
ヤングケアラーと家族をささえるために

～伴走型支援のあり方と実践について～

特定非営利活動法人 ふうせんの会 常務理事

関西福祉科学大学社会福祉学部社会福祉学科 南 多恵子

1. 本研修の狙い

ヤングケアラー支援においては、子ども本人だけでなく家族も含めて丁寧に寄り添う「伴走型支援」が不可欠です。

今回は、当事者や家族の心に寄り添い継続的に関わることで丁寧に必要な支援につないでいく「伴走型支援」をテーマに、現場の最前線で活動する方々から、実際の実践や大切にしたい視点などをお話しいたします。

(チラシより)

2. 伴走型支援＝「支援」の新しい視点

“課題解決”をする支援とは異なる、別の視点

“つながり続ける”支援＝伴走型支援



図 筆者作成

3. ヤングケアラー・若者ケアラーとは

Young carers = ケアを担う子ども・若者たち

- ・日本では正式な定義はまだない。
- ・日本ケアラー連盟ヤングケアラープロジェクト ホームページより ヤングケアラー
「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」
- ・若者ケアラー
「18歳～おおむね30歳代までのケアラーを想定しています。ケアの内容は子どもケアラーと同様ですが、ケア責任がより重くなることもあります。若者ケアラーには、子どもケアラーがケアを継続している場合と、18歳を越えてからケアがはじまる場合とがあります。」
- ・令和2-3年 国の調査によると、4～6%の存在割合。

4. ヤングケアラーが抱える問題・困りごと（主なものとして…）

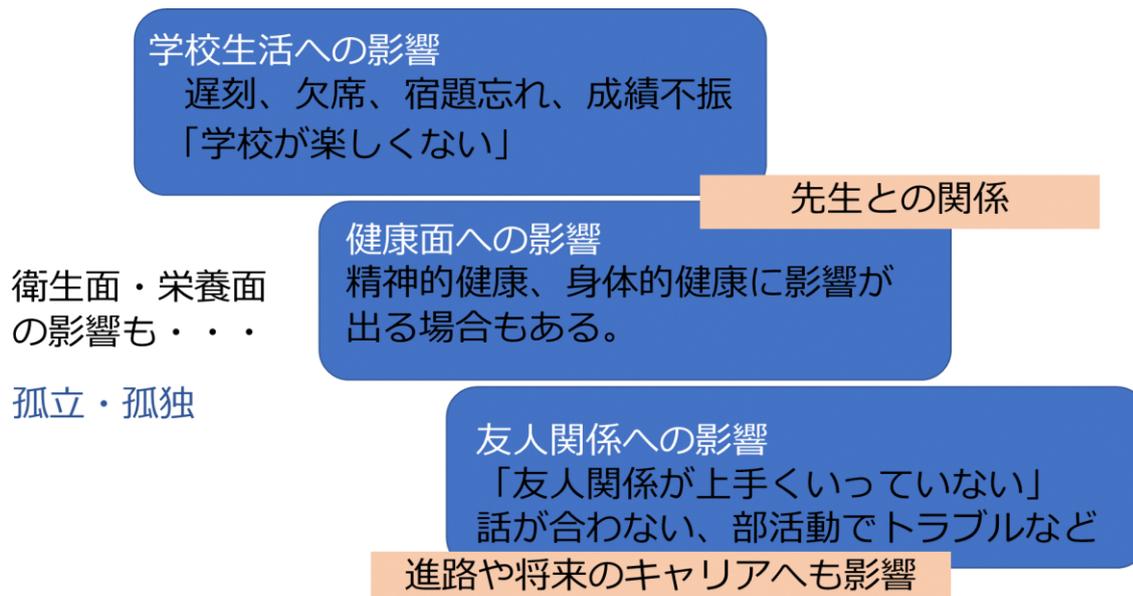


図 大阪公立大学濱島淑恵教授作成

5. ヤングケアラー支援の難しさ

- ①. 自ら SOS を発信しない（できない）
子どもからすれば、自分がしているのは“お手伝い”であり、“ケア”とは認識していない
家庭内のことは、外（周囲の大人たち）に言うことではないと思っていた
- ②. 子どもたちがケアを今すぐやめられるわけではない
子どものケアによる支えもあり、家族は安定している可能性がある。
世帯まるごと支援の必要性

6. 「ケアのためにやりたいことをあきらめずに済むようにしてほしい」を叶える社会に＜ポイント＞

- ① ヤングケアラーの支援は「発見」から。⇒ヤングケアラーは見ようとしないと見えてこない
- ② 異なるニーズの人たちが同じ家庭内で暮らしている。⇒「家族支援」「世帯まるごと支援」の視点
- ③ヤングケアラーは、自分から SOS を言えない存在⇒大人の側から気づく、アプローチする
※ただし、いきなり介入することは NG！
- ④気づいたその後に、つながる先が必要
- ⑤同じ家庭にいる人たちに対し、支援する側で連携し・伴走をする

7. 子どものニーズも家庭のニーズも、どちらもキャッチする

▶双方のニーズに対応していく

【子ども】学習面、健康面、栄養面、同じ経験をした人たちとの出会い、進路相談等

【家庭】福祉や医療等専門職がさまざまな制度、サービスを調整

既に使っているサービスをヤングケアラー視点で見直し等

しかし、*今すぐ解決につながらない

*今すぐの解決は求められていない場合もある

*どうしても埋めることのできない「隙間」は生まれる

8. つながりつづける、その中で課題解決を共に考える

※キーになるのは、子ども、若者と距離を縮める大人の存在※

9. パネラーの皆さんから、最前線のお話をお聞きします

パネラーの皆さんは、それぞれの分野の最前線で、ヤングケアラーおよびご家庭の支援に取り組まれています。また、元当事者の立場で、今は当事者支援に取り組んでおられる方もおられます。

それぞれの実践や経験から見えてくる現場の奮闘、そして、課題をお聞きします。

短い時間ですが、ヤングケアラー支援における伴走型支援を高めていくために、出てきた論点を話し合いたいと思います。



豊中市のヤングケアラー支援について

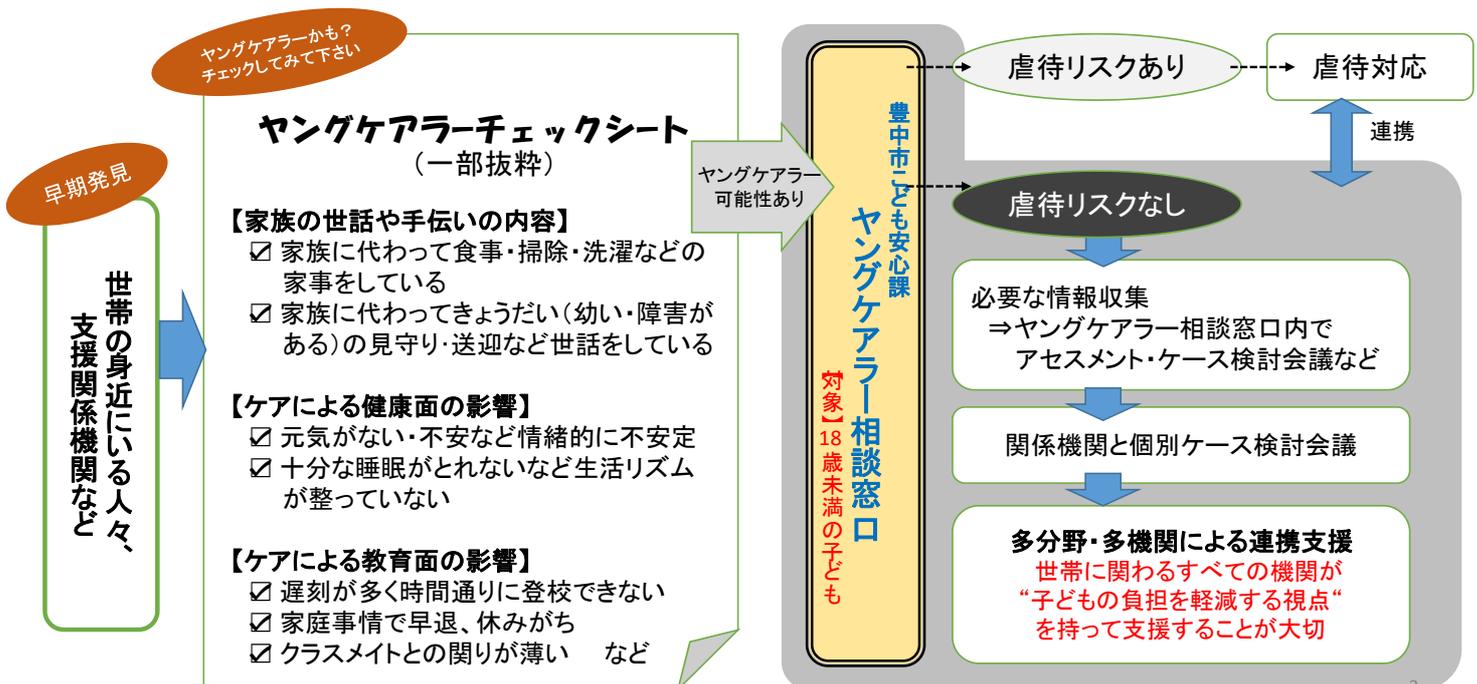
～ヤングケアラー相談窓口の取組から～



令和5年(2023年)12月15日
豊中市こども未来部
こども支援課・こども安心課

1

豊中市のヤングケアラー相談窓口 ☎ 6852-5544



2

YCチェックシート

(※18歳未満の子どもの対象としています)

【豊中市】

当家族のお世話やお手伝いをする事自体に問題はありませんが、重要なのは「不適切なケア」「過度なケア」がケアラー自身の心身の健康・教育・生活面に大きく影響し将来にわたっての深刻な問題に発展する可能性があります。そうした問題を改善していくためには周囲の気づきが欠かせません。早期発見・予防のために是非ともご活用ください。

《作成日》 年 月 日 《作成者》 所属 氏名

《対象者情報》

子どもの名前(フリガナ) _____ 男・女

所属・学校 _____ 生年月日: 年 月 日 (歳)

お世話している家族 _____

子ども本人以外にも、家族のお手伝いやお世話をしている人はいますか いる いない

いる⇒誰ですか ()

家族のお世話をしていることを相談できる人はいますか いる いない

いる⇒誰ですか ()

1. 家族のお世話をしている頻度について

① 時間数 (日): 1H未満 1~3H 3H~5H 5H~7H 7H以上

② 回数 (週あたり): 1~2日 3~5日 毎日 その他 ()

2. 家族のお世話の内容について

① 家族に代わって食事・掃除・洗濯などの家事をしている

② 家族に代わって幼いきょうだいの見守りや送迎などの世話をしている

③ 家族に代わって入浴やトイレ介助などの身体的な介助をしている

④ 家計を支えるためにアルバイトをしている

⑤ 家族に代わって、精神的に不安定な家族の話し相手や障害のある家族のお世話をしている

⑥ 日本語の理解が難しい家族や視力・聴力障害のある家族の通訳や援助をしている

⑦ その他 (気になる状況について) _____

3. 家族のお手伝いやお世話をやりたくない、嫌いなと思う時

① いつも思う ② 時々思う ③ たまに思う ④ あまり思わない

⑤ その他 () _____

4. 家族のお手伝いやお世話から受ける健康面への影響について

① 虫歯治療・予防接種・体調不良などで必要な病院に通院・受診ができていない

② 元気がない・不安そうに見える、はしゃぐ・落ち込むなど情緒的な不安定さがある

③ 給食の食べ過ぎ、コンビニ弁当やおにぎりだけなど偏りがある、または準備ができていない

④ 家族のケアなどで、十分な夜間睡眠がとれないなど生活リズムが整っていない

⑤ 着衣に汚れやシミが残っているなど身だしなみが整っていない

⑥ 特に思当たらない

⑦ その他 (気になる状況について) _____

出典：神戸市 こども・若者ケアラーチェックシート

1/2

ヤングケアラーチェックシート

(※18歳未満の子どもの対象としています)

【豊中市】

5. 家族のお手伝いやお世話から受ける健康面への影響について

- ① 遅刻が多く、時間通りに登校できないことが多い
- ② 家庭の事情で早退することも多く、休みがちになっている
- ③ 遅刻しても、保健室や授業で過ごしていることが多い
- ④ クラスメイトとのかわりが薄く、一人で過ごしていることが多い
- ⑤ 学校(部活含む)に必要なものを用意してもらえない
- ⑥ 急いで下校することが多く部活に参加できない
- ⑦ 保護者の承認が必要書類などの提出遅れや提出忘れが多い
- ⑧ 家庭の事情などで習字旅行や宿泊行事などに参加できないことが多い
- ⑨ 家庭の事情により、進学や就職などの進路に制約がある
- ⑩ 自宅での学習時間が取れず、学力が低下している
- ⑪ 授業に集中できず、ボーとしていることが多い
- ⑫ 特に影響はない
- ⑬ その他 (気になる状況について) _____

6. その他 (観覧も含めて自由にご記入ください)

関係機関の皆様へ

※ 上記チェックシート欄で気になる項目が1つでもある場合には、子どもの思いや丁寧に聞き取り、子どもの負担軽減の視点からも世帯への支援を検討するきっかけにしてください。

※ 豊中市ヤングケアラー相談窓口では、関係機関の皆様と連携して必要な支援の検討・調整などを行います。

【豊中市こども安心課 ヤングケアラー相談窓口】
電話 06-6892-5544 (月)~(金) 9時~17時15分

出典：神戸市 こども・若者ケアラーチェックシート

3 / 2

豊中市版 ヤングケアラーチェックシート

《家族の世話をしている時間や頻度》

1日のうち

- 1時間未満 1~3時間 3~5時間 5~7時間 7時間以上

1週間のうち

- 1~2日 3~5日 毎日 その他



《① 家族の世話の内容》

- 家族に代わって、食事・掃除・洗濯などの家事をしている
- 家族に代わって、幼いきょうだいの見守りや送迎などの世話をしている
- 家族に代わって、入浴やトイレ介助などの身体的な介助をしている
- 家族に代わって、精神的に不安定な家族の話し相手や障害のある家族の世話をしている
- 日本語の理解が難しい家族、視力・聴力に障害がある家族の通訳や援助をしている



《② 家族の手伝い、世話から受ける健康面への影響》

- 虫歯治療・予防接種・体調不良などで必要な病院に通院・受診できていない
- 元気がない・不安そうに見える、はしゃぐ・落ち込むなど情緒的な不安定さがある
- 給食の食べ過ぎ、コンビニ弁当やおにぎりだけなど偏りがある、または準備できていない
- 家族のケアなどで十分な夜間睡眠がとれないなど生活リズムが整っていない
- 着衣に汚れやシミが残っているなど身だしなみが整っていない

《③ 家族の手伝い、世話から受ける教育面への影響》

- 遅刻が多く、時間どおりに登校できないことが多い
- 家庭の事情で早退することも多く、休みがちになっている
- 登校しても保健室や別室で過ごすことが多い
- クラスメイトとの関りが薄く、一人で過ごすことが多い
- 学校(部活含む)に必要なものを用意してもらえない
- 急いで下校することが多く、部活に参加できないでいる
- 保護者の承諾が必要な書類などの提出遅れや提出忘れが多い
- 家庭の事情などで修学旅行や宿泊行事などの参加できないことが多い
- 自宅での学習時間が取れず、学力が低下してきている
- 授業に集中できず、ぼうっとしていることが多い

5

【支援の事例】 ※個人情報の関係上、一部加工しています

① 母と子ども2人(中学生、小学生)の3人世帯

母は発達障害傾向があり家事が苦手。小学生の子は重度の発達障害がある。
中学生の子が家事やきょうだいのケアの多くの部分を担っている事例

② 母と子ども2人(高校生、中学生)の3人世帯

父の死後、母が借金を抱えてメンタルダウンしかけ。中学生の子は不登校がち。
高校生の子が2人のフォローをするなかで、自分自身もしんどくなり、不登校がちになってしまった事例

③ 母子2人世帯

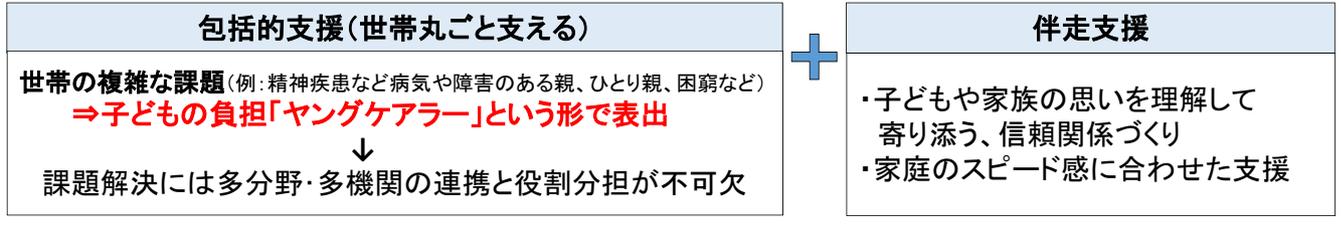
精神疾患のある母(鬱病・パニック障害などがあり精神的に不安定)のメンタルサポート
を担い、母との関係や対応に悩み、自分自身もしんどくなっている事例

6

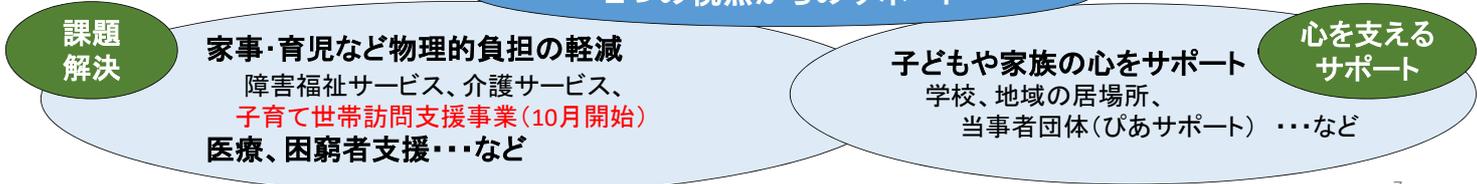
ヤングケアラーと家族への支援



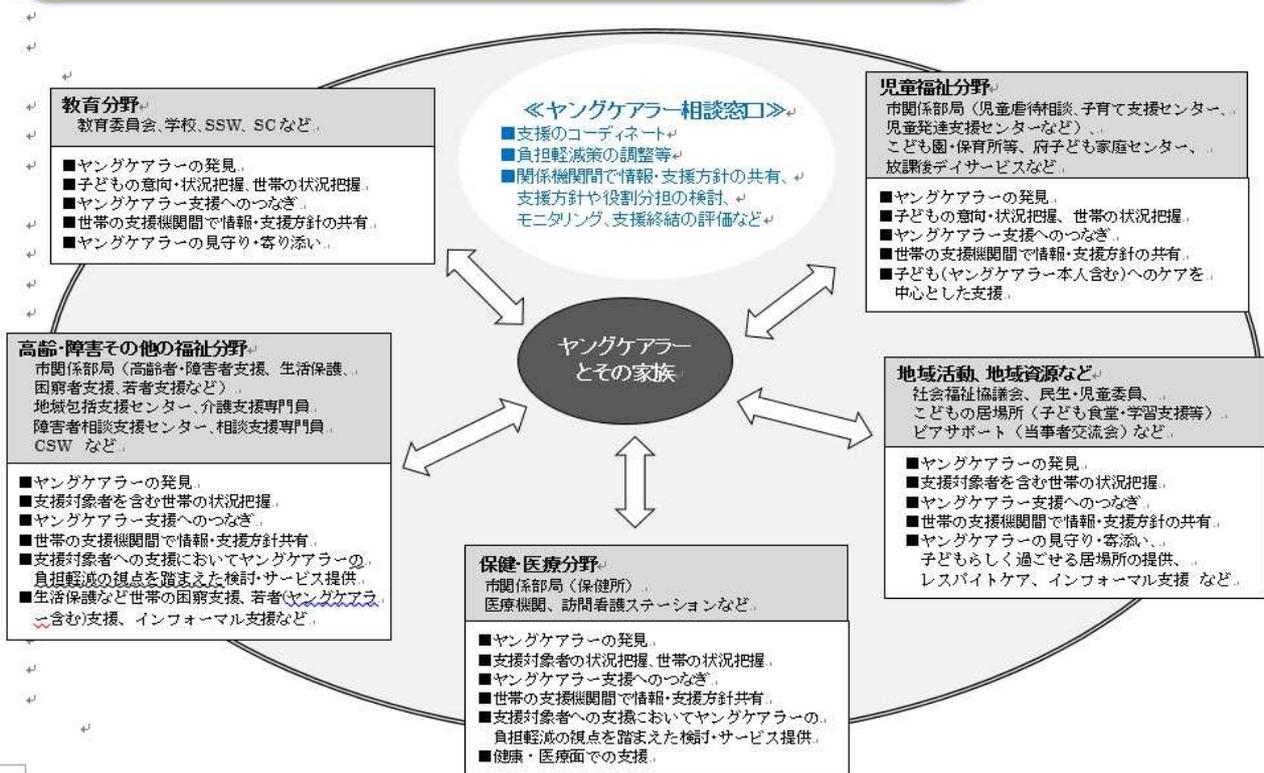
基本的な姿勢



2つの視点からのサポート



ヤングケアラー支援における多分野・多機関の連携支援体制、役割分担など(イメージ)



子どもたちがSOSを出して
誰かに相談するのは難しいかも
しれません

周囲の人がしんどさに**気づい**
て声をかけ、話を聴き、まずは
気持ちを受け止め、相談につな
げていただければ幸いです

子どもたちには、
「**自分**のことも**家族**のことも**大切に**する
方法を一緒に考えたい」と思っている
大人がいることを知ってもらいたいと
思います

皆さんにヤングケアラーのことを
知っていただき、地域で子どもたち
を支え、**子どもも大人も誰もが大切**
にされるまちを創っていきましょう

豊中市こども未来部こども安心課 ヤングケアラー相談窓口
電話 6852-5544 月～金 9時～17時15分