

ヤングケアラー支援の重要性と そのアプローチ～取組事例紹介～

NPO法人ふうせんの会
事務局次長 西川ゆかり

ふうせんの会とは？



様々な理由で家事、きょうだいの世話、家族の介護、感情的サポート、通訳等をしている（していた）子ども、若者たち（ヤングケアラー）のあつまり

📍 2019年12月 研究者1名と当事者3名で立ち上げた団体

- ・「家族を介護している若者の悩みを打ち明けられる場所が無いので、そういった場を作ろう！」
- ・介護だけでなく、家族をケアしている人達に口コミで広がっていった

📍 2022年2月にNPO法人格を取得

📍 運営メンバー：28名（2026年3月現在）

- ・元・現ヤングケアラー、研究者、福祉専門職などで構成
- ・常勤、非常勤、ボランティアなど関わり方は多様



Vision

ヤングケアラー・若者ケアラーが
「いきる」社会をつくる

ふうせんの会のビジョンには、
ヤングケアラー・若者ケアラーが
当たり前「生きる」ことができる社会
そして、

ヤングケアラー・若者ケアラーの
価値が「生きる」社会を目指す
という2つの意味があります。

Mission

- ① ヤングケアラー・若者ケアラーに
「安心・つながり・子ども（若者）
らしい時間」を提供する。
- ② ヤングケアラー・若者ケアラーが
自分を知り、未来を語り、夢を持ち、
自分らしく生きるための選択肢を提案する。
- ③ 社会の周知・啓発を図り、
ヤングケアラー・若者ケアラーと
その家族のための支援体制を提起する。

ふうせんの会「つどい」



開催日：奇数月の第2日曜日

時間：13:30～15:30（スピンオフ会＊15:45～16:15）

参加：対面参加または、オンライン参加が可能

～つどいの流れ～

前半：リレートーク（30分）

ひとりの（元）ヤングケアラーが自身の経験や思いを話します。

後半：おしゃべりタイム（60分）

小グループに分かれて自由におしゃべりをします。

終了後：スピンオフ会（30分）

話足りない方に残っていたら、30分程お話できる時間です。



ふうせんの会「つどい」

* つどいのルール *

- ① ここで聞いたことは外で話さない。
(この場限りですべて忘れる！)
- ② 他の人の話を否定しない。
- ③ 他の人の話をさえぎらない。
- ④ 話したくない時は話さなくて良い。

ひょうごふうせんの森 (ヤングケアラーオンライン交流会)



ヤングケアラーオンライン交流会

ひょうご ふうせんの森

ここでなら話せることもあるかもしれません。
似た悩みをもつ同士で話せば、ほっとすることもあります。

参加費 無料

障がいや病気のある家族に代わり家事をしている(いた)

家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている(いた)

アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に寄り添っている(いた)

参加対象 兵庫県在住・在学・在勤のヤング・若者ケアラーの方(元ケアラー含む)

※ヤングケアラーとは？
一般に、本来大人が担うようなケア責任が伴うサポートを行っている子どもたちをヤングケアラーと呼びます。令和6年に改正された「子ども・若者育成支援推進法」では18歳未満に限らず、場合によっては30代までが支援の対象とされています。

**参加申込は
こちらから▶▶▶**

主 催 兵庫県 運営団体 特定非営利活動法人ふうせんの会
問い合わせ先 TEL 06-4790-8881 info@ycballoon.org

第2回
ひょうごふうせんの森

♪ テーマ ♪
寄り添ってくれた
音楽について話そう

8月29日(金)
20時~21時

<申し込みフォーム>

※この活動はR7年度兵庫県の委託を受け運営しております。

Diary 2025

第4回
ひょうごふうせんの森

テーマ
今年を振り返ってよかったこと
来年したいこと

12月5日(金) 20時~21時

申込のQRコードはこちら

※この活動はR7年度兵庫県の委託を受け運営しております。

第5回
ひょうごふうせんの森

支えてくれた
名言・格言・名セリフ

2月6日(金)
20時~21時開催

申込のQRコードはこちら

※この活動はR7年度兵庫県の委託を受け運営しております。

参加者の声



ふうせんの会
fusen no kai

- 初めてヤングケアラーとして過ごしてきた気持ちを少し表に出すことができて、自分のモヤモヤした気持ちと向き合うスタートラインにたてたのかな？と感じました。
- ケアの経験を、ここまで安心安全な場でお話できたのは初めてでした。
- 今回、つどいに参加して初めて自分のケア経験を人と比べずに語れました。
私にとって、誰かに話すことが日頃気を張り続けている状態のレスパイトになったことも新たな気づきでした。
- 会場全体の居心地が良かったです。小グループに別れた後は本音を形共感し合えることができ、心が少し楽になりました。
- 自身のことを語り、他の方のお話を聴き、蓋をしてきていた思いや事象に気づかされ、整理できたように思います。
- 地方に住んでいるので、オンラインという場を設けてもらえて、とても嬉しかった。

ヤングケアラー相談窓口



ふうせんの会
fusen no kai

大阪市内の中高校生世代 対象

ヤングケアラー

日頃、家族のサポートに頑張る

大阪市ヤングケアラーへの寄り添い型相談支援事業

運営：NPO 法人 ふうせんの会

いつも疲れた顔してるなあ
遅刻が多いなあ
授業中よく寝てるなあ
もしかしたら...
かわ??

家族のケアをする子どもは『ヤングケアラー』
『2021年ユース・ニュー・ボーン・イニシアチブ』として注目されています。
近年社会問題として注目されています。

厚生労働省による全国調査では、
家事・きょうだいのお世話・介護・精神疾患を持つ親などのケアを
している中高生が17人、20人に1人、つまり
クラスに1〜2人いることが明らかになりました。
また、大阪市の中学生を対象とした調査では、9.1%、
約10人に1人がヤングケアラーであることも分かっています。

子どもにとっては当たり前前の毎日。
本人も気づいていない周りの大人が気づきにくいところもあるので、
実際にはもっといるかもしれません。

- ・自分の時間がもてない
- ・なぜか体調がすぐれない
- ・授業中居眠りをしてしまう
- ・宿題ができない
- ・遅刻をしてしまう
- ・ダメな生徒と先生に思われてしまう
- ・誰にも話せない、話せる人がいない

そんなことを思いながら知らず家族のケアを担っている
『ヤングケアラー』に周りの大人たちが想うこと。
それは...

「ケアから離れる時間を作ってあげたい。」
「ひとりで抱えこまないで相談してほしい。」

そんな想いから
大阪市ヤングケアラーへの寄り添い型相談支援事業を
スタートいたしました。

家族のケアをしてきたスタッフなどが一緒に考える
YCピアサポ相談や、
同じ体験をしてきた方たちとの意見交換ができる
オンラインサロン、

その他にも当事者向けのイベントなどを企画しています。
詳細は裏面にて

大阪市内中高生世代対象

大阪府
18歳以上のヤングケアラーを対象としたピアサポート事業

大阪府ヤングケアラー相談

大阪府内に在住・在学・在勤の18歳以上対象

家族のこと、家のこと、これからのこと、
一緒に考えてみませんか。

「もしかしたら自分もヤングケアラー（だった）かも...？」
そんなふうにはっきりしない場合でも、遠慮なくご連絡ください。家族の
ケアをしてきたスタッフや、福祉の専門職があなたのお話をお聞きます。

様々な相談方法があります！

- 電話
- オンライン (Zoom)
- 対面
- メール
- オンラインサロン

オンラインサロンで、同じ経験を持つ仲間とつながることもできます。

必要なときはこんなサポートも！

- 役立つサービスの紹介
- 同行支援
- ライフキャリア・サポート

主催 大阪府 事業運営 NPO 法人 ふうせんの会

詳しくは裏面へ

大阪府18歳以上対象

ヤングケアラー相談窓口

●相談方法

電話、メール、オンライン(Zoom)、対面、
LINE（中高生世代のみ）

- ・ピアスタッフ・福祉の専門職が対応
- ・制度やサービスの紹介、役所等への同行
- ・ライフキャリア・サポートなど

※学校等本人が行きやすい場所での出張面談も実施しています。



ご協力お願いいたします！

単発のご寄付



毎月のご寄付



Instagram



Facebook



X



ご清聴ありがとうございました！

