

# 千葉県 ヤングケアラー 支援ハンドブック

千葉県ヤングケアラー  
総合相談窓口  
アトリエ

## 千葉県ヤングケアラー 総合相談窓口 アトリエ

対面 / 電話 / SNS による相談支援

学校、家庭へのアウトリーチ支援

個別ケース検討会議への参加

ピアサポートの実施

オンラインサロンの実施  
(当事者のお話を聞くことができます)

研修の実施・啓発

支援マニュアルの作成

千葉県 ヤングケアラー アトリエ

で検索すると、他にも様々な情報が得られます！

TEL 080-7480-7881

千葉県ヤングケアラー  
総合相談窓口

ATELIER  
Young carer  
general consultation counter  
CHIBA

千葉県  
マスコットキャラクター  
チーバくん

学校でも、家でもない空間で、  
じぶんのことを  
かんがえる



### 参考文献

子ども家庭庁

「ヤングケアラー支援の  
強化に係る法改正の経緯・  
施行について」



子ども家庭庁

「ヤングケアラー  
特設ホームページ」



有限責任監査法人トーマツ

「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書」

「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～」



千葉県

「ヤングケアラーの実態調査と  
その支援に関する調査研究報告書」



発行元：千葉県  
制作：特定非営利活動法人ダイバーシティ工房

### 「ヤングケアラーはどうすれば無くせるのか」

支援活動に携わる中で、支援者の方からよくいただくご質問です。

では、当のヤングケアラー本人はどう感じているか？実は、「**ケアラーを辞めたい**」と**すぐに言い出せない**こともたくさんあります。「本当はやりたいことはあるけど、家族のお世話を止めるわけにはいかない」「家族にこれ以上、迷惑をかけたくない」…。当事者たちには当事者たちなりに、お世話を続ける理由がある。日頃ヤングケアラー支援に取り組む際、わたしたちはまずいつも、その理由に耳を傾けるところから支援を始めています。

ヤングケアラーたちは、家族のお世話をすることに辛い思いをしていたとしても「**それでも家族である**」「**その経験がいつか生きる時が来る**」などと葛藤を抱えていることも少なくありません。

ヤングケアラーたちは、勉強や部活動、余暇活動など、社会と関わっていく中で必要とされる様々な体験を、家族や親戚のケアに割かれる中で得られなくなっていると言われていきます。そのことが、交友関係の制限や将来の選択肢を狭めることに繋がり、ひいては孤立・孤独や困窮の問題に繋がる可能性があると考えられています。

本書を多くの方の手に取っていただき、今後のヤングケアラー支援にあたっての参考となりましたら幸いです。



## 千葉県 ヤングケアラー支援者ハンドブック

### Contents 目次

ヤングケアラーとは	.....	p 4
グラフで見るヤングケアラー	.....	p 5
当事者の対談	.....	p 6-7
ヤングケアラーと出会うきっかけ、支援	.....	p 8
つながり方、かかわり方のQ & A	.....	p 9
ヤングケアラーの支援体制づくり	.....	p 10-11
支援事例	.....	p 12-13
ヤングケアラー支援で登場する大人たち	.....	p 14-15

# 「ヤングケアラー」とは

## 「ヤングケアラー」とは

ヤングケアラーとは「**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」のこととされています。具体的には、本ページのイラストで描かれるような子ども・若者たちです。

令和4年度には厚生労働省による「ヤングケアラー支援体制強化事業」が始まり、国と各地方自治体における具体的な支援の取組がスタートしました。令和6年6月の子ども・若者育成支援推進法改正により、初めて国の法律によってヤングケアラーが支援の対象と明記されました。

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



夢や希望が描けない...



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がいのある家族のために通訳をしている

自分だけの時間が持てない...



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世話や見守りをしている



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

## 「子どもの権利条約」「こども基本法」との関係性

ヤングケアラー支援を考えるにあたって重要なのが、権利擁護（アドボカシー）の視点です。ヤングケアラーの子ども・若者たちの中には、自分の将来について考える時間を十分に取れなかったり、話を聞いてくれる家族や周囲の大人が不在であったりすることによって、「自分の意見を表明しそれを聞いてもらえる権利」＝「意見表明権」が侵害された状態にある子ども・若者たちも考えられます。ヤングケアラーの子ども・若者たちに関わる際には、こちらが先回りして指示を出すのではなく、子ども・若者たちの意見をいかに引き出すか、といった観点での工夫も求められます。

我が国では、平成6年に「**児童の権利に関する条約(子どもの権利条約)**」を批准しました。第12条において、意見表明権の保障が謳われています。また、令和4年には「**こども基本法**」が制定され、第3条の3において「全てのこどもについて、その年齢及び発達に応じて、自己に直接関係する全ての事項に関して意見を表明する機会及び多様な社会的活動に参画する機会が確保される」ことが行わなければならない、としています。

そうした観点から、ヤングケアラー支援にあたっては介入による短期的な解決だけではなく、更にその先の「子ども・若者たちが感じていることをどのように聞き、尊重できる環境を作るか」という中長期的な視野に立った支援が求められています。

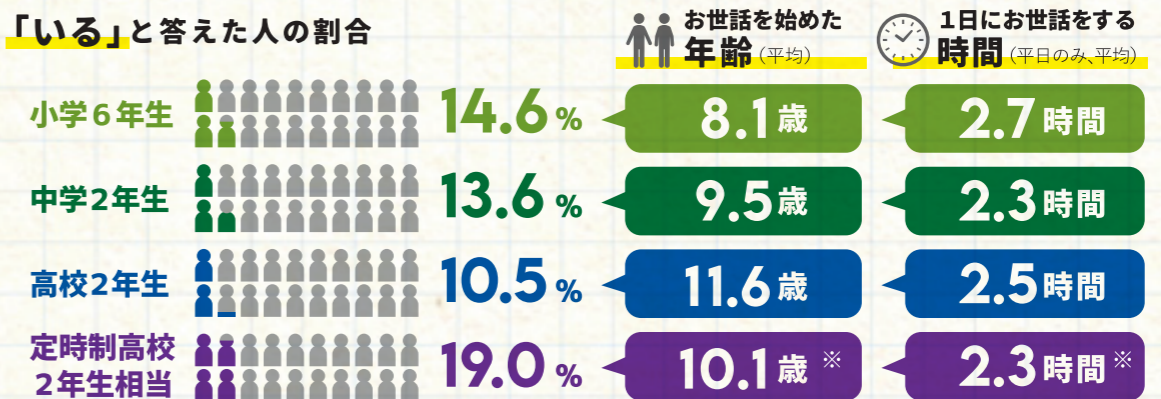
# グラフで見る千葉県のヤングケアラー

千葉県では令和4年度、一般財団法人地方自治研究機構との共同研究として「ヤングケアラーの実態調査とその支援に関する調査研究」を実施いたしました。ここでは、回答の一部を抜粋してご紹介いたします。詳細は県ホームページをご覧ください。

※<https://www.pref.chiba.lg.jp/jika/shingikai/youngcarer/04-01youngcarer4.html>  
(ヤングケアラーの実態調査とその支援に関する調査研究報告書(令和5年3月)について)



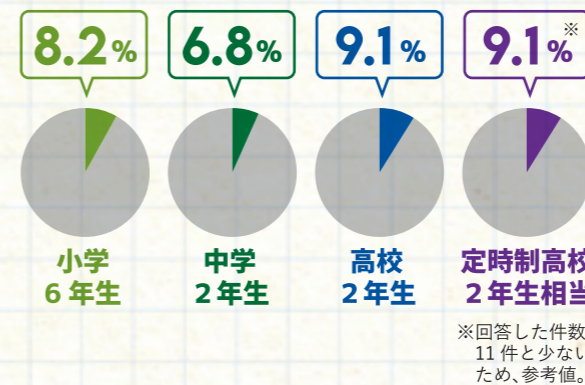
## 家族(一緒に住んでいない家族も含む)の中に自分がお世話をしている人が「いる」と答えた人の割合



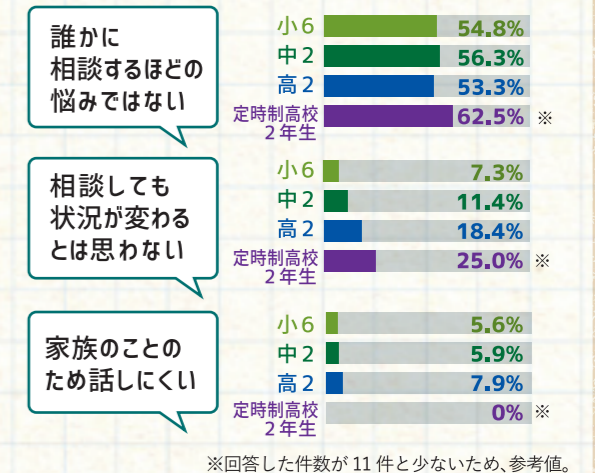
参考 全国を対象とした調査\*では、  
小学6年生...6.5% 中学2年生...5.7%  
全日制高校2年生...4.1% 定時制高校2年生相当...8.5%  
通信制高校生...11.0%

\*小6: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  
中2・高2・定時2・通信:三菱UFJリサーチ&コンサルティング  
「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3月

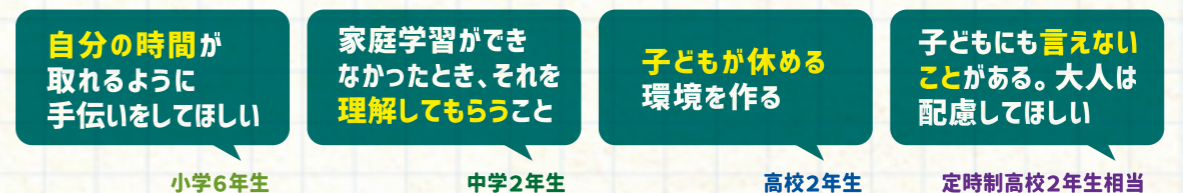
## 自分がお世話をしている家族のことや、お世話の悩みについて誰かに相談したことがある人の割合



## お世話の悩みについて、相談していない理由



## 家族のお世話をしている子どものために必要だと思うことや、学校や周りの大人にしてもらいたいこと (自由記述、抜粋)



# 当事者の対談

ヤングケアラーであることを経験した人たちは、どんなことを感じながら育ってきたのか。自身も当事者であるピアサポート<sup>※</sup>運営者のお二人に、これまでのことについて対談をしてもらいました。

**布川 潤**さん(ぬのかわ・じゅん)  
NPO法人ケアラーネットみちくさ  
みちくさ亭 店長

東京都生まれ、柏市在住。小学4年生ごろから、母親が介護うつになったことをきっかけに、母や家庭全体のケアが始まる。自身の体験をもとに母が立ち上げた「みちくさ亭」の手伝いを始め、現在は「みちくさ亭」を運営する柏市のNPO法人にてピアサポートを進めている。



**仲田 海人** (なかと・かいと)  
千葉県ヤングケアラー  
総合相談窓口アトリエコーディネーター

栃木県生まれ、白井市在住。中学生のころに姉が精神疾患を患い、ケアが始まる。現在は千葉県でヤングケアラー支援/作業療法士の二足のわらじを履きながら、週末は地元栃木にてきょうだい会の運営を精力的に行う。栃木県のヤングケアラー政策にも携わり、今現在もケアラー当事者。

## 朝食は、丸こげのパンだけ。そして、母からの“鬼電”

**布川** わたしは、小学4年生のころに母が介護うつで入院をしたことをきっかけに、家族全体のケアを担っていくことになりました。最初は「祖母のケアのために母親だけ柏に移住することになった」とだけ聞いていたのですが、しばらくして母が入院したことを父から聞いて、お見舞いに行ったら母はとても衰弱していて、歩くのも大変そうな様子。家族皆が動揺する姿を見て、「自分が支えなくちゃいけない」と感じたことを覚えています。

**仲田** わたしは小学生のころに姉が不登校になったのですが、ある時期から姉が昼夜逆転の生活リズムになり、毎日深夜の3時まで不安を訴える姉の話を聞く生活が始まりました。わたし自身も睡眠時間がどんどん削られて、体調を崩すことが増えていきました。

**布川** 父も兄も、他の家族はみんな家事をやってこなかったもので、母が入院してからは洗濯機を回すのもひと苦労でした。いちばん苦労したのは料理で、父に出す朝食は丸こげのパンだけ！みたいな感じで(笑)。一方で、入院している母からは“鬼電”がかかってくるんです。病院にいと不安になってしまうみたいで、学校にいるときも、ずっと電話がかかってくるので、大変でした。

**仲田** 布川さんの“鬼電”のエピソードは、「ヤングケアラーあるある」ですよ。ご病気などでご不安を抱えてしまうと、なかなか家族以外の人に頼ることができなくて辛いんだと思います。

## もっと「態度」で心配してほしかった

**布川** 運動会などの学校行事のときにも、うちの家だけ母親が応援に来られないので、目立っていました。当時、そのことを同級生から何度も聞かれるので、介護うつのことを学校でカミングアウトしたのですが、そうしたら同級生から「母親のメンタルが弱いなら、あいつのこともいじめたら病むんじゃないか」と面白半分のようないじめを受けるようになりました。バケツで水をかけられたりもして大変だったのですが、当時の担任の先生はあまり取り合ってくれなくて。だから、家のことで悩んでいても、とても「頼ろう」「相談しよう」とは思えなかったですね。

**仲田** 支援者として活動をしていると、自分が本当に辛いとき、身近にいた大人は真剣に取り合ってくれなかった…と感じている方にも多く出会いますね。わたしは経済的にも大変な家庭だったので、高校生のころはアルバイトをしながら学校に通っていたのですが、ある日バイト先に、先生が自分の子どもを連れて顔を見に来てくれたことがあって。そういうのが、こっちらしたらすごく嬉しかったですね。気にかけてもらってるんだなと。

**布川** 学校の先生方には、「気にしてるんだぞ」というのを言葉だけではなくて態度で示してほしいな、と思います。もっと、ふだんから気にかけてほしい。「この先生の頭の隅に自分があるんだな」と、ちょっとでも感じることができたら、あの時の自分も「話してみようかな」と思えたかもしれません。

※ピアサポート：当事者どうし(ピア)が集まり、自身の体験などを語り共有するための取組のこと。千葉県窓口でも実施しています。

千葉県 ヤングケアラー アトリエ ピアサポート など検索すると過去情報を見ることができます。



## 自分の過去を人に話すことへの抵抗感

**布川** 26歳になって、ヤングケアラーという言葉を知りました。そのとき初めて、自分の過去を振り返ることになって。そのとき、それまでずっと自分の過去に触れないようにしていたことに気が付きました。それで、似たような体験をした人たちの話をもっと聞きたいなと思って、いろんなところで自身の体験を話すようになりました。

**仲田** 学生ヤングケアラーは、お世話もそうだけど目の前のことで精一杯だから、なかなかそこまで自分のことを考える時間は取れないですね。自分のことを人前で話すことに抵抗感はなかったですか。

**布川** 実は、最初のうちは自分の体験が人ごとみたいなのがあって。「なんでそんなに淡々と話せるんですか」と言われたこともありました。繰り返し話していくうちに自分のことをやっと理解し始めていって、そこからは抵抗を感じることもあったなと思います。繰り返し話す中で慣れてきたかな。

**仲田** 自分自身が年齢を重ねていったことで、他の人を信頼できるようになってきて、やっと体験談を語れるようになってきた、というのはあるように思っています。

**布川** それでもまだ、話す相手がどんな人なのかを気にしているところはありますけどね。

## 「ピアサポート」は何気ない会話の場

**仲田** ご自身でピアサポートの取り組みもされていると思いますが、取り組まれていていかがでしょうか。

**布川** ピアサポートの場は、参加される方自身がどのように感じられているかというのはそれぞれです。自分のことをたくさん話したい！という方もいれば、もちろん

まだ抵抗感があって、まずはサラッと聞いてほしい、という方もいらっしゃいます。深刻な話をしているんじゃないかと思われがちだけど、ふだんのことも色々話していますね。突然、「明日入籍するんです」とか(笑)。

**仲田** 結構、何気ない話をしていますよね。わたし自身はピアサポートに参加する中で、結婚している方の話を聞いたことが自分自身の結婚を考える契機になったということがあります。似た経験を持つ仲間が色々な人生を歩んでいる姿を見て、「自分も自由に人生を歩んでいいんだな」と感じられる場になっているなと感じます。

**布川** いま、過去の自分と同じ境遇にいる子たちには、「どうしたい？」とまず聞いてあげたい。もし、「お世話をしたくない、辛い」と感じているのなら、「お世話をしなくてもいいように、どうしたらいいか一緒に考えよう」と伝えてあげたいですね。「どうしたい？」がなくても、そのきっかけが見つけられるように、その子と一緒に色々なことをやってみてほしいなと思っています。

## 「ヤングケアラー」ではなく、その人自身を見てほしい

**仲田** ヤングケアラーという言葉についてはどう思いますか。

**布川** ヤングケアラーという名前がつくことで、自分のことが理解できて安心する人もいますし、助かる人もいます。ただ、わたし自身は、他人に「あなたはヤングケアラーです！」と決めつけられても、「はあ」というか、実感が持てない感じ。大事なことは、ヤングケアラーかどうかというより「その人自身が困っているかどうか」なのではないでしょうか。

**仲田** ヤングケアラーという言葉が単なる大人側からのラベリングに使われすぎると、一番肝心の「その人自身がどう感じているか」というのが置き去りにされてしまうのではないかな、ということをお話しは心配しています。ヤングケアラーというのはあくまでその人を構成する一要素に過ぎないものです。支援者が導入する支援の判定のために使うというよりは、本人が必要としたときに、自分自身を理解するために使うような形が望ましいのではないかと考えています。

会場協力：  
ちば子ども若者ネットワーク(こわっか)



# ヤングケアラーと出会うきっかけ、支援

下の表は、ヤングケアラー“発見”のポイントと、ヤングケアラー支援において検討したいいくつかの方向性を示したのになります。「短期的」「中長期的」の双方の観点から考えていくことが望ましいですが、本人のおかれている状況によっては優先順位をつけて対応していく必要性も出てくるでしょう。あくまでひとつの参考としてお読みください。

## ヤングケアラーと出会うきっかけ

- ✓ 本人の身なりが以前より整わなくなってきた。突然泣いてしまう場面があった。
- ✓ 心配などを伝えても「大丈夫です」とだけ返事が返ってくるが増えた。
- ✓ 受け答えがしっかりしすぎている。大人びている。まじめすぎる様子がある。
- ✓ 本来学校に在るべき時間なのに、学校の外で見かける。
- ✓ 親の用事に同行していたり、親の代わりに行事に参加したりしている。
- ✓ 書類の字が、子どもが書いているような様子がある。
- ✓ 提出物が遅くなって来たり、遅刻・早退・欠席が増えてきた。
- ✓ テストの点数が急激に低下している。
- ✓ 家族や兄弟の話を極端に避けるようになった。



## ヤングケアラー支援の方針

下記の取り組みを、自治体の相談窓口が中心となって構築していくことが求められます。

### 短期的支援（半年～1年）

本人が現在の環境から距離を置くための支援

- 本人が安心して自分の思い・考えを話せる環境を作る**
  - ▶ 居場所、スクールカウンセラー／スクールソーシャルワーカーなどの連携
- 両親・祖父母・きょうだいのケアをしてくれる人を見つけ、役割分担をする**
  - ▶ ヘルパー、両親・祖父母の居場所、相談支援、学校、学童保育、放課後等デイサービスなど
- 行政や民間団体と連携し、家事・家計の支援を行う**
  - ▶ 子ども食堂、フードパントリー、生活保護など

### 中長期的支援（2年～それ以上）

本人のキャリア形成、自己決定のための支援

- 本人が継続して相談できる場所を確保する**
    - ▶ 居場所、学校など
  - 本人が将来的な自立・キャリア形成のサポートを受けられる環境を整える**
    - ▶ 生活支援、学習支援、就労支援など
  - 本人を見守る体制を構築する**
    - ▶ 関係者間の定期的な連絡体制づくり
- ※本人の成長・変化によって、短期的支援を繰り返して行っていく可能性もある



## アセスメントシート

「ある子どもがヤングケアラーかどうか？」を考える際に有用なのが「アセスメントシート」です。

自治体によって様々な使い方が想定されるものです。有限責任監査法人トーマツが厚生労働省の事業採択を受けて令和3年度に作成した「多機関連携によるヤングケアラー支援マニュアル」では、いくつかの研究機関・学術機関の作成したシートが紹介されておりますので、ご覧ください。

<https://www2.deloitte.com/jp/ja/pages/life-sciences-and-healthcare/articles/hc/hc-young-carer.html>

こちらからもアクセス可能です



# つながり方、かかわり方のQ & A

このページでは、ヤングケアラー支援についてのよくある質問をQ & A形式でまとめました。実際にはヤングケアラー支援は子ども・若者の状況に応じて柔軟な対応をすることが何より求められますが、現場において検討をする際のご参考となりましたら幸いです。

※回答は令和7年3月時点の、千葉県窓口としての回答になります。市町村により異なる場合がございます。

**Q** 支援者がヤングケアラーかどうか判断に困っているが、そういった状態でもコーディネーターに相談をして構わないか。また、子どもが直接相談するような形でもよいか。

**A** はい、大丈夫です。現在のお困りごとをお知らせいただければ、ヤングケアラーかどうかの判断も含めて、一緒に支援策を検討させていただきます。子ども・若者が直接相談する形でも構いません。

**Q** 何歳までをヤングケアラーと考えるてよいのか。18歳を超えた若者の支援は行ってもらえるのか。

**A** 明確なきまりはなく、子ども・若者の状況に応じて適宜判断すべきと考えますが、市町村ごとに方針は異なりますので、お問い合わせください。

**Q** 本人の意向を確認していない状態だが、個人名を明かさずに相談することは可能か。

**A** 可能な範囲でご相談をいただくことが可能です。

**Q** 学校からコーディネーターに相談すると、どんなことをしてもらえるか。資源のことなどは教えてもらえるのか。

**A** ケース会議への参加、校内での事例検討の運営、研修、資源の紹介など、要望に応じて対応が可能です。ケースによりますが、子どもとの面談に同席したり、一緒に家を訪問したりすることも検討できます。詳しくはご相談ください。

**Q** 家庭への訪問などは行っているのか。

**A** ご相談いただく内容に応じて、役割は検討させていただくことになるかと思えます。まずはご相談ください。

**Q** 小学校低学年の子など、発達段階によっては、お手伝いを楽しいことと考える子もいるのではないかと。そうした子に、ヤングケアラーは大変なことだと伝えるべきではないか。

**A** 発達段階に限らず、「お手伝いをすること」は必ずしも「大変なこと、つらいこと」であるとは言い切れないと考えます。子ども・若者自身の気持ちをよく確かめたいうえで、なるべく客観的な情報・姿を伝えることが良いと考えます。

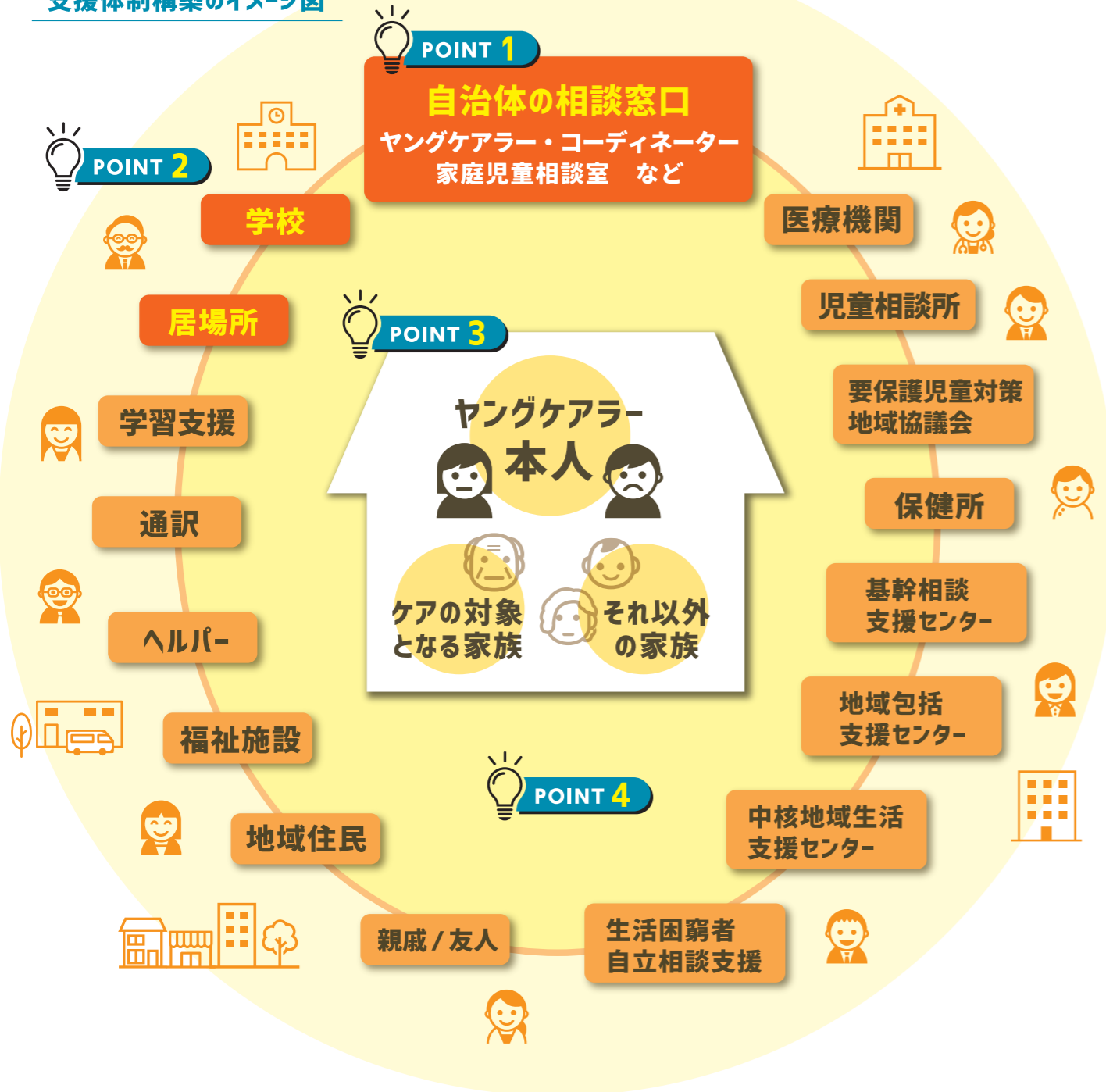
**Q** ヤングケアラーと、ネグレクトや児童虐待との違いはあるのか。ヤングケアラーである場合、児相への通告が必要か？その際の判断基準はあるか。

**A** 明確な基準はありませんが、心配な様子については遠慮せずに市町村、児童相談所、もしくはヤングケアラー相談窓口「アトリエ」などへご連絡ください。

# ヤングケアラーの支援体制づくり

多機関による連携が求められ、また子ども・若者の発達段階に応じて支援の在り方が刻一刻と変化するヤングケアラー支援においては、支援の決まったフローというものは適用しづらいものです。下記の図は、ヤングケアラーに関わる際に抑えるべきポイントと、関わりうる機関の関係性を図示したものになります。

支援体制構築のイメージ図



各機関の説明は、14・15ページへ

## POINT 1 困ったら自治体のコーディネーターへ

ケアの種類は十人十色ですから、いつどこで誰がケアラーの「困り」に出会うかは分かりません。また、子ども・若者たちは相談にあたって何より「話す人との関係性」を重視します。日頃から高いアンテナを持ったうえで、一期一会ではなく継続した関わりをそれぞれの機関が持てることが望ましいと考えます。そのうえで、関係機関どうしの連絡調整、支援方針の検討を主として担うのが自治体のヤングケアラー・コーディネーターです。**ヤングケアラーの子ども・若者たちで気になった場合、まずはこちらに相談しましょう。**担当部署は自治体ごとに異なりますが、県の総合相談窓口（アトリエ）が市町村への繋ぎを担うことも可能ですので、ご相談ください。

## POINT 2 学校以外の機関も積極的に巻き込む

学校や先生は、子どもにとっての相談相手となることが多いです。本人に関する情報は信頼関係の構築ができていない一部の先生に集中するため、チームで取り組むための情報共有・連携、積極的な外部との役割分担が求められます。一方、**先生との関係を重視するあまり「怒られるかも」「嫌われるかも」と相談に踏み出せない子ども・若者も少なくありません。子ども・若者の気持ちを尊重し、相談のできる場所を増やしてあげることが望ましいです。**そこで、学校でも家庭でもない、子ども・若者が自分の時間を過ごし、安心して自分の思いをありのまま話せる貴重な場所、いわゆる「第三の居場所」が求められます。代表的な“居場所”としては、子ども食堂や子ども館（公民館）などが挙げられますが、定まった場所や施設でなくとも、子ども・若者が“居場所”と感じればどんなものも“居場所”になり得ます。左の図で挙げた各機関のほか、学校内でも、スクールソーシャルワーカーやスクールカウンセラーの存在がそうした安心感を与えられるような役割を担える可能性があります。積極的な活用をご検討ください。

## POINT 3 本人の意思をつねに確認する

支援を進めていくにあたって、ケアの対象となる家族への介入が不可欠になる場面もあります。ただし、過度な介入によって本人の意思が置き去りにならないよう、適切な意見表明の場の確保と、関係機関の役割分担が重要です。注意したいのは、「子ども・若者のためになるから」という一心で、当の子ども・若者自身が望んでいないような支援を無理に提供してしまうことです。**「これからどんなことがしたい？」「どんなことをしてほしい？」**といったことを子ども・若者に尋ねながら、丁寧に支援体制を作りましょう。子ども・若者の望み通りの支援が難しい時は、「なぜ難しいか」を説明したうえで、別の方法を一緒に探せることが好ましいです。

## POINT 4 「解決」の形はひとつではない

支援を通して本人が「解決した」と話すようになって、実際はそうではないことを支援者が感じ取ることもあるでしょう。したがって、それぞれの考えを適切に伝え合うことのできる対等な関係性を保ちながら、その子に合った「解決」の形を二人三脚で見つけようとするかどうか、ヤングケアラー支援の核心になります。ケアの形同様「解決」の在り方も十人十色で、**お世話を止めることが必ずしも「解決」に繋がるわけではないこともあります。**長い目で見たときには、学校を卒業したり家庭を離れたとしても、本人が困ったときに地域や福祉機関など周りを頼ることができそうかどうか、といった視点も必要です。

# ヤングケアラーの支援体制づくり

多機関による連携が求められ、また子ども・若者の発達段階に応じて支援の在り方が刻一刻と変化するヤングケアラー支援においては、支援の決まったフローというものには適用しづらいものです。下記の図は、ヤングケアラーに関わる際に抑えるべきポイントと、関わりうる機関の関係性を図示したものになります。



**Aさん**  
(高校1年生)

- 母(50歳)と兄(21歳)との3人暮らし。
- 兄は重度の障がいがあり、施設に通所している。Aさんは、兄が家に帰ってくる16時以降、家で兄のお世話をしている。Aさんはサッカー部に入部したが、家に早く帰らないといけないため、練習に参加することができていない。また、勉強の時間を取ることもできていない。
- 母はフルタイムで勤務しており残業も多いようで、家事もほとんど全てAさんがこなしている。
- 夏休み明けからしばしば体調不良を理由として、学校を休みがちになる。テストの点数も低下してきている。

**1**

欠席が増えてきたAさんの様子を心配した**学級担任の先生**は、Aさんを読んで聞き取りを実施。**スクールソーシャルワーカー**を交えて状況を確認したのち、**ヤングケアラー・コーディネーター**と連絡を取って支援の相談をし、ヤングケアラー・コーディネーターも交えて再度面談の場を設けることにしました。担任の先生が日頃からAさんと関わり、良好な関係性を作ってきたことで、Aさんの様子をすぐに聞き取ることができました。

**2**

ヤングケアラー・コーディネーターとAさん・担任の先生との面談の中では、ヤングケアラー・コーディネーターからの「お兄さんと仲はいいの？」という問いかけをきっかけに、**Aさん自身は兄のお世話という役割によって部活に参加できていないことは悩みに悩んでいるが、兄のお世話を辞めたいわけではない、ということが分かってきました。**

Aさん自身は、自分がお世話を辞めることで、兄や母に対して迷惑がかかってしまうのではないかと考えていたのです。帰りが遅く、いつも朝早くに慌てて家を出る母を心配している様子も見られました。「どんな支援があると気持ちが楽になりそうか」という質問には、「**どちらかと言えば、兄の世話より家事をすることに負担感を強く感じるの、本当はもう少し減らせるといい**」という回答が返ってきました。

支援にあたっては、Aさんの思いに寄り添いながら、**まずは家事負担を減らせる方法**を考えたこととしました。また、**母と兄、それぞれのケア**について方法の検討が必要であることを確認し、Aさんにも説明のうえ合意をもらいました。

**4**

**母のケア**  
兄の観点から**基幹相談支援センター**に連絡を取り、スクールソーシャルワーカーと基幹の二者で母への聞き取りを行いました。母は、現在の暮らしにかなり疲弊している様子が見られたため、行政の経済的な援助等を通して今後の母自身の負担感を調整していくことを目指し、**生活困窮者自立相談支援**へのつなぎをおこないました。

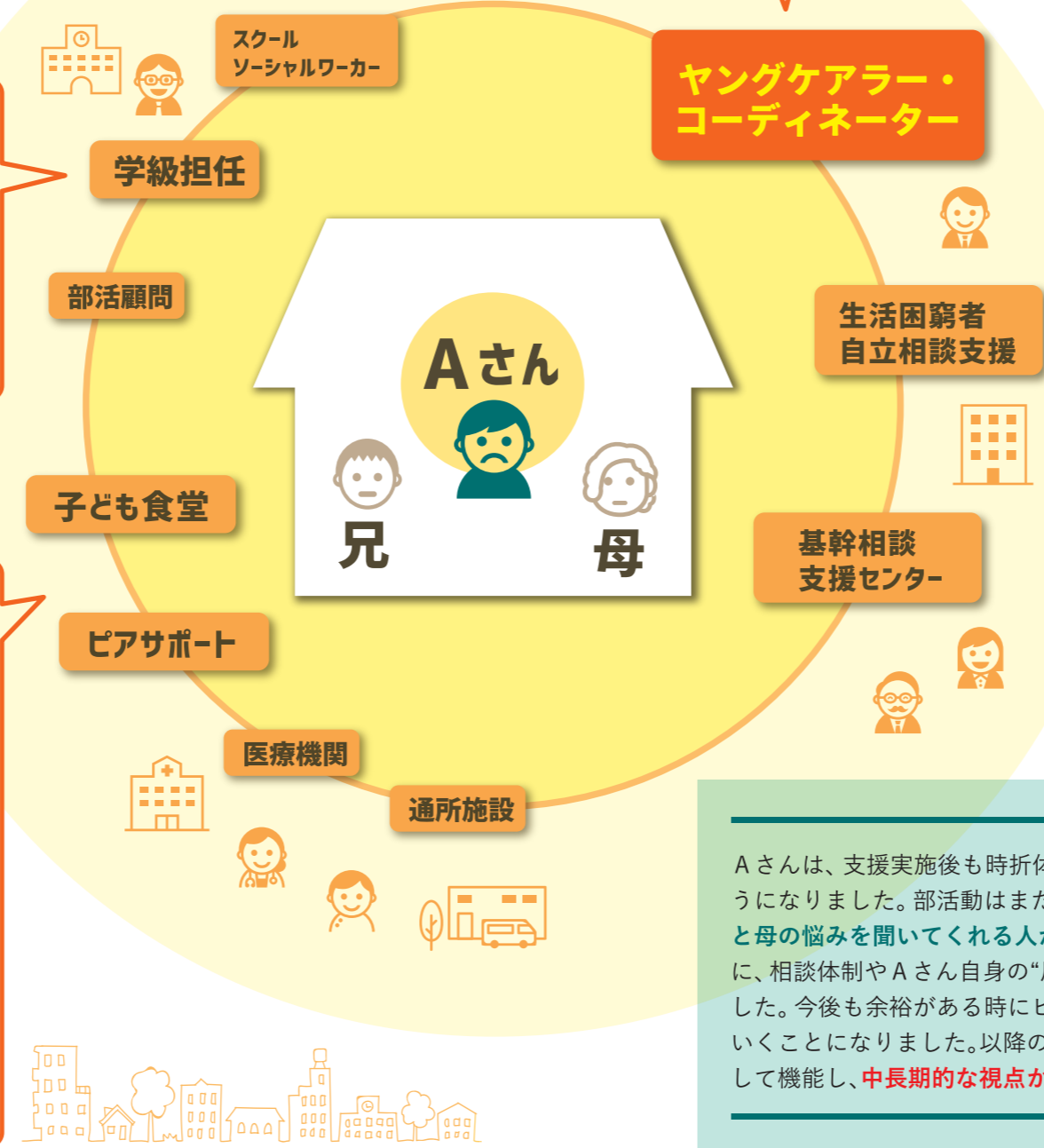
**兄のケア**  
通所施設・医療機関が中心となって関わっていましたが、Aさんについての情報把握・共有が行えていなかったため、今後は**生活困窮者自立相談支援**が中心となって情報の共有・集約を行っていくこととしました。

**3**

ヤングケアラー・コーディネーターを中心にいくつか検討・打診を行った結果、Aさんの住まいの近所で**子ども食堂**を運営されている方が、お弁当をご用意くださることになりました。また、**居場所支援・ピアサポート**といった取り組みを紹介したことで、家事の効率を上げる方法について同じヤングケアラー経験者の先輩やスタッフに教えてもらう場面が生まれ、負担減につながりました。

ある日のピアサポートの中でAさんは、「**幼い頃に実父と母が兄のことについて大きなケンカをしたことを覚えており、そのあと離婚をしたということを鮮明に覚えている。自分がお世話をしたくないと言うことで、家族がバラバラになるのではないかと、母を悲しませてしまうのではないかと**思うことがある」ということを、涙ながらに話していました。

Aさんは、支援実施後も時折体調を崩すことがありましたが、冬を過ぎるころには安定して登校できるようになりました。部活動はまだ参加できないことがありますが、Aさん自身は「**役割が減った以上に、自分と母の悩みを聞いてくれる人がたくさん出来たことで、気持ちが楽になった**」と話しており、家事支援以上に、相談体制やAさん自身の「居場所」が生まれたことがAさんの生活の安定に大きく寄与していたようでした。今後も余裕がある時にピアサポートの場に足を運んでくれるということになり、継続して関わっていくことになりました。以降のヤングケアラー・コーディネーターは居場所支援を提供する機関の一つとして機能し、**中長期的な視点からAさんを支える地域資源の一つになることを目指すこととしました。**



# ヤングケアラー支援で登場する大人たち

多種多様な機関の関わりが求められるヤングケアラー支援。関わりやすさがある主な機関をリストアップしました。ここに挙げるのはあくまで一般的な機関名であり、実態は各市町村ごとに千差万別です。ヤングケアラー・コーディネーターや家庭児童相談室を中心に、実状を鑑みた支援体制の整備が求められます。また、ここに載っていない機関でも、支援に携わる可能性があります。

※機関名は、各自治体ごとに異なります。詳しくは県・市町村のホームページなどをご覧ください。



## 地域の施設、地域関係者等



### ヤングケアラー・コーディネーター 家庭児童相談室・子ども家庭センター

主に市町村単位で配置され、**ヤングケアラーについての支援及び各機関との連絡調整**を担います。ヤングケアラー・コーディネーターが配置されていない場合は、行政の子ども関係部署が代わりの役割を担っている場合があります。自治体によっては配食サービスを実施しているところもあります。市役所が窓口になっていることがほとんどですが、自治体ごとに機関名は異なります。

### 児童館・学童保育・こども食堂・ 放課後等デイサービス等の“居場所支援”

いずれも、下校後の子どもたちが立ち寄ることのできる「居場所」的な機能を持っている施設になります。使うことのできる要件は様々ですが、広く子どもを受け入れているところが多いです。公的なものから会社運営のもの、地域住民が協働で運営するものなど形は様々にあります。**子どもが現在の環境から一時的に距離を置き、自分自身について落ち着いて考えることのできる場所として機能する**可能性があります。

### ファミリー・サポート・センター

市町村が設置する有償ボランティア組織です。育児の手助けをしてほしい人と、育児の手助けを行いたい人が会員登録し、困った時にサポートをしてもらえるような仕組みです。自治体によって年齢の制限があります。

### 民生委員・児童委員

民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。地域に長く暮らし、その地域ごとの実情を熟知されている方が多く、地域における「顔役」の一人でもあります。千葉県内には8,000人近い民生委員・児童委員が任命されており、活動の形は地域ごとに極めて多様ですが、その知見から**子どもと家庭を見守るための環境づくり**の一端を担うことのできる存在です。

## 教育分野



### 学校 教育委員会

学校は「子どもが一番長く過ごす場所」と言われます。必然的に、学生ヤングケアラーと出会う可能性が高い機関と考えられます。**担任の先生だけではなく、養護教諭、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーなど様々な立場から子どもを包括的に支える**ことができます。ヤングケアラー支援において課題とされやすい**保護者との連絡調整**も相対的に担いやすいポジションです。

## 医療分野



### 病院／訪問看護

ケアの対象となる方が疾患を抱えている場合には、病院や訪問看護との連携も視野に入れていく必要があります。大きな規模の病院では医療ソーシャルワーカーが地域社会や各機関との連絡調整を担っている場合があり、相談の窓口になることもあります。

## 児童福祉分野



### 児童家庭支援センター（児家セン）

地域の児童に関する家庭等からの相談を広く受け付ける身近な相談機関です。**母子生活支援施設や児童養護施設の運営を通して、困難な課題を抱える児童や母親の暮らしのサポート**を併せて行っているところも多くあり、地域の子どもの支援者と広く繋がっています。県内には19の児童家庭支援センターがあり、地域の実情に応じて様々な役割を担っています。

### 児童相談所（児相）

児童福祉法に基づき設置されています。**18歳未満の子どもに関するあらゆる相談に応じています**。ヤングケアラーと見られる児童が虐待を受けている可能性が考えられる場合には、児相との連携も視野に入れていく必要があります。

## その他保健・福祉分野



### 中核地域生活支援センター（中核）

保健所の所管区域ごとに設置され、地域で生きづらさを抱えた方を24時間365日体制で「寄り添い支援」を行っています。千葉県独自の制度であり、長く「分野横断的」「包括的・広域的」に取り組んでいるため、各地域の社会資源の事情に精通しています。**複雑な課題を有するヤングケアラーの支援**にあたっては、子ども・若者本人だけでなく保護者・家族・親戚等の視点から捉える必要もあり、そうした広い視野での支援が必要な際には相談を検討しましょう。

### 生活困窮者自立支援相談 生活保護の担当課・社会福祉協議会

ヤングケアラーの抱える原因の根本に経済的なものをはじめとした生活困窮があると考えられる場合は、こちらへの相談を検討しましょう。生活保護も含めた様々な視点から、**生活に困窮されている方の自立に向けた支援**を受けることができます。**困窮世帯の児童向けの学習支援**を実施している自治体もあります。相談することにより、一定の条件でフードバンクからの食料支援を受けることもできます。

### 要保護児童対策地域協議会（要対協）

保護者が不在であったり、保護者の監督保護が不適当であると認められる、いわゆる「要保護児童」について、子どもに関係する機関が情報を共有し、連携して対応するために各市町村に設置されている協議会です。構成機関には、法律において守秘義務が課せられています。ヤングケアラーとされる子どもたちの中で「要保護児童」と認められている子どもについては、この要対協の中で情報が共有されている可能性がありますが、その性質上構成機関は厳しく限定されています。

### 保健所 母子保健課・女性相談

ヤングケアラーの中には、「年の離れた乳幼児・未就学のきょうだいのお世話」をする子ども・若者が少なくありません。また、状況によっては、ヤングケアラー本人への支援よりもその**親自身に対しての支援**が必要になる場合もあります。そうした際には保健所・母子保健課といったところへの相談を検討しましょう。

### 国際交流センター 国際交流課

ヤングケアラーのケアの対象が外国籍の方であり、言語面で課題を抱えている場合にはこちらの相談先を検討しましょう。言語によっては**通訳のサポート等**を受けられる場合があります。なお**通訳派遣については、自治体独自の取組や教育委員会の取組なども広く行われているため併せてご検討ください**。地域の外国籍の方に向けた包括的な支援を行っているNPO法人なども所在していることがあります。

### 基幹相談支援センター （障害者基幹相談支援センター、基幹）

### 地域包括支援センター（地域包括、包括）

**基幹相談支援センターは障害のある人、地域包括支援センターは高齢者の包括的な支援**を担っています。ケアの対象となる人の状態によって、相談先として検討しましょう。自治体ごとに機関名は異なります。