

# ヤングケアラーについての理解の研修

研修日 年 月 日

# ヤングケアラーについての理解の研修

参考資料:厚生労働省【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(令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業)の周知への御協力について】

<https://www.mhlw.go.jp/content/000932685.pdf>

参考資料: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対する調査研究】

[https://www.murc.jp/wpcontent/uploads/2021/04/koukai\\_210412\\_7.pdf](https://www.murc.jp/wpcontent/uploads/2021/04/koukai_210412_7.pdf)

参考資料:東京都【ヤングケアラー支援マニュアル】

[https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/youngcarer.files/youngcarer\\_manual.pdf](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/youngcarer.files/youngcarer_manual.pdf)

近年問題視されはじめた「ヤングケアラー」少しずつ認識されはじめてきています。

しかしまだよく理解できていないといった声も多く聞かれます。

この研修でヤングケアラーについての理解をしていきましょう。

## ヤングケアラーとは

病気や障がいを抱える家族などのケアを日常的に行う  
18歳未満の子供の事をいうんだ



### 【ケアといっても介護だけではない】

ケアというと介護のイメージがわきやすいですが、大人がおこなうような家事や労働も該当します。

### ヤングケアラーが行うケアの内容

- ・家事
- ・金銭管理(支払いなど)
- ・家計支援(労働・アルバイト)
- ・通院介助
- ・医療的ケア(胃ろうの準備など)
- ・身のまわりのケア(おむつ交換など)
- ・家族の代わりに兄弟の世話

公立中学2年生のうちおよそ17人に1人がヤングケアラーであり、公立の全日制高校2年生のうち24人に1人がヤングケアラーです。



つまりヤングケアラーは中高生のうち1クラスに1~2人存在しているのね

## なぜヤングケアラーが生まれるのか？

ヤングケアラーがうまれてしまう背景には、核家族化や離婚率の上昇などがあるようです。そのような状況で大人が家庭内で家事・介護などにかかる時間がすくなくなっています。そのため子供にケアの負担がかかってしまうといった事があげられます。

経済的なきびしさにより介護施設に入所といった選択肢がなくなるなどの様々な原因があるんだ。



## ヤングケアラーが受ける影響

ヤングケアラーにとってケアは生きがいになっている場合もあります。

ケアを行うこと自体が悪いわけではありません。

しかし問題となるのは過度なケアや長時間のケアなどを行うことでさまざまな影響が出てしまうことです。

過度な負担は健康面・学習面で問題になる可能性があるんだよ



## 【学業への影響】

家事やケアに多くの時間がとられてしまう事で勉強に集中できない事があります。

睡眠時間がすくないことから授業中に寝てしまう、勉強についていけなくなり進学ができなくなるケースもあります。

## 【子供同士からの孤立】

友人関係の影響があります。

友人と遊ぶ時間がないため同世代とのコミュニケーション不足に悩まされてしまい孤立してしまう事もあります。

また、介護などのつらさを経験がない友人に話をしても理解をしてもらえないジレンマも発生してしまいます。

## 【健康への影響】

生活リズムが壊れ体調を崩してしまったり、睡眠が充分にとれず成長に影響がある場合もあります。

また、常にストレスを感じていて心の疲れが取れないといった事も起こります。

## 【進路への影響】

自分ができると思う事の範囲や可能性を狭めて考えてしまう。

もしくは思い描いている夢を変更してしまうといった事もあります。

## ヤングケアラーの課題

介護保険サービスなど利用すれば解決できるケースもあります。

しかし、ほとんどのヤングケアラーは介護保険などの制度の事や申請の仕方など知りません。

保険制度などを利用するには申請されてはじめて利用ができるため、ヤングケアラーにとって十分に機能していないという現実があります。

また介護保険申請をしても金銭的な問題からサービスを受けられない、また保険制度で行き届かないところをヤングケアラーが行っている事もあります。

### 【本人が無自覚】

子供自身がヤングケアラーという認識をしていないことがあるんだ



自分をかわいがってくれたおじいちゃん・おばあちゃんのお世話をするのが好き。

しかしだんだんと過度な介護になっており、本来であれば外部の支援が必要なレベルになっているが、本人はそれをあたりまえだと思っている。

### 自覚がないケース

- ・大好きな祖母のためケアをはじめる
- ⇩
- ・だんだんと長時間のケアになる
- ⇩
- ・本来であれば外部の支援が必要なレベルに...
- ⇩
- ・しかし本人に自覚はない

## 【ヤングケアラーへの理解不足】

まわりの大人達のヤングケアラーへの認知度が低い、また社会問題という意識が現状ではまだ低いことがあげられます。

まわりで家族のケアをしている子供に対して『手伝いをしている偉いね』で片づけられてしまう風習があり、見過ごされてしまう。

家族が協力をしているからと判断し安心してしまうとだれからも気づかれることなく問題が深刻化してしまう事になります。

また、がんばってるねと言われると子供は悩みや不満をいづらくなってしまう。

## 【発見しても相談先がわからない】

周囲の人がヤングケアラーを発見してもどこに相談すればいいのか相談先がわからないといったこともあります。

## ヤングケアラーへの支援への取り組み



国はヤングケアラーに対しての支援はしていないのかしら??

国は自治体に対して補助金をだし、支援体制を構築させているんだ



## 支援の取り組み

- ・ヤングケアラー支援体制強化事業
- ・ヤングケアラーコーディネーターの配置
- ・オンラインサロンの運営・支援
- ・ピアサポート等相談支援体制の推進

### 【ヤングケアラー支援体制強化事業】

ヤングケアラーの支援では様々な分野の機関から手をさしのべていくことが重要といわれています。

それは子供が自分からSOSを発信することはまれだからです。

ヤングケアラーに気づく体制を構築するために関係機関に対して研修の支援をしています。

機関向け研修は当事者だけでなく周囲にいる人たちの認識を変えとりくみも行い『手伝いを  
していて偉いね』といった【当たり前】とされてきた認識を変えています。

## 関係機関(福祉・介護・医療・教育)

- ・訪問介護員(ヘルパー)
- ・学校
- ・病院
- ・福祉事務所
- ・児童相談所
- ・地域包括ケアセンター
- ・民生・児童委員など



訪問介護員(ヘルパー)も入っているのね

## 【ヤングケアラーコーディネーターの配置】

### 〈ヤングケアラーコーディネーターとは〉

ヤングケアラーの支援と関係機関へ繋げることを目的とした専門家です。

相談を受付けるほか、ヤングケアラーと思われる子どもを見かけたという方からの連絡を受け、実態把握や支援の充実に努めます。

ヤングケアラー支援強化のため各自治体でヤングケアラーコーディネーターの配置がすすんでいます。

※各自治体によって配置場所は異なります。

### ヤングケアラーコーディネーターまとめ

- ・ヤングケアラー相談支援の専門家
- ・適切な福祉サービスにつなげる窓口
- ・本人・家族からの相談の受付をする
- ・ヤングケアラー発見の連絡を受け状況の把握をする

## 【オンラインサロンの運営・支援】

ヤングケアラーは相談する人がいないため孤独を感じてしまう事があります。

そこで自治体はヤングケアラー向けにオンラインサロンの運営を進めています。

このようなオンラインサロンでは顔をださない・ニックネームでの参加も可能といったところがほとんどです。

### オンラインサロンの目的

- ・ヤングケアラー同士が悩みを共有
- ・元ヤングケアラーの話を聞く事ができる
- ・孤独を感じさせない
- ・気軽な雰囲気です話をして息抜きができる



## 【ピアサポート等相談支援体制の推進】

### 〈ピアサポートとは〉

ピアサポートとは仲間同士の助け合いといった意味です。

ピアサポート等相談支援体制の推進ではオンラインサロンや悩み相談・支援などを行う民間団体に対し支援体制の強化を行っています。

## 訪問介護職ができる事は？

訪問介護のヘルパーやケアマネジャーは自宅訪問があるためヤングケアラーに接する事が多くなっていきます。

私たち介護職が訪問した際に家族に過度にケアなどの負担がかかっていないかなどちょっとした気づきで問題が解決するかもしれません。

介護される側だけの目線に立つだけでなく介護する側の目線になる事も重要です。

そのためにも私たち一人一人がヤングケアラーについて正しく学び理解を深めていきましょう。

また必要であればヤングケアラーコーディネーターや相談窓口につなげる事も大切です。

## 【気づくポイントチェック】

### チェックポイント例

#### 【子供の様子】

- 訪問時いつも家事洗濯をしている
- 家族の介護・きょうだいの世話をしている
- 家計を支えるためアルバイトをしている
- 疲れている様子や精神的な不安定さがある
- 学校に行っている時間に自宅にいる
- みなりが整っていない
- 自分のことを話したがない
- 家族の顔色をうかがっている

#### 【保護者家族の様子】

- 経済的に困窮している
- 家事援助など必要なサービスを入れたがない

## 【ヤングケアラーから相談された場合の注意点】

訪問時にヤングケアラーから困りごとなど相談されるケースも今後あるかもしれません。

ヤングケアラーは家族の期待に応えたいためにケアを行っていることがあります。

そのためケアをおこなっている事を否定しないようにしましょう。

本人の状況をみとめたうえでいつでも助けをもとめていいとかほかの選択肢がある事を伝えていく事が大事となります。

また、支援が必要な家族がいる事を周囲にしられたくない子供もいる為配慮も必要です。

ヤングケアラーの気持ちを尊重した上で対応しなければ、せっかく勇気をだして周りに相談しても、心を閉ざしてしまう可能性もあるため、慎重な対応を心がけましょう。

また、【ヤングケアラー】という言葉のつかい方にも気をつけましょう。本人家族にとってショックとなる場合もあります。

## ヤングケアラーの相談先

・ヤングケアラーコーディネーター 各自治体に問い合わせください

・24時間子供 SOSダイヤル(文部科学省) こどもの SOS 全般について 24時間いつでも相談できます。0120-0-78310

<https://www.mext.go.jp/ijime/detail/dial.htm>

・児童相談所専用ダイヤル 子供の福祉に関する様々な相談を 24時間受け付けています。0120-189-783

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/kodomo\\_kosodate/zisouichiran.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/kodomo_kosodate/zisouichiran.html)

## まとめ

ヤングケアラーがケアをする事が悪いといった問題ではなくヤングケアラーが安心して相談できる環境をつくっていく事が今後重要となりそうです。

そのためにも私たち介護職員は制度をしっかりと理解し普段からヤングケアラーに気づけるように意識しておく事が大切です。