

埼玉県立大学研究開発センターシンポジウム2023  
子どもの最善の利益の実現を目指して

# ケアを担う子どもたち ヤングケアラーの理解と支援

～子どもが子どもでいられるように～

埼玉県立大学 共通教育科  
上原 美子

はじめに

# 子どもの背景及び情報をキャッチ

- 授業中の様子
- 毎日の健康観察
- 健康診断・発育測定
- 救急処置
- 健康相談
- 登下校の様子
- 友達関係
- 学校行事への参加

子どもの小さな変化に  
気づく目



子どもの日常が  
わかっていないと  
できないこと



ヤングケアラーとは

# ヤングケアラーとは

- ・ 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。

(日本ケアラー連盟 ヤングケアラープロジェクトによる定義)

- ・ 家庭で代行的・情緒的ケアなど多様なケアを行い、過重な役割と責任を担っている18歳未満の子ども。  
彼らは家族を維持する努力をする中で、複雑な感情を抱きつつも、自分が置かれた状況に無自覚な場合がある。

(埼玉県立大学ケアラープロジェクトによる定義)



# ヤングケアラーとは

## (家族の介護等を担う子ども)

大人に代わって日常的に家事や家族の世話などを行うことにより、通学や勉強・友達と遊ぶ時間が十分にとれない状況にある子どものことです。



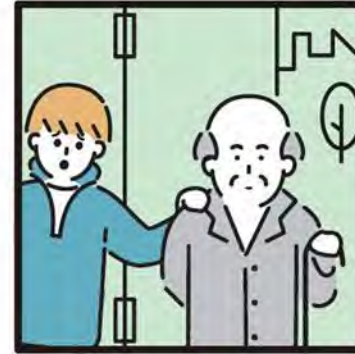
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



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。

# ヤングケアラーとは

見ようとしても、見えにくい存在 = 見過ごされる

- 「子ども」に隠れてしまう

子どもがケアをしているということが想定外。背景になってしまう

- 「家族」に隠れてしまう

ケアは家族がするものという考え方。社会の期待（サービス設計）

- 「ケア・介護」「病気・障害」に隠れてしまう

他人に知られたくない。差別偏見。普通でいたい

＊福祉のシステムのすき間に落ちる



# 子どもがケアをする 社会的背景



# 家族のかたち、家庭生活の変化

## 家族のかたち、家庭生活の変化

### ●世帯人数の減少

- ・全国平均は **2.21** 人、東京では 1.92 人世帯

(総務省：令和2年国勢調査)

### ●共働き世帯の増加

- ・2019年 共働き **1245**万世帯、専業主婦 582万世帯

\* 1997年は共働き 949万世帯、専業主婦 921万世帯

(総務省：令和2年国勢調査)

### ●家事・育児にかかる時間

- ・共働き世帯：夫 46分、妻 4時間54分
- ・専業主婦世帯：夫 50分、妻 7時間56分
- ・6歳未満の子どもを持つ世帯

：夫 1時間23分、妻 7時間34分

(総務省：平成29年社会生活基本調査)

## ケアを要する人の増加

### ●高齢者の増加 ・2021年の高齢者数は **3640** 万人

### ●障害のある人の増加

- ・障がい者数は **964.7** 万人 (平成18年版 655.9万人)

身体：436万人、知的：109.4万人、精神：419.3万人

人口の約7.6%の人に何らかの障がいがある

うち入所・入院している人は約21%

(内閣府：令和3年版障害者白書)

## ケアラーの現状

### ●介護や看護のために仕事を辞める人は年間約 **10** 万人

- ・うち、女性が約7万5千人で8割 (総務省：平成29年就業構造基本調査)

- ・主たる介護者の約7割は家族

35%は男性介護者 (1989年は16.6%)

(厚生労働省：令和元年国民生活基礎調査)



# ヤングケアラーの実態

全国の調査結果から



# ヤングケアラーに関して全国で実態調査

(厚生労働省実施・文部科学省と協議)

## 小学6年生調査 (2022)



回答方法：学校に郵送・配付、自宅にて回答のうえ郵送

実施時期：令和4年1月

回収状況：9,759人

(日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022)

## 中学2年生・高校2年生調査 (2020～2021)



回答方法：学校を通じて案内し、Web上で回答

実施時期：令和2年12月～令和3年1月

回収状況：中学2年生 5,558人、全日制高校2年生 7,407人  
定時制高校2年生相当 366人、通信制高校 446人

(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021)

## クラスに1～2名はヤングケアラーがいる

- 小学6年生の**6.5**% (男子6.3%、女子6.4%) • 中学2年生の**5.7**%
- 全日制高校2年生の**4.1**%、定時制高校2年生相当の**8.5**%、通信制高校の**11**%



# 1 幼いきょうだいの ケアが最も多い

●小学 6 年生 **71.0** %

理由 幼い 73.9%、知的 4.9%、  
要介護 3.8%、病気 2.9%  
\*わからない 8.5%

●中学 2 年生 **61.8** %

理由 幼い 73.1%、知的 14.7%、  
身体 5.6%、精神 4.6%

●高校 2 年生 **44.3** %

\*定時制 41.9%、通信制 42.9%

理由 幼い 70.6%、知的 8.1%、  
身体 6.6%、精神 1.5%

# 2 ついで父母が多く、 年齢とともに増える

●小学 6 年生  
母親 **19.8** %、父親 **13.2** %  
(計 33.0%)

理由 精神・依存症 11.6%、  
日本語苦手 10.9%、身体 8.0%  
\*わからない 33.3%

●中学 2 年生 父母 **23.5** %

理由 身体 20.0%、精神・依存症 17.3%、  
高齢 13.3%

●高校 2 年生 父母 **29.6** %

\*定時制 35.5%、通信制 32.7%

理由 身体 15.4%、精神・依存症 14.3%、  
高齢 13.2%

# 3 祖父母のケアは 高校生でぐっと増える

●小学 6 年生  
祖母 **10.3** %、祖父 **5.5** %  
(計 15.8%)

理由 高齢 63.0%、要介護 21.0%、  
認知症 19.8%

●中学 2 年生 祖父母 **14.7** %

理由 高齢 80.9%、要介護 27.7%、  
認知症 19.1%

●高校 2 年生 祖父母 **22.5** %

\*定時制 16.1%、通信制 22.4%

理由 高齢 76.8%、要介護 33.3%、  
認知症 23.2%



## ケアを開始した時期



### ●小学 6 年生でケアしている児童

～6歳 17.3%、7～9歳 30.9%、  
10～12歳 40.4%



### ●中学 2 年生でケアしてる生徒

就学前 8.8%、小学校低学年 16.3%、  
小学校高学年 34.2%、中学校以降 12.5%



### ●全日制高校 2 年生でケアしている生徒

就学前 6.2%、小学校低学年 9.4%、  
小学校高学年 13.0%、中学校以降 37.8%

## ほぼ毎日ケアをしている児童・生徒が多い

	ほぼ毎日	週に 3～5 日	週 1～2 日	1 か月に数日
小学6年生	52.9%	16.0%	14.4%	5.5%
中学2年生	45.1%	17.9%	14.4%	4.7%

## 平日も 3 時間以上ケアをしている児童・生徒がいる

### ●小学 6 年生：平日の平均時間 **2.9 時間**

3 時間未満 52.4%、3～7 時間 22.8%、  
7 時間以上 7.1%

### ●中学 2 年生：平日の平均時間 **4.0 時間**

3 時間未満 42.0%、3～7 時間 21.9%、  
7 時間以上 11.6%

## 休日はケアする時間が増える

### ●埼玉県の高校 2 年生の場合

平日

1 時間未満 40.4%、1～2 時間未満 27.4%  
2～4 時間未満 16.4%、4～6 時間未満 2.4%  
6～8 時間未満 2.4%、8 時間以上 1.5%

休日

1 時間未満 26.8%、1～2 時間未満 24.9%  
2～4 時間未満 19.4%、4～6 時間未満 **8.9%**  
6～8 時間未満 **6.1%**、8 時間以上 **6.7%**

(埼玉県：ケアラー支援計画のためのヤングケアラー実態調査 2020)



# ヤングケアラーの課題



## ケアのためにやりたくてもできないこと

- 小学6年生
- ・自分の時間がとれない — 15.1%
  - ・友だちと遊ぶことができない — 10.1%
  - ・宿題や勉強をする時間がない — 7.8%
  - ・寝る時間がたりない — 6.7%
  - ・遅刻・早退をしてしまう — 3.9%
  - ・学校に行きたくても行けない — 3.2%
  - ・習い事ができない — 1.0%



(日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022)

- 中学2年生
- ・自分の時間がとれない — 20.1%
  - ・宿題や勉強をする時間がない — 16.0%
  - ・友だちと遊ぶことができない — 8.5%
  - ・睡眠時間が十分に取れない — 8.5%
  - ・部活や習い事ができない — 4.7%
  - ・進路の変更を考えざるを得ない — 4.1%
  - ・遅刻・早退をしてしまう — 2.5%
  - ・学校に行きたくても行けない — 1.6%



(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021)

## 困っていること

- 小学生「学校や大人にしてもらいたいこと」

- ・自由に使える時間がほしい — 15.2%
- ・勉強を教えてほしい — 13.3%
- ・自分のことについて話を聞いてほしい — 11.9%
- ・お世話（一部／すべて）を誰かに代わってほしい — 9.5%
- ・わからない — 6.7%
- ・お金の面で支援してほしい — 5.4%



(日本総合研究所：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2022)

- 中学生「学校や大人に助けてほしいこと、必要な支援」

- ・学校の勉強や受験勉強など学習のサポート — 21.3%
- ・自由に使える時間がほしい — 19.4%
- ・進路や就職など将来の相談にのってほしい — 16.3%
- ・自分の今の状況について話を聞いてほしい — 12.9%
- ・家庭への経済的な支援 — 9.4%
- ・わからない — 9.1%



(三菱UFJリサーチ&コンサルティングヤング：ヤングケアラーの実態に関する調査研究 2021)



# お手伝い？家庭内の役割分担？重い負担？

## 【 ヤングケアラーのケアとお手伝い 】

(上原美子 試案作成 2022)

	ヤングケアラーが行う 家族等の世話や介護(ケア)	お手伝い
内容・量	<ul style="list-style-type: none"><li>● 大人が担うと想定されているような家事や家族の世話</li><li>● 日常的</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● その年齢(発達段階)にあった家事など</li><li>● 相談しながら</li></ul>
責 任	<ul style="list-style-type: none"><li>● 中心となって行う</li><li>● 重いケア責任や負担がある</li><li>● 相談ができない</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 見守ったり、見届けたりする大人の存在がある</li><li>● 相談したりアドバイスを受けたりできる</li></ul>
影 響	<ul style="list-style-type: none"><li>● 学校生活や友人関係、健康状態に影響が出てしまうことがある</li><li>● 子どもとしての過ごす時間とケアの時間のバランスがとれない</li><li>● 生活力や判断力が培えることもある</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 行うことがむずかしい場合は断ることもできる</li><li>● 子どもとして過ごす時間が確保できる</li><li>● 発達段階に即した生活力が身につく</li></ul>



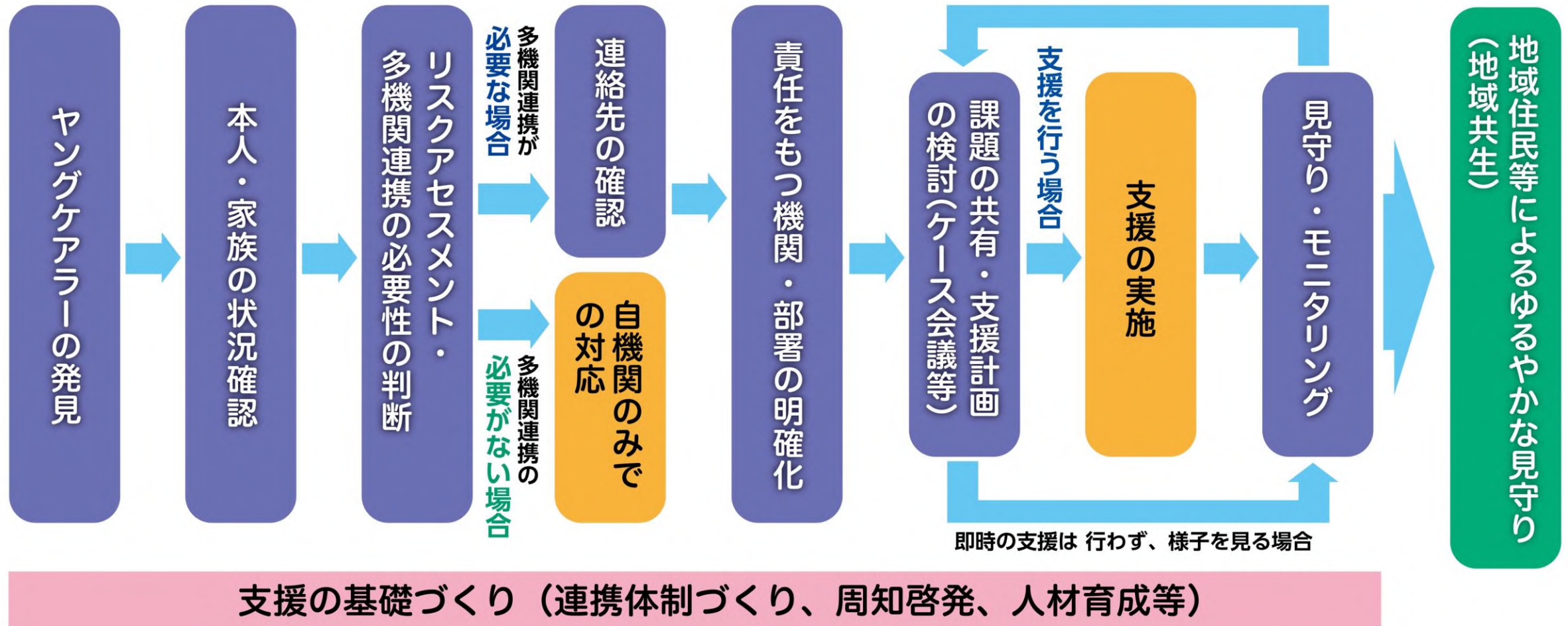
「ヤングケアラーかどうか」という判断をするより、児童生徒の「困っていること」や「悩んでいること」への気づきと支援が重要！



適切な支援をするために



# ヤングケアラーの支援の一般的なフロー





# 早期発見、継続的な支援が大切

- ケアをしている≠即支援が必要
- ケアは、お手伝いのレベルから徐々に重度化、深刻化、複雑化することも多い：

早い段階で発見し、見守ることが大切

大きな問題になる前に支援につなげることが大事

- ケアラーである自覚がない：周りの大人が気づくしかない

# ヤングケアラー支援の前提

- ヤングケアラーは、ケアラーである前に、  
成長過程にある子ども
- 若者ケアラーは、ケアラーである前に、  
自分の人生を歩みはじめたばかりの若者
- 他の子ども・若者と同じライフチャンス（人生の選択肢）をもてるように



# 支援に際して大切な視点

- ケアラーであることを、子ども自身も保護者が認識していないことを考慮して対応する
- ケアを担っていることを否定しない
- ケアラーであることを公にしたいくないケースに配慮する
- 子ども自身に必要な支援へつなぐことを検討する
- 「家族調整」が必要；それまでの家族のあり方を外部から脅かされると感じられることもある

(三菱リサーチ&コンサルティング：ヤングケアラーへの早期対応に関する研究 2020)

# 支援に際して大切な視点

保護者がケアの必要な場合もあれば、ケアラーである場合もある

虐待事例との違い：支援の必要性・緊急性の判断

- 要配慮：周囲が気づくような影響は見られないが、  
本人が苦痛を感じている可能性がある  
➡時々の声かけや、ネットワークでの見守りが必要
- 要支援：支援を必要としている  
➡個別またはネットワークでの支援が必要
- 要保護：「虐待」にあたる可能性のある  
➡支援の緊急性が高い

(三菱リサーチ&コンサルティング：ヤングケアラーへの早期対応に関する研究 2020)

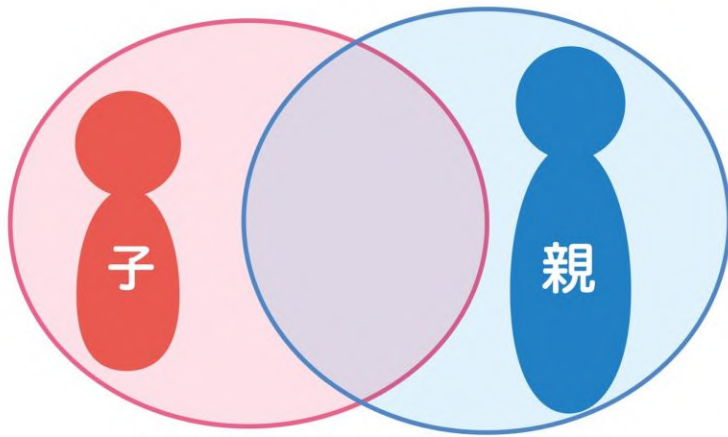
©一般社団法人日本ケアラー連盟ヤングケアラープロジェクト



# 学校におけるヤングケアラー実態把握のポイント（例）

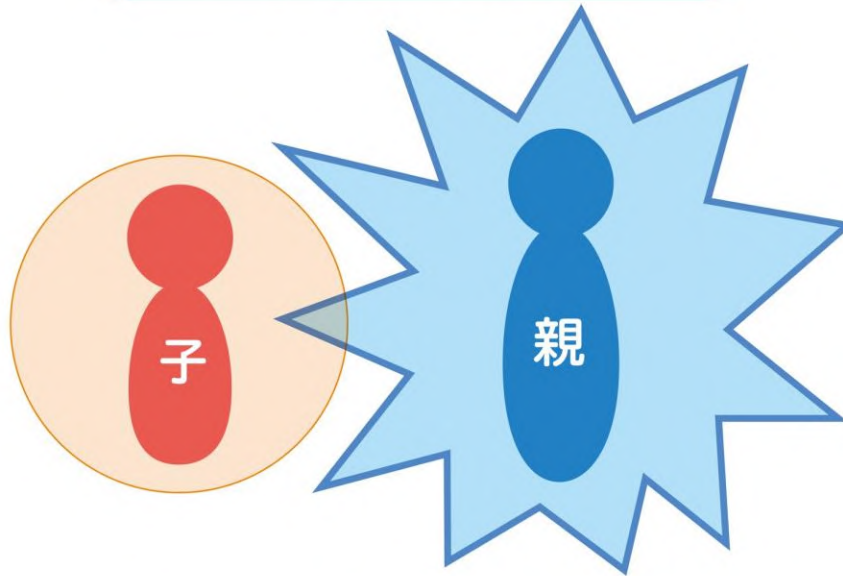
## 《虐待とヤングケアラーの違いについてのイメージ図》

一般的



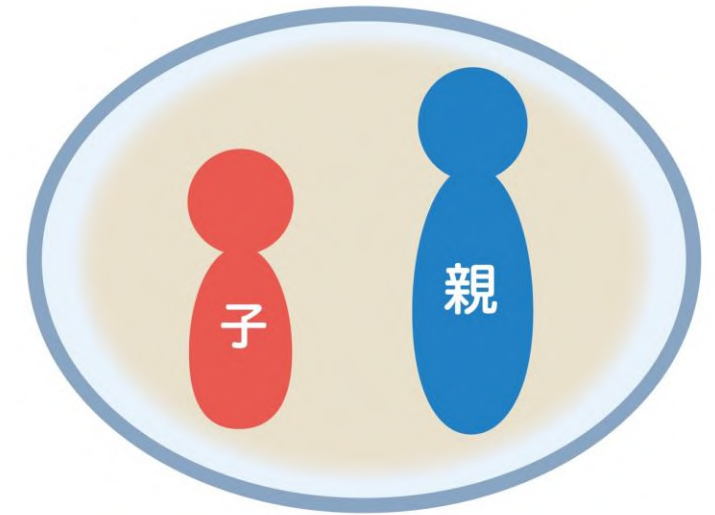
親子の生活が、それぞれに存在し、適切な距離感で関わり合っている。

ネグレクト



親子の生活が、それぞれに存在し、関わり合わない。または、関わり方が不安定である。

ヤングケアラー



子の生活の中に親の介護等が存在している。

# 子どもの人権を守る視点が必要

## 子どもの権利条約における基本的な権利



第2条 (差別の禁止)、第12条 (意見を表す権利)、第17条 (適切な情報の入手)、第24条 (健康・医療への権利)、  
第27条 (生活水準の確保)、第28条 (教育を受ける権利)、第31条 (休み、遊ぶ権利)

(ユニセフ：子どもの権利条約 [https://www.unicef.or.jp/about\\_unicef/about\\_rig.html](https://www.unicef.or.jp/about_unicef/about_rig.html))



# ヤングケアラーの支援の視点

大切なのはバランスです

家族のお世話



自身の生活

# ヤングケアラーと家族を支える関係機関



※認定こども園は4類型あり、類型によって関係する分野が異なる

参考：トーマツ：多機関連携によるヤングケアラーへの支援の在り方に関する調査研究 2022



# 子どもは学校と家庭（地域）にいる

- 学校と家庭（地域）は、発見と**支援の両輪**  
連携しなければ、ヤングケアラーを支えられない
- 学校では、子どもの生活状況や健康状態、日々の変化に気づくことができる  
発見者・支援者：教職員、養護教諭、SSW、SCなど
- **家庭（地域）**では、家庭での**生活状況**、子どもが担っている**ケア役割や分量**を把握できる  
発見者・支援者：ケアが必要な家族の支援者、地域住民

# 家庭生活の支援は、地域の福祉がつなぐ

家庭生活の支援は、家庭（地域福祉）で  
SSWが地域福祉との橋渡し役

- 地域その他機関（保健・福祉・医療）との連携
- ケアが必要な家族への支援・サービスの提案・調整
- 支援環境・体制の整備
- 保護者との面談・相談
- 家庭環境の把握



# 相談窓口の可視化

## ヤングケアラーって なに？

家族のために日常的に家事や家族の世話などを行っている  
ヤングケアラーのことを知るために

中学生編



彩の国  埼玉県

### 悩んだ時の相談先

もし、周囲に話を聴いてくれる大人がいなくても、みなさんの悩みや不安を聴いてくれる相談先があります。

#### 電話相談

 子どもスマイルネット いじめ、友達、学校、親、どんなことでも

**048-822-7007** 毎日10:30~18:00 (祝日・12/29~1/3を除く)

 よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活の悩み

**#7300** または **0120-86-3192** 毎日24時間

 児童相談所相談専用ダイヤル 子どもの福祉に関する相談

**0120-189-783** 毎日24時間

虐待かもと思ったら、児童相談所虐待対応ダイヤル「**189**」へ

このほかにも、話を聴いてくれる相談先はたくさんあります。  
埼玉県のホームページで紹介しているので確認してみてください。



#### 市町村の相談窓口と福祉サービスも利用できます

市町村では、高齢者、障害者、児童、生活困窮など、さまざまな福祉分野の支援をしています。

福祉サービスを利用してケアの負担を減らしたい時は、みなさんがお住まいの市町村の窓口にご相談してみましょう。

自分で問い合わせることが難しい場合は、まずは周りの大人に相談してみましょう。



### SNS・メール

#### 親と子どもの悩みごと相談@埼玉

月~金 9:00~21:00 土、日、祝 9:00~17:00(年末年始を除く)

二次元コードを読み取るか、LINEで検索して追加



#### SNS教育相談 悩みや不安、どんなことでも

月~金 17:00~22:00

LINE相談専用アカウントの登録が必要です。(学校で入手してください。)

県内中学校・義務教育学校(後期)・高等学校・特別支援学校に在籍する生徒(中・高)が対象 ※さいたま市立学校在籍の方は、「さいたま市SNSを活用した相談窓口」があります。詳しくは、学校で配布される案内カード等を確認してください。

#### よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活等に関するメール相談

soudan@spec.ed.jp 返信は平日9:00~17:00

### 子供の居場所など

地域のボランティアの方々による「子ども食堂」、「学習支援教室」などがあります。  
地域の居場所を探してみましょう。



# ヤングケアラー 授業デザインキット

令和5年2月版  
埼玉県教育委員会



埼玉県マスコット  
「コバトン」&「さいたまっち」



# 目次

本資料の活用について

作成  
の  
目的

配慮  
と  
留意点

ヤング  
ケアラーを  
教える  
視点

小学校  
学級活動  
中学年

小学校  
社会科  
6年生

小学校  
生活科

小学校  
道徳科  
高学年

中学校  
道徳科

中学校  
社会科  
公民的分野  
基本的人権の尊重  
(個人の人権)

中学校  
社会科  
公民的分野  
基本的人権の尊重  
(社会権)

中学校  
社会科  
公民的分野  
社会保障の  
仕組み

高等学校  
福祉科

高等学校  
特別活動

巻末資料

参考  
資料

ヤング  
ケアラー  
ハンド  
ブック

作成  
委員会



本資料の中で、さいたまっちが  
指しているところは、リンクが  
あります。  
クリックすると、そのページに  
進みます。

御覧になりたい資料を  
クリックしてください

# 連携支援のあり方(連携支援10力条)

1. ヤングケアラーが生じる背景を理解し、家族を責めることなく、家族全体が支援を必要としていることを各機関が理解すること
2. 緊急の場合を除いて、ヤングケアラー本人抜きで性急に家庭に支援を入れようとすることはせず、本人の意思を尊重して支援を進めることが重要であることを各機関が理解すること
3. ヤングケアラー本人や家族の想いを第一に考え、本人や家族が希望する支援は何か、利用しやすい支援は何かを、各機関が協力して検討すること
4. 支援開始から切れ目なく、また、ヤングケアラー本人や家族の負担になるような状況確認が重複することもなく、支援が包括的に行われることを目指すこと
5. 支援を主体的に進める者(機関)は誰か、押しつけ合いをせずに明らかにすること



# 連携支援のあり方(連携支援10力条)

6. 支援を進める者(機関)も連携体制において協力する者(機関)も、すべての者(機関)が問題を自分事として捉えること
7. 各機関や職種は、それぞれの役割、専門性、視点が異なることを理解し、共通した目標に向かって協力し合うこと
8. 既存の制度やサービスで対応できない場合においても、インフォーマルな手段を含め、あらゆる方法を模索するとともに、必要な支援や体制の構築に向けて協力すること
9. ヤングケアラー本人や家族が支援を望まない場合でも、意思決定のためのサポートを忘れずに本人や家族を気にかけて、寄り添うことが重要であることを各機関が理解すること
10. 円滑に効果的に連携した支援を行う事ができるよう、日頃から顔の見える関係作りを意識すること

(トーマツ：多機関連携によるヤングケアラーへの支援の在り方に関する調査研究 2022)

# 引用資料（調査研究）

- 日本総合研究所（2022）：『ヤングケアラーの実態に関する調査研究 報告書』  
<https://www.jri.co.jp/column/opinion/detail/13332/>
- デロイトトーマツ（2022）：『多機関連携によるヤングケアラーへの支援の在り方に関する調査研究報告書』  
<https://www2.deloitte.com/jp/ja/pages/life-sciences-and-healthcare/articles/hc/hc-young-carer.html>
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2021）：「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」  
[https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2021/04/koukai\\_210412\\_7.pdf](https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2021/04/koukai_210412_7.pdf)
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2020）：『ヤングケアラーへの早期対応に関する研究 報告書』  
[https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2020/04/koukai\\_200427\\_10\\_1.pdf](https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2020/04/koukai_200427_10_1.pdf)
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2019）：『ヤングケアラーの実態に関する調査研究 報告書』  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11900000/000592954.pdf>
- 埼玉県（2020）：「埼玉県ケアラー支援計画のためのヤングケアラー実態調査結果」  
<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/jittaityousa.html>
- 常盤 文枝,浅井 宏美,辻 玲子,水間 夏子,上原 美子,黒田 真由美:日本におけるヤングケアラーの概念分析  
日本看護科学会誌第42巻. 494－500. 2022
- ヤングケアラースタートブック（埼玉県）
- ヤングケアラー授業デザインキット（埼玉県教育委員会）



地域全体でできること、医療、福祉、介護、学校などの  
専門職にできることを一緒に考えてまいりましょう。

それぞれの立場で、困っていることを聞いて、  
糸口をみつけてつないでいきましょう。

私たちが、貴重な「人的資源」です。

ご清聴ありがとうございました。