

ヤングケアラーの支援のために

1. ヤングケアラーとは？

子ども・若者育成支援推進法では、ヤングケアラーを「家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると思われる子ども・若者」として、支援に努めるべき対象としています。

次のイラストは、ヤングケアラーの一例です。



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。



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。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



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。

(出典：こども家庭庁 (<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer/>、イラスト参照 2024-10-1) を加工して作成)

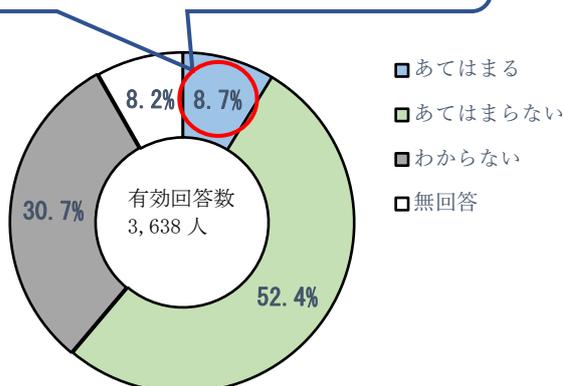
ヤングケアラーと思われる子どもの置かれている状況は様々であり、本人や家族がどのように現状を受け止め、考えているかも様々です。また、本人や家族に自覚がないことも多いため、まずは、ヤングケアラーと思われる子どもに周囲の人たちが気づき、子どもの様子を気にかけて、話を聞いたり、見守ったりしていくことが大切です。

2. 長野県内のヤングケアラーの実態 <R4 長野県実態調査より>

お世話をしている家族が「いる」と回答した小学生(3,638人)のうち、「ヤングケアラーである」と自覚していると回答した割合は 8.7%でした。また、ヤングケアラーという言葉が「聞いたことがない」と回答した小学生の割合は 69.2%でした。

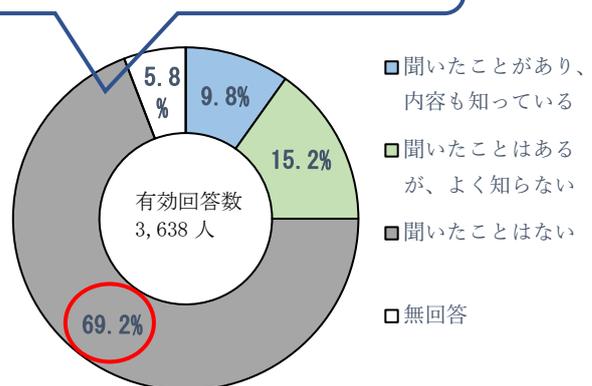
ヤングケアラーと自覚している小学生

自覚していると回答した人の割合は約 1 割。認知度が上がることで増えると予想されます。



ヤングケアラーの認知度

約 7 割の小学生が聞いたことがないと回答しています。



3. 過度なケア負担が子どもにもたらす将来への影響

家族のためにお手伝いをするのは素晴らしいことです。大人が行うような過度な家事や家族の世話などを日常的に行っていると、次のような影響が出る可能性があります。



(出典：こども家庭庁 (<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer>、イラスト参照 2024-10-1) を加工して作成)

年齢が上がるにつれて、人間関係の形成、社会性の構築や学業など、成長の過程でやるべきことが増えていきます。同時に心身の成長とともに子どもができるケアも増えていき、家族や支援機関から「介護力」として期待されることがあります。支援者側は、こどものライフステージに合わせた負担の影響を理解しましょう。

■ 学業への影響

遅刻・早退・欠席が増える、勉強の時間がとれない
成績が低下し、進路先を変更する、あきらめる 等

■ 進学、就職への影響

自分にできると思う仕事の範囲を狭めてしまう
自分のやってきたことをアピールできない 等

■ 友人関係への影響

友人とコミュニケーションをとれる時間が少ない
子どもの時に行う体験の不足が生じる 等

■ 身体・心への影響

孤独・孤立、睡眠不足、身体の不調をきたす
自分から悩みを相談できず、自分一人で悩みを抱えてしまう 等

将来への影響

4. ヤングケアラーと思われる子どもに気づくポイント

ヤングケアラーの状態にある子どもの存在は、把握されにくい状態にあります。子どもの権利が侵害されていないかという視点を持ち、支援が必要な子どもの状況に早めに気づけるように、以下のチェック項目を参考にしてください。

チェック①【子どもが健康に生きる権利】が侵害されていないか？

- 必要な受診、特に歯科通院ができていない 服薬できていない
- 身なりがきちんと整っていない
- 自分のことで精一杯で余裕がない 精神的な不安定さがある

チェック②【子どもが教育を受ける権利】が侵害されていないか？

- 遅刻や早退、欠席が多い、不登校気味である
- 修学旅行に行けない 泊まりの行事に参加できない
- 学校に行っているべき時間に学校以外で見かけることがある

チェック③【子どもらしく過ごせる権利】が侵害されていないか？

- 生活のため（家庭の事情により）アルバイトに追われている
- 家族の介護や付き添いをしている姿を見かけることがある
- 幼いきょうだいの送迎や世話をしている姿をみかける

5. ヤングケアラーかもしれない子どもに気づいたら

○まずは、話を聞き、気持ちや思いを受け止める。

家族へのケアや家事が理由で、心身の状況に心配な点が見受けられるかといった視点で話を聞いてください。

○本人が話したがらないときは、無理に聞き出さない。

支援を受けることへの抵抗感や、家族のことを周囲に知られたくないと感じているかもしれません。こうした言葉にならない思いに寄り添い、いつでも困った時は相談できることを伝えてください。

○ケアをしていることや家族のことを否定しない。

本人や家族がこれまで築いてきた関係性や、家族の中での役割、それぞれの想いを尊重していくことが大切です。

○相談窓口への「つなぎ」をお願いします。

ヤングケアラーであると疑われる子どもを把握した場合には、相談窓口への「つなぎ」をお願いします。また、「果たして自分の立場でどのように関わればいいのか。」等、悩まれるケースがあるかもしれません。そんなときは、このようなケースだけ、どのような対応をしていけばいいか等、悩まれている部分を相談してください。

【ヤングケアラーに関する相談先】

■ 市町村の相談窓口

市町村では、ヤングケアラーを把握して適切な支援に結び付けるため、相談窓口を開設しています。右の二次元コードから長野県ホームページにアクセスしていただくと、「市町村相談先一覧」を掲載しています。



■ 長野県ヤングケアラー専用相談窓口（長野県社会福祉協議会内）

 026-228-4244 支援者の相談も受け付けています

月曜日～金曜日 8:30～17:00 まで（祝日、12月29日～1月3日を除く）



■ こども家庭庁ホームページ

