

ヤングケアラーの支援について



オレンジリボンには
子ども虐待を防止するという
メッセージが込められています。

長岡市教育委員会子ども未来部 子ども家庭センター

1 ヤングケアラーとは

ヤングケアラーはこんな子どもたちです

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもをいいます。



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



目を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がい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

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration : Izumi Shiga

・法令上の定義はない

・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(厚生労働省HP)

・家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子ども(日本ケアラー連盟)

2 ヤングケアラーのことをよりよく理解するためのヒント

▷ ヤングケアラーは、成長や発達途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。

▷ 子どもは自分の家庭しか知らずに育つことが多く、客観的な視点を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。

▷ 本人や家族に自覚がない中では、自分からサポートを求めることも難しい。

▷ 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ひ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。

▷ 本人としてはケアをしたくないわけではなく、負担になっても大切な家族のために自分からケアをしたいという思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いたことを否定されたように思ってしまうこともある。

(続き) ヤングケアラーのことをよりよく理解するためのヒント

▷ケアをしている状況について可愛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。

▷ケアを受けている家族を悪く言われたくな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場合がある。

▷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。

▷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。

▷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。

3 中高生向けチラシ

家族のために
日常的に家事や
お世話をしている
あなたへ

ヤングケアラーとは、
本来大人が担うような
家事や家族のお世話を担って
いる子どものこと。
思うように学校等での活動が
できないなど、
困っていることがあれば、
誰かに話してみませんか。



ヤングケアラーに関する情報や相談先はこちら

新潟県ホームページ

<https://nigata-youngcarer.com/>



厚生労働省ホームページ

ヤングケアラー同士が交流できるオンラインサロンも
※無料で開催されています。

<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/>



悩みや不安を身近な人に話してみませんか。担任の先生、養護教諭、スクールカウンセラー、
スクールソーシャルワーカーなど、この他にも、あなたの周りには話を聞いてくれる大人たちがいます。

家族の支え合いは大事ですが、あなたにとって負担になっていませんか？

家事や家族のお世話を日常的に行っていることによって、「学校に行けない」「勉強や自分の時間がとれない」「こころやからだに不調を感じる」など負担になっていませんか？

<p>障害や病気のある 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</p>	<p>家族に代わり、 幼稚園などの お世話をしている</p>
<p>障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている</p>	<p>家計を支えるために労働をして、 障害や病気のある家族を 助けている</p>
<p>目を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</p>	<p>障害や病気のあるきょうだいの世話や見守り をしている</p>
<p>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</p>	<p>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</p>
	<p>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</p>

周囲のみなさんへ 家族のことで困っている友人がいたら、気持ちを聞いてあげたり、信頼できる大人へ相談するよう勧めましょう。

0. 子ども本人の基本情報	
性別 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> その他 ()	要対協登録 種別
年齢 () 歳	

初回作成日 年 月 日
最終更新日

ヤングケアラーとは
「本来大人が担うと想定されるような家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」のことをいいます。

1. 本来守られるべき「子どもの権利」が守られているか → 子どもと関わりのある第三者が、ヤングケアラーの可能性のある子どもを発見するために

①健康に生きる権利	
<input type="checkbox"/> 必要な病院に通院・受診できない、服薬できていない	★
<input type="checkbox"/> 精神的な不安定さがある	★
<input type="checkbox"/> 給食時に過食傾向がみられる（何度もおかわりをする）	★
(その他の気になる点)	
<input type="checkbox"/> 表情が乏しい	
<input type="checkbox"/> 家族に関する不安や悩みを口にしている	
<input type="checkbox"/> 将来に対する不安や悩みを口にしている	
<input type="checkbox"/> 極端に痩せている、痩せてきた	
<input type="checkbox"/> 極端に太っている、太ってきた	
<input type="checkbox"/> 生活リズムが整っていない	
<input type="checkbox"/> 身だしなみが整っていないことが多い（季節に合わない服装をしている）	
<input type="checkbox"/> 予防接種を受けていない	
<input type="checkbox"/> 虫歯が多い	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

②教育を受ける権利	
<input type="checkbox"/> 欠席が多い、不登校	★
<input type="checkbox"/> 遅刻や早退が多い	★
<input type="checkbox"/> 保健室で過ごしていることが多い	★
<input type="checkbox"/> 学校に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★	
(その他の気になる点)	
<input type="checkbox"/> 授業中の集中力が欠けている、居眠りしていることが多い	
<input type="checkbox"/> 学力が低下している	
<input type="checkbox"/> 宿題や持ち物の忘れ物が多い	
<input type="checkbox"/> 保護者の承諾が必要な書類等の提出遅れや提出忘れが多い	
<input type="checkbox"/> 学校（部活含む）に必要なものを用意してもらえない	
<input type="checkbox"/> お弁当を持ってこない、コンビニ等で買ったパンやおにぎりを持ってくる人が多い	
<input type="checkbox"/> 部活に入っていない、休みが多い	
<input type="checkbox"/> 修学旅行や宿泊行事等を欠席する	
<input type="checkbox"/> 校納金が遅れる。未払い	
<input type="checkbox"/> クラスメイトとのかかわりが薄い、ひとりであることが多い	
<input type="checkbox"/> 高校に在籍していない	

③子どもらしく過ごせる権利	
<input type="checkbox"/> 幼稚園や保育園に通園していない	★
<input type="checkbox"/> 生活のために（家庭の事情により）就職している	★
<input type="checkbox"/> 生活のために（家庭の事情により）アルバイトをしている	★
<input type="checkbox"/> 家族の介助をしている姿を見かけることがある	★
<input type="checkbox"/> 家族の付き添いをしている姿を見かけることがある	★
<input type="checkbox"/> 幼いきょうだいの送迎をしている姿をみかける	★
(その他の気になる点)	
<input type="checkbox"/> 子どもだけの姿をよく見かける	
<input type="checkbox"/> 年齢と比べて情緒的成熟度が高い	
<input type="checkbox"/> ともだちと遊んでいる姿をあまり見かけない	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

2. 家族の状況 → 「ヤングケアラー」かの確認

①家族構成（同居している家族）	
<input type="checkbox"/> 母親	<input type="checkbox"/> 父親
<input type="checkbox"/> 祖母	<input type="checkbox"/> 祖父
<input type="checkbox"/> きょうだい () 人	<input type="checkbox"/> その他 ()
②サポートが必要な家族の有無とその状況	
<input type="checkbox"/> 特にいない	
<input type="checkbox"/> 高齢	<input type="checkbox"/> 幼いきょうだいが多い
<input type="checkbox"/> 障害がある	<input type="checkbox"/> 親が多忙
<input type="checkbox"/> 疾病がある	<input type="checkbox"/> 経済的に苦しい
<input type="checkbox"/> 精神疾患（疑い含む）がある	<input type="checkbox"/> 生活能力・養育力が低い
<input type="checkbox"/> 日本語が不自由	<input type="checkbox"/> その他 ()

3. ヤングケアラーである子どもの状況 → サポートの実態を確認

①子どもがサポートしている相手	
<input type="checkbox"/> 母親	<input type="checkbox"/> 父親
<input type="checkbox"/> 祖母	<input type="checkbox"/> 祖父
<input type="checkbox"/> きょうだい	<input type="checkbox"/> 家族全体
<input type="checkbox"/> その他 ()	<input type="checkbox"/>
②子ども自身がサポートに費やしている時間	
1日	時間程度
③家庭内に子ども本人以外にサポートする人がいるか	
<input type="checkbox"/> いる	→ 誰か：
<input type="checkbox"/> いない	

4. 子ども本人の認識や意向 → 子ども自身がどう思っているかの確認

①子ども自身が「ヤングケアラー」であることを認識しているか	
<input type="checkbox"/> 認識している	
<input type="checkbox"/> 認識していない	
②家族の状況やサポートをしていることについて、誰かに話せているか	
<input type="checkbox"/> 話せている	→ 誰に：
<input type="checkbox"/> 話せていない	
③子ども本人が相談できる、理解してくれていると思える相手がいるか	
<input type="checkbox"/> いる	→ 誰か：
<input type="checkbox"/> いない	
④子ども本人がどうしたいと思っているか（想い・希望）	

4 窓口

家族の支え合いは大事ですが、子どもたちに過度な負担になっていませんか？

家事や家族の世話を日常的に行っていることによって、「学校に行けない」「勉強や自分の時間がとれない」など、子ども自身の権利が侵害されているおそれがあります。

通学を
変更した…

洗濯や掃除を
する時間が
取れない…

睡眠が十分に
取れない…

家族が十分に
取れない…

家族の支え合いは
大事です。だけど…

学校を
遅刻・早退して
しまう…

自分の時間が
取れない…

友人と遊ぶこと
ができない…

宿題が
できない…

ヤングケアラーに
気づいてください



ヤングケアラーとは？

家族にケアを必要とする人がいる場合に、
本来大人が担うようなケアの責任を引き受け、
家事や家族の世話、介護、療育面のサポートなどを
行っている子どものことをいいます。

 新潟県

障害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



障害や病気のある家族の身の
回りの世話をしている



家計を支えるために労働を
して、障害や病気のある
家族を助けている



障害や病気のある
きょうだいの世話や
見守りをしている



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



目を離せない家族の
見守りや声かけなどの
気づかいをしている



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



ヤングケアラーに
気づくことが大切です！

**支援を必要とするヤングケアラーが適切な
支援につながるために、気づいたら
「各市町村」の相談窓口へご連絡下さい。**

長岡市子ども家庭センター

電話：(0258) 36-3790

その他相談窓口(子どもやご家族にご案内ください)

児童相談所相談専用ダイヤル
(子どもの福祉に関する相談/毎日24時間)

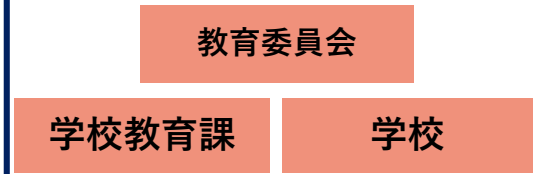
 0120-189-783 (無料)

24時間子供SOSダイヤル
(子どもSOS全般/毎日24時間)

 0120-078310 (無料)  025-285-1212 (有料)

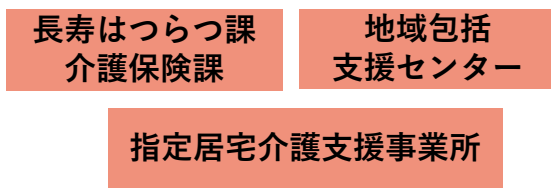
長岡市ヤングケアラーへの支援体制図

教育分野



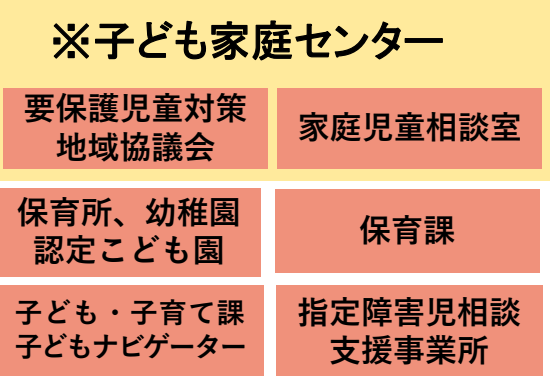
【役割】発見・把握
○ヤングケアラー本人の状況把握
○相談・アセスメント

高齢者福祉分野



【役割】ヤングケアラーのケア対象者である高齢者の支援
○相談・アセスメント
○各種サービス・支援提供

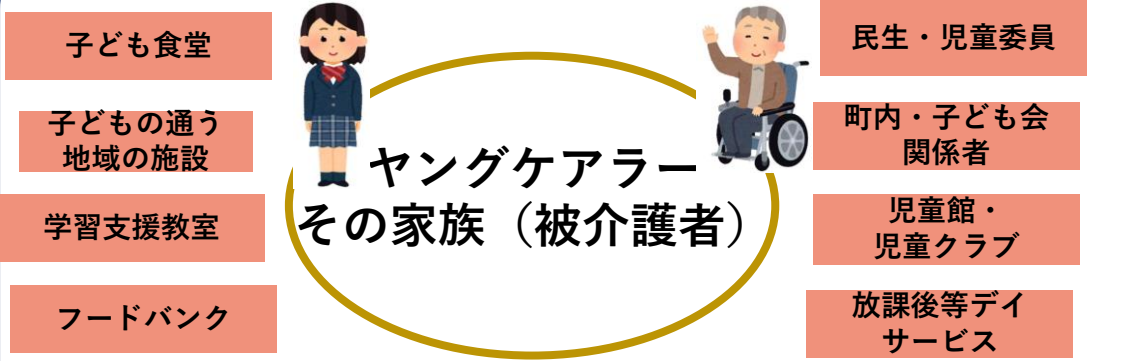
児童福祉分野



児童相談所

【役割】子どもへのケアを中心とした支援
○相談・アセスメント
○各種サービス・支援提供
※関係機関の連携支援

地域の施設、地域関係者等



ヤングケアラー
その家族（被介護者）

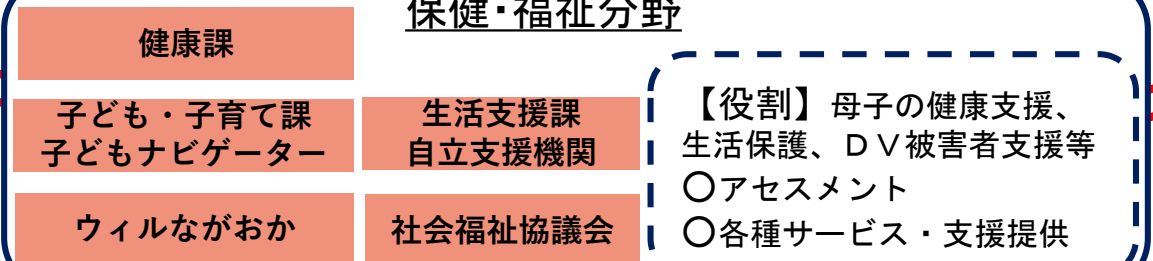
【役割】身近な場所でヤングケアラーを含む家族を支える・見守る

障害福祉分野



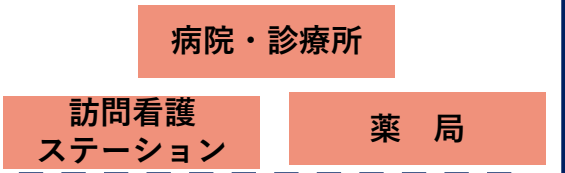
【役割】ヤングケアラーのケア対象者である障害者の支援
○相談・アセスメント
○各種サービス・支援提供

保健・福祉分野



【役割】母子の健康支援、生活保護、DV被害者支援等
○アセスメント
○各種サービス・支援提供

医療分野



【役割】ヤングケアラー本人やケア対象者への医療的ケア

長岡市の取り組み

① 気づく

- ◎子どもや家族等の気づきを促すために
 - ⇒ ○市報、HP等を活用した広報
 - 小中学校へのアンケート調査に関連し、ヤングケアラーの周知)
- ◎関係者の気づきを促すために
 - ⇒ ○要対協構成機関への周知啓発、研修の開催等
 - アセスメントシートの活用と実態把握(小中学校へのアンケート調査等)
 - ヤングケアラー認知度の向上(関係者向け研修の開催)

② つなぐ

- ◎情報共有・支援検討の仕組みの構築
 - ⇒ ○市ヤングケアラー支援体制検討会の開催
(行政⇔教育、福祉、介護、医療関係機関等)
 - ・支援マニュアルやアセスメントシート活用による情報共有の推進

③ 支える

- ◎家事・介護・精神的負担等の軽減
 - ⇒ ○要対協の仕組みを活用した情報収集・支援の調整
 - ・ヤングケアラー等訪問支援の試行

5 皆様へお願いしたいこと

○生活の中での気づきと相談 (特に、学校の先生方)

- ・健康相談や健康観察等から…
- ・タイミングを見て、声かけ

「自分を心配してくれる大人」
「困ったことがあったら相談できる大人」

○連携・支援

- ・寄り添い、見守り
- ・連携機関や専門職と情報共有（つなぎ）

※本人意思・意見の尊重