

～ヤングケアラーを知ろう～

平塚市役所 こども家庭課 こども総合相談担当

【ヤングケアラーとは】

大人が担うような家事や家族の世話を、日常的に行っているこども・若者のことをヤングケアラーと言います。



「お手伝い」と違うのは…

- こども・若者に大きな負担がかかり生活に支障が出る
- 大きな責任を担い精神的にも負担がかかる

ヤングケアラーとは

ヤングケアラーとは、例えばこんなこどもたちです



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



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

【出典：こども家庭庁ホームページ】

【ヤングケアラーの実態】

厚生労働省の調査によると…

- 令和2年度に、中学2年生・高校2年生を調査
- 令和3年度に、小学6年生・大学3年生を調査

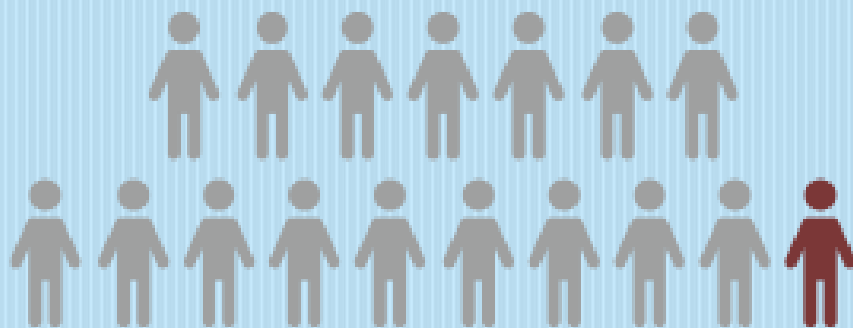
世話をしている家族が「いる」と回答したのは…

小学6年生…6.5%

中学2年生…5.7%

高校2年生…4.1%

大学3年生…6.2%



回答した中学2年生
の17人に1人が世
話をしている家族が
「いる」と回答

【こどもの権利】

こどもの権利があります

＜子どもの権利条約＞

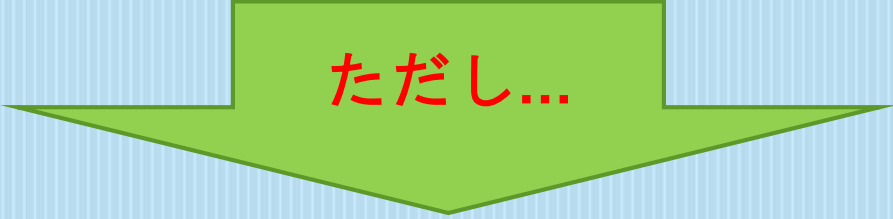
- 教育を受ける権利
- 休み、遊ぶ権利
- 生活水準の確保
- 生きる権利・育つ権利



など

【ヤングケアラーへの影響】

こどもが果たす家庭内の役割（お手伝いの範囲や程度）は、時代や地域などによって異なります。こどもの年齢などに合ったお手伝いや家族のケアは、こどもの思いやりや責任感などを育みます。



ただし...

こどもの年齢などに合わない重すぎる責任や作業など、過度な負担が続くと、こども自身の心身の健康が保持・増進されない、学習面での遅れや進学に影響が出る、社会性発達の制限、就労への影響などが出てくることがあると報告があります。

【ヤングケアラーへの影響】

ヤングケアラーになることでこどもらしい生活ができなくなると...

学校生活

- 成績が下がる
- 遅刻や欠席が増える
- 宿題ができない
- 学校に行きたくなる

ケアに時間を使うことによって勉強する時間が取れなくなり、授業についていけなくなったり、成績が落ちたりしてしまう。行きたい学校にも行けなくなり将来にも影響します。

健康状態

- 睡眠不足
- 病院に行く時間がない
- 心と身体の不調
- 重労働によって怪我する

ケアによる疲労によって、ストレスが溜まり心身に悪影響を及ぼします。病気になっても病院に行く時間が取れない可能性もあります。また、入浴などの介護で腰を痛めるなどの怪我を負うことがあります。

交友関係

- 友達の話についていけない
- 遊ぶ時間がない
- 自分のことを話したくない
- 孤立する

テレビを見たり、ゲームをしたりする時間がなく話についていけなくなります。また、デリケートな問題のため、周囲に相談ができず孤立しがちになります。

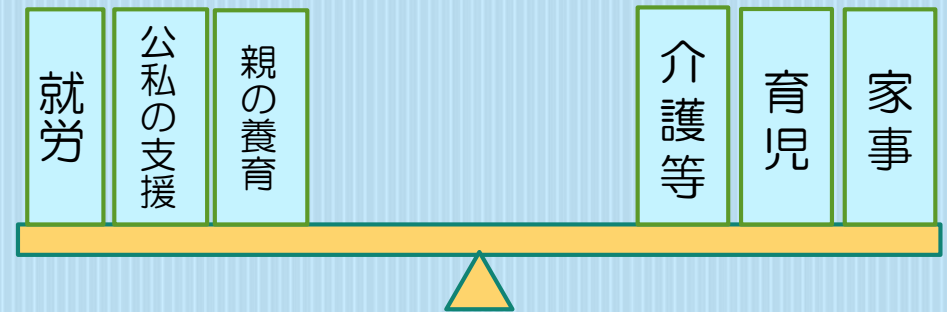


将来に大きく影響する!!

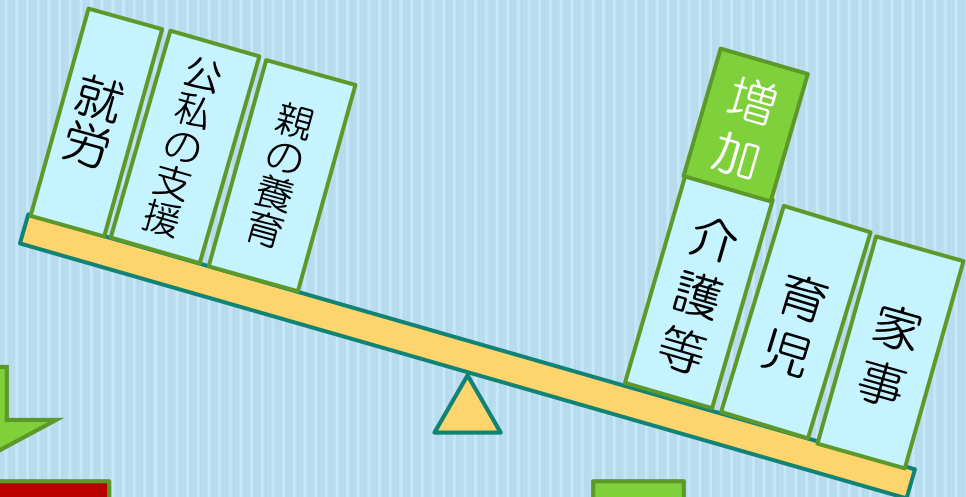


【ヤングケアラーの原因】

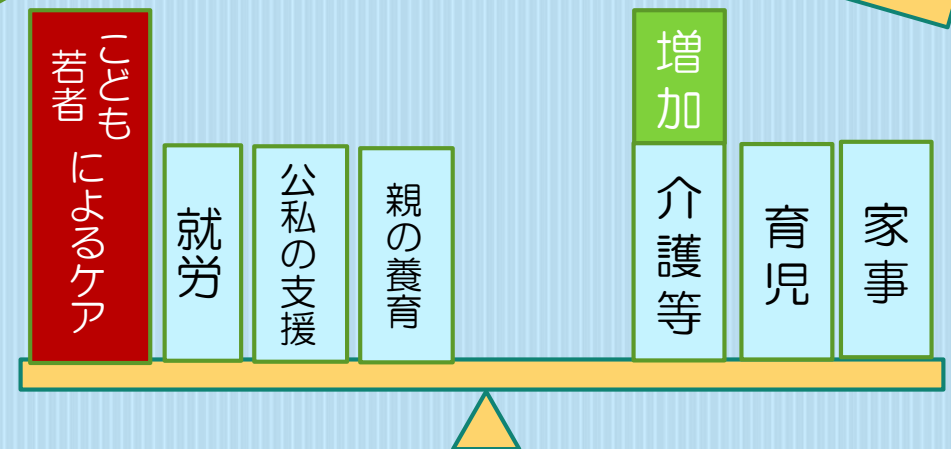
親の就労や行政・親族の支援などにより、バランスの取れた生活ができていれば問題ありません。



しかし、全ての家庭がいつどんな時でもこの状態を続けられるわけではありません。例えば、誰かが病気になったら、家族が必要とするケアが増え、バランスが崩れます。



このバランスを保つために、大人ではなく子どもが家族を支える立場になってしまうと、子どもはヤングケアラーとなります。



【ヤングケアラーが感じていること】

家族のことを誰にも
知られたくない…

今の生活が当たり前

私は困っていない！

可哀想と思われたくない

ケアしていることを
否定されたくない



家族が責められるのは嫌！

独りぼっち…
孤独な気持ち

【ヤングケアラーに気づくには…】

まずは、「ヤングケアラーがいる
かもしれない」と考えることが
大切です!!

【ヤングケアラーに気づくには…】

あなたの周りにこのようなこども・若者はいませんか？

学校以外で見
かける



毎日家事を
している



実際に家族を
ケアしている



【地域のみなさまへ】

ヤングケアラーやその家族と日頃から接する地域のみなさまは、行政機関や支援事業所の支援者よりも身近な存在といえます。

もしヤングケアラーと思われるこども・若者を発見したら、本人に対して気にかけていることを伝え、いつでも相談にのると伝えるだけでも助けになる場合もあります。

■【ヤングケアラーに関わる時のポイント】

★プライバシーに十分配慮する

★本人の意思を確認することなく、本人からの相談内容を家族に伝えることは基本的にしない

★ヤングケアラー本人が何を望んでいるのか、気持ちに寄り添う

【こども・若者たちへ】

💡自分がヤングケアラーかも…と思ったら

平塚市役所こども家庭課に相談してください😊

（電話番号 0463-21-9843）

学校や市役所で直接お話を聞くこともできます。

難しければ、相談しやすい大人に話してみてください。学校の先生、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、親戚の人、民生委員さんなど、誰でも大丈夫です。

他にも、相談窓口があります。

ひとりで抱え込まないで！

【ヤングケアラー相談窓口】

★かながわケアラー電話相談

電話番号：045-212-0581

相談日時：水曜・金曜の10時～20時、
日曜の10時から16時

★かながわヤングケアラー等相談LINE

LINEアプリの検索で、ID「@kana-youngcarer」
を検索して追加してください。

神奈川県ホームページに二次元コードがあるので
そこからも追加できます。

相談日時：月曜・火曜・木曜・土曜の14時～21時

【連絡・相談先】

ヤングケアラーと思われるこども・若者
を見つけた時は、こども家庭課に連絡を
してください

平塚市役所 こども家庭課 こども総合相談担当

TEL：0463-21-9843（直通）



※本資料内のイラストはこども家庭庁のヤングケアラーの
ホームページに掲載されているものを引用しています。