

子どもが子どもでいられる街に。

# ヤングケアラーに気付いてほしい

申問健康増進課 ☎51-6734

「ヤングケアラー」とは、**本来大人が担うと想定されるような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。**責任や負担の重さにより、**学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。**

## ヤングケアラーって？



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。

家族のために頑張らないといけなけれど、なんだか辛いなあ。

### ■そんなときは

一人で頑張らないで信頼できる相手に相談してみましょう。  
周りの人に相談しにくいときは子育て世代親子支援センター(51-6734)にご相談ください。



(厚生労働省ホームページより引用)

## アンケート調査を実施しました

市では、ヤングケアラーと思われる子どもに早く気づき、適切な支援につながるよう、各関係機関との連携を推進していくため、昨年度に市内小・中学校、高校、居宅介護支援事業所、特定相談事業所にアンケート調査を実施しました。

### ◆アンケートに寄せられた意見◆

- ▶ 家庭内のことなので問題が表に出にくいし、把握しにくい
- ▶ 子ども自身が問題を認識しておらず、周りに相談できないのではないかなど
- ▶ これまでヤングケアラーについて意識して関わってこなかったため分からないなど

ヤングケアラーは、本人や家族に自覚がなかったり、家庭内で起きている出来事のため、周囲から気付かれにくいことが多いとされています。  
誰しもがヤングケアラーの当事者や関係者になる可能性があることを認識することが、早期発見につながります。

## ヤングケアラーは「ふつうのこと」？

家族の手伝い・手助けをするのは「ふつうのこと」と思うかもしれませんが、でも、学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じるほどの重い負荷がかかっている場合は、すこし注意が必要です。



家事手伝いでの遅刻や早退



成績に影響が出たり…



からだに不調が出たり…



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・友達など、信頼できる相手に相談してみましょう。

(厚生労働省ホームページより引用)



授業に集中できなくなったり



こころの不調や悩みごとが増える

子どもが家庭で担う手伝いや家族の世話は、思いやりや責任感を育む大切な機会になりますが、学校生活に支障が出たり、心や体に不調を感じている場合には、支援が必要なこともあります。

## 私たちにできること

- 市民一人一人がヤングケアラーに関心を持ち、子どもの心や体の不調に気付いてあげましょう。
- 地域活動や仕事などでヤングケアラーに気付いた時は、話を聞くなどし、必要に応じてご相談ください。

厚生労働省の特設ホームページでも、さまざまな相談先を紹介しています。

ホームページ <https://mhlw.go.jp/young-carer/>

ヤングケアラー 検索