



ヤングケアラーへの支援



ヤングケアラーとは？

法令上の定義はありませんが、厚生労働省のホームページなどでは、「本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」とされています。

ヤングケアラーとは、例えばこんな子どもたちです。



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

ヤングケアラーの課題や要因は？

家事や家族の世話等は、子どもの成長に良い影響を与える一方、過度な負担がかかると学業や生活に支障をきたすことや社会から孤立する場合があります。これが課題となります。

過度な負担となる要因は家族の高齢、障害、傷病、ひとり親、経済的困窮など様々であり、その背景となっている要因を解消するため、支援の必要性や内容は個々に対応していく必要があります。

ヤングケアラー当事者の声

ケアの中で感じていたしんどさ

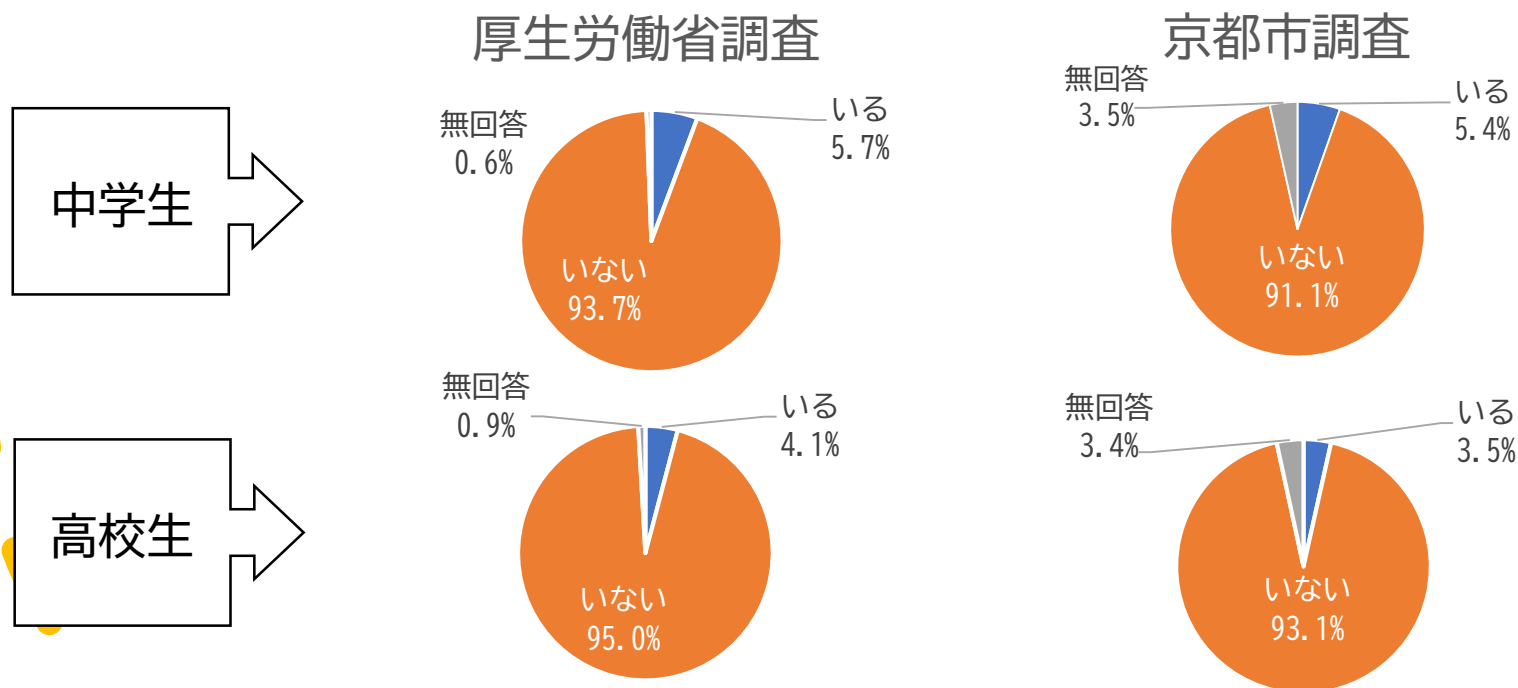
- 空気が重くなってしまうのではないかと友達に話せないでいた。
- 学校に行っても、今この瞬間にも母が死んでしまうのではないかと勉強に集中できなかった。
- 毎日家の中でいろんなことが起こるので、無意識に感情をオフにしていた。

必要としていた支援

- 誰か話せる人が欲しかった。
- 家から離れて自分の好きなことができる時間が欲しかった。
- 福祉サービスのことがわからなかったので頼れる人が欲しかった。

ヤングケアラーはどれくらいいる？

Q 家族の中にあなたがお世話をしている人はいますか？



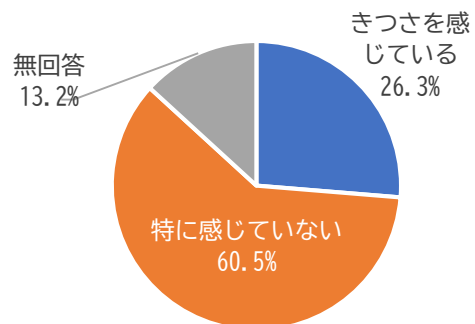
- ・ 国の調査と市の調査結果はほぼ同じ
- ・ 世話をしている対象はきょうだいが最も多く、次いで父母

ヤングケアラーの負担感は？

Q 家族をお世話することに対して、きつさを感じていますか？

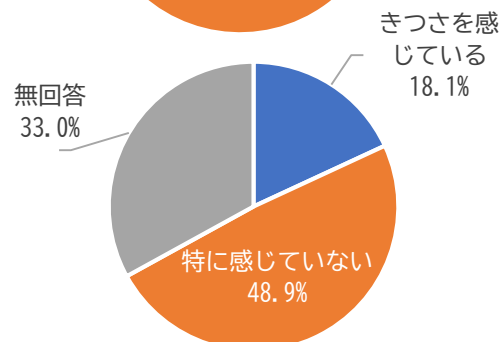
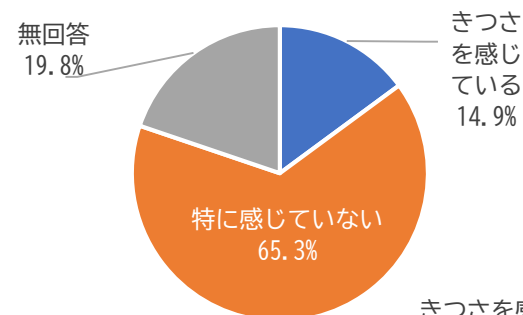
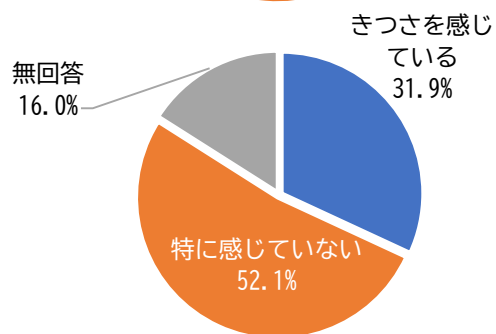
厚生労働省調査

中学生



京都市調査

高校生



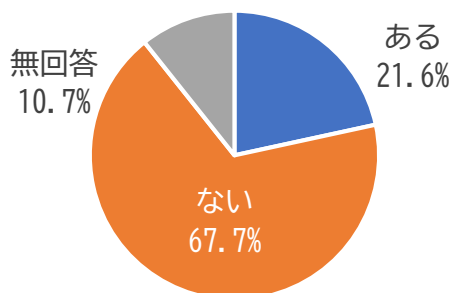
- ・ 国の調査と比較して、市の調査では「きつさを感じている」割合は低くなっている
- ・ 主な世話の内容は、家事や見守り、きょうだいのお世話や保育園への見送りなど

ヤングケアラーの相談実態は？

Q お世話を必要としている家族のことや、お世話の悩みを誰かに相談したことはありますか？

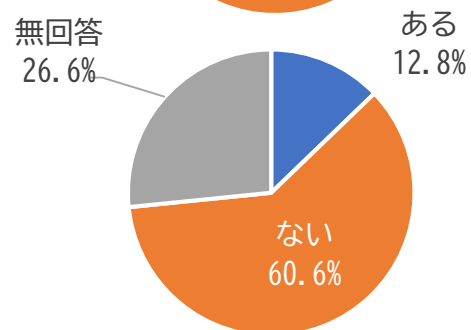
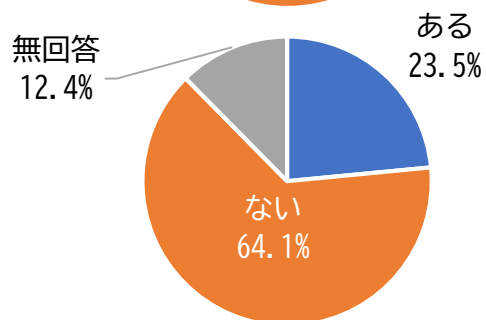
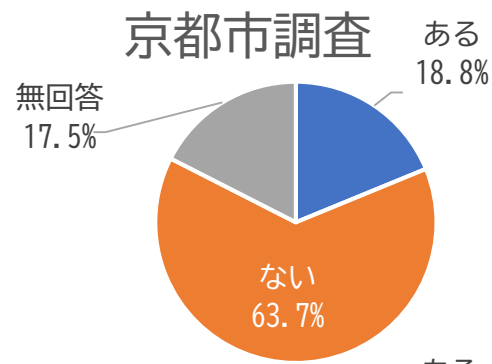
中学生

厚生労働省調査



高校生

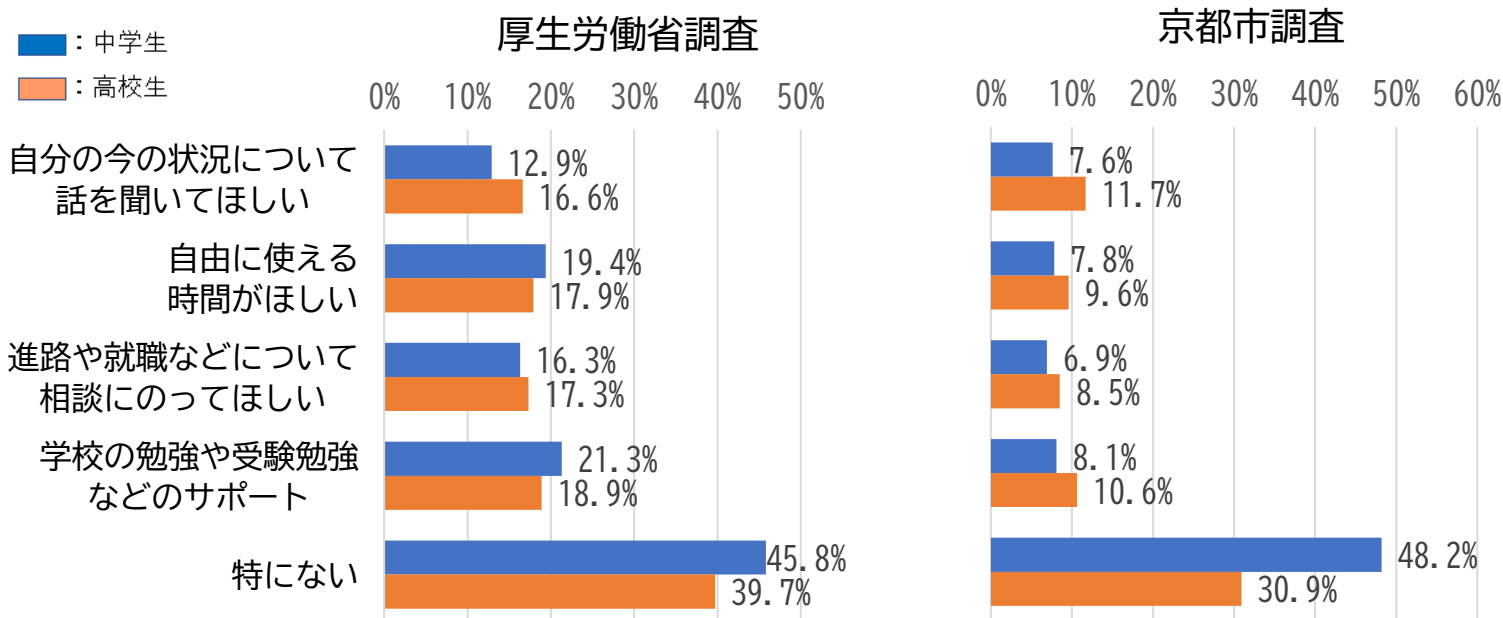
京都市調査



- ・ 国の調査でも、市の調査でも、相談したことがあると答えたヤングケアラーは少ない
- ・ 相談しない理由としては、「相談するほどのことではない」、「相談しても状況が変わると思えない」と答えたヤングケアラーが多い

ヤングケアラーが求める支援とは？

Q 学校や周りの大人に助けてほしいことや、必要としている支援はありますか？
(複数回答)



- ・ 国の調査と市の調査を比較すると、割合は異なるものの、求められている支援は大体同じ
- ・ **すぐに他機関や施設を紹介するのではなく、相談を受けたところでまずは話をしっかり聞くことが必要**

ヤングケアラーに気付くポイントは？

<ヤングケアラーに気付くポイント>

教育・保育（学校、保育所等）

- ・ 本人の健康上に問題がなさそうだが欠席が多い、不登校である
 - ・ 遅刻や早退が多い
- ・ 保健室で過ごしていることが多い
- ・ 提出物が遅れがちになってきた
- ・ 持ち物がそろわなくなってきた
- ・ しっかりしすぎている
- ・ 優等生でいつも頑張っている
- ・ 子ども同士よりも大人と話が合う
- ・ 周囲の人に気を遣いすぎる
- ・ 服装が乱れている
 - ・ 児童・生徒から相談がある
- ・ 家庭訪問時や生活ノート等にケアをしていることが書かれている
- ・ 保護者が授業参観や保護者面談に来ない
- ・ 幼いきょうだいの送迎をしていることがある

高齢者福祉（高齢福祉事業所、地域包括支援センター等）

- ・ 家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある
- ・ 日常の家事をしている姿を見かけることがある

障害福祉（障害福祉サービス事業所、基幹相談支援センター・相談支援事業所等）

- ・ 家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある
- ・ 日常の家事をしている姿を見かけることがある

生活保護、生活困窮（福祉事務所、生活困窮者自立支援機関等）

- ・ 家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある
- ・ 家庭訪問時や来所相談時に常に傍にいる

地域

- ・ 学校へ行っているべき時間に、学校以外で姿を見かけることがある
- ・ 毎日のようにスーパーで買い物をしている
- ・ 毎日のように洗濯物を干している
- ・ 自治会の集まり等、通常大人が参加する場に子どもだけで参加している
- ・ 民生委員・児童委員による訪問時にケアの状況を把握する
- ・ 子ども食堂での様子に気になる点がある

就労（勤務先等）・その他

- ・ 生活のために（家庭の事情により）就職・アルバイトをしている
- ・ ごみ問題の発生
 - ・ 家賃不払いにより自宅を退去
- ・ 子どもが親の通訳をしている
- ・ 児童家庭支援センター等において、家族のケアを行う子どもに関する相談がある

出典：有限責任監査法人トーマツ

「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル
～ケアを担う子どもを地域で支えるために～」

ヤングケアラーを理解するには？

<ヤングケアラーをよりよく理解するためのヒント>

1	ヤングケアラーは、成長や発達の中でケアを担うため、年齢に合わない過度な負担を子ども時代に負った場合、 その後の人生にまで影響を受けることがある。	6	ケアをしている状況についてかわいそうと憐れまれることを嫌がる場合もある。 家族をケアすることで優しくなる、責任感が芽生える等の良い側面もあり 、単純に悪いことだと思われたくない。
2	子どもは自分の家庭しか知らずに育つことが多く、客観的な視点も持ちにくい ことから、自分の担う家庭内役割が他と異なることに気づきにくく、現在の状況が当たり前だと感じていることが少なくない。	7	ケアを受けている家族を悪く言われたいと感じている場合も多く、ヤングケアラーの役割を子どもに担わせているという理由で 家族が責められることで本人も傷つく可能性がある。
3	本人や家族に自覚がない状態では、 自分からサポートを求めることも難しい。	8	信頼できる大人はいないと思っていることもある。 大人に助けられた経験が少なく、人に頼ろう、相談しようという発想がない場合もある。
4	家庭のことを知られたくない と思っていることも多い。家族に病気や障害を抱えた人がいることを恥ずかしいと捉えている場合や口止めされている場合もあり、家庭のことは隠すべきものと思っていることもある。	9	家族が時間的、精神的に余裕がないことも多く、 本人は話を聞いてもらう機会が少ない場合もある。
5	本人としてはケアをしたくないわけではなく、 負担になっていても大切な家族のために自分からケアをしたいという想いがあることも少なくない。 ケアすることを否定されると 自分がしてきたことを否定されたように思ってしまうこともある。	10	大人の役割を担うことで他の子どもと話が合わないことや大人びていることがあり、また、現実的に遊ぶ時間がないこともあって、 孤独を感じやすい。

出典：有限責任監査法人トーマツ

「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル
～ケアを担う子どもを地域で支えるために～」

ヤングケアラーに気付いたら？

ヤングケアラーの状況や要因は様々で、個々の状況等により対応は異なりますが、以下のような姿勢を念頭に、**まずは相談が入ったところでしっかり話を聞き、受け止めたうえで相談支援を行うことが大切です。**

- ヤングケアラーが生じる背景を理解し、家族を責めることなく、家族全体が支援を必要としていることを各機関が理解すること
- 緊急の場合を除いて、ヤングケアラー本人抜きで性急に家庭に支援を入れようとすることはせず、本人の意思を尊重して支援を進めることが重要であることを各機関が理解すること
- ヤングケアラー本人や家族の想いを第一に考え、本人や家族が希望する支援は何か、利用しやすい支援は何かを、各機関が協力して検討すること

出典：有限責任監査法人トーマツ
「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル
～ケアを担う子どもを地域で支えるために～」

ヤングケアラーへの接し方は？

ヤングケアラーの方に気づいたら、次の点に留意しながら接してください。

<配慮をいただきたいこと>

- 子どもに関わる際は現状を評価するような言い方は避けてください
 - ・「お母さんの面倒見て偉いね」→「つらい」と言えなくなります
 - ・「お母さんは病気だから〇〇ちゃんがしっかりしないとね」
→母親の役割を担おうとします。
 - ・「おじいちゃんは〇〇ちゃんに面倒見てもらえて喜んでるよ、きっと」
→私がしなくてはと責任感に駆られ、没頭してしまいかねません。

<お願いしたいこと>

- 自分を気にかけてくれている人がいると思えることが、安心感につながります。
普段から日常の挨拶だけでも良いので、声掛けをしてあげてください。
- 子ども自身の頑張っていることを否定せず、でも、褒めすぎず、まずは子どもたちの想いを聴いてあげてください。
- 何か方法がないか考えないかと提案してあげてください。

京都府ヤングケアラー総合支援センター



ヤングケアラー総合支援センター看板掛け
(西脇京都府知事、佐竹母子寡婦連会長)

<センターでの実施事業>

◇相談支援

- ・電話相談 10:00~18:00
- ・メール相談
- ・アウトリーチ

◇広報・啓発

◇ネットワーク会議・研修

◇オンラインコミュニティ

家族の手伝い、手助けをするのは「ふつうのこと」と思いかもしれません。
でも、学校生活に影響がでたり、ころよからだに不調を感じるほど
負担になっているなら、それは大変です。

自分のことや家のことを話すのは勇気がいると思います。
身近な人に話しづらければ、
わたしたちにお電話ください。

自分がやらないと
他にいない

なんで自分だけ
忙しいんだろう

バイトで
時間がない

あの子は
自由でいいな

また遅刻、
なんて言おう...

進学できるか
不安だな

どうや
わかってもらえない

早く帰って
家のことしないよ

うまく話せなくても、
だいじょうぶ



わたしたちにご相談ください

京都府ヤングケアラー総合支援センター

TEL : 075-662-2840

相談時間：月～土曜日 10:00～18:00
(日曜・祝日・12月29日～1月3日休み)

※18歳以上の方、元ヤングケアラーの方、家族の方でも相談できます。



メール

いいにくいことは、
いわなくていいよ



わたしたちが出来ること

● 相談

家のことをがんばっている人の話を聞きます。
話すことで、ころよがちょっと軽くなるかもしれません。

● 支援

お話をきいて、まずは困っていることを一緒に考えます。
必要であれば、助けになるサービスが受けられるようにお手伝いします。



PRのため、チラシを作成し
子どもたちに配布しています。

その他の相談窓口

厚生労働省ホームページ「ヤングケアラー特設サイト」では、以下の相談先も紹介されています。

日頃関わりがある世帯にヤングケアラーがいるかもしれないと思ったときは、必要に応じて相談先を御案内いただくことも御検討ください。

- ◇ 児童相談所相談専用ダイヤル
0120-189-783
- ◇ 24時間こどもSOSダイヤル（文部科学省）
0120-0-78310
- ◇ こどもの人権110番（法務省）
0120-007-110
- ◇ 日本精神保健福祉士協会「こどもと家族の相談窓口」
Eメール：kodomotokazoku@jamhsw.or.jp

各窓口の詳細は、
厚生労働省ホームページ
「ヤングケアラー特設サイト」
から御確認ください。

関係団体における取組

<京都市ユースサービス協会（いろはのなかまたち）>

孤立しがちなヤングケアラーが互いに繋がり、自身の日頃の悩みや経験などを話せる場を、毎月第2土曜日に開設しています。参加については会場とオンラインの双方で可能となっています。

（京都府ヤングケアラーオンラインコミュニティ事業を委託）

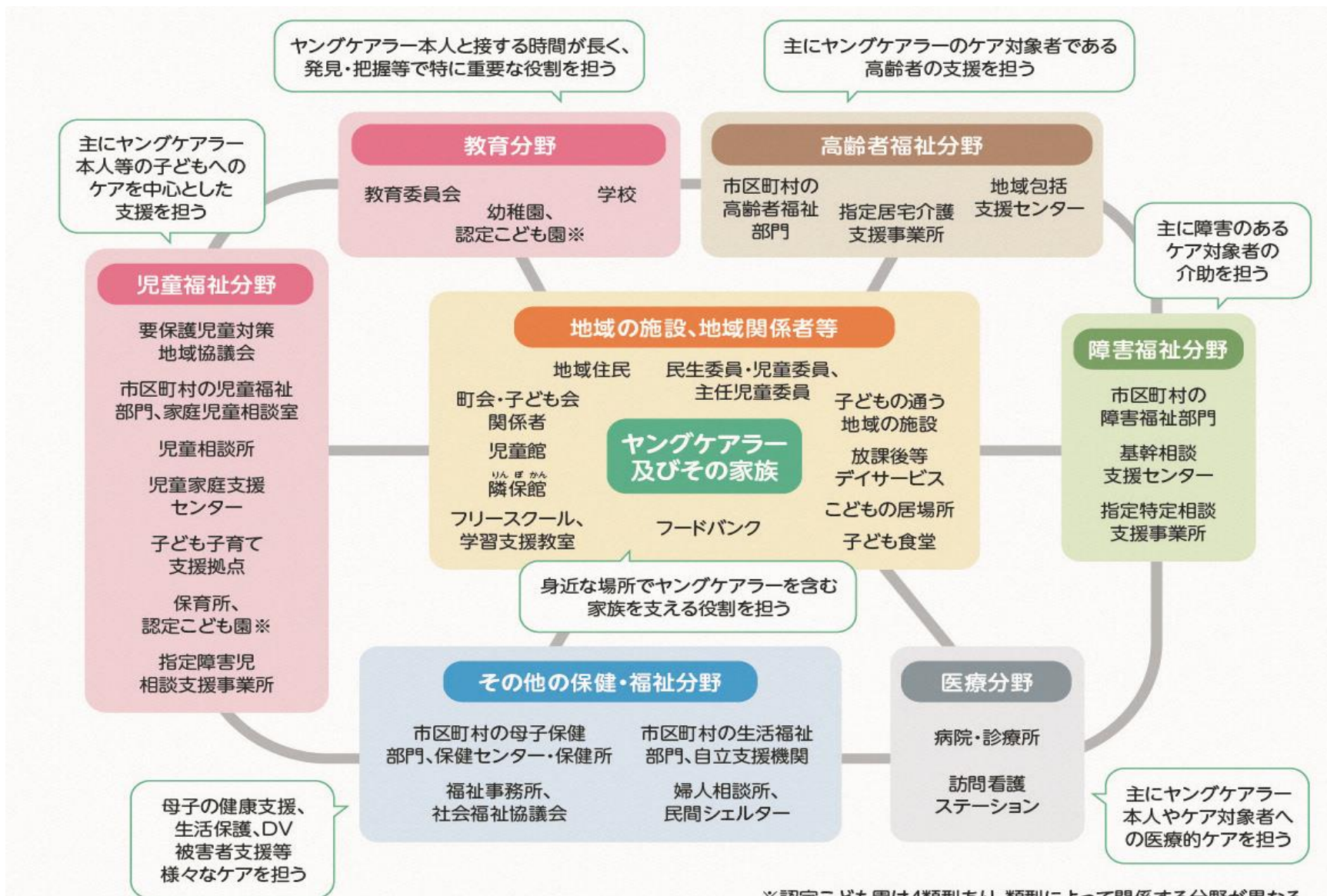
<ふうせんの会>

元・現ヤングケアラーが交流できるつどいの他、オンラインサロンや講演も行っています。

<YCARP>

ヤングケアラー当事者の立場からの発信・支援を展開しています。

ヤングケアラー及びその家族を支える関係機関




※認定こども園は4類型あり、類型によって関係する分野が異なる

令和4年3月「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル」(有限責任監査法人トーマツ)より引用

むすびに

- ヤングケアラーへの支援については、特化した施策・制度が少ないため、既存の社会資源を組み合わせて支援を行う必要があります。
- そのためには多くの機関・団体が連携し、協働することが重要です。
- 日頃から、多機関・多職種参加で顔の見える関係作りを進めましょう。



御清聴
ありがとうございます
ございました

