

つながる世界は ヤングケアラーに優しい世界か？

大阪公立大学

現代システム科学研究科

濱島淑恵

1. ヤングケアラーとは

例えば・・・

介護が必要なおばあちゃんがいる。

認知症のおじいちゃんがいて、常に見守りや話し相手が必要。

お母さんに精神疾患、精神障がいがある。

お父さんがアルコール依存である。

親が慢性的な病気だ。

障がいのあるきょうだいがいる

親が日本語が苦手である。

子どもが・・・

家事（料理、洗濯、掃除など）をする。

年下のきょうだいの世話をする。

介護、見守り等をする。

感情的なサポートをする。

通訳をする (日本語通訳、手話通訳)

(©ヤングケアラー研究チーム／イラスト：FMC イラスト工房多田文彦)

それに加えて・・・
アルバイトをして家計を助けている。

ヤングケアラーの定義

◆日本ケアラー連盟ヤングケアラープロジェクト

「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」

◆こども家庭庁

「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認められる子ども・若者」

※若者ケアラーも支援対象 ※狭めすぎてはいけない。

2. ヤングケアラーの存在割合

◆ヤングケアラーの存在割合 概ね4%～6%程度

※定時制高校 8.5%、通信制高校 11.0%

17人に1人、20人に1人＝クラスに2名くらいいるというイメージ

◆短時間のケアを担うケースが多い

＝それほどしんどくないヤングケアラーが沢山いる

◆中には長時間のケアや内容的に負担が大きいケアを担うことがある

＝早期に把握して、支援する必要がある

3. 抱えやすい問題・悩み

学校生活
勉強

遅刻・欠席、忘れ物が多い。
授業中に寝てしまう。家で勉強するのが難しい。

先生との関係が悪化
してしまう...

友だちの誘いを断り、学校が終わったらすぐ帰る。
話が合わない。深い仲の友人ができない。

友人
関係

心身の
健康

心身の健康が思わしくないと回答する者が多い。
※特にメンタルヘルスの問題 ※介護ロスの問題も

家族のために進学をあきらめる。
就職を諦める、アルバイトや非正規にする。

人生
設計

衛生面、栄養面、親子関係、孤立・孤独



気付かされたこと1

家庭の外の世界とつながることの大切さ

◆閉鎖的な環境から

- 母親も状況を受け入れ難い
- ひとりになることへの強い不安
- 子どももとても頑張り屋

◆開かれた環境へ

- じっくり話を聴いてくれる人
- 家から離れられる場所
- 友人にも話す

家庭内で何とかしようとしていた。
他の手段を考える余裕もなかった？
他に手段があることも知らなかったかも？

決して珍しくない。よく聞く話。

この転換が難しい。奇跡的。
よくぞ聞いてくれた。よくぞ話せた。

少し気持ちが切り替わる。
思考が変わる。

気付かされたこと2

周囲の大人が動くことが大切。

◆気になるこども若者がいた時、少し踏み込んできいてみる。

☞ 否定しない。良い悪いを判断しない。ただ聴く。

◆程よい距離での声かけが重要。

◆頼っていいことを伝える。

「時代は変わったのよ。あなたの責任じゃない。」

※サービス情報を提供する、窓口に付き添う。

「そんなものあるなら、早く言って・・・」

◆ヤングケアラーの相談窓口相談する。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口

もしかして私、
「ヤングケアラー」
「若者ケアラー」
かも…？

「しんどい」って
言っても大丈夫。

友達に話せない、ましてや家族になんて言えやしない。
そんなことでも、ここならしゃべれるかもしれない。

ヤングケアラー・若者ケアラーとは
子ども・若者育成支援推進法では「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認められる子ども・若者」について、国や地方公共団体等が各種支援に努めるべき対象としています。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口（相談窓口では電話・ラインにより相談を受け付けています）

電話番号	078-894-3989	LINE 相談		受付時間 前日、 ただし電話相談受付時間外のご相談は質問受付時間の 回答になります。
受付時間 月曜日・水曜日・木曜日・金曜日 09:30-16:30 （夜9時～夜半時を除く） ・火曜日 11:30-18:30				

子どもが子どもでいられるために
私たちにできること。
まずは、気付いて。そして、連携を。

ヤングケアラー・若者ケアラーとは

☐ 家事

☐ 世話

☐ 介護

☐ 就労

☐ その他

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、幼いきょうだいなどの世話をしている

障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている

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

障害や病気のある家族の看病や、入浴・トイレの介護をしている

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

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

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

兵庫県での相談窓口では、ヤングケアラー及び若者ケアラー（学業、就業、結婚などの影響が懸念される概ね 30 歳未満）を支援しています。

こんな時はご相談ください。

自身はヤングケアラー・若者ケアラーかもしれない

「誰に話していいかわからない」「友達と遊ぶ時間が無い」

近くにヤングケアラー・若者ケアラーではないけど気になる子どもがいる

「遅刻や欠席が増えた」「部活や塾の事を急にやめた」

一概には言えませんが、その子らしくない行動が増えたり、持っている力を発揮できなくなるなどの変化が見られたらご相談ください。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口

電話番号 078-894-3989

受付時間 月曜日・水曜日・木曜日・金曜日 09:30-16:30
（月・火曜日の午後休館を除く）

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー支援のHP <https://web.pref.hyogo.lg.jp/h03/young-career.html>

LINE 相談

受付時間 一週日

ただし電話相談受付時間外のご相談は電話受付時間外となります。

国が令和3年4月に発表した実態調査では、中学生では約 17 人に一人、高校生では約 24 人に一人の割合で「世話をしている家族がいる」と回答しています。

また、県が令和3年11月にとりまとめた福祉機関調査においてもヤングケアラーの生活への影響として「学校を休みがちになっている」「ストレスを感じている」「学校への遅刻が多い」など深刻な影響が出ています。

気付かされたこと3

つながった外の世界が正しくないという意味がない

- 友人や先生に話してもわかってくれなかった。
- 逆に怒られた。「言い訳するな」
- ひどいことを言われた。

「子どもは気楽でいいわね。」

「家族でしょう。そんなこと言っちゃだめよ。」

「親は何をしているの？」

- 言っても何も起こらなかった。何も変わらなかった。

そういう経験をしているヤングケアラーは結構多い。

言語化することは簡単ではない。

説明するのも疲れる。

ヤングケアラーに優しい世界であるために

◆すべての人が正しくヤングケアラーを理解している。

×「学校にも行けてるし、ヤングケアラーではないでしょう？」

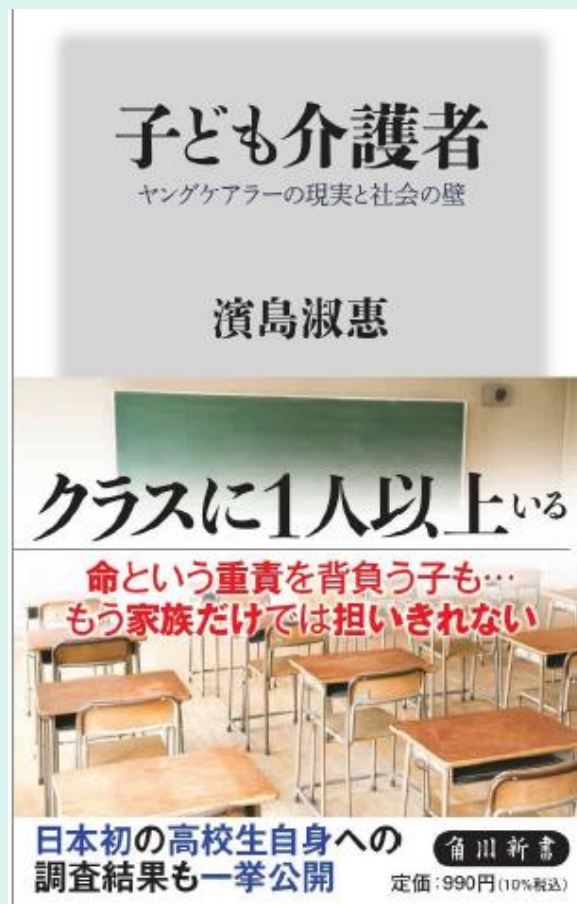
◆様々なサポートが身近にある。

- ・ヤングケアラー相談窓口、介護、育児、家事のサービス
- ・ヤングケアラーが交流できる場・仲間に出会える場  まだ少ない
- ・学校での配慮（遅刻しても機械的に怒らない等） など

◆ヤングケアラーの味方になる、寄り添う大人がいる。

※親の味方にもなる。親を批判しない。

書籍紹介



濱島淑恵著 『子ども介護者—ヤングケアラーの現実と社会の壁』 角川新書



内尾彰宏・濱島淑恵編著
『自治体のヤングケアラー支援』
第一法規