

令和5年度生活困窮者自立支援制度人材養成研修
テーマ別研修【生活困窮者支援における子どもと家族への支援】

ヤングケアラーとその家族の支援

講師：森田久美子（立正大学/日本ケアラー連盟）

本日の内容

ヤングケアラーとは

国の実態調査からみるヤングケアラーの姿

ヤングケアラーが直面する課題

ヤングケアラーの支援施策

相談支援の視点

自立相談支援機関に求められること

ヤングケアラーの支援事例

ヤングケアラーとは

ケアラー・ヤングケアラー・若者ケアラー

ケアラー

こころやからだに不調のある人の「介護」「看病」「療育」「世話」「気づかい」など、ケアの必要な家族や近親者、友人、知人などを無償でケアすること

ヤングケアラー

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**のこと

若者ケアラー

18歳～おおむね30歳代までのケアラー。ケアの内容はヤングケアラーと同様ですが、ケア責任がより重くなることもある



さまざまなヤングケアラー



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

ヤングケアラーとは

埼玉県ケアラー支援条例（令和2年3月31日）

1. ケアラー 高齡、身体上または精神上的の障害又は疾病等により援助を必要とする親族、友人その他の身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話その他の援助を提供する者をいう
 2. ヤングケアラー ケアラーのうち、18歳未満の者をいう
-

ヤングケアラーとは

内閣府・厚生労働省

本来**大人が担うと想定され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

一般に、本来大人が担うと想定されているような家事や家族の世話などを日常的に行っていることで、**負担を抱える、もしくは、子どもの権利が侵害されている可能性がある**
18 歳未満の子ども

トーマツ(2022)『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～』

子どもがしているケアの内容

家事：
料理、掃除、
洗濯等

家庭の管理：
買い物、
お金の管理等

請求書の支払
い、病院への 付
添いや通訳等

看護的な世話：
服薬管理、
たんの吸引等

感情面の支援：
精神状態の
見守り、うつ時
の励まし等

身体介助：
入浴やトイレの
介助、清拭等

子どもの世話：
幼いきょうだい
の世話、送迎

その他

大人が担うようなケア責任

不適切な 内容

ケアの責任や負担が重く、子供がするには不適切な内容である場合

例：重い成人の身体を持上げを伴うケア
希死念慮のある人への感情面の支援
医療機関での診察場面における通訳など

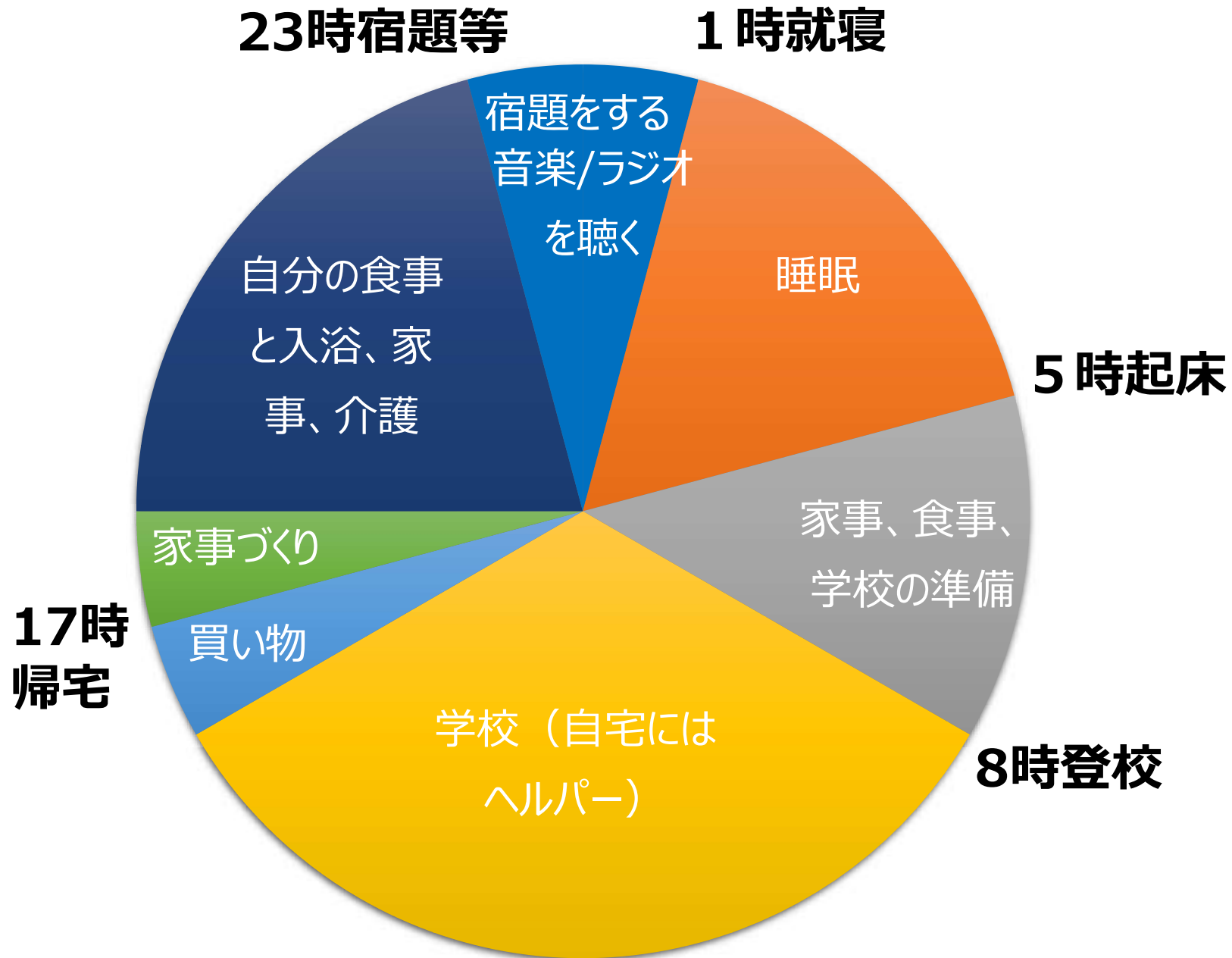
不適切な 量

比較的軽い責任のケア作業であるが、それらを長時間、継続的に行っている場合



支援がない場合、子どもの心身や発達に悪影響を及ぼす危険性が高い

ある
ヤングケアラー
(小6)
の一日



子どもがケアをする社会的背景

高齢化率の上昇

- ・ 2020年:28.7% 80歳以上9.2%
(2040年:3900万人 35.3%)
- ・ 平均寿命(健康寿命)
2019年:女性87.5(74.8)歳、男性81.4(72.1)歳

(厚生労働省2020)

高齢者人口の増加

- ・ 要介護(支援)認定率の上昇や 認定者数の増加
- ・ 認知症の人の増加
(2025年に65歳以上人口の 5人に1人)

障害者の増加傾向

- ・ (人口の約7.6%)

子どもがケアをする社会的背景

世帯規模の 縮小化

- ・ 平均世帯人員数 1953年:5.00人→2019年:2.39人
(2040年:2.08人)
- ・ 世帯人員数が1人または2人の世帯の割合が増加

(厚生労働省2020)

共働き世帯 の増加

- ・ 専業主婦世帯 566万世帯
共働き世帯:1247万世帯(2021年)
- ・ 1980年に比べ、専業主婦世帯は半減

(労働政策研究・研修機構2022)

家族のケアの ために使える 時間の減少

- ・ 6歳未満のいる夫婦と子供から成る世帯の
家事関連時間(2021年)
共働き世帯:夫115分、妻393分
専業主婦世帯:夫107分、妻564分

国の実態調査からみる ヤングケアラーの姿

厚生労働省のヤングケアラー実態調査 (中高生調査)の概要

目的 教育現場や要対協等において「ヤングケアラー」と思われる子どもを早期発見し、対応できる仕組みづくりの検討を行うための資料とする

調査方法 学校を通じて、生徒本人へ調査回答フォームのQRコード等を記載した調査概要を配布。Web上で回答、回収

- ①全国から層化無作為抽出した公立1000校の**中学2年生**対象
- ②全国から層化無作為抽出した**公立全日制学校**350校の**高校2年生**対象
- ③④都道府県で各1校抽出した公立定時制・通信制高校の2年生相当の生徒対象

実施時期 令和2年12月～令和3年1月

回収状況 ①中学2年生 5,558人 ②全日制高校2年生 7,407人
③定時制高校2年生相当 366人 ④通信制高校生 446人

厚生労働省のヤングケアラー実態調査 (小学生・大学生調査)の概要

目的	昨年度の中高生調査と比較可能な形で、それら年代の家族ケアの状況、ヤングケアラーの実態を明らかにする
調査方法	<p>①全国から層化無作為抽出した350校宛に調査票を郵送し校内で小学6年生の児童(約24,500人)に配布、児童は原則自宅に持ち帰り回答のうえ郵送にて返送</p> <p>②対象の大学を通じて、学生本人向けに、調査回答フォームのQRコード、URLを記載した調査概要をメール等にて送付。Web上で回答、回収を実施。</p>
実施時期	①令和4年1月 ②令和3年12月16日～令和4年1月14日
回収状況	①小学6年生 9,759人 ②大学3年生 9,679人

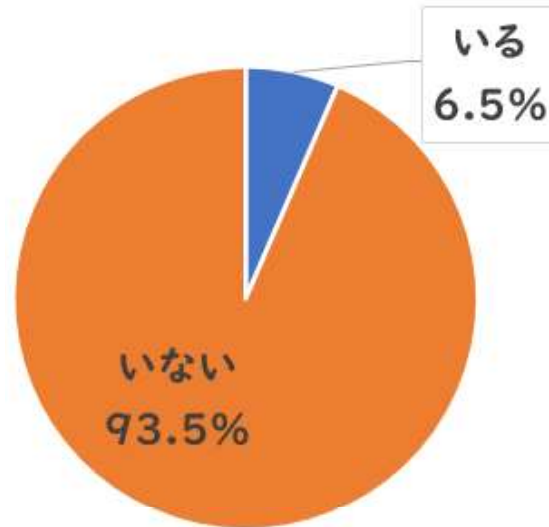
(日本総研2022より森田が作成)

ヤングケアラーの割合

世話をしている家族が「いる」と答えた人の割合は、
小学6年生で6.5%、中学2年生で5.7%、全日制高校2年生で4.1%

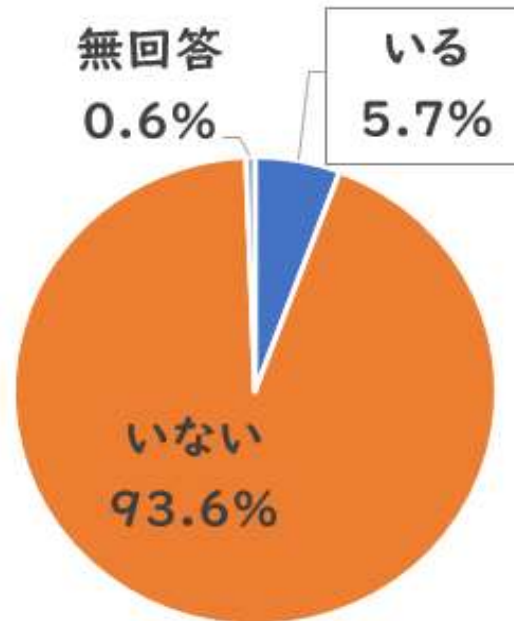
図表 世話をしている家族が「いる」と答えた人の割合

【小学6年生】



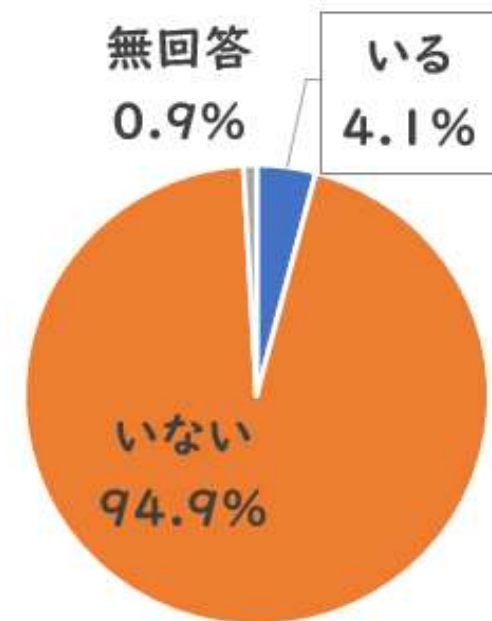
n=9,759

【中学2年生】



n=5,558

【全日制高校2年生】



n=7,407

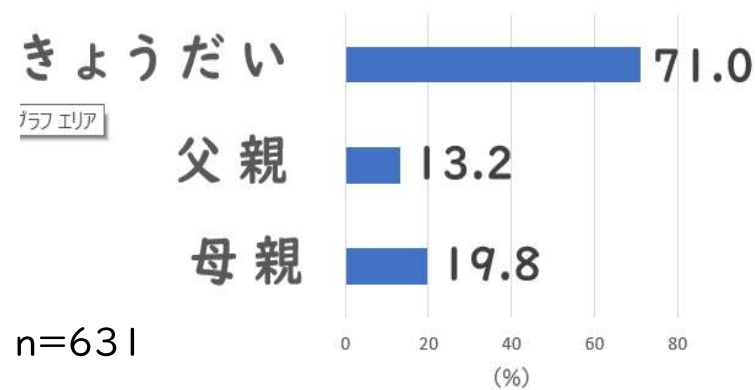
(日本総研2022、三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成)

ケアをしている相手

世話をしている家族の続柄は、いずれの学校種でも、「きょうだい」が最も高く、小学6年生で71.0%、中学2年生で61.8%、全日制高校2年生で44.3%

図表 世話をしている家族の続柄及び状態（複数回答）

【小学6年生】



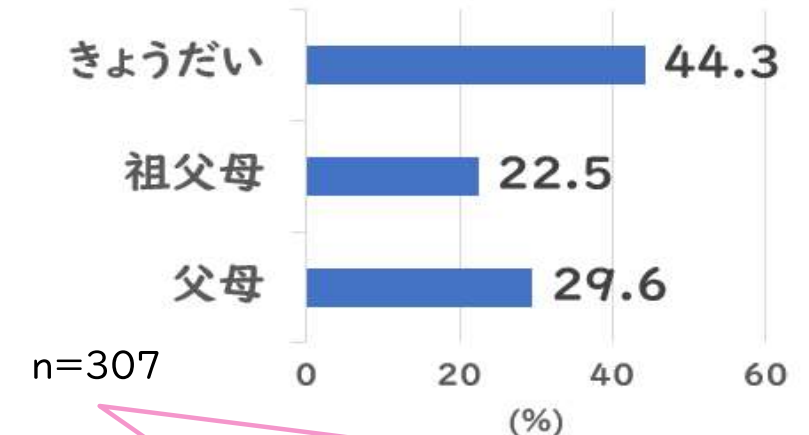
- ・父母の状態
「わからない」33.3%、「日本語を第一言語としない」10.9%
- ・祖父母の状態
「高齢（65歳以上）」63.0%、「要介護」21.0%、「認知症」19.8%
- ・きょうだいの場合
「若い」73.9%、「わからない」8.5%

【中学2年生】



- ・父母の状態
「身体障がい」20.0%、「精神疾患、依存症（疑い含む）」17.3%
- ・祖父母の状態
「高齢（65歳以上）」80.9%、「要介護」27.7%、「認知症」19.1%
- ・きょうだいの場合
「若い」73.1%、「知的障がい」14.7%

【全日制高校2年生】



- ・父母の状態
「身体障がい」15.4%、「精神疾患、依存症（疑い含む）」14.3%
- ・祖父母の状態
「高齢（65歳以上）」76.8%、「要介護」33.3%、「認知症」23.2%
- ・きょうだいの場合
「若い」70.6%、「知的障がい」8.1%

子どもがしているケアの頻度

小学生の場合

ほぼ毎日が52.9%、週に3～5日16.0% n=631

中学生の場合

ほぼ毎日が45.1%、週に3～5日17.9% n=319

高校生の場合

ほぼ毎日が47.6%、週に3～5日16.9% n=307

ヤングケアラーがしているケアの量

1 日平日平均で、世話に費やす時間の平均は、

小学6年生で、2.9時間

n=631

中学2年生で、4.0時間

n=319

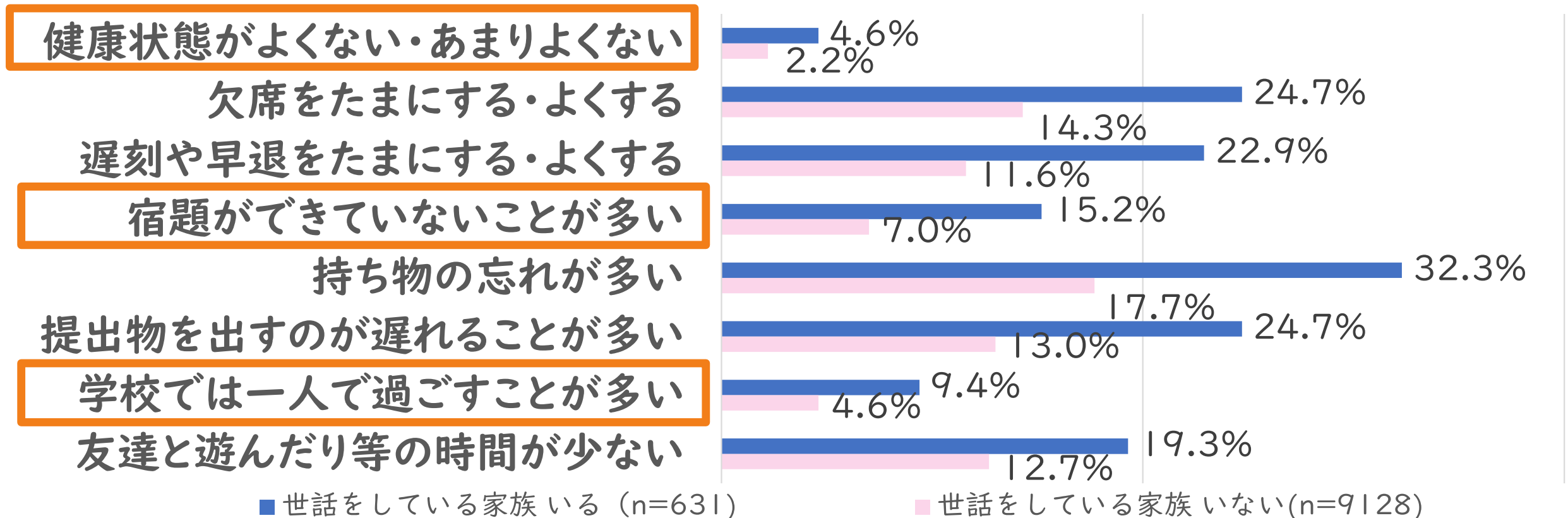
全日制高校2年生で、3.8時間

n=307

世話の有無による学校生活の状況の比較（小学生）

世話をしている家族が「いる」場合、「いない」場合に比べ、すべての項目で回答率が高くなっている。特に、「健康状態がよくない・あまりよくない」「宿題ができていないことが多い」「学校では一人で過ごすことが多い」では2倍以上高くなっている

図表 世話をしている家族の有無×健康状態、通学状況、ふだんの学校生活等であてはまること（複数回答）



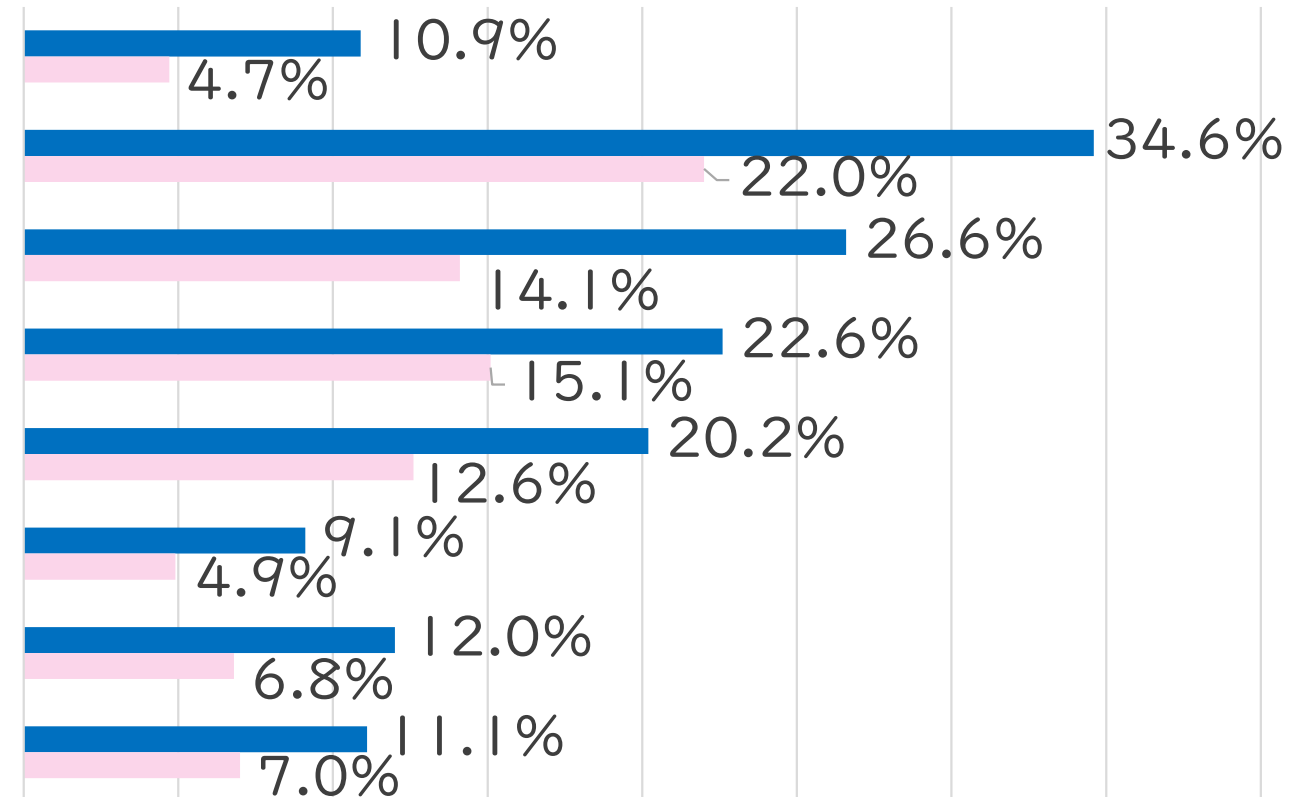
（日本総研2022より森田が作成）

世話の有無による学校生活の状況の比較（中高生）

世話をしている家族が「いる」場合、「いない」場合に比べ、すべての項目で回答率が高くなっている。特に、「健康状態がよくない・あまりよくない」は2倍以上となっている

図表 世話をしている家族の有無×健康状態、通学状況、普段の学校生活等であてはまること（複数回答）

健康状態がよくない・あまりよくない
欠席をたまにする・よくする
遅刻や早退をたまにする・よくする
宿題や課題ができていないことが多い
持ち物の忘れ物が多い
部活動や習い事を休むことが多い
学校では一人で過ごすことが多い
友人と遊んだり等する時間が少ない



■ 世話をしている家族 いる (n=660)

■ 世話をしている家族 いない (n=12568)

（三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成）

子どもが感じている影響

いずれの学校種でも「特にない」が最も高く、その他では、「自分の時間が取れない」が高い

図表 世話をしていることで、やりたいけれどできていないこと

複数回答 %

調査数		1	2	3	4	5
小学6年生	631	特にない (63.9)	自分の時間が 取れない (15.1)	友人と 遊べない (10.1)	宿題や勉強の 時間がとれない (7.8)	睡眠が十分に とれない (6.7)
中学2年生	319	特にない (58.0)	自分の時間が 取れない (20.1)	宿題や勉強の 時間がとれない (16.0)	睡眠が十分に とれない (8.5)	友人と 遊べない (8.5)
全日制 高校2年生	307	特にない (52.1)	自分の時間が 取れない (16.6)	宿題や勉強の 時間がとれない (13.0)	友人と 遊べない (11.4)	睡眠が十分に とれない (11.1)

(日本総研2022、三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成)

学校や大人に手伝って欲しいこと

いずれの学校種でも「特にない」が最も高く、その他では、小学6年生では「自由に使える時間が欲しい」、中学2年生及び全日制高校2年生では「学校の勉強や受験勉強へのサポート」が最も高い

図表 学校や大人に手伝ってほしいこと

複数回答 %

	調査数	1	2	3	4	5
小学6年生	631	特にない (50.9)	自由に使える 時間が欲しい (15.2)	学校の勉強 や受験勉強 (13.3)	話を聞いて 欲しい (11.9)	わからない (6.7)
中学2年生	319	特にない (45.8)	学校の勉強 や受験勉強 (21.3)	自由に使える 時間が欲しい (19.4)	将来の相談 (16.3)	話を聞いて 欲しい (12.9)
全日制 高校2年生	307	特にない (39.7)	学校の勉強 や受験勉強 (18.9)	自由に使える 時間が欲しい (17.9)	将来の相談 (17.3)	話を聞いて 欲しい (16.6)

(日本総研2022、三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成)

ケアについて相談した経験

いずれの学校種でも、「ない」と答えた人の割合が約7割

図表 世話について相談した経験の有無

%

	調査数	ある	ない	無回答
小学6年生	631	17.3	76.1	6.7
中学2年生	319	21.6	67.7	10.7
全日制高校2年生	307	23.5	64.2	12.4

（日本総研2022、三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成）

ケアについて相談した相手

いずれの学校種でも、「家族（父、母、祖父、祖母、きょうだい）」が最も高く、次に「友人」

図表 世話について相談した相手

複数回答 %

	調査数	家族	親戚	友人	学校の先生	保健室の先生	ScやSsw	役所の人	近所の人
小学6年生	109	78.9	10.1	40.4	13.8	5.5	3.7	—	1.8
中学2年生	69	69.6	8.7	40.6	13.0	4.3	7.2	0.0	1.4
全日制 高校2年生	72	69.4	8.3	47.2	18.1	4.2	8.3	1.4	1.4

（日本総研2022、三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成）

ヤングケアラーの自覚

「あてはまる」と答えた人の割合は、いずれの学校種でも、世話をしている家族が「いる」と答えた人の割合の約1/2

図表 自分はヤングケアラーにあてはまるかどうか

%

	調査数	あてはまる	あてはまらない	わからない	無回答
中学2年生	5,558	1.8	85.0	12.5	0.7
全日制高校2年生	7,407	2.3	80.5	16.3	0.8

(三菱リサーチ&コンサルティング2021より森田が作成)

ヤングケアラーが 直面する課題

ケアをすることによる影響：良い影響

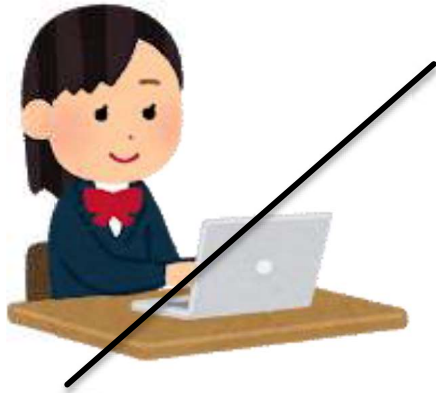
ケアを必要とする人や家族との強い絆

多様な状況の人に対する理解力や対応力

複数の課題に対応する力 など

ケアをすることによる影響：良くない影響

教育・達成
の機会
を逃す



疲労や
ストレス
を抱える

孤立や孤独
に悩む

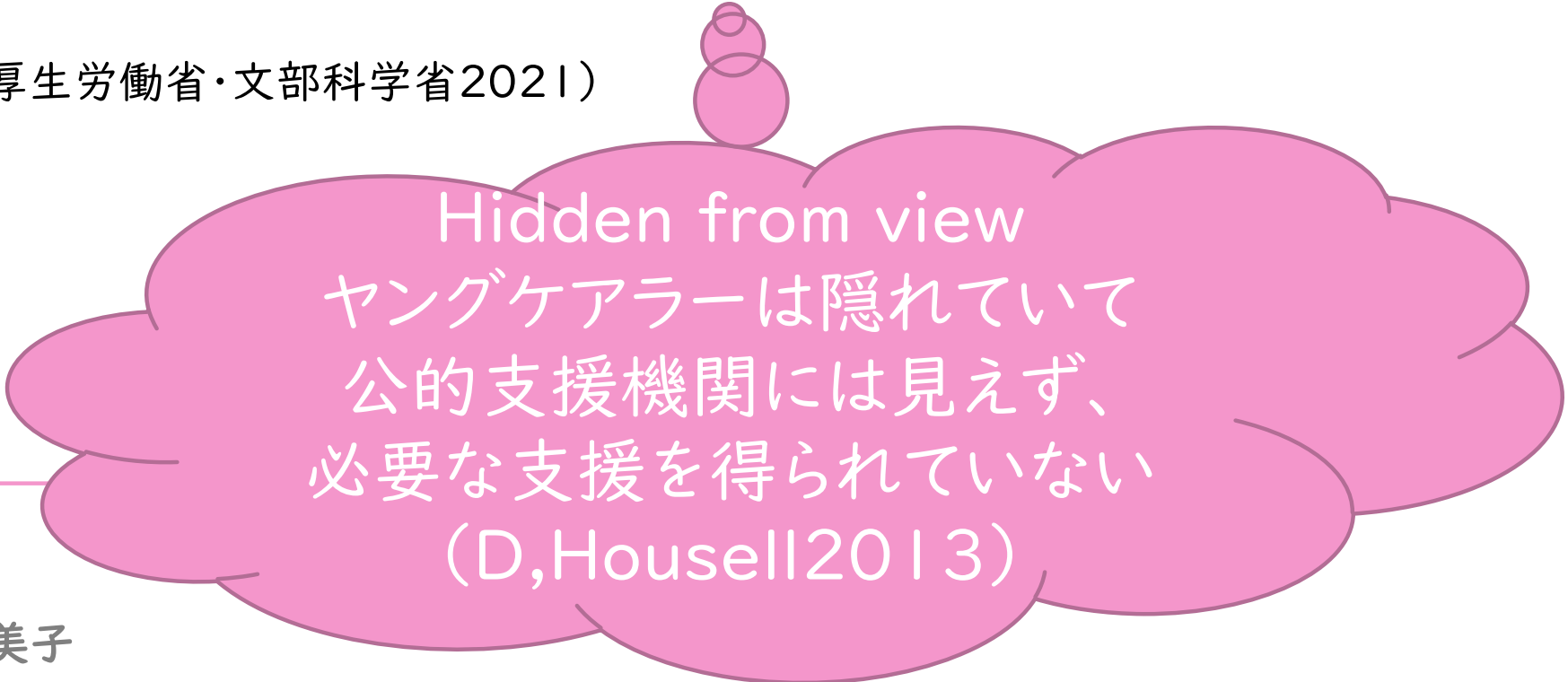


大人になる
準備の機会
を逃す

表面化しにくく、必要な支援を得られない

ヤングケアラーは、家庭内のデリケートな問題であること、本人や家族に自覚がないといった理由から、支援が必要であっても表面化しにくい構造となっている。

(厚生労働省・文部科学省2021)



Hidden from view
ヤングケアラーは隠れていて
公的支援機関には見えず、
必要な支援を得られていない
(D,Houzell2013)

ヤングケアラーが表面化しにくい理由

家族規範
(家族のことは
家族でなど)

家族への忠誠心
(家族が責めら
れないかなど)

社会サービス等
への恐れ

スティグマや
いじめへの恐れ

日常になってお
り、自覚がない

限られた支援
ネットワーク

法的支援の狭間
に置かれている

支援者の先入観
(ケアをしている
のは大人、
キーパーソン)

ヤングケアラーの 支援施策

ヤングケアラー支援の法的根拠

教育基本法

令和5年7月教育振興基本計画の「**共生社会の実現に向けた教育の推進**」に位置付けられる

児童福祉法

子供・若者育成支援推進法

令和3年4月子供・若者育成支援推進大綱において「**困難を有する子供・若者**」に位置付けられる

子ども基本法

令和5年4月施行。**子ども大綱**において、子供・若者育成支援推進大綱が引き継がれる予定。

✦ **ケアラー支援法（仮称）**が必要

理由：個人の尊重の理念の明確化、ヤングケアラーも大人になる、ヤングケアラーは大人のケアラーをサポートしてもいる

国が進めるヤングケアラー支援施策

現状・課題

- ・ 関係機関における研修等が十分でなく、地方自治体での現状把握も不十分
- ・ 支援策、支援につなぐための窓口が明確でなく、「介護力」と見なされるケースあり
- ・ 社会的認知度が低く、子ども自身やまわりの大人も気づけない

取り組むべき施策

1. 早期発見・把握

2. 支援策の推進

悩み相談支援、**関係機関連携支援**、教育現場への支援、適切な福祉サービス等の運用の検討、幼いきょうだいをケアするヤングケアラー支援

3. 社会的認知度の向上

国の施策に基づく取り組み

令和4年度

ヤングケアラー支援体制強化事業（ヤングケアラー実態調査・研修推進事業）

実態調査又は福祉・介護・医療・教育等の関係機関（要対協構成機関も含む）職員がヤングケアラーについて学ぶための**研修**等を実施する
地方自治体に対して、財政支援を行う。

ヤングケアラー支援体制強化事業（ヤングケアラー支援体制構築モデル事業）

- ・地方自治体に関係機関と民間支援団体等とのパイプ役となる「**ヤングケアラー・コーディネーター**」を配置
- ・**ピアサポート**等の悩み相談を行う支援者団体への支援
- ・ヤングケアラー同士が悩みや経験を共有し合う**オンラインサロン**の設置運営・支援 等に財政支援を行う。

令和5年度～
病院受診時等
の通訳派遣

ヤングケアラー支援に関する国通知等

分野	内容
障害福祉	<p>ヤングケアラーがいる家庭に対する計画相談支援の実施については、障害福祉サービス上の加算等の取扱いもある。</p> <p>また、ヤングケアラーへの支援に関し、障害福祉分野では、障害者総合支援法の家事援助で育児支援へ対応する、特定相談支援事業所でモニタリングを毎月行うように支給決定する等の対応も考えられる。</p>
高齢者福祉	<p>同居家族等がいる場合における訪問介護サービス等の生活援助の取扱いについて、利用者に同居家族（ヤングケアラー含む）がいることをもって一律に本人への生活援助が位置付けられないというものではありません。</p>
医療	<p>令和4年度より、入退院支援加算1及び2の算定対象である「退院困難な要因を有する患者」として、ヤングケアラー及びその家族が追加された。</p> <p>精神科医療は対象外</p>

（東京都2023）

ヤングケアラー支援に関する国通知等

分野	内容・資料名
介護保険事業計画の基本方針案	<p>加えて、介護離職の防止など、家族介護者の支援の充実のためには、地域包括支援センターの土日祝日の開所や、電話等による相談体制の拡充、地域に出向いた相談会の実施のほか、（中略）介護支援専門員による仕事と介護の両立支援などの取組や、ヤングケアラーを支援している関係機関との地域包括支援センターの連携など、地域の実情を踏まえた家族介護者支援の強化について、具体的な取組を市町村介護保険事業計画に定めることが重要である。</p> <p>厚生労働省（2023）「第107回社会保障審議会介護保険部会の資料1－2基本指針（案）について（新旧案）」</p>

相談支援の視点

子どもの権利の視点

子どもの権利条約は、1989年の国連総会において採択され、1990年に発効した。日本は1994年に批准。



生きる権利



育つ権利



守られる権利



参加する権利

ヤングケアラーに関連する権利

第2条 差別の禁止

第12条 意見を表す権利

第17条 適切な情報の入手

第24条 健康・医療への権利

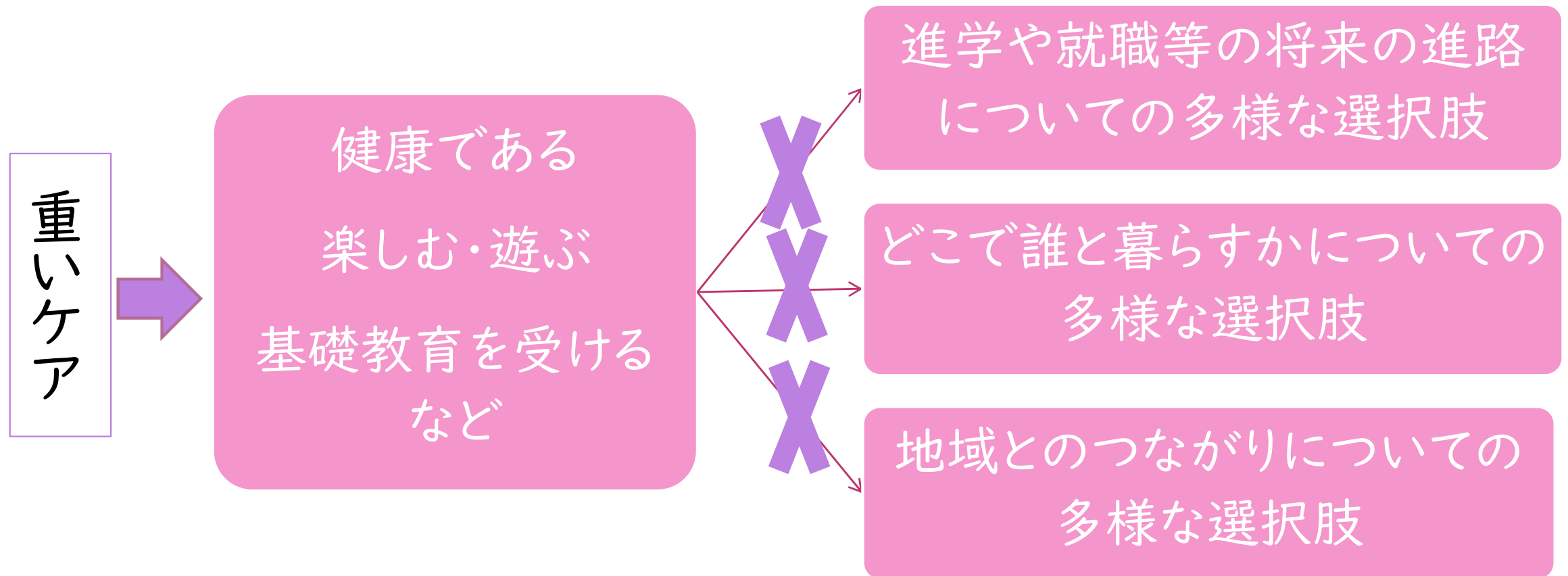
第27条 生活水準の確保

第28条 教育を受ける権利

第31条 休み・遊ぶ権利 など

ケイパビリティ（潜在能力）の視点

基礎的ケイパビリティを得られるようにすることで、
生の選択の幅を最大化する



基礎的ケイパビリティの欠如→生の選択の幅を狭める

NHK首都圏ナビWebレポート

「必要なのは気付いてくれる目と第三者の積極的な介入」

神奈川県 20代 女性（2021年9月19日）

私は幼稚園の頃に父が交通事故に遭い後遺症で働けなくなり、母もうつ病で入退院を繰り返していました。私が中学生の頃に父は亡くなって母子家庭となり、それからはうつ病の母が繰り返す自殺行為を止めるために1日中付きっきり、学校を休んで家事をしたり精神科への通院に付き添ったりしていました。もちろん自分のことは頭にありません。

そんな日常が当たり前、相談できるような大人や友人はいませんし、相談するようなことではないと考えていました。何とか高校までは卒業しましたが、それからはアルバイトをしながら家事や介護をする毎日です。そんな生活を続けているうちにいつの間にか私自身の心と体がボロボロになっていました。その頃には成人していて、もう気にかけてくれる人も助けてくれる人もいない大人になっていました。

https://www.nhk.or.jp/shutoken/wr/20210405yc_voice_02.html

母が精神科へ通院していたために、たまたま役所のケースワーカーという方々に相談することができ、今はなんとか生きていられますが、それでもこの先は不安しかありません。私は小学生の頃からいわゆるヤングケアラーでしたが、あの時代そんな言葉はありませんでしたし、助けてくれる大人もいませんでした。

ヤングケアラーにとって必要なのは、気付いてくれる目と第三者の積極的な介入です。教師でも近所の人でも通りすがりの他人でも誰でもいいのです。どうか助けてください。見て声をかけて話を聞いて気付いて下さい。子どもを守るのは大人ではなく、社会全体であるべきです。私のように成人してから知っても、もう何もかもが遅すぎます。失ったものは取り戻せませんし、補填もできません。これ以上、弱く小さい者から未来と希望を奪わないでほしいと強く望みます。

（家族の介護のために犠牲にしたこと、人生への影響は）

小学生の3年弱、中学生で1年、学校を休んで母の介護をしていたために希望する高校へは出席日数が足らず、自宅からバスと電車を乗り継いで1時間かかる県立全日制単位制の高校へ通っていました。毎朝5時前に起きて支度をして登校し、放課後は食事の買い物や母を見守るために授業が終わるとすぐに帰っていました。家では勉強をする時間がないので授業中に覚えて、休み時間を使って復習や宿題を済ませていました。同級生や周りの子たちは部活動をしたり寄り道をしたり、会話の中でも家庭の差があり理解ができないこともしばしばありました。

親が家事をして、仕事をして、自分の自由に使えるお金と時間があることが当たり前の子たちをずっと別世界の住人として遠くから眺めていました。母の介護をしながらの進学は無理、もとより進学するお金もなく、かと言って母を長時間一人にするのは危険なので就職もできず、結局短時間のアルバイトをするしかありませんでした。

https://www.nhk.or.jp/shutoken/wr/20210405yc_voice_02.html

早期発見・対応による権利回復・保障

子ども自身はそのような状況に気づいていなかったり、不安や不満を抱えていても言い出せていなかったりしている子どもも多くいる

そのような状況の子どもに対して、まわりの大人が**早く気づき対応**することで、例えケアをしながらであっても、**子どもらしく生きる権利を回復**し、子どもが**自身の持つ能力を最大限発揮**できるようにしていくことが求められる

ヤングケアラー支援の理念

ヤングケアラーが、
ライフチャンスを平等に持ち、
ケイパビリティを最大化
すること

ヤングケアラーに必要な支援

健康的な
生活

安全の確保

楽しみと
達成

積極的な
貢献

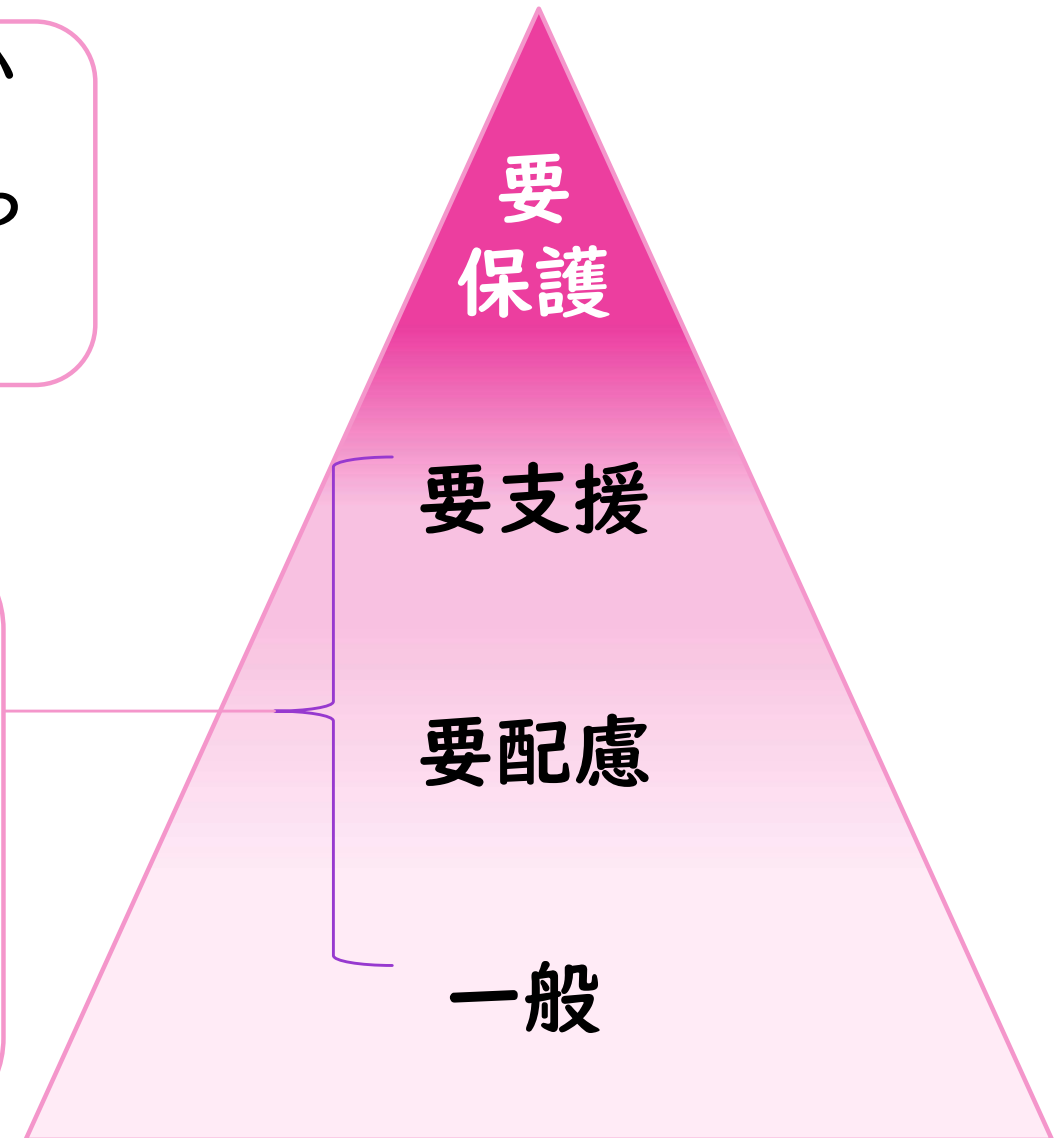
経済的安定

予防的支援

ヤングケアラーの問題は表面化しづらいために、**問題が深刻化、複雑化してから支援につながる**ことになりやすい



子どもがケアをしはじめた、問題が深刻でなく支援の必要度の小さな**時期や、ケアをする予定となった時期から関わり、問題や困難が深刻化、複雑化するのを予防する**

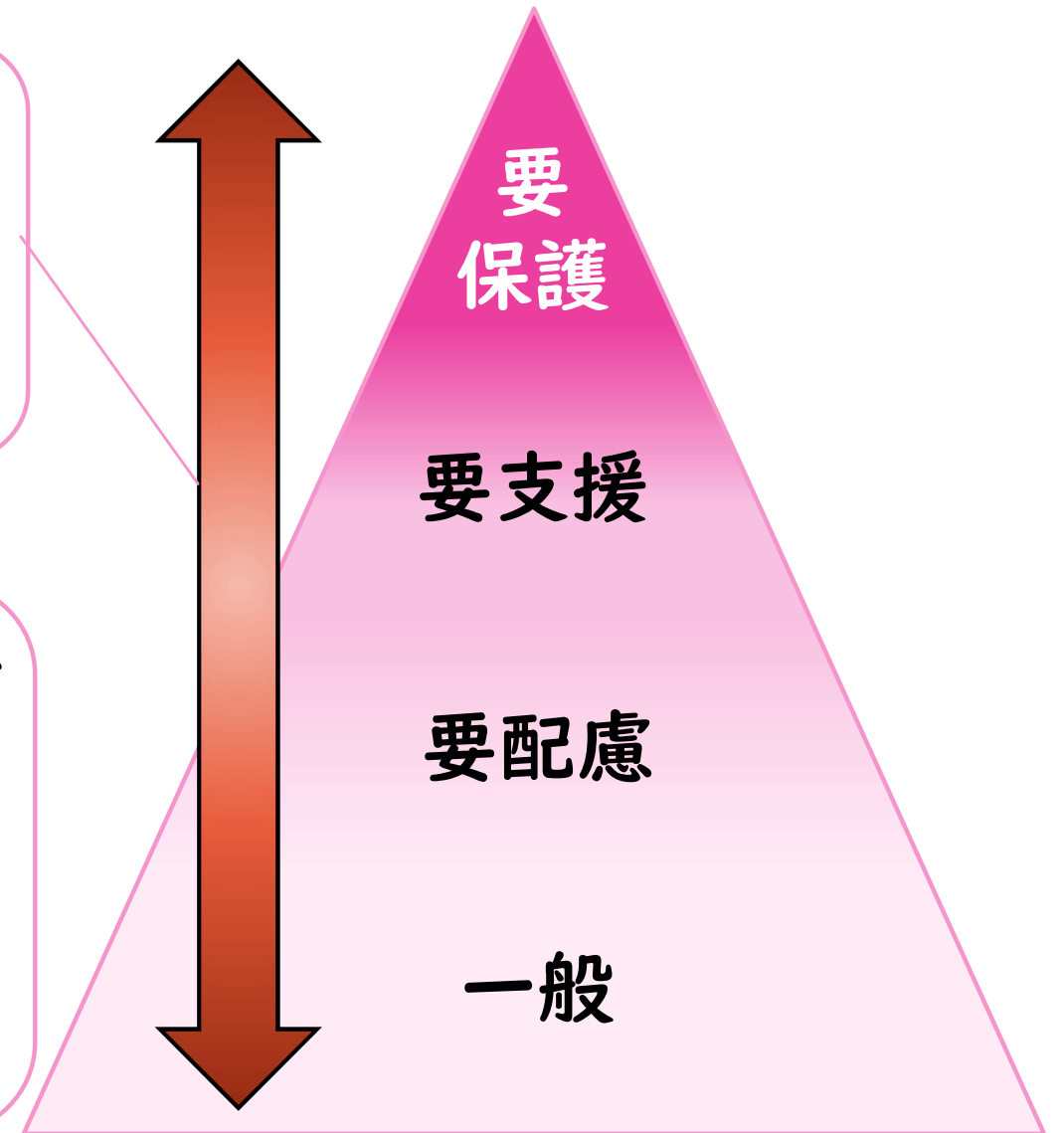


伴奏的支援

家族の病状や障害の状態や家族状況、
子どものライフステージ等に応じて、
ヤングケアラーの担うケアの負担の大きさは一定ではなく、変動する



ヤングケアラーや家族と**信頼関係を築きつつ**、
ヤングケアラーと家族を**見守り**、ヤング
ケアラーと家族の状況を**モニターし**、ヤング
ケアラーの問題が大きくなりそうな時には
声をかけていく、伴奏的な支援が大切



多様な視点からのヤングケアラーの発見・把握

アウト
リーチ

地域

家族の介助や
付添をしている
姿を見かける

毎日のように
スーパーで買い
物をしている

教育・保育

遅刻や早退
が多い

保健室で過ごす
ことが多い

幼いきょうだいの
送迎をしている

福祉

学校に行って
いるべき時間に
学校以外で
姿を見かける

家族の介助や
付添をしている
のをよくみかけ
る

医療

家族の付き添い
をしている姿を
見かける

家族の介護・
介助をしている
姿を見かける

第三者が気づける
子どもからのサイン

(三菱リサーチ&コンサルティング2020を参考に森田が作成)

子どもの希望を踏まえた支援

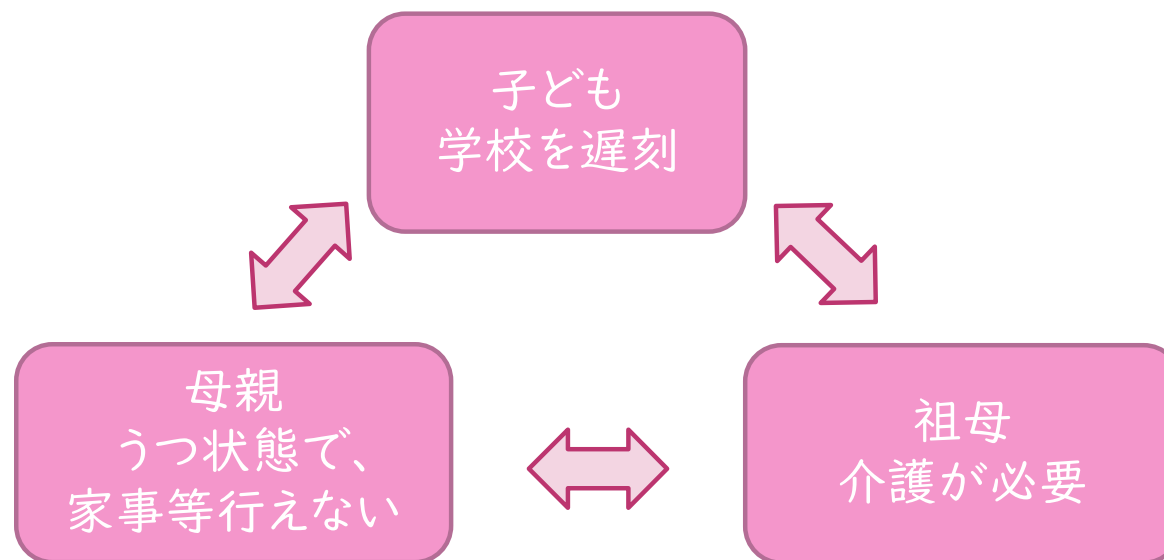
子ども自身と問題やニーズ（必要としていること）を共有し、どうしていくかを一緒に考え、解決していく（被虐待児への対応と異なる）

家族の状況や家族の中での子どもの役割や様子だけでなく、子どもの想いや希望もきちんと把握し、アセスメントの視点に位置付けることが重要

家族全体への支援

- ・ヤングケアラーに係る問題は、家族が抱える様々な課題が関係し合い、**複合化しやすい**という特徴がある

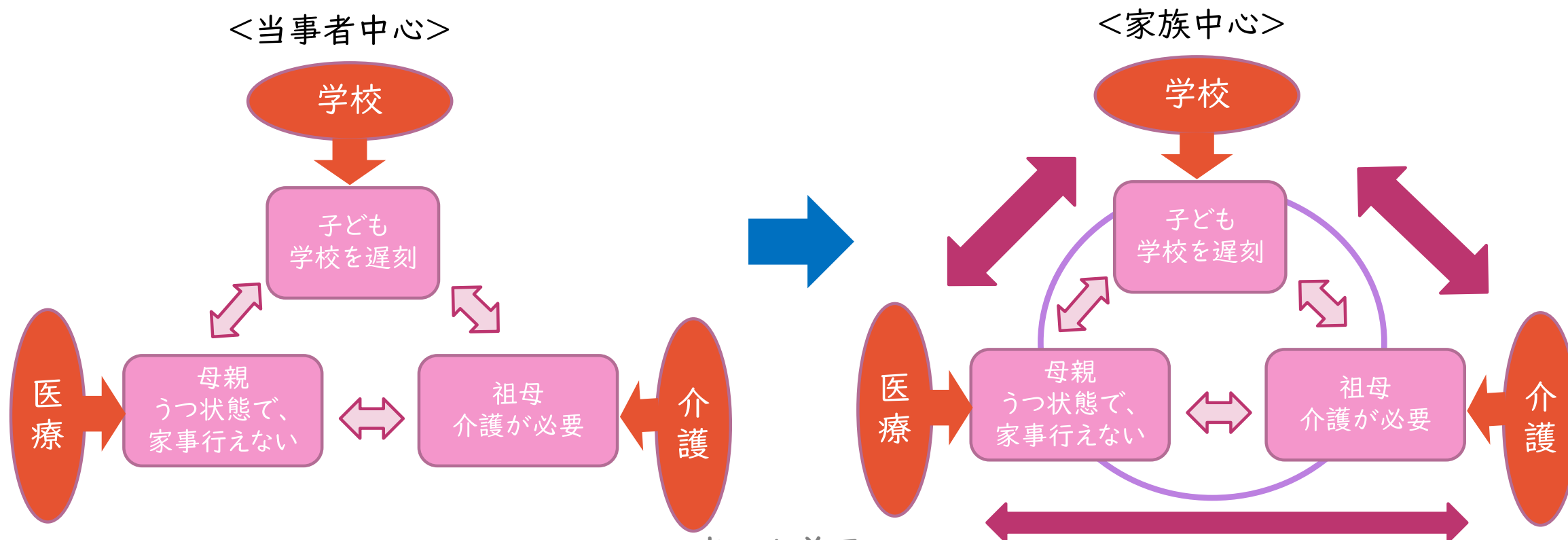
(例)



- ・そのため、**家族の中の充足されていないニーズを充たすこと**に焦点を置き、家族ひとりひとりを支援する視点が大切となる

多機関連携による支援

ヤングケアラーや家族に関わる機関が個別に支援を行う場合
ヤングケアラーが直面する多方面の課題を包括して把握し、
支援するという取組が不足してしまう可能性がある



ヤングケアラーの支援ニーズに対応する サービス・支援策の開拓

レスパイトサービス・・・一時休息、自由な時間

学習サポート

進路相談・将来の相談

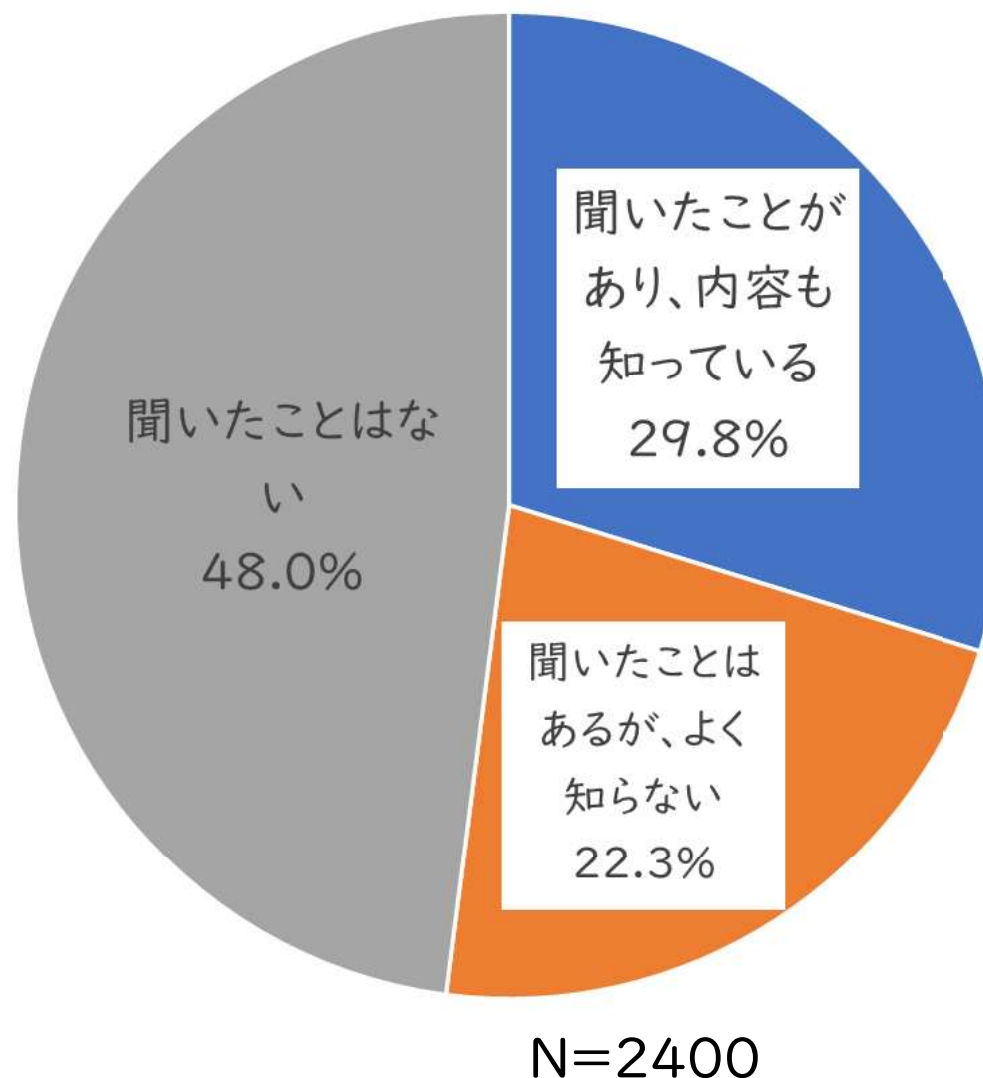
悩み相談、同じ経験をしている仲間（ピアサポート）

介護負担の軽減・・・家事支援、通訳派遣、養育支援

「ヤングケアラー」 の社会的認知度 の向上

「聞いたことがあります、内容も
知っている」29.8%
「聞いたことはあるが、
よく知らない」22.3%、
「聞いたことはない」48.0%

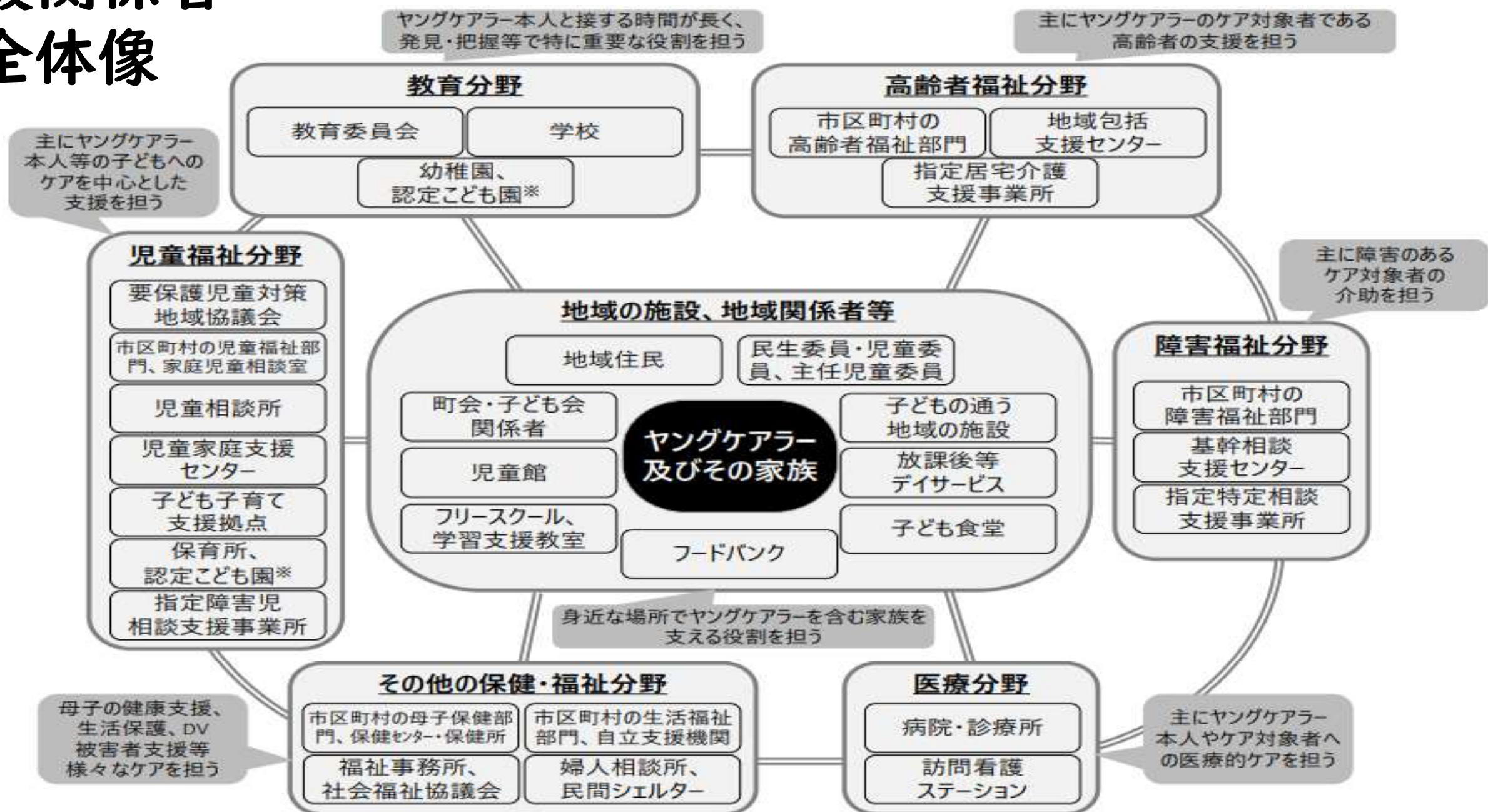
図表 「ヤングケアラー」についての認知度



自立相談支援機関に 求められること

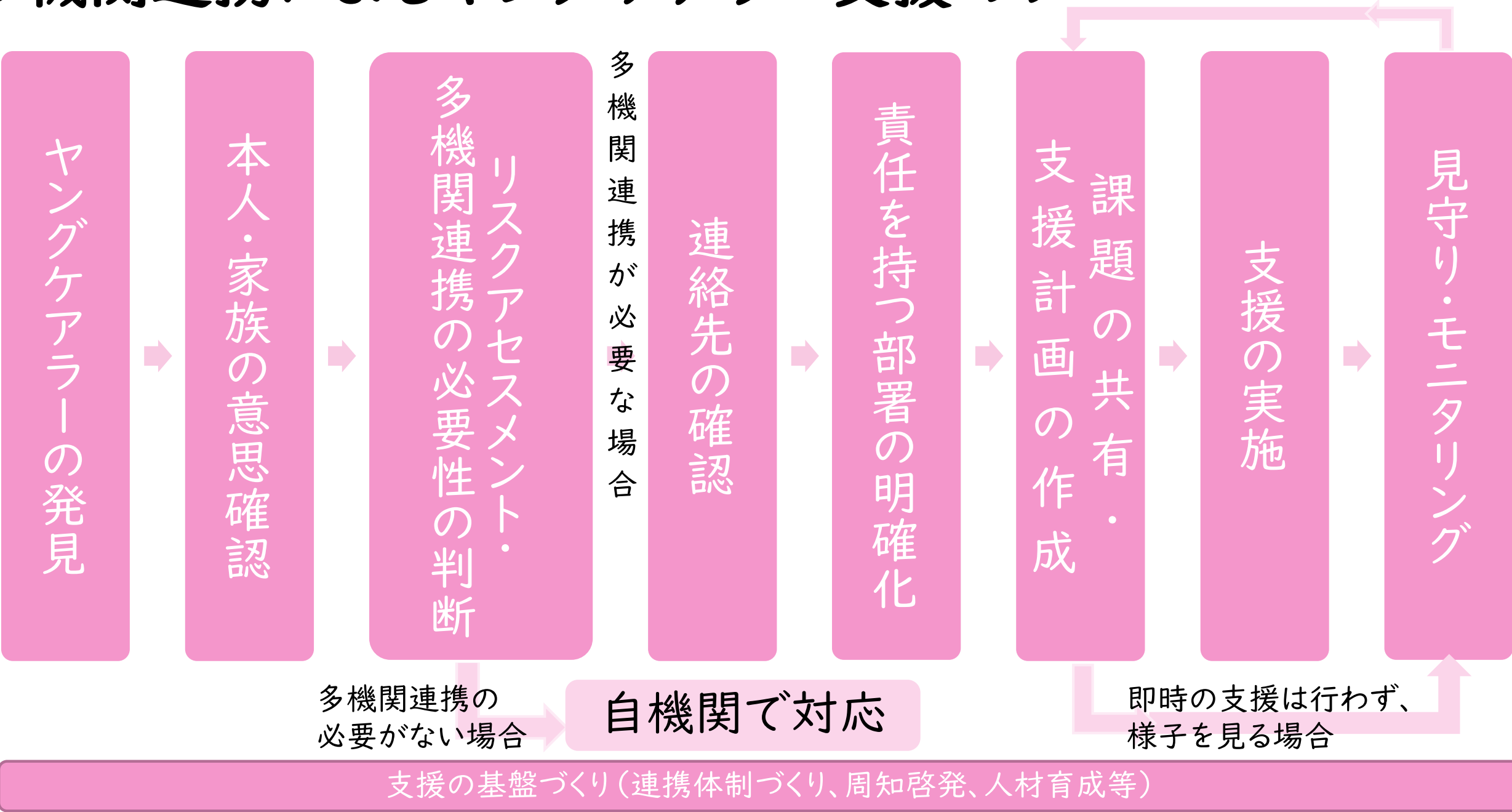
支援関係者の全体像

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

多機関連携によるヤングケアラー支援のフロー



自立相談支援機関に求められること

ヤングケアラーに気づき、本人等の意思を確認する

ヤングケアラーとその家族を支援する

関係機関と連携してヤングケアラーとその家族を支援する

ヤングケアラーとその家族を見守る

ヤングケアラーについての広報・啓発

ヤングケアラーに気づき、本人の意思を確認する

本人や家族に自覚がない状態では、自らサポートを求めることは難しい

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。自分の担う家庭内の役割が他と異なることに気づきにくい

話を聴いてもらえる機会や、話を聴いてもらえるという発想自体を持ち合わせていない可能性もある

本人のことを気につけ、心を開くまで寄り添い、タイミングをみて話を聴く等して本人を支える

(トーマツ2022)

ヤングケアラーに気づく

いかにしてヤングケアラーの存在に気づき、必要な支援につなげていけるかが問われている

ヤングケアラーの存在に気づくためにまず必要なことは、様々な機関・部署の担当者が、「ヤングケアラーがいるかもしれない」ということを常に意識して日々の業務にあたること

ヤングケアラーではないか？と気づくきっかけの例

- ・家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある（担当職員による対応時等）
- ・家庭訪問時や来所相談時に常に傍にいる

（トーマツ2022）

初期相談における家族に関する質問①

以下の質問によって、相談者の家族の中に世話を要する人がいるか、その人の生活を支えている人は誰かを特定する

- ・あなたの家にはあなたの他に誰がいますか？
- ・誰があなたが必要とするサポートをしてれていますか？
- ・その人の他に、あなたが生活する上で重要な人は誰ですか？
- ・あなたがサポートや世話をしている人はいますか？
- ・家族の中に子供がいますか？
- ・子育ての役割についてサポートが必要な養育者がいますか？

初期相談における家族に関する質問②

相談者がケアを要する状態にあり、子どもを持つ場合に、以下の事項について尋ね、ケア役割の分担状況や子どもの担うケア状況を把握する

- ・その人が担っている(いた)家庭内のケア役割は何か
- ・その人は、病気等のある中、そのケア役割をどのくらい行えているか
- ・その人の行えていないケア役割を誰が補っているか
- ・子どもが補っている場合、その子どもはどのようなケア状況(ケアの内容や量等)にあるか
- ・その子どもはケアをすることにより、どのような影響を受けているか

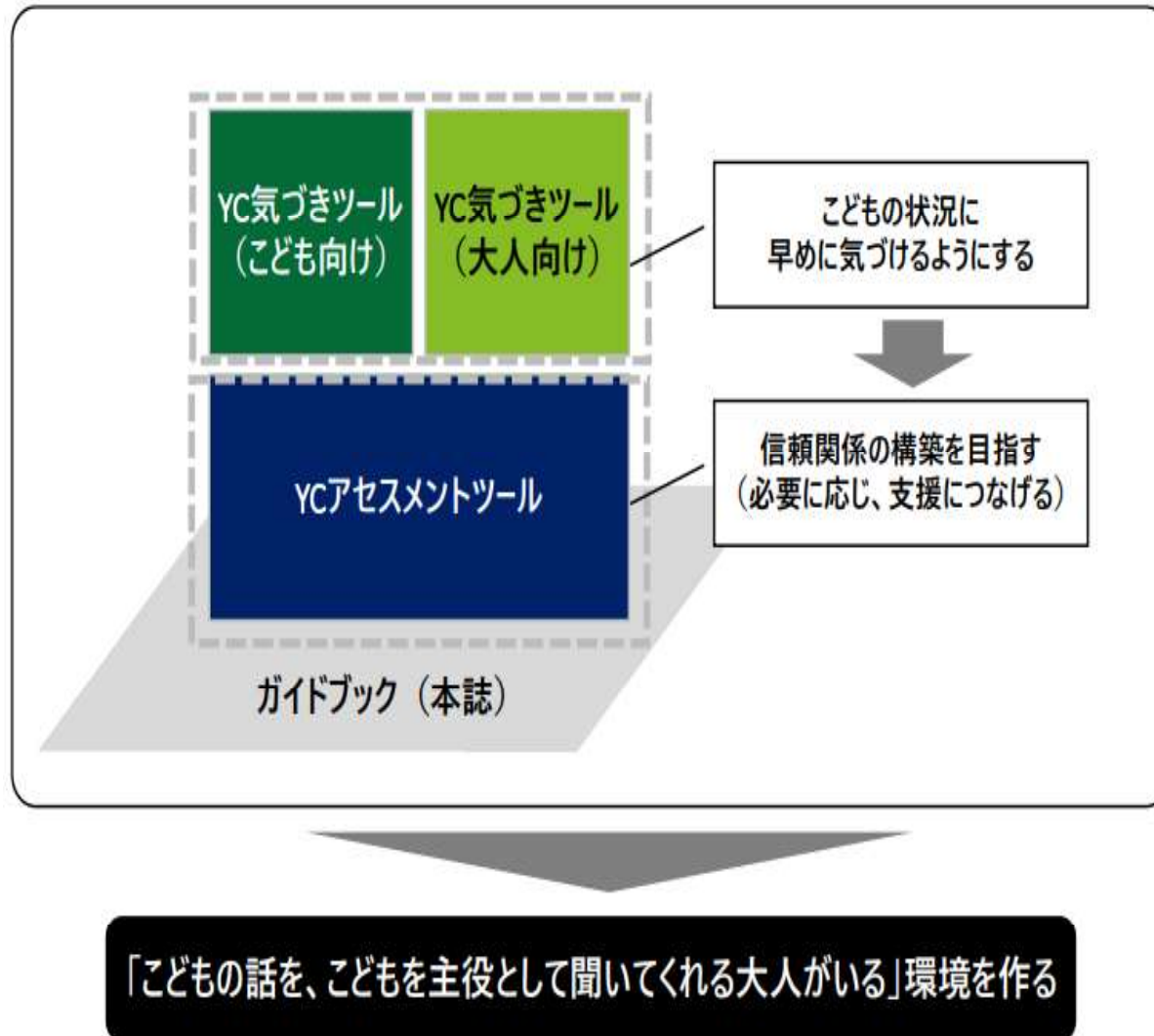
本人や家族の意思を確認する

本人や家族が、現在の状況をどのように捉えているか、支援が必要であると考えているか、といった**意思**や**希望**を確認する

本人や家族の意思を確認することは、本人たちが意図しないところで勝手に支援が進められてしまうといった行き違いを防ぐことになる

それぞれの想いやプライドを尊重する姿勢は極めて重要

ヤングケアラーの発見に向けたツールの活用



YC
気づきツール
(こども向け)

こどもとの接点がある
大人の方がこどもと
ともに活用するもの
(学校など)

YC
気づきツール
(大人向け)

こどもの様子を見聞き
できる立場の大人の
方が活用するもの
(YC がケアをする家
族への支援をする立
場など)

(トーマツ2023)

ヤングケアラー気づきツール（子ども向け）の質問例

項番	ヤングケアラー気づきツール（こども向け）質問項目
1	あなたは、（大人の代わりに、）家族（病気や障がいのある家族、高齢の家族、幼いきょうだいなど）のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを日常的にしていますか？
①	（更問）家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事のために、自分のこと（遊びや勉強、部活など）が後回しになることがありますか？
2	なにか困っていること、心配や不安になったりすることはありますか？（家族のこと、友達関係のこと、勉強のこと、学校のこと（遅刻、早退、欠席など）、将来のこと、生活のこと（食事や睡眠）、お金のこと、何でも）
3	自分のための時間（遊ぶ、勉強する、部活動に参加するなど）がない、または、少ないと感じたりすることはありますか？
4	体調が悪くなったり、疲れてしまったり、こころが苦しくなることはありますか？
①	（更問）食べられなくなったり、眠れないことはありますか？
②	（更問）逃げ出したい、消えてしまいたいと思うことはありますか？
5	あなたの周りに、あなたの気持ちを理解してくれる人や相談できる人はいますか？

（トーマツ2023）

ヤングケアラー気づきツール（子ども向け）の質問例

5		あなたの周りに、あなたの気持ちを理解してくれる人や相談できる人はいますか？
	①	（更問）その人に相談したことはありますか？
6		家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを一緒にやったり、手伝ってくれる人は周りにいますか？
	①	（更問）（もし、代わりにやってくれる人がいるのであれば）家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを誰かに手伝ってもらいたいですか？
7		（また別の機会に、）あなたのことや家族のこと、家族のお世話などをしてどのように感じているかなどについて、もう少し話をきかせてもらえませんか？何か私たちにできることはないか、一緒に考える時間をもらいたいと思っています。

本人に声をかける際の留意点

ヤングケアラーの複雑な思い

「ヤングケアラーとひとくくりで言われたくない」

「特別視されたくない」「かわいそうと思われたくない」

「さりげなく見守り、気づいてほしい」

「困ったときに相談できる大人がそばにいてくれたら・・・」

「家族を悪く言わないでほしい」

本人の意思を確認する際の留意点

家庭のことを知られたくないと思っていることも多い

話したことが家族に伝わることを心配している場合もある

ヤングケアラーが個別に話すことができる環境をつくる

本人の意思を確認することなく、本人からの相談内容を家族に伝えることは原則的にしない

0. 子ども本人の基本情報

性別 ☐ 男 ☐ 女 ☐ その他 ()
年齢 () 歳

要対協登録 種別

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出している	
<input type="checkbox"/> 将来に対する不安や悩みを口に出している	
<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（季節に合わない服を着ている）	
<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こることが多い	
<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く
<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子どもが行っている家族等へのサポートの内容	
<input type="checkbox"/> 特にしていない	
<input type="checkbox"/> 身体的な介護	<input type="checkbox"/> 生活費の援助
<input type="checkbox"/> 情緒的な支援※	<input type="checkbox"/> 通院や外出時の同行
<input type="checkbox"/> きょうだいの世話	<input type="checkbox"/> 金銭管理や事務手続き
<input type="checkbox"/> 家事	<input type="checkbox"/> 服薬管理・投与
<input type="checkbox"/> 通訳（日本語・手話）	<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	

※ 情緒的な支援とは 精神疾患や依存症などの家族の感情的なサポートの他、自殺企図などの話を聞かされるなど、子どもにとって過大に負担になることなどを含みます

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）	

ヤングケアラーとその家族を支援する

自立相談支援機関は、生活困窮者の経済的自立が維持できるように相談支援を行う。生活保護等の経済的支援の検討や子供の学習支援も行う

ヤングケアラーの状況はさまざまですが、生活困窮家庭の場合、家事支援、子供の学習支援や食事支援等が求められていることも多くある

関係機関と連携して ヤングケアラーと家族を支援する

既存の仕組みを最大限活用し、ケースに応じ様々な支援機関と連携して支援をしていくことを考えましょう

生活福祉分野は、生活困窮家庭におけるヤングケアラーへの気づきや、関係機関へのつなぎ、支援において大きな役割を果たすことができる。家庭訪問等による本人や家族との対話や、困りごと・ニーズ等の把握や寄り添い・支援等が期待される

連携して行う支援が必要となる場合

ヤングケアラーのおかれている状況が、経済的困窮や要介護（介護が必要な状態）、精神疾患など、様々な課題が複合的に絡みあっている場合には、関係各所が連携して、組織横断的に支援に取り組む

自機関・部署で解決できるか否かの判断に迷う場合は、そのままにせず、状況が深刻化する前の段階で、関係機関に対して連携して支援を行う必要性や可能性について相談する

ヤングケアラーの負担軽減につながるサービスの例

本人の息抜き
が必要な場合

居場所の提供（子ども食堂、民間の子育て支援拠点、若者交流拠点等）

ケア対象者のレスパイト入院

子どものレスパイトを目的とした一時的な保護対応

子育て短期支援事業（ショートステイ、トワイライトステイ）（本人利用等）

経験を共感で
きる相手を求
めている場合

ヤングケアラー同士のピア・サポート

家族会（障害等により様々に存在）

オンラインサロン

心身のケアが
必要な場合

カウンセリング

養護教諭、学校医による相談対応

医療サービス

（トーマツ2022）

ピアサポートと居場所づくり

ヤングケアラー全般	ケア対象者との関係性や 病気や障害に特化したグループ
<ul style="list-style-type: none">・ヤングルコミュニティ・ほっと一息タイム・けあバナ（東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業）・ヤングケアラーあっぷあっぷチャンネル （東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業）等	<ul style="list-style-type: none">・精神疾患の親・・・こどもぴあ、 精神疾患の親と子どもの会・若年認知症の親・・・まりねっこ・聴覚障害の親・・・J-CODA・障害者のきょうだい ・・・全国きょうだい会 等



ピアサポートや民間団体の
インフォーマルサポートの力も借り
ながら地域で支援していく工夫も
大切。資源を開拓する視点も必要。

ヤングケアラーとその家族を見守る

家族に対しても、家庭の味方であること、寄り添う存在であることを認識してもらいましょう

見守りも重要な支援。必要に応じて地域の支援団体や子供食堂等とも連携し、本人や家庭の状況に応じ、必要な支援を考える

ヤングケアラーとその家族を見守る

ヤングケアラー本人及び家庭の現在の状況を把握し、支援ニーズの変化を感じ取る

以下の変化があった際は、必要な支援が変わる可能性が高い。
支援内容の見直しを行う

- ・本人の成長・ライフステージ（進学等）
- ・ケアを受けている家族の状況の変化（入退院・施設入所等）
- ・それ以外の家族の状況の変化（出産、離婚等家族構成の変化等）

広報・啓発に使える道具

広報誌、SNSなどのメディアを活用して伝える

こども家庭庁：ヤングケアラーチラシ



©こども家庭庁

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

埼玉県ヤングケアラーハンドブック
小学生編、中学生編、高校生編
ヤングケアラーの日常や声、相談先など



<https://www.youtube.com/channel/UCS2GWOLKM4gchisvd4B0CUA>



©埼玉県

ヤングケアラーの 支援事例

地域包括支援センター等と連携して支援した事例

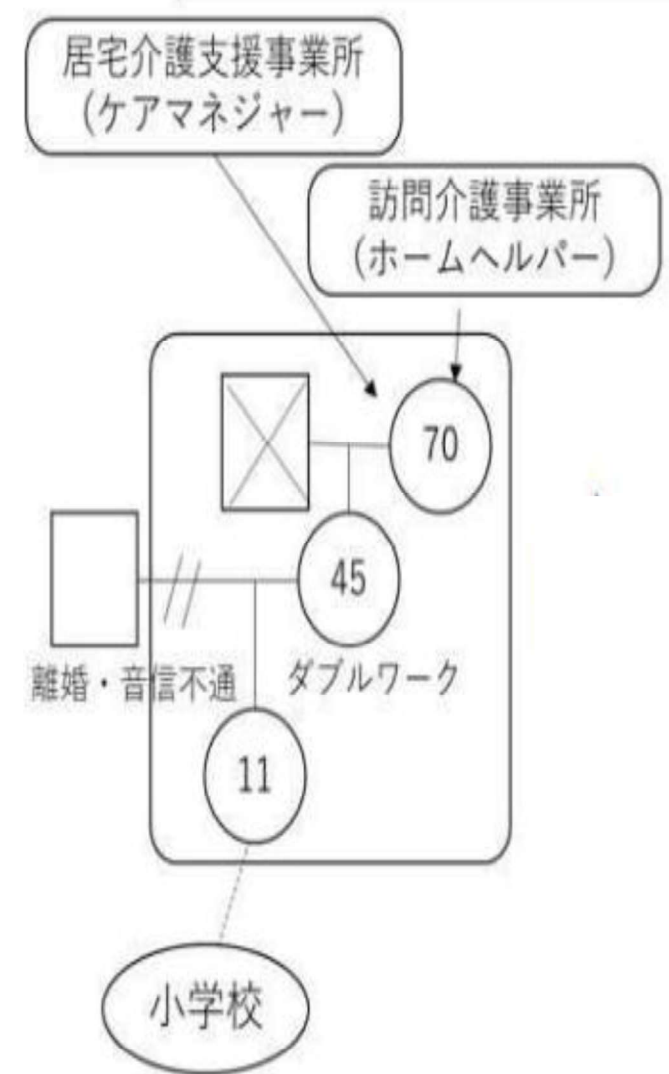
【家庭状況】

・祖母（初期の認知症）、母（40代、就労）、A子（小学6年生）の3人家族。母は、ダブルワークで一日中働いている。父は離婚後、音信不通。祖母の認知症状が徐々に進行。週1回の訪問介護を利用するが、A子は、祖母の話相手と家事の疲れから、精神的に不安定になり、学校を休みがちになっていた。

【気づく・つなぐ】ホームヘルパー→地域包括支援センター

- ・祖母の介護を担うホームヘルパーは、訪問の際、**学校のある時間帯にA子が家にいることを何度か見かけた**。その度に、**A子に話しかけた**ところ、実は祖母の話相手と家事が大変で、朝起きられず学校に行けないことを聞いた。母はA子に家のことを任せ、A子はその期待に応えようと頑張っていた。
- ・ホームヘルパーは、この家庭の支援に関して、**地域包括支援センターに相談**をした。相談をきいたケアマネは、母親やAさんと面談し、**生活困窮者自立支援機関等の多機関からの支援の必要を確認し、同意を得た**。

「支援前」



（埼玉県2022より森田が作成）

地域包括支援センター等と連携して支援した事例

【支援会議の実施】調整役：地域包括支援センター

・ケア負担の軽減

(祖母のケアプランの見直し:地域包括支援センター
/食事づくりの負担軽減:子ども食堂)

・生活費、今後の進学費用の相談

(家計相談:市社会福祉課/フードパントリーや教育
支援金等についての利用支援:市社協)

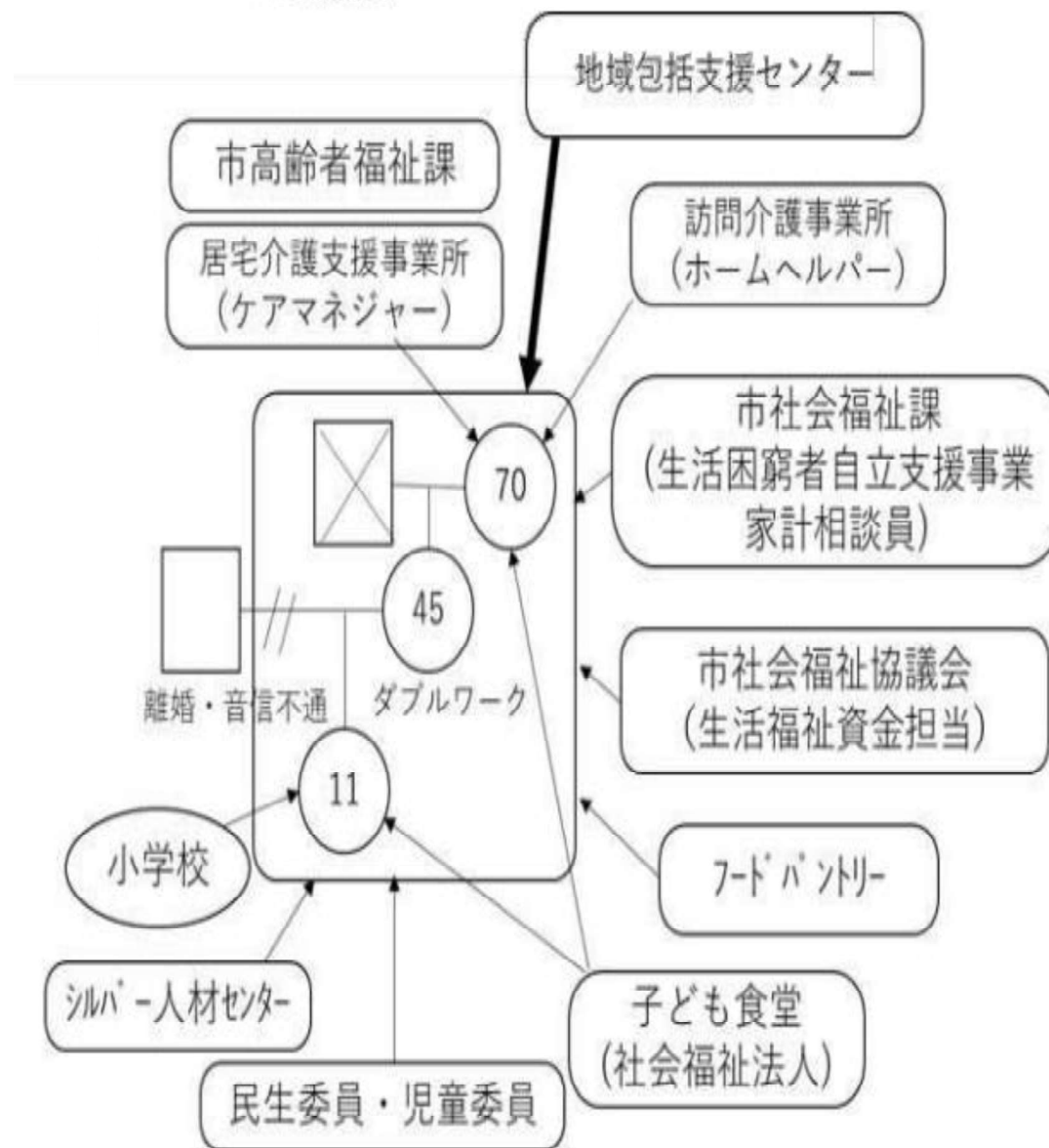
・孤立防止、日常的な相談機会

(相談環境づくり：学校、見守り：民生委員等)

【支援・見守り】

- ・サービスの利用により、Aさん自身の使う時間が
増え、Aさんは休まずに学校に通えるようになる
- ・子ども食堂では、宿題等を教えてもらう
- ・定期的に関わりのあるホームヘルパー、民生委員・
児童委員等は見守りを行い、異変があれば、地域
包括支援センターに相談する

＜支援後＞



(埼玉県2022より森田が作成)

ヤングケアラーについての認識に働きかけた事例

【家庭状況】

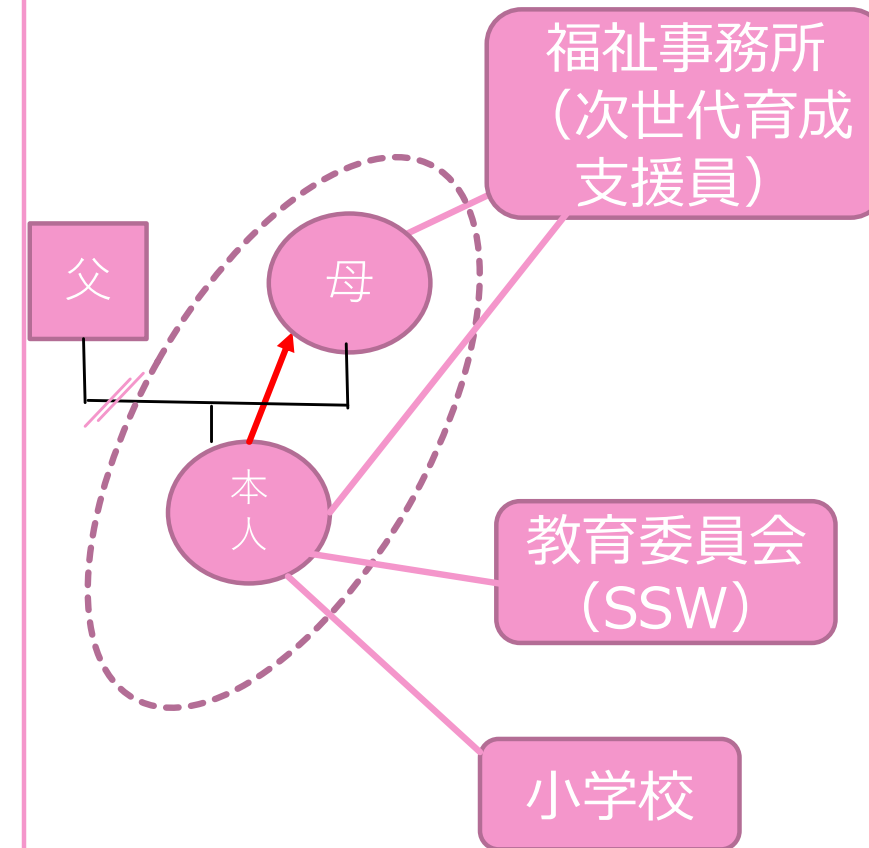
- ・母、B子(小学校高学年女子)の母子家庭。生活保護受給中。
- ・B子は、日本語を母語としない母のために、通訳(日本語)、感情面のサポート(愚痴を聞く、話を聞く等)をしている

【気づきの経緯】

- ・次世代育成支援員が、SSWと連携して、B子の日本語教育を本人に申し入れたことを機に、B子と関係性が深まり、B子が 母と学校の教員との間で通訳をしていることが判明
- ・母も本人も、B子が通訳することを「あたりまえ」としか認識していなかったため、B子と「ケアの内容と量を測定するアセスメント」と「ケアの影響を測定するアセスメント」を実施。その結果、本人が担っているケアの内容が具体化し、「その子の感情を探り、医療や福祉サービスと連携する必要がある」との判定が出る

「ヤングケアラー気づきツール」でもよい

プライバシー保護のため、内容理解に支障のない範囲で改変しています



(東京都2023を参考に森田が作成)

ヤングケアラーについての認識に働きかけた事例

【つなぐ・支える】

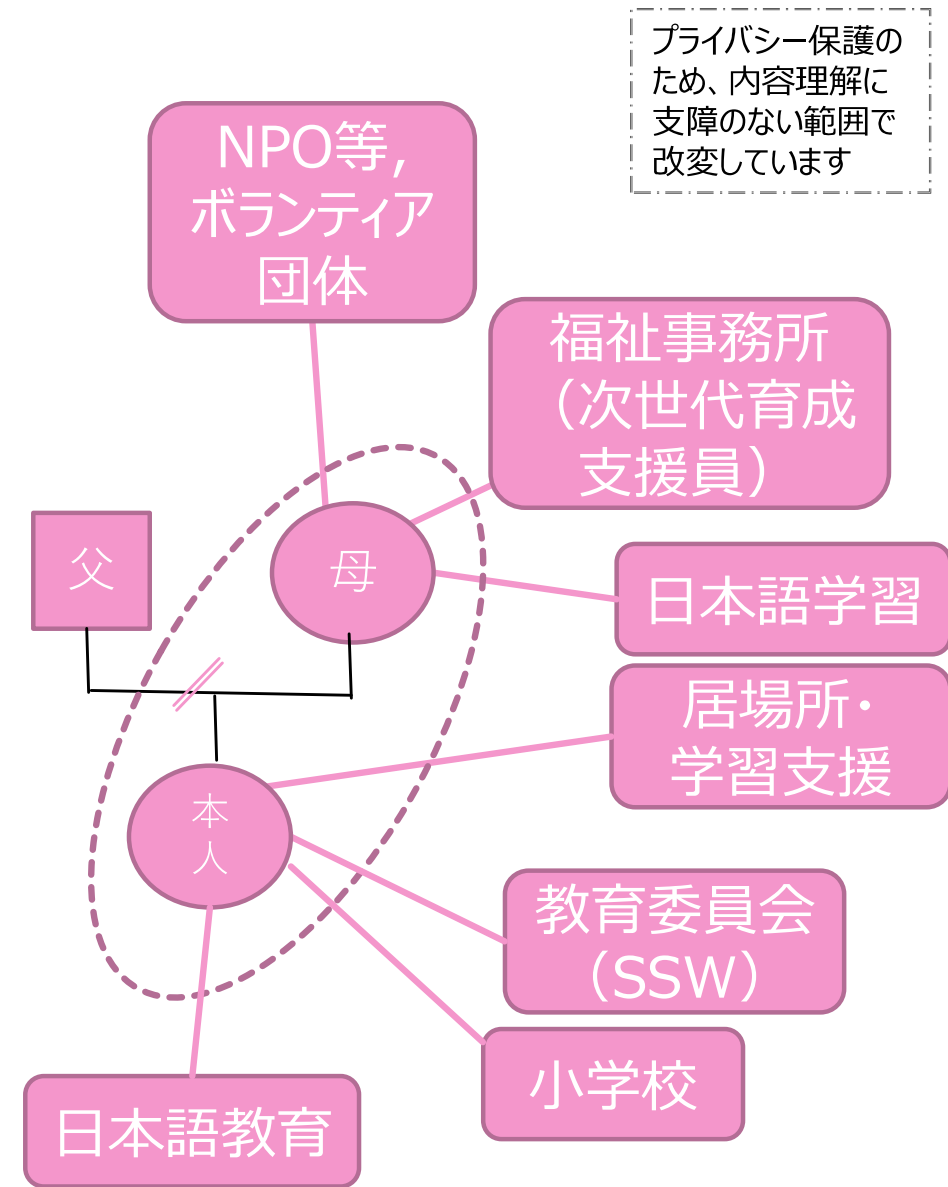
- ・本人の意識づけ、母親への心理教育を開始
- ・本人と居場所や学習支援の利用を一緒に計画
- ・母親に子どもが通訳をする意味や子どもが巣立った後に地域で孤立する可能性を理解してもらう
- ・母親は、日本語学習を開始し、事務手続きが必要な時は支援者に依頼するようになる

【見守る】

- ・本人は将来に向けた取り組みに励んでいる。
- ・学校とSSW:本人の見守りと進路に向けての相談
- ・次世代育成支援員:母親のフォロー

【課題】

- ・義務教育終了後、子供支援の社会資源が減る。ライフステージの環境変化に即した持続的支援ネットワーク



(東京都2023を参考に森田が作成)

ヤングケアラーは、ケアラーである前に、
成長発達の途上にある子どもである

ケアをしていることを否定しない

参照文献

- David Housell(2013) Hidden from View : The Experiences of Young Carers in England. The Children's Society.
- 厚生労働省(2023)「第107回社会保障審議会介護保険部会の資料1-2基本指針(案)について(新旧案)」
- 厚生労働省(2022)『2021年国民生活基礎調査の概況』
- 厚生労働省・文部科学省(2021)『ヤングケアラーの支援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携プロジェクトチーム報告』
- 子ども家庭庁(2023)「ヤングケアラー関連予算(令和5年度)」
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(2020)『ヤングケアラーへの早期対応に関する研究報告書(令和元年度子ども・子育て支援推進調査研究事業)』
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(2021)『ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書(令和2年度子ども・子育て支援推進調査研究事業)』
- 日本総研(2022)『ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書(令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業)』
- 労働政策研究・研修機構(2023)「図12 専業主婦世帯と共働き世帯 1980年～2022年」
- 総務省(2022)「令和3年社会生活基本調査―生活時間に関する結果―結果の概要」
- 東京都(2023)「ヤングケアラー支援マニュアル」,「東京都ヤングケアラー支援マニュアル_概要版_保健医療関係機関編」
- トーマツ(2022)『多機関連携によるヤングケアラーへの支援の在り方に関する調査研究報告(令和3年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業)』
- トーマツ(2023)『ヤングケアラーの支援に係るアセスメントシートの在り方に関する調査研究報告書』