

静岡市からのメッセージ

あなたの身近で「ヤングケアラーかもしれない」という人に
気づいたら「静岡市子ども若者相談センター」（ヤングケア
ラー支援窓口）へご連絡ください。

静岡市子ども若者相談センター

054-221-1314

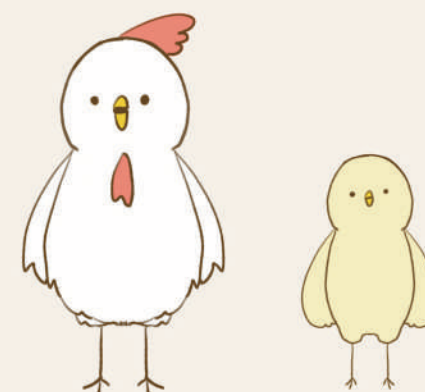
担 当： ヤングケアラー支援窓口

受付時間： 月曜～金曜（土日祝休み）
8:30～17:15

お急ぎの場合は
「24時間いじめ電話相談」へ
TEL: 054-254-6811

ヤングケアラー

いま私たちにできることから



地域で子どもを見守るためのハンドブック

川原地区社会福祉協議会

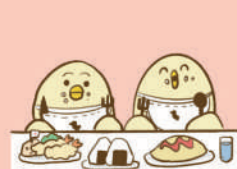
ヤングケアラーとは

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
行っている子どものことです。

子どもの権利とは

子どもの権利条約（児童の権利に関する条約）は、世界中すべての子どもたちがもつ権利を定めた条約です。国連総会において採択されたこの条約は、世界で最も広く受け入れられている人権条約です。日本は 1994 年に批准しています。

子どもの権利は、大きく分けて



生きる権利



育つ権利



守られる権利



参加する権利

の4つが定められています。これらの権利を侵害されている子どもについては、その権利を守るために必要な支援を行い、子どもの権利回復・権利擁護に努めなければならないとされています。

地域で子どもを見守るために

あなたの身近でヤングケアラーと思われる子はいませんか。
静岡県には少なくとも約5%のヤングケアラーがいると思われます。

その中では、支援を必要としているのに
支援機関につなげず、生活に支障が出ている子どもたちもいます。

子どもの権利は守られなければなりません。

子どもを守るために、私たちに何ができるのか。

本冊子は、子どものどんな様子を見かけたら
ヤングケアラーの可能性があるのか
気になった時には、どこに連絡をすればいいのか
そうした疑問に答えるかたちで作成しました。

地域で子どもたちを見守る皆さまの道しるべになれば幸いです。

ぜひ最後までご一読ください。

目次

- 02. ヤングケアラー今昔物語
- 04. ヤングケアラーってどこにいるの？
- 06. ヤングケアラーかも？
- 08. こんなサインは見えませんか？
- 10. ヤングケアラー支援の流れ
- 12. ヤングケアラーを見守るときに大切な3つのこと

ヤングケアラー今昔物語



なんかなあ、最近「ヤングケアラー」と言う言葉をよく聞くが、こんなの昔は当たり前のことだったかなあ！



幼い弟、妹の世話はもちろんおつかいにいたり、勉強をみたりなんてのは毎日のことだったし

わしも昔は「画家になりたい」と思って勉強したかったが、苦労してるおふくろにこれ以上世話はかけられないし、我慢したりあきらめたことは色々あった・・・



昔は、昔なりの子どもの見守り方がありました。今と昔、どちらが良いということではなく時代に合わせたやり方を模索することが大切です。

一昔前は、物質的には豊かではなかった反面、家族の人数も多く、近所付き合いもあり、人のつながりが強い時代でした。

今は、モノがあふれ豊かになりましたが、世帯人数の減少、近所付き合いの希薄化が進んでおり、近所の子どもを含め、周りの様子を気にかける機会が減ってしまっているようです。



でも、人生ってそういうもんだろ？



確かに大変だったこともあったわね。でも、だからこそ、今大変な想いをしている子どもの気持ちができるかな、なかしてあげられたらと思うわね。

私は、みんなでそういう子どもたちを見守ってあげるの大切だと思うわ。できるなら、なにかしてあげられたらと思うわね。

でも私たちの周りにいるのかしらね？

ヤングケアラーってどこにいるの？

データで見るヤングケアラー

出典：株式会社日本総合研究所
「ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書」（令和4年3月）

どのくらいいるの？

クラス※に1～2人います

小学生



6.5%

中学生



5.7%

高校生



4.2%

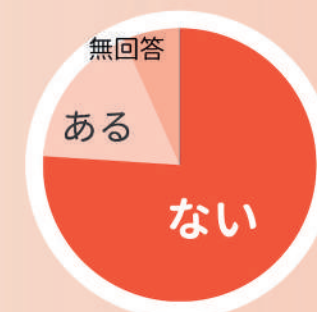
※ 小学生35人学級、中高生40人学級を基準とする

ヤングケアラーとは

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のことです。

だれかに相談できているの？

だれにも相談できていません



相談したことがない 76.1 %
相談したことがある 17.3 %
無回答 6.7 %

だれの世話をしているの？

幼いきょうだいの世話をしています

祖父母



15.5 %

父親



13.2 %

母親



19.8 %

(若い)
きょうだい

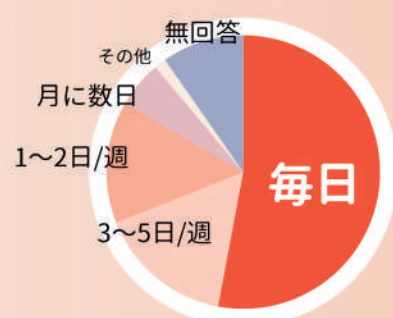


71.0%

(複数回答)

どのくらい世話をしているの？

毎日やっている子が多いです



毎日 52.9 %
3～5日/週 16.0 %
1～2日/週 14.4 %
月に数回 5.5 %
その他 1.4 %
無回答 9.7 %

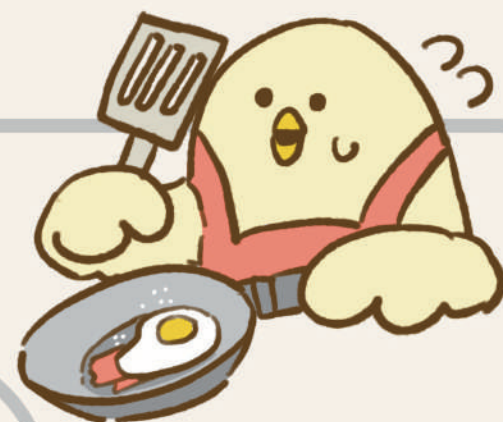
当事者の思い（自由記述 抜粋まとめ）

- ・相談しようと思っても勇気が出ない。
- ・このことを友達や先生に話すのは正直言いにくい。
- ・頑張って世話をしていることを認めてほしい、ほめてほしい。
- ・しんけんに話をきいてもらいたい。気持ちを理解してほしい。
- ・話したことを信じてほしい。

当事者が周りの大人にしてほしいこと（自由記述 抜粋まとめ）

- ・ひとりで休める場所、休める時間、自由に使える時間がほしい。
- ・勉強を教えてほしい。
- ・相談できる場所がほしい。
- ・優しく接してほしい。見守ってほしい。
- ・自分がしている世話を手伝ってもらいたい。

ヤングケアラーかも？



病気や障がいのある家族のために
買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



幼いきょうだいの世話や
病気や障がいのあるきょうだいの
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



心が不安定な家族の話を聞いたり
世話をするなどの対応をしている



日本語が話せない家族や
障がいのある家族のために通訳をしている



病気や障がいのある家族の
身の回りの世話や看病、介助をしている

**あなたの周りに
こんな子どもはいませんか？**

こんなサインは見えますか？

ヤングケアラーは、家族のお世話や家事を担っているんだね。大変そう…



周りから見るとそう思うよね。でも、本人たちはそれが当たり前だと思っていて、自分がヤングケアラーだと気づいていないことが多いんだ。

だから、周りの人が気づいてあげる必要があるんだね。

そうだね。では、具体的にどのような子がヤングケアラーなのか、気づくきっかけになるサインを見ていこう！



地域で気にしたいサイン

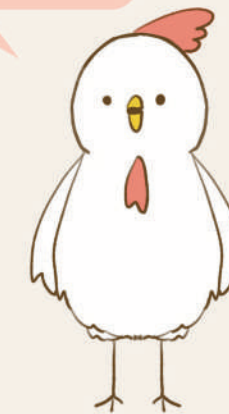
- 学校に行っているべき時間に、学校以外で見かけることがある。
- 毎日のように、炊事、洗濯をしている。
- 幼いきょうだいの送迎をしている姿をよく見かける。
- 身なりが整っていないことが多い。（季節に合わない服装など）
- 家族の付き添いをしている姿をよく見かける。（高齢者、障がい者の介助・介護、また外国籍の親の通訳など）

学校で気にしたいサイン

- 本人の健康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。
- 学力が低下している。
- 宿題や持ち物の忘れ物が多い。
- 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。
- 保護者が授業参観や面談に来ない。

ヤングケアラーが行っているケアは、お手伝いではありません。家族の生命や生活に直結する責任の重いものだと言われています。

保護者に面倒を見てもらえる環境ではない子、家事や家族のケアに時間を取られてしまい、自分のことができなくなる子も多いです。

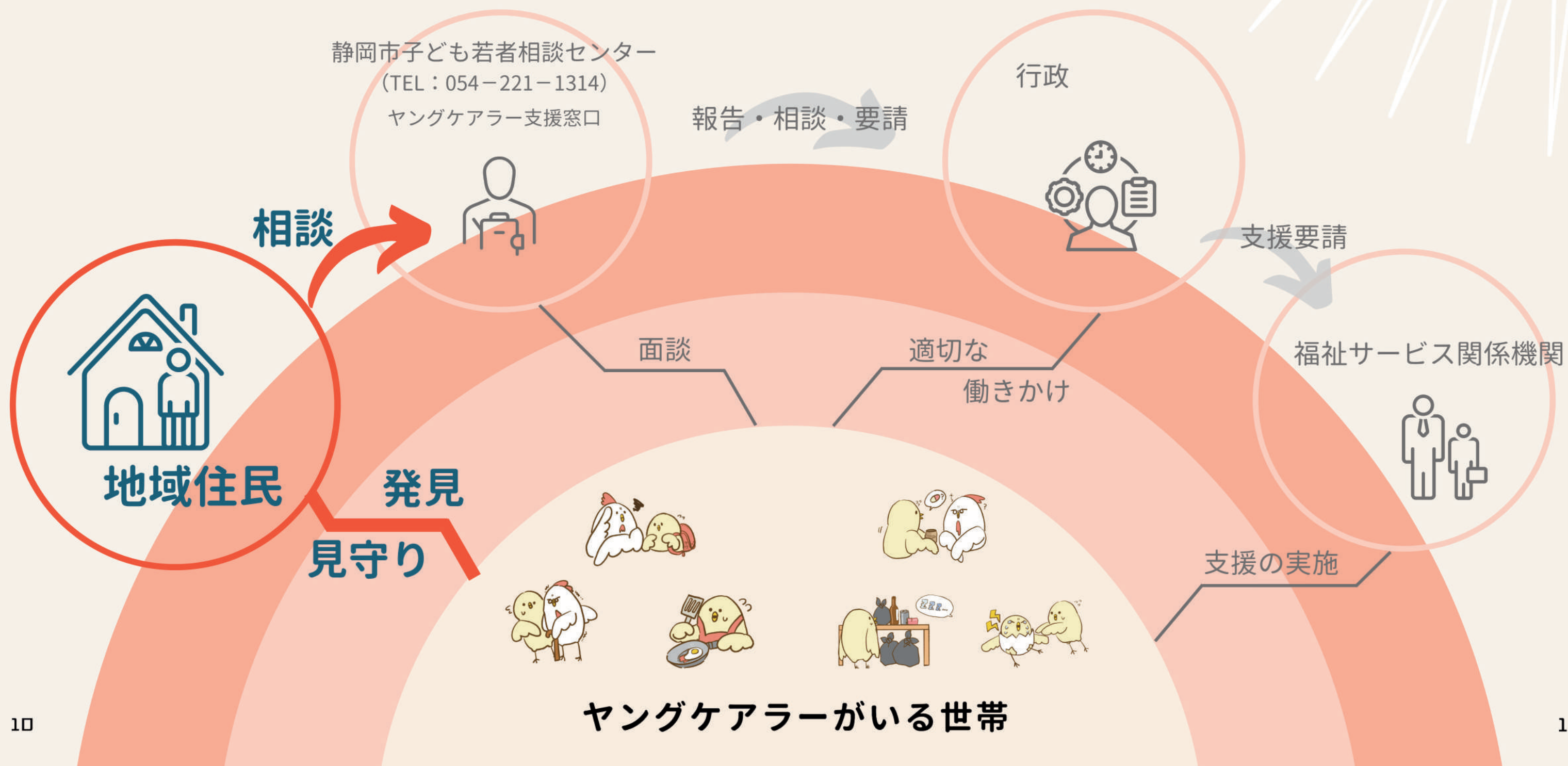


地域の子どもたちが安心して健やかに育っていくためには地域の皆さまの「気づき」と「見守り」が大切です。

気になるサインを見つけたら・・・
次のページから、相談先、支援の流れ、見守るときに大切なことについて説明します。

ヤングケアラー支援の流れ

私たち地域住民が相談・連絡するところは「静岡市子ども若者相談センター」です。
必要な支援が行われるように、ヤングケアラー支援窓口が関係機関との連絡調整を行います。相談した人のプライバシーは保護されます。



ヤングケアラーを見守るときに 大切な3つのこと

1. 「あなたはヤングケアラーよ」と決めつけない

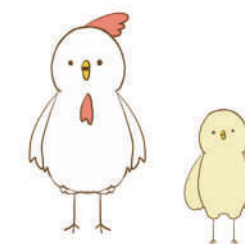
家族の世話をしている当事者は、自分をヤングケアラーだと認識していないことが多いです。その家族も同じです。まずは「大変なことはないか」「困っていることはないか」と話を聞いてあげることからです。その上で、困ったときには相談できる窓口があること、様々な支援を受けられることを知らせましょう。

2. ケアをしていることを否定しない

ケアをすることが当たり前と思っていたり、周囲の期待に応えようとしている当事者もいます。やっていることを否定したり、過度に評価するのではなく、本人の気持ちに寄り添うことが大切です。そして、いつでも助けを求めてよいことや、自分の人生を生きてよいことを伝え、ほかの選択肢もあると示すことで、まわりの声を受け入れられるようになることが望ましいです。

3. プライバシーを守る

本人がヤングケアラーだと認識していても、支援を受けることへの抵抗感や恥じらい、家族の状況を周りに知られたくないという気持ちがあるかもしれません。聞いた話は口外せず、本人や家族のプライバシーを守ることが第一です。



今、私たちにできること。
それは、普段から声をかけあい、子どもたちと顔見知りになること。
となり近所の子どもをみかけたら、まずは「おはよう」「おかえり」と
声をかけてみてください。
そこから心を許せる関係につながっていくかもしれません。

「話を聞いてもらおうかな」「相談しようかな」
子どもがそう思える環境を、一緒に作っていきましょう。

そして、子どもたちの気になるサインを見つけたら、この冊子を参考に
それぞれができることに取り組んでみてください。

参考資料 静岡市「ヤングケアラー支援ガイドライン」令和5年3月
一般社団法人ヤングケアラーサロンネットワーク「ヤングケアラー福読本」令和5年1月
公益財団法人日本財団「日本財団ヤングケアラーと家族を支えるプログラム」
<https://www.nippon-foundation.or.jp/what/projects/youngcarer>（参照：令和5年8月15日）

ヤングケアラー いま私たちにできることから
地域で子どもを見守るためのハンドブック

令和5年10月発行

編集・発行 川原地区社会福祉協議会
〒421-0113 静岡県静岡市駿河区下川原6-1-6
<https://www.kawaharacsw.com>



協力

一般社団法人しずおかビジョン研究所