

# 兵庫県

## ヤングケアラー・若者ケアラー支援について

～ヤングケアラーかなと思ったら...～

令和8年3月  
兵庫県 福祉部 地域福祉課



# ヤングケアラーとは

子ども・若者育成支援推進法は、「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」として、ヤングケアラーを、国・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。



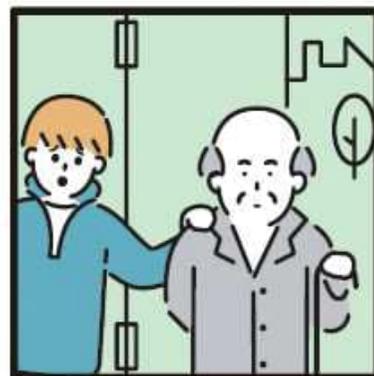
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



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。



目の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。



# ヤングケアラー支援の必要性

本来大人が担うと想定されている日常生活上の世話(家事や家族の介護など)を過度に行っていることにより、**子ども・若者自身がやりたいことができないなど、子ども・若者自身の権利が守られていないことが問題。**

学校を休みがち(遅刻・早退)

自分の時間が取れない

勉強の時間が取れない

友達と遊ぶ時間が取れない

部活・習い事ができない

友達と会話が合わない

孤独・孤立

睡眠不足・身体の不調

進路変更(夢を諦める)

などの影響の可能性あり

## 「お手伝い」との違い

- ①ケアを要する家族がいるという条件下で担っているという「状況の違い」
- ②担っていることの「内容、量(頻度や時間)の違い」
- ③ケアに対する「責任の度合いの違い」

→ **自分の健康や勉強より「ケア」が優先され、他に選択肢がない状態**



# ヤングケアラーに関する国調査(R2・3)の概要①

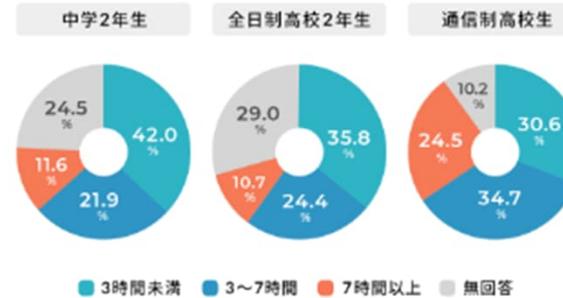
出典:日本財団

## 家族の世話をしている中学生の割合



公立中学2年生の5.7%（約17人に1人）、公立の全日制高校2年生の4.1%（約24人に1人）が「世話をしている家族がいる」と回答。1学級につき1～2人のヤングケアラーが存在している可能性があることが分かった。

## 世話に費やす時間について



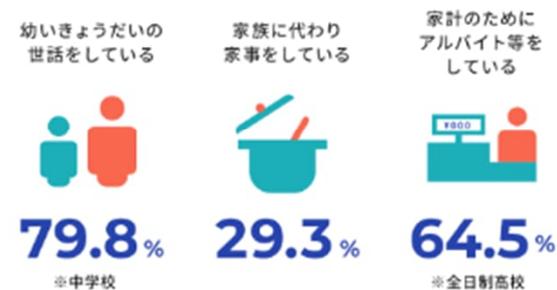
世話をしている家族が「いる」と回答した中高生のうち、約1～2割が、平日1日7時間以上を世話に費やしている。

## 世話を始めた年齢



世話をしている家族が「いる」と回答した中高生の世話を始めた年齢は、中学2年生は平均9.9歳、全日制高校2年生は12.2歳。

## ヤングケアラーと思われる子どもの状況



全日制高校では、「家族の代わりに、幼いきょうだいの世話をしている」（中学校79.8%、全日制高校70.2%）が最も高くなっている。次いで、中学校では、「障がいや病気のある家族に代わり、家事（買い物、料理、洗濯、掃除など）をしている」が29.3%、全日制高校では「家計を支えるために、アルバイト等をしている」が64.5%となっている。



# ヤングケアラーに関する国調査(R2・3)の概要②

出典：日本財団

## ケアによって生じる制約について



「世話をしているために、やりたいけれどできていないこと」について、ヤングケアラーかどうかに対して「あてはまる」と回答した中高生は、「あてはまらない」と回答した中高生に比べ、特に「宿題をする時間や勉強する時間が取れない」、「睡眠が十分に取れない」、「友人と遊ぶことができない」、「自分の時間が取れない」と回答した割合が高くなっている。

## 学校や大人に助けてほしいこと、必要な支援



学校や大人に助けてほしいこと、必要な支援については、いずれの学校種でも「特になし」が約4割となっているが、その他では、中学2年生、全日制高校2年生は「学校の勉強や受験勉強など学習のサポート」が最も高く、次いで「自由に使える時間がほしい」となっている。

## ヤングケアラーの認知度と自覚について



ヤングケアラーの認知度は低く、「聞いたことはない」が8割以上。また、自分がヤングケアラーにあてはまると思うかについて聞いたところ、中学2年生では1.8%、全日制高校2年生では2.3%が「あてはまる」と回答。

## 世話を一緒にしている人



世話を一緒にしている人について、中学2年生では9.1%、全日制高校2年生では11.4%が「自分のみ」と回答。



## 世話について相談した経験



※中学2年生の場合

世話をしている家族が「いる」と回答した中高生に、世話について相談した経験の有無について質問したところ、いずれの学校種でも、相談した経験が「ある」が2～3割、「ない」が5～6割。

## 相談したことのない6つの理由

- 1 誰かに相談するほどの / 家族外の人に相談するような悩みではない
- 2 相談しても状況が変わるとは思わない
- 3 家族のここのため話しにくい
- 4 誰に相談するのがよいか分からない
- 5 家族に対して偏見を持たれたくない
- 6 家族のことを知られたくない

世話について相談した経験が「ない」と回答した人に、その理由について聞いたところ、いずれの学校種でも「誰かに相談するほどの悩みではない」が最も高く、次いで、中学2年生、全日制高校2年生は「相談しても状況が変わるとは思わない」が高くなっている。

### 参考

※ヤングケアラーの実態に関する研究報告書（文部科学省）

※ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書（PDF）（三菱UFJリサーチ&コンサルティング）



# ヤングケアラーに気づくことの重要性

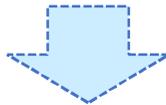


- ・病名や適切な対処が分からない中で必死でケアをしている
- ・家族のことは家族が解決するのが普通でしょ
- ・他の人に家の状況を知られたくない
- ・困っているか聞かれても、これが日常だから分からない

周囲の機関・大人が  
アプローチしない



- ・過度な負担をこども・若者が一人で抱え込み続ける

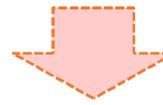


- ・身体的精神的負担
- ・こども・若者らしい時間が奪われる
- ・孤立

周囲の機関・大人がヤングケアラーに気づき、  
適切な関わりを続ける



- ・客観的に見た家族の状況を知る
- ・自分が支援を求めて良い状況だと知る
- ・支援策があることを知る



本人や家族の受け入れの下、必要な支援につながる

- ・ケア負担の外部化・軽減
- ・こども・若者らしい時間の確保

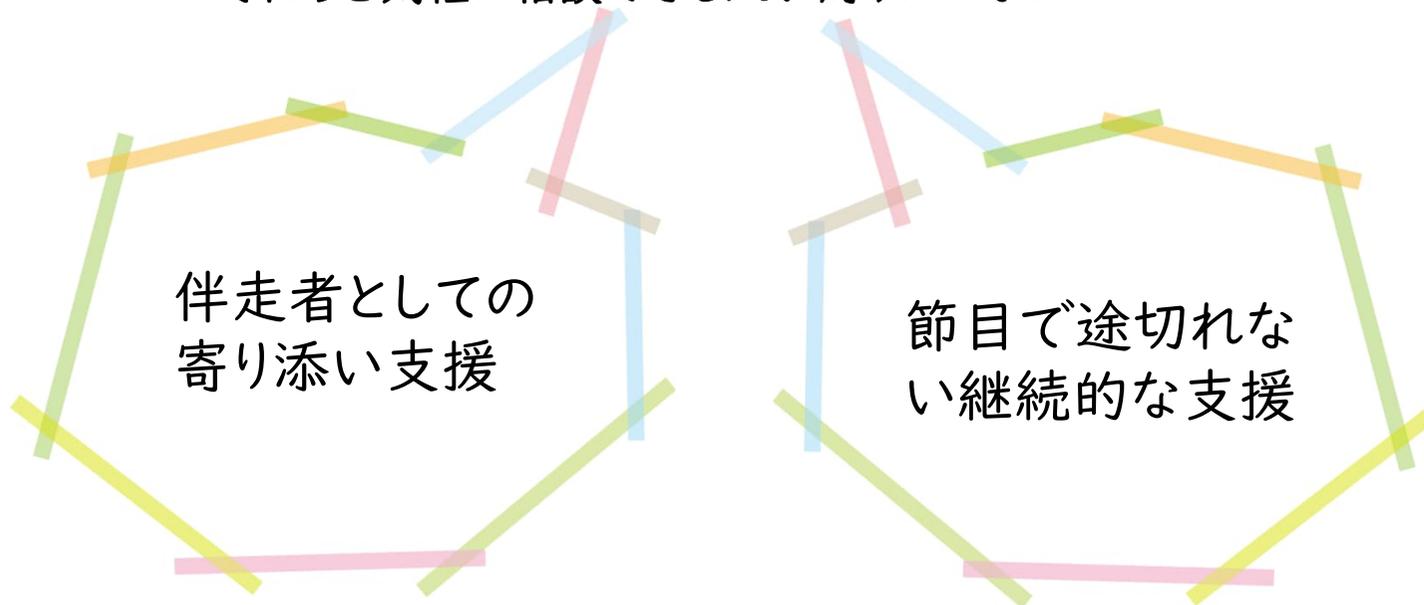


## 卒業後の進路に大きな影響

例) 家族のケアを考慮して、進学や結婚を断念する  
進学した後に家族のケアが発生して休学や退学を選択する  
家族のケアを最優先に考えた就職先の検討



それらを気軽に相談できる人が周りにいない



※兵庫県では概ね30歳代までの若者を含めて支援対象としており、「ヤングケアラー支援」という場合、基本的には若者ケアラーも含めた支援を指します。



# 兵庫県ケアラー・ヤングケアラー支援推進方策の概要①

## 現状・課題

- ケアラー・ヤングケアラーは、周囲も気づきにくく、本人や家族の自覚のないまま表面化せず、必要な支援が行き届いていない。
- 県が実施した福祉機関調査では、ヤングケアラーであることを認識していると回答があったのは14.3%であり、社会的な認知度が低く、適切な支援につなげるためには社会的認知度の向上が重要である。
- ケアラー・ヤングケアラーに対する具体的支援策や支援につなぐための窓口が明確でなく、福祉、介護、教育関係者の研修も十分に行われていない。

## 対象者

最も支援が必要な10代以下、そして学業のみならず、就職や結婚への影響が懸念される概ね20代以上30歳台前半までを対象とし、18歳未満の子どもである「ヤングケアラー」、18歳以上概ね30歳台前半までの者を「若者ケアラー（以下ケアラーという。）」として主な支援の対象とする。

## 基本的な考え方

- ケアラー・ヤングケアラーの支援にあたって、県は、教育や高齢、障害、疾病、生活困窮などの既存事業や関連施策の活用をベースとしつつ、ケアラー・ヤングケアラーへの支援の視点をとり入れ、福祉サービス等の必要な支援につないでいく。
- 本検討委員会の提言を踏まえて実施される新たな事業等については、これらの既存事業や関連施策、さらに各市町や関係機関との幅広い連携によりケアラー・ヤングケアラーの支援体制を構築していく。

## 推進方策

### 1 早期発見・把握

#### (1) 学校など教育分野におけるヤングケアラーを把握するための取組

##### ○ 教職員への研修の実施

学校においてヤングケアラーの相談窓口となり得る生徒指導担当教員や教育相談担当教員等に対して、研修を実施

##### ○ 教職員による面談等を通じた把握

担任との個人面談や長期休業前の保護者を交えた三者面談等の機会を通じて、生活態度から児童生徒の生活環境を把握

##### ○ スクールソーシャルワーカーによる支援の充実

スクールソーシャルワーカーによる支援の充実、組織的・機動的にヤングケアラーの支援に対応できる体制を構築

##### ○ スクールカウンセラー・キャンパスカウンセラーによる支援の充実

臨床心理士等をスクールカウンセラー・キャンパスカウンセラーとして各学校等へ配置を促進

##### ○ 要保護児童対策地域協議会等との情報共有

学校等がヤングケアラーに該当する児童生徒を把握した場合は、要支援児童として要対協の実務者会議等で必要な情報を共有

#### (2) 医療や福祉等の専門職がケアラー・ヤングケアラーを把握するための取組

##### ○ 医療、介護、福祉等の専門職の研修の実施(P4)

ヤングケアラーの実態、関係機関との連携策などを学ぶ研修を推進

##### ○ 医療、介護、福祉等の専門職及び教育関係者との連携強化

ヤングケアラーなど介護を行う者の状況等、必要な情報等を共有し連携強化

#### (3) 地域においてケアラー・ヤングケアラーを把握するための取組

##### ○ 民生委員・児童委員等に対する研修

民生委員・児童委員等に対し、研修等を通じてケアラー・ヤングケアラーへの支援に関する理解促進を図り、早期発見・支援につなげる

##### ○ 子ども食堂、学習支援事業等を通じた把握

事業の実施主体や支援者に対して、ヤングケアラーの発見や支援ニーズの把握等について周知

##### ○ 各市町における現状把握の推進

市町が地域の実情に応じてケアラー・ヤングケアラー支援が進められるよう、必要な情報の提供や先進事例等の紹介を実施



# 兵庫県ケアラー・ヤングケアラー支援推進方策の概要②

## 2 相談支援、福祉サービスへのつなぎ

### (1) 相談支援・情報提供体制の充実

- **ヤングケアラー・若者ケアラー専門相談窓口(仮称)の設置(P4)**  
相談窓口をモデル的に県に開設し、電話やメールによる相談・適切な支援機関へのつなぎ等を実施
- **重層的支援体制整備事業による包括的な支援体制の整備**  
市町の重層的支援体制整備事業に関する連絡会議等を通じて、必要な助言や情報提供を実施するとともに、ケアラー支援を依頼
- **基幹相談支援センター等における相談の実施の提供**  
障害者の基幹相談支援センターの配置や担当者の配置を促すとともに、居宅介護等が利用できることの周知を実施

### (2) ケアラー、ヤングケアラーへの生活支援

- **生活困窮者自立支援制度の推進**  
自立相談支援事業においてケアラー・ヤングケアラーの状況に応じた支援を実施し、適切な関係機関につなぐ
- **子どもの学習事業による学習のサポート**  
ヤングケアラーに対して学びの支援や学校・家庭以外の居場所づくり・地域の交流の場づくりを推進
- **子ども食堂における支援**  
ヤングケアラーに食事を提供する子ども食堂の立上げ経費を助成

### (3) 地域におけるケアラー・ヤングケアラー支援体制の構築

- **民生委員・児童委員の活動支援**  
ケアラー・ヤングケアラーの支援ができるよう、民生・児童協力委員制度の活用や民生委員・児童委員の担い手の確保を推進
- **地域包括支援センターの機能強化、地域ケア会議の推進**  
相談援助・支援体制の充実を図るため、地域包括支援センターの機能強化、職員の資質の向上等について検討・実施
- **ピアサポート活動等の支援(P4)**  
ケアラー・ヤングケアラーの話を傾聴や相談に応じ、当事者同士の交流の場をつくるピアサポート活動等の支援を実施

### (4) 権利擁護等の充実

- **児童虐待防止に向けた相談体制の強化**  
ヤングケアラーなど、子ども・家族への援助が実践できるよう、児童福祉司等専門職の更なる充実を推進
- **児童虐待対応ダイヤル等の設置・運営**  
児童虐待対応ダイヤル「189」(24時間の電話相談)の運営
- **要保護児童対策地域協議会と関係機関の連携**  
こども家庭センター職員による実務者会議での助言・指導のほか、要対協の職員を対象にした研修でヤングケアラー講義を追加

## 3 人材育成・普及啓発

### (1) 福祉や教育関係者等の研修(再掲)

### (2) ケアラー・ヤングケアラーを支援する団体との連携・支援

- **民間支援団体との連携強化・活動支援(P4)**  
ピアサポート等のケアラー・ヤングケアラーの交流・相談を行う団体やオンラインサロンの設置運営を支援

### (3) ケアラー・ヤングケアラーに対する社会的認知度の向上

- **県や市町の広報啓発、関係団体と連携した啓発の実施**  
県や市町だけでなく、関係機関と連携した広報・啓発活動も推進
- **人権教材としての啓発ビデオの活用**  
人権啓発ビデオを各種の研修会や学習会等で教材として活用

## 4 県・市町の役割分担、連携

- **市町によるケアラー・ヤングケアラー窓口・担当部署の設置促進**  
市町の既存の相談窓口の活用や担当職員の兼務による対応など、ケアラー・ヤングケアラー担当部署等の設置を積極的に働きかけ
- **市町における支援体制の構築**  
市町において円滑にケアラー・ヤングケアラーの支援が実施できるよう、国庫補助事業の活用や優良事例などの情報提供を実施
- **県における推進体制の構築**  
県関係部局、市町、関係機関、支援団体等で構成する推進体制を新たに構築し、ケアラー・ヤングケアラーの支援を効果的に実施

# 兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口の設置

令和4年2月に策定した「兵庫県ケアラー・ヤングケアラー支援推進方策」に基づき、相談援助の専門職団体である兵庫県社会福祉士会と連携して相談窓口を設置し、電話、メール、LINEによる相談を実施。

## 窓口の概要

1 開設日 令和4年6月1日（水）

## 2 目的

家族のケアを担うヤングケアラー・若者ケアラーの精神的負担軽減、市町や支援機関へつなぐなどの展開を図るため、電話やメール、LINEによる相談を実施

## 3 設置場所

一般社団法人兵庫県社会福祉士会

## 4 受付時間

〔電話〕 平日（月・水・木・金） 9時30分～16時30分  
平日（火曜日） 11時30分～18時30分

〔LINE〕 24時間受付（返信は上記受付時間中となります）

## 5 連絡先

<電話> 078-894-3989

<E-mail> yc@hacsw.or.jp

<LINE> QRコードからアクセス



## 6 対象者

ヤングケアラー・若者ケアラー本人、その家族、地域包括支援センター職員、基幹相談支援センター職員、学校関係職員、市町職員等

「ヤングケアラー」って  
最近よく聞かし  
気になる子もいるけど…

- 本人と直接話しても良いの？
- どんな確認が必要？
- どこに連絡すれば…



そんなときは  
まず

兵庫県ヤングケアラー・

若者ケアラー相談窓口にご相談ください!

078-894-3989

受付時間: 月～金曜 9:30～16:30 (祝日・年末年始を除く)

※兵庫県の相談窓口では、  
言葉・視覚・聴覚などへの影響が懸念される30歳未満までのケアラーを対象に支援しています。

兵庫県・配食支援事業について

日常的な食事の用意や後片付けなどの家事を行っている  
ヤングケアラー・若者ケアラーに

栄養バランスに配慮した食事を無料でお届け



詳細は  
こちらへ

## 相談状況

○R7.12月末現在：延べ1,859件  
(電話689件、LINE1,145件、  
メール23件、来所2件)

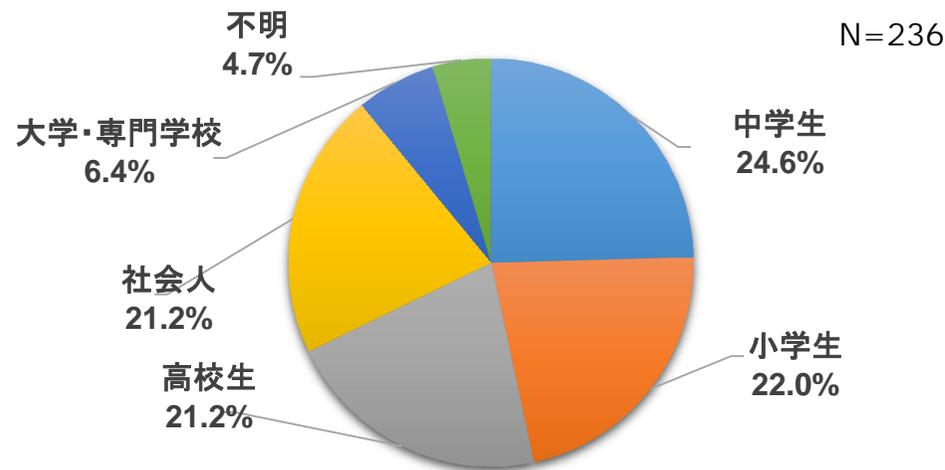
○相談者：本人、行政関係者、  
SSW、包括センター、知人等



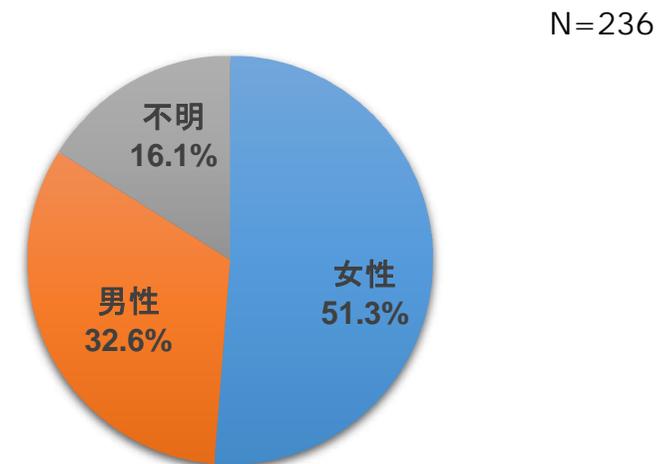
# 兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口の状況について

- 相談対象の年代については、中学生が最も多く、次いで小学生、高校生の順になっている。
- 性別では、女性の方が多くなっている。
- 相談者の属性は行政機関、本人、学校関係の順となっている。ただし本人のうち高校生以下の割合は低い。

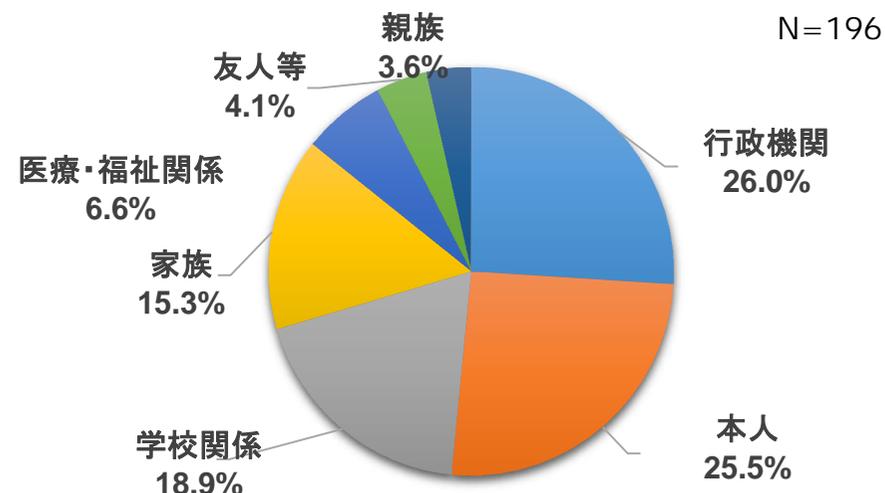
## 1 ヤングケアラーの年代（実数）



## 2 ヤングケアラーの性別（実数）



## 3 相談者の属性（実数）



相談者	人数
行政機関	51
本人	50
学校関係	37
家族	30
医療・福祉関係	13
友人等	8
親族	7

### 【本人の内訳】

社会人	28
大学・専門	8
高校生	9
中学生	3

高校生以下  
6.1%



# ヤングケアラー世帯への配食支援事業

ヤングケアラー・若者ケアラー（以下「ヤングケアラー」という。）は、日常的に食事の用意や後片付け等の家事を行い、心身の不調や自由な時間が取れないといった負担を抱えていることから、ヤングケアラーに対して食事の提供を行うとともに、ケアの必要な家族への福祉サービスの支援につなげる。

## 事業内容

### 1 支援対象

- (1) 県のヤングケアラー相談窓口で相談があったヤングケアラーのうち、配食支援が必要と認められた家庭
- (2) 対象地域：県内全市町対象（41市町）  
※ ふるさと寄付金を財源に活用（R6～）

### 2 支援の内容

- (1) 弁当の配食（家族の人数分）
- (2) ケアが必要な家族に対して市町や関係機関と連携した支援

### 3 利用期間・回数等

- (1) 利用期間  
原則として利用開始から3ヶ月間
- (2) 回数：原則週1回
- (3) 利用料：無料



## 配食実績

令和4年度（R4.10～R5.3）：69世帯  
令和5年度（R5.4～R6.3）：71世帯  
令和6年度（R6.4～R7.3）：65世帯

## 利用の流れ

### 1 配食支援プランの作成

相談窓口で連絡があったヤングケアラーの家庭の配食支援プランを作成。

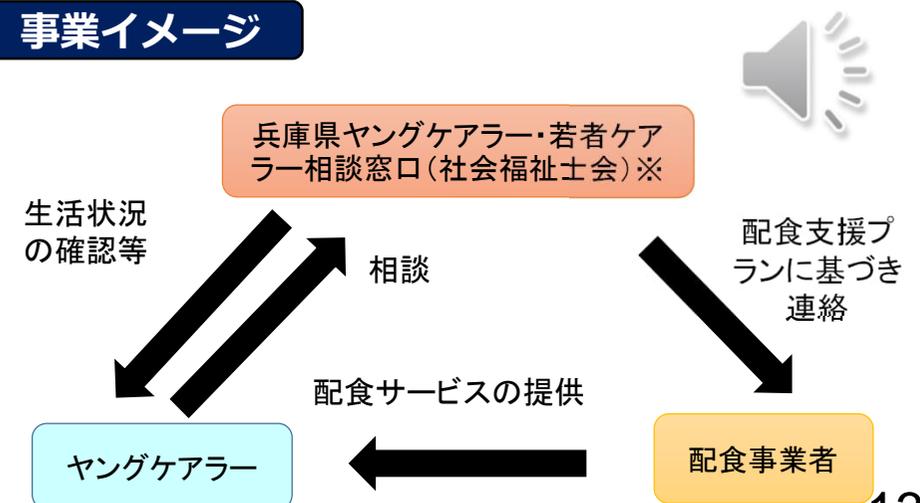
### 2 配食サービスの実施

配食支援プランに基づき連絡を受けた配食事業者は、配食を実施。

### 3 福祉サービスへのつなぎ

支援期間中、本人の生活状況を確認するほか、必要な福祉サービスへのつなぎができるよう関係機関と連携。

## 事業イメージ



※神戸市内は、神戸市こども・若者ケアラー相談・支援窓口で相談

# ヤングケアラー・若者ケアラー支援研修の開催

令和4年2月に策定した「兵庫県ケアラー・ヤングケアラー支援推進方策」を踏まえ、福祉、介護、医療、教育等の様々な分野が連携した支援体制を構築するため、関係機関の職員等を対象とした研修を開催。

## 基礎（オンライン）研修

- 1 **研修期間** 令和7年8月～10月
- 2 **受講者数** 約650名（行政、教員、関係団体等）
- 3 **実施方法** インターネットによるオンライン視聴
- 4 **研修内容**  
ヤングケアラーの概要、当事者による体験談スピーチ、支援者としてのアプローチについてインターネット上の研修動画を視聴する。

### 【研修動画の内容】

講師：濱島 淑恵(大阪公立大学教授)

体験談スピーカー：当事者会「ふうせんの会」メンバー

#### ① 基礎編（約20分）

濱島教授による、ヤングケアラーの国内外のデータに基づく概要、現状と課題点等の解説

#### ② 体験談編（約25分）

当事者による体験談スピーチ、支援者や社会に伝えたいこと、ヤングケアラーへのメッセージ、濱島教授による解説

#### ③ まとめ編（約15分）

濱島教授による解説、支援者としての具体的なアプローチや未来への展望等

※②体験談編は「学校教職員向け」「地域(民生委員・人権委員等)向け」「行政関係者向け」、「障害者福祉関係者向け」「高齢者福祉関係者向け」「児童福祉関係者向け」の6コースから選択

## 応用研修

- 1 **研修日程**  
令和7年12月10日・8年1月13日（内容は各回同一）
- 2 **受講形式**  
対面方式の多職種連携研修
- 3 **受講対象**  
行政、学校、福祉などの関係機関でヤングケアラーの相談支援を行う職員でオンライン研修受講済の方
- 4 **研修委託機関** 兵庫県社会福祉協議会  
（協力：ふうせんの会）
- 5 **受講者数**  
約100名
- 6 **研修内容**  
講義・グループワーク・発表



# ヤングケアラー・若者ケアラー支援グループ活動推進事業

ヤングケアラー・若者ケアラーの方が安心して自分の気持ちを話したり、相談できる「場づくり」を推進するため、支援団体がピアサポート(当事者支援)として実施する当事者同士の交流会等について、必要経費を補助。

○R7補助実績：8団体

## 事業概要

### 1 補助対象となる活動

当事者会、地域団体やNPO法人、社会福祉法人等が行う、主な参加者対象者が30歳台までの次のような活動が対象。

- ・参加対象者にヤングケアラー・若者ケアラーが含まれる、当事者や支援者の交流会、茶話会・オンライン交流会

### 2 補助の内容・金額

#### ① 補助金額

1)ピアサポート等の交流事業 1回あたり上限5万円  
※1団体あたり年6回まで

#### ② 補助対象経費

申請事業に直接必要な経費とし、主に次のものを対象。

- 人件費(事業実施に必要なアルバイト賃金等)、
- 講師等謝金、○講師等旅費、○消耗品費(文具、用紙代等)、
- 印刷費等資料作成費 など

### 3 補助対象団体

- (1) 当事者団体(ケアラー当事者の会、障害児者家族の会、きょうだいの会、認知症患者家族の会等)
- (2) 地域団体(自治会、婦人会、子ども会等)
- (3) NPO法人、社会福祉法人、子ども若者支援を行う団体等

## 主な補助団体の活動概要

活動地域	活動内容
神戸市 尼崎市	小・中・高校生を対象に、軽食会や遊びの時間を通じて、日ごろのしんどさから離れる場づくりを行う。必要に応じて専門的な支援者にづなげる。
尼崎市	イベントや料理教室等を開催し、課題を抱える10代中心の若者と継続的に関わることで、安心して話せる関係構築を目指す。
尼崎市	小・中学生が老人ホームで入居者にデザートを作る活動を通じて、入居者や地域の支援者と交流し、児童らと支援者のネットワークづくりを行う。
川西市	青少年の社会貢献活動の支援や地域づくりを行う団体において、学生ボランティアとして育成し、ウェルビーイングを探究する力を育む。



# ヤングケアラー・若者ケアラーオンライン交流会

ヤングケアラー・若者ケアラーの気持ちに寄り添い、当事者同士の交流の場をつくるピアサポート事業として、兵庫県主催による「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）」を令和6年度から開催。

## 1 内容

- ・ヤングケアラー・若者ケアラーが集まり、交流を図るオンラインイベント
- ・元ヤングケアラーやヤングケアラー支援のスタッフが司会をして参加者が安心・リラックスして話せる場を提供

## 2 実施機関（委託先）

特定非営利活動法人ふうせんの会

## 3 テーマ・日時

- ①自分のことについて話してみよう、聞いてみよう  
令和7年6月27日（金曜日）20時00分～21時00分
- ②寄り添ってくれた音楽について話そう  
令和7年8月29日（金曜日）20時00分～21時00分
- ③心のモヤモヤのかたづけ方  
令和7年10月31日（金曜日）20時00分～21時00分
- ④今年を振り返ってよかったこと、来年したいこと  
令和7年12月5日（金曜日）20時00分～21時00分
- ⑤支えてくれた名言、格言、名セリフ  
令和8年2月14日（金曜日）20時00分～21時00分

## 4 対象者

県内のヤングケアラー・若者ケアラー（元当事者含む）

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。

テーマ・開催日時	開催場所
① 2025年10月31日(金) 20:00~21:00 「心のモヤモヤのかたづけ方」	Zoom
② 2025年12月5日(金) 20:00~21:00 「今年を振り返ってよかったこと、 来年したいこと」	Zoom
③ 2026年2月6日(金) 20:00~21:00 「支えてくれた名言、格言、名セリフ」	Zoom

参加申込は  
コチラから▶▶▶

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@fjoon.org



## 1 介護関係者の皆様へのお願い

- ・担当ケースにいる子ども・若者を「ヤングケアラーかも？」と気にかける視点  
(子ども・若者を「ケースの支援要員」として見るだけでなく、「社会全体で支える必要がある対象者」と捉える重要性)
- ・本人のケア負担軽減のため、ケア対象者に必要なサービスをつなげることが不可欠であることから、多分野・多機関で協働したヤングケアラー世帯全体への支援体制の構築
- ・県や市町の相談窓口への情報提供

等への御協力をお願いします。



## 支援関係機関において

### 支援対象者の状況

- ・介護が必要
- ・障害がある
- ・がん、難病その他の慢性疾患
- ・精神疾患
- ・幼い兄弟
- ・日本語が不自由 等

### 接触の機会

- ・健康診査
- ・訪問指導
- ・相談対応
- ・各種申請、届出時の面接
- ・健康教育
- ・地区組織活動
- ・地域の関係機関からの情報 等

### こども・若者の様子の例

- ・子どもが兄弟の世話や送迎をしている
- ・周囲に気を遣いすぎている
- ・家族の介助・介護をしている姿を見かける
- ・家族の付き添いをしている姿を見かける
- ・行政手続きを子どもが行っている
- ・病気等に起因する家族の言動や行動に対して感情面のサポートをしている



- ・虐待と絡むようなやむを得ない場合を除き、あくまで本人や家族の意思を尊重

  - ヤングケアラー本人や家族の想いを知る、寄り添う、見守るまなざしを向けることが、ヤングケアラーやその家族の精神的負担を軽減すると考えられる。

- ・ヤングケアラー本人や家族を責めるような言い回しにならないよう意識

  - ヤングケアラー本人や家族は、当事者同士でこれまで築いてきた関係性や、家族の中での役割がある。また、家族がこどもに家事等の負担をかけてしまっていることを申し訳なく思っている場合もあるため、それぞれの想いを尊重する姿勢が極めて重要である。

- ・必要に応じて本人・家族の同意を取った上で、市町こども家庭センター等、各自治体のヤングケアラー支援部署と情報連携をし、計画的な支援につなぐ



## (まとめ) ヤングケアラーに接するときに必要な心構え・配慮①

### (1) ヤングケアラーであることを、多くの子ども・若者自身や家族は認識していない

◆ヤングケアラーへの支援の難しさの1つが、「支援が必要な状況であること」を子どもや若者自身及び家族の当事者が認識していないケースが多い点です。

支援の必要性を認識していない場合、外部の支援者や機関が家庭内の事情に関わることに抵抗感を持つことがあります。

そのため、まずはヤングケアラー自身が、自分の状況を理解し、支援を受けることを納得できるよう向き合うことから始める姿勢が大切です。

### (2) ケアを担っていることを否定しない

◆ヤングケアラーは、自分がケアをすることが当たり前だと思っていたり、周りからの期待に応えるためにケアを担っている場合もあります。

ケアを行っていること自体を否定したり、逆に過度に評価するのではなく、本人の状況を把握し、まずは「ケアを頑張っている事実」を認めてあげてください。

その上で、「いつでも助けを求めていい」「自分の人生を生きてもいい」ということを伝え、他の選択肢もあると示すことが重要です。

◆また、支援者側が、ヤングケアラーという状態にさせている親や家族に対して否定的な態度をとったり、親や家族を追い込むような非難や支援をしてしまうことは、子どもや若者自身をも苦しめる可能性があります。「話さなければよかった」と思わせてしまうことのないよう、十分留意してください。



### (3) ヤングケアラーであることを公にしてほしくない場合の配慮

- ◆ 支援を受けることの必要性は理解・納得していても、「支援を受けている」ことを恥ずかしいと思う子ども・若者もいます。  
また、「支援が必要な家族がいる」、「支援を受けなくてはいけない家庭状況である」ということを周囲に知られたくない子ども・若者もいます。
- ◆ ヤングケアラーに関する相談対応や支援にあたっては、本人やその家族が周囲から偏見をもたれないよう、十分に配慮した対応が必要です。
- ◆ また、ヤングケアラーが、自分が周囲に相談したことを家族に知られたくないという場合もあり、その点にも留意する必要があります。

### (4) メンタル面でのサポート

- ◆ ヤングケアラーと接する際は、「家族の状況やケアしていることについて、誰かに話せているか」や「本人が相談できる、理解してくれると思える相手が近くにいるか」を確認してください。
- ◆ また、支援を受けることによりケアから解放されたり、ケアを軽減された場合、そのことに罪悪感を抱いてしまう場合も多いと言われています。また、ケアの対象者に対してケアが必要ではなくなった後、その喪失感や無力感などから、自分の将来についての考えを見失ってしまう人もいます。
- ◆ ヤングケアラーに対しては、メンタル面をサポートしつつ、自身の将来を考え、自分の人生を歩むことができるよう、一緒に考えたり、助言してくれる存在となることが重要です。



# 兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー支援シネマフォーラム@姫路

～ 映画「猫と私と、もう1人のネコ」上映会&トークセッション～

## ● 開催趣旨

ヤングケアラーをテーマにした映画の上映会や、当事者支援に関わる支援関係者によるトークセッションを通じて、社会全体でヤングケアラーを支える重要性を広く周知

## ● 内 容

### (1) 映画「猫と私と、もう1人のネコ」上映会 [2024年・99分]

ヤングケアラーをメインテーマに、主人公の女子高生が母親の介護や自身の進学について悩みながらも、社会と関わることで前向きに自分らしさを取り戻していく姿を描くヒューマンドラマ

### (2) トークセッション

登壇者	所属等
濱島 淑恵	大阪公立大学教授
石田 勇輝	演劇ユニット「アイツグ」代表
だいすけ	コミュニティ団体「そらにじひめじ」世話人
西川ゆかり	NPO法人「ふうせんの会」事務局次長



(C)2024「猫と私と、もう1人のネコ」製作委員会

## ● 日時・会場・申込方法等

- 令和8年3月16日(月)13時30分～16時50分
- 姫路市地場産業センター901会議室(JR姫路駅前すぐ)
- 無料・先着順
- 申込フォームから事前申し込み

<https://forms.office.com/r/am85gbZ6tX>



申込フォーム

