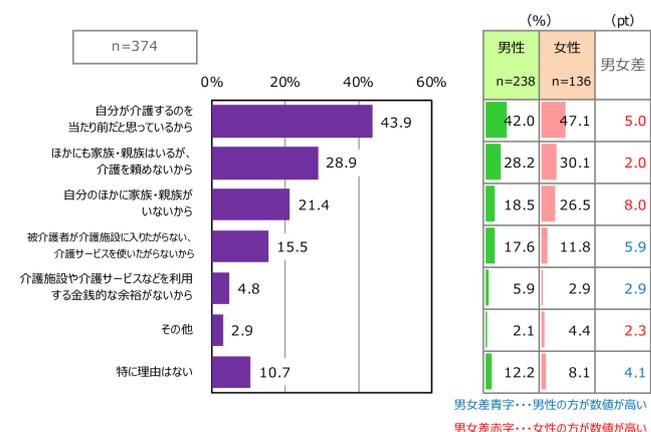
図表 7 「あなたは 65 歳になって以降、65 歳以上の方を介護したことはありますか。」への回答



図表 8 「あなたが介護している・介護していた 65 歳以上の人はどんな方ですか。(お答えはいくつでも)」への回答



図表 9 「あなたが 65 歳以上の人を介護している・介護していた理由を教えてください。(お答えはいくつでも)」への回答



■ 経験者も未経験者も高齢者介護に不安を感じている

介護について不安に思うこと、介護の苦労や、介護をしてよかったと思うことなど、自由回答で、介護への考えや思いを聞きました。「介護経験がないから、わからないことばかりで不安」「経験があるからこそ不安」という声が多数寄せられました。介護経験を持つ人の中には、「看取ることができてよかった」と感じている人がいる一方で、「きれいごととは言えない」「まだ経験を消化しきれていない」という人もいました。

《介護について不安に思うこと、介護の苦労やよかったと思うこと》

【自分が介護されるなら】

- 両親、義両親は介護らしい介護もしなくて済んだ（ピンピンコロリ、比較的若くに亡くなった等）。自分がこれから介護されるなら家族には迷惑をかけたくないので、プロに任せたい。（女性・60代）
- 介護経験はない。自身が妻より先に介護を受けるだろうということは年齢差から想像されるが、介護される側も介護する側もそれぞれ負担になるだろうから、そうなったらすぐに民生委員や包括支援センターに相談したい。（男性・70代以上）

【わからなくて不安】

- 両親は介護というほどの介護をすることもなく亡くなった。介護サービスを利用することもなかったので、自分ももしも介護をされるような状態になった時、どうすればよいのか全く見当が付きません。（女性・60代）
- いま仕事で時間の余裕がないなか、介護ができるか不安。大企業には介護している人のための休暇などあるのかもしれないけど、もっとそういったものが社会全体で一般的な制度になってほしい。（男性・40代）
- 自分が介護される側になる頃に、介護保険がどんな内容になっているか、担い手不足に対応できているかが不安。自分の親が受けられているような内容を同じ費用では受けられないのではないかと不安がある（女性・40代）

【大変だった…】

- 看護師だったので介護自体には慣れていたが、被介護者が完全寝たきりで、24時間ほぼ一人での介護だった（排泄の時だけは近くにいた姉に手伝ってもらった）ので、気の休まるときがなかった。自分の時間を持つのが大変だった。（女性・70代以上）
- 排便の介助がとても大変だった。寝たきりになってから、本人を動かすのも大変で、ネット動画を見て、汗まみれになりながら試行錯誤した。色々な場面での介助方法など、どこへ相談したらよいか分からなかった。（女性・70代以上）
- 介護による離職が一番の問題でした。認知症の親が癌になり手術入院するにあたり、入院中は付き添ってほしいと言われ離職するしかなかった。介護保険とは違う問題があることをわかってほしい（女性・60代）

【介護を通じて感じたこと】

- 長年離れて暮らしていた親と、介護のため同居することになり、最期は看取った。どうしていいかわからないなか、ケアマネージャーさんがいろいろ相談に乗ってくれたし、親孝行できたことはよかった。（女性・60代）
- 姉妹3人で、母の遠距離介護をした。「ありがとうね。家を留守にさせてすまないね」といつも感謝され、最後は家で看取ることができ、最後の親孝行ができて満足感と充足感が残った。（女性・70代以上）
- シャワーの水流の勢いとか風呂場の温度とか、もっと気遣ってあげればよかったとか、たくさん後悔している。当時はケアの仕方の導きがあまりなかった。（女性・50代）
- 仕事でも親族のケースでも感じましたが、実際に介護する人の立場や心情を理解せずに話す人がいかに多いのかを身をもって経験しました。今後身の回りで起こる事を想像するだけで不安とストレスを感じます。自分のことに向き合う機会になったので、20代から少しずつ終活を進められているのはよかった。（女性・20代）
- 実父の介護をしていました。コロナ禍の時期に、ヘルパーさんや訪問看護師さんがなかなか来られないなか、父の微熱が続き、母と2人で看病した年末年始の心細さは忘れられません。言葉にすれば短いですが正に激闘でした。今はまだ笑い話、思い出話にはなりませんが父と娘の貴重な時間だったと思えます。（女性・60代）

《 「高齢者介護」に関する意識調査 質問一覧 》

- 【クロス集計用】あなたの親族で現在、高齢者介護を受けている親族（6親等内の血族、配偶者、3親等内の姻族）はいますか。（お答えはひとつ）。
- 【クロス集計用】あなたはこれまでに高齢者介護をしたことがありますか。（お答えはひとつ）※お仕事での介護は除いてお答えください。※現在介護中の場合は、そちらも含めてお答えください。
- Q1.あなたは高齢者介護をしていて、負担に感じますか／感じていましたか。（お答えはひとつ）あなたはご自身が介護をすることを想像したとき、どのように感じると思いますか。（お答えはひとつ）
- Q2.あなたはこれまでに高齢者介護用品を使用したことがありますか。（お答えはひとつ）
- Q3.あなたがこれまでに購入したことのある高齢者介護用品を教えてください。（お答えはいくつでも）
- Q4.高齢者介護用品を使用していて、負担に感じることはありますか。ある場合、その理由を教えてください。高齢者介護用品を使用したことのない方は想像してお答えください。（お答えはいくつでも）
- Q5.高齢者介護用品について、以下のうち、あなたが最も欲しいものを教えてください。（お答えはひとつ）
- Q6.あなたは高齢者介護用品のレンタルサービスを利用したいと思いますか。（お答えはひとつ）
- Q7.あなたは65歳になって以降、65歳以上の方を介護したことはありますか。（お答えはひとつ）
- Q8.あなたが介護している・介護していた65歳以上の人はどうな方ですか。（お答えはいくつでも）
- Q9.あなたが65歳以上の人を介護している・介護していた理由を教えてください。（お答えはいくつでも）
- Q10.介護について不安に思うこと、介護をしていてよかったと思うことなど、イメージでも実体験でも教えてください。（自由回答）

調査機関：株式会社プラネットによる調査企画をもとに、株式会社ネオマーケティングにて「高齢者介護」に関する意識調査を実施。

期間：2026年1月27日～1月28日、インターネットで4,000人から回答を得ています。

株式会社プラネットとは <https://www.planet-van.co.jp/>

メーカー、卸売業、小売業がサプライチェーンとして連携し、生活者へのサービス向上を目指して進化を続ける日本の消費財流通を、情報インフラ運営で支えている上場企業(証券コード2391)です。

From プラネットとは https://www.planet-van.co.jp/news/from_planet.html (バックナンバーもご覧になれます)

株式会社プラネットが発信しているニュースレターです。消費財や暮らしに関する旬なトピックスなどをご紹介します。

本件に関するお問い合わせ先

今リリースに掲載していない結果や属性データのご紹介や、当社担当者が解説を差し上げることもできます。

株式会社プラネット 経営管理ユニット

E-mail : koho-pr@planet-van.co.jp