

静岡市のヤングケアラー支援について

静岡市のヤングケアラー支援ガイドラインやアセスメントシートは、静岡市のホームページに掲載しています。



子ども若者相談センター 静岡市



静岡市子ども若者相談センター

054-221-1314

担 当： ヤングケアラー支援窓口

受付時間： 月曜～金曜（土日祝休み）
8:30～17:15

夜間・休日の場合は
「静岡市24時間子ども若者電話相談」へ
TEL: 054-254-6811

ヤングケアラー

いま私たちにできることから



子ども若者を見守るためのハンドブック



静岡市 X



川原地区
社会福祉協議会

ヤングケアラーとは

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子どものことです。静岡市では、39歳の若者までを対象に支援しています。

子どもの権利とは

子どもの権利条約（児童の権利に関する条約）は、世界中すべての子どもたちがもつ権利を定めた条約です。国連総会において採択されたこの条約は、世界で最も広く受け入れられている人権条約です。日本は1994年に批准しています。

子どもの権利は、大きく分けて



生きる権利



育つ権利



守られる権利



参加する権利

の4つが定められています。これらの権利を侵害されている子どもについては、その権利を守るために必要な支援を行い、子どもの権利回復・権利擁護に努めなければならないとされています。

子ども若者を見守るために

あなたの身近でヤングケアラーと思われる子はいませんか。静岡市には少なくとも約5%（本冊子4ページ参照）のヤングケアラーがいると思われます。

本冊子は、子どものどんな様子を見かけたらヤングケアラーの可能性があるのか気になった時には、どこに連絡をすればいいのかそうした疑問に答えるかたちで作成しました。

この冊子では、学生のヤングケアラーに言及する部分が多いものの成人（18歳）したらヤングケアラー問題が解消するわけではありません。年齢に応じて、必要なことは変わってきます。そうした子ども若者を見守る皆さまの道しるべになれば幸いです。

ぜひ最後までご一読ください。

目次

- 02. ヤングケアラー今昔物語
- 04. ヤングケアラーってどこにいるの？
- 06. ヤングケアラーかも？
- 08. 気になる行動の背景には何があるの？
- 10. こんなことに気づいたら
- 12. 静岡市の支援体制
- 14. ヤングケアラー支援の流れ（一例）
- 16. この冊子を手にとってくださった皆さまへ

ヤングケアラー今昔物語



なんかなあ、最近「ヤングケアラー」と言う言葉をよく聞くが、こんなの昔は当たり前のことだったかなあ！



幼い弟、妹の世話はもちろんおつかいにいたり、勉強をみたりなんてのは毎日のことだったし

わしも昔は「画家になりたい」と思って勉強したかったが、苦勞してるおふくろにこれ以上世話はかけられないし、我慢したりあきらめたことは色々あった・・・



一昔前は、物質的には豊かではなかった反面、家族の人数も多く、近所付き合いもあり、人のつながりが強い時代でした。

今は、モノがあふれ豊かになりましたが、世帯人数の減少、近所付き合いの希薄化が進んでおり、近所の子どもを含め、周りの様子を気にかける機会が減っているようです。



でも、人生ってそういうもんだろ？



確かに大変だったこともあったわね。でも、だからこそ、今大変な想いをしている子どもの気持ちができるなら、何かしてあげられたらと思うわね。

私は、みんなでそういう子どもたちを見守ってあげるの大切だと思うわ。できるなら、何かしてあげられたらと思うわね。

でも私たちの周りにいるのかしらね？



昔は、昔なりの子どもの見守り方がありました。今と昔、どちらが良いということではなく、時代に合わせたやり方を模索することが大切です。

ヤングケアラーってどこにいるの？

データで見るヤングケアラー

出典：令和3年 静岡県ヤングケアラー実態調査（静岡市抽出分）

どのくらいいるの？

クラス※に1～2人います (全体 4.8%)

小学生



5.8%

中学生



4.9%

高校生

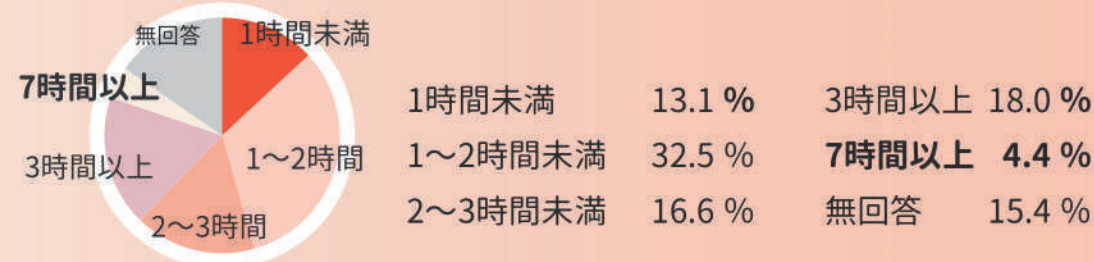


4.0%

※ 小学生35人学級、中高生40人学級を基準とする

どのくらいの時間を費やしてるの？

放課後の時間をあてています



だれの世話をしているの？

幼いきょうだいの世話をしています

祖父母



27.7 %

父親



12.5 %

母親



27.5 %

(幼い)
きょうだい



47.1 %

(複数回答)

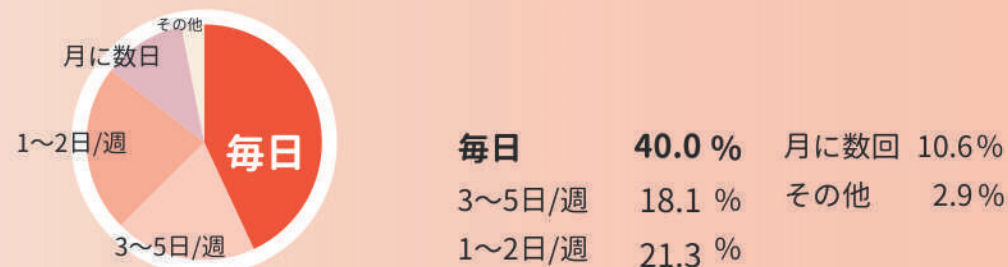
※ 原文のまま載せています

当事者の思い（自由記述 抜粋まとめ）

- ・ 相談しようと思っても勇気が出ない。
- ・ このことを友達や先生に話すのは正直言いにくい。
- ・ 頑張ってる世話をしていることを認めてほしい、ほめてほしい。
- ・ しんげんに話をきいてもらいたい。気持ちを理解してほしい。
- ・ 話したことを信じてほしい。

どのくらい世話をしているの？

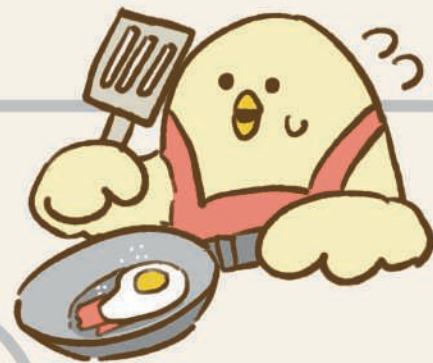
毎日やっている子が多いです



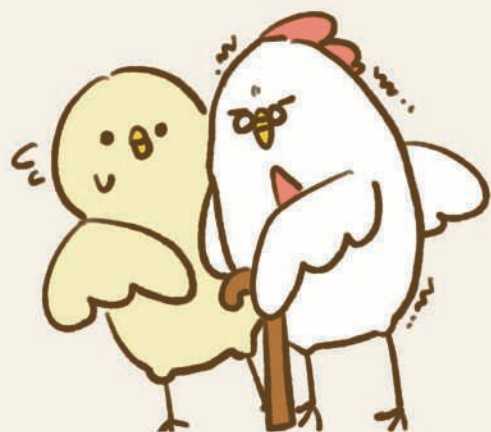
当事者が周りの大人にしてほしいこと（自由記述 抜粋まとめ）

- ・ ひとりで休める場所、休める時間、自由に使える時間がほしい。
- ・ 勉強を教えてほしい。
- ・ 相談できる場所がほしい。
- ・ 優しく接してほしい。見守ってほしい。
- ・ 自分がしている世話を手伝ってもらいたい。

ヤングケアラーかも？



病気や障がいのある家族のために
買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



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



日本語が話せない家族や
障がいのある家族のために通訳をしている



幼いきょうだいの世話や
病気や障がいのあるきょうだいの
見守りをしている



心が不安定な家族の話の聞いたり
世話をするなどの対応をしている

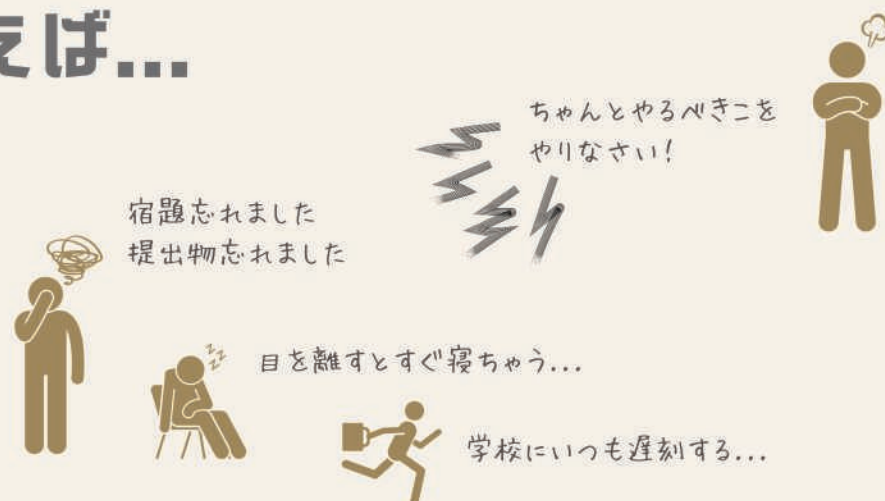


病気や障がいのある家族の
身の回りの世話や看病、介助をしている

こんな子ども若者はいませんか？

気になる行動の背景には 何があるの？

例えば...



本人の努力では解決できないことが あるかもしれません

「忘れ物が多い」「授業態度が悪い」「学校に来ない」ことなどは、教育的視点から見れば指導の対象ですが、忙しそうな家族に「これを書いてほしい」と言い出せない、家族のケアを理由に十分に睡眠を取ることができず学校に遅刻・欠席する、休んだきょうだいの面倒を見るために家にいるなど、学校生活に深刻な影響が出てしまっているヤングケアラーもいます。



しっかりしているから大丈夫、 とも限らない

ヤングケアラーは、年齢や成熟度に見合わない重すぎる責任や作業をしていることがあります。自身の成長につながる面もありますが、家でも学校でも「しっかりもの」として見られているからこそ、誰にも相談できず、問題を抱え込んでしまうということもあります。

気づくことは、実際、難しい...



ヤングケアラーは、家庭内の問題のため、表にはなかなか表れません。小さいころから家族をケアするのが当たり前の環境にある場合もあり、子ども若者自身やその家族がヤングケアラーであると認識していないことがあります。また、家庭内の問題だから隠したいと考えたり、あるいは家族から口止めされている場合もあります。



じゃあ、どうしたら...

子ども若者自身のふるまいから 家族全体をとらえる視点が重要です

ヤングケアラーが抱える問題は、家族の抱える様々な課題が関係し合っている、複合化しやすいという特徴があります。

そのため、子ども若者がヤングケアラーの状態におかれている背景を把握し、その心理的、肉体的負担を少しでも軽減していくために、家族全体をとらえる視点が重要です。



こんなことに気づいたら

「★」がついている項目は特にヤングケアラーである可能性が高い

健康に暮らせているかな？

- ★ ☐ 必要な病院に通院・受診できない、服薬できていない
- ★ ☐ 精神的な不安定さがある
- ★ ☐ 食事の際、過食傾向がみられる

(その他気になる点)

- ☐ 生活リズムが整っていない
- ☐ 眠そうにしている
- ☐ 表情が乏しい
- ☐ 家族に関する不安や悩みを口に出している
- ☐ 過度に太っている・太ってきた
- ☐ 極端に痩せている・痩せてきた
- ☐ 虫歯が多い
- ☐ 将来に対する不安や悩みを口に出している
- ☐ 身だしなみが整っていないことが多い(髪・服装・臭い・清潔感がない)



教育を受けられているかな？(18歳未満)

- ★ ☐ 欠席が多い 不登校
- ★ ☐ 遅刻や早退が多い
- ★ ☐ 保健室で過ごしていることが多い
- ★ ☐ 学校に行っているべき時間に、学校以外で姿を見かけることがある

(その他気になる点)

- ☐ 学力が低下している
- ☐ 授業中の集中力が欠けている
- ☐ 居眠りしていることが多い
- ☐ 宿題や持ち物の忘れ物が多い
- ☐ 学校納入金が遅れる、未払い
- ☐ 修学旅行や宿泊行事を欠席する
- ☐ 部活に入っていない、休みが多い
- ☐ 学校(部活)に必要な物が用意してもらえない
- ☐ 弁当を持ってこない、市販のパンやおにぎりを持ってくることが多い
- ☐ 保護者の承諾が必要な書類等の提出遅れや提出忘れが多い
- ☐ クラスメイトとのかかわりが薄い、ひとりであることが多い



みんなで見守っていきましょう



子ども若者相談センターにお電話いただければ、気になるふるまいの背景に何があるか、今後どのように子ども若者と関わっていけばいいのか、を一緒に考えていくことができます。

校内のスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーなどと情報共有しながら、子ども若者を見守っていきましょう。



大切なのは本人の気持ちに寄り添うことです

気になるふるまいに気づいたときに一番悩むところは
「どの段階でどのように声をかけていくか」
だと思います。

本人の自覚のあるなしや、恒常的なのか突発的なのかによっても、子ども若者との関わり方は変わってきます。
センターと一緒に一番いいサポートを考えていきましょう。



静岡市の支援体制

地域住民のみならず、教職員の方も、気になる子ども若者を見かけ、どうしようと思ったら「静岡市子ども若者相談センター」に相談してください。

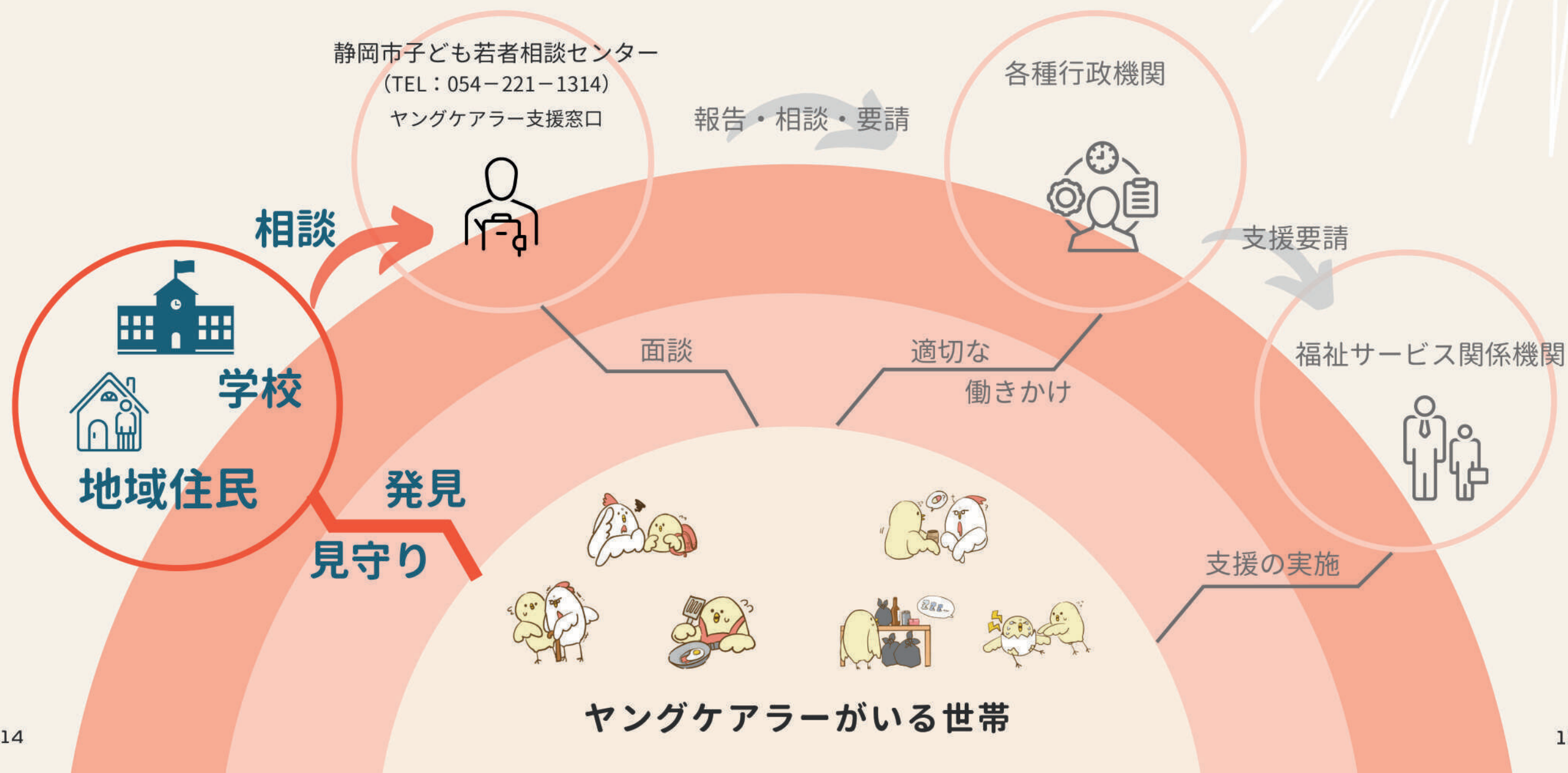
どのように見守っていけばよいか、一緒に考えましょう。

子ども、若者、家庭によって状況が違うので、どの機関が支援に入るかはセンター側が検討します。**異変をキャッチした人が解決までのすべてに責任を負う必要はありません。**相談した人のプライバシーは保護されますので、気軽に相談してください。



ヤングケアラー支援の流れ（一例）

「静岡市子ども若者相談センター」へと相談が入った場合、必要な支援が行われるように、ヤングケアラー支援窓口が関係機関との連絡調整を行います。
知らせてくださった方は、引き続き子ども若者の変化を気にかけていただけるとありがたいです。こちらからご連絡をさせていただくことがあります。



この冊子を手にとった皆さまへ

あなたのことを気にかけているよ、と伝えてください

ヤングケアラーやその家族と日頃から接する学校や地域、教職員の皆さまは、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るでしょう。

もしヤングケアラーと思われる子ども若者に気づいたら、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。

また、ヤングケアラーは本人の成長やケア対象者の状況の変化に伴い、ケアに対する負担感にも変化が生じる場合があります。日頃子ども若者と接する中で変化に気づいた際など、気になる点があれば、ぜひ「静岡市子ども若者相談センター」にご連絡ください。

お手伝いとの違いとは？

お手伝いは、成人した誰かの監督のもと、子どもが自主的に、自分の意志で行うことです。お手伝いは子どもの「権利」であり、やりたくなければ親が代わることも可能です。

それに対して、ヤングケアラーの担うケアは、自分の意思では決めることができず、やらなければならない状況（義務）にあるものもあります。「やりたくない」という選択肢が存在しない状況です。周りからは、大きな負担に見えるかもしれません。

とはいえ、それを嫌だと思っていないヤングケアラーもいます。当事者にしかわからない気持ちもあります。ヤングケアラーひとりひとり、様々な思いを抱えています。その思いや行動を受け止め、見守ることが重要です。

参考資料 ヤングケアラー支援ガイドライン, 静岡市, 令和5年3月
ヤングケアラー福読本, 一般社団法人ヤングケアラーサロンネットワーク, 令和5年1月
「日本財団ヤングケアラーと家族を支えるプログラム」, 公益財団法人日本財団
<https://www.nippon-foundation.or.jp/what/projects/youngcarer> (参照: 令和5年8月15日)

ヤングケアラー いま私たちにできることから 子ども若者を見守るためのハンドブック

令和6年6月発行

監修・発行 静岡市子ども未来局青少年育成課 子ども若者相談センター
〒420-8602 静岡県静岡市葵区追手町5-1 静岡庁舎本館1階

編集 川原地区社会福祉協議会
〒421-0113 静岡県静岡市駿河区下川原6-1-6
<https://www.kawaharacsw.com>



さいごに



静岡市子ども若者相談センター

このハンドブックがヤングケアラーへの理解が深まるきっかけとなれば幸いです。特別なことをする必要はなく、普段何気なくしている声かけ等を継続して行うことも立派な支援になります！できることから始めてみましょう。



川原地区社会福祉協議会

子どもは、様々な人や出来事に触れることで心豊かに育ちます。地域で子どもを見守ることは、地域の未来をはぐくむことに他なりません。ここはいいところだな、と子どもが思える地域社会を創っていきましょう。