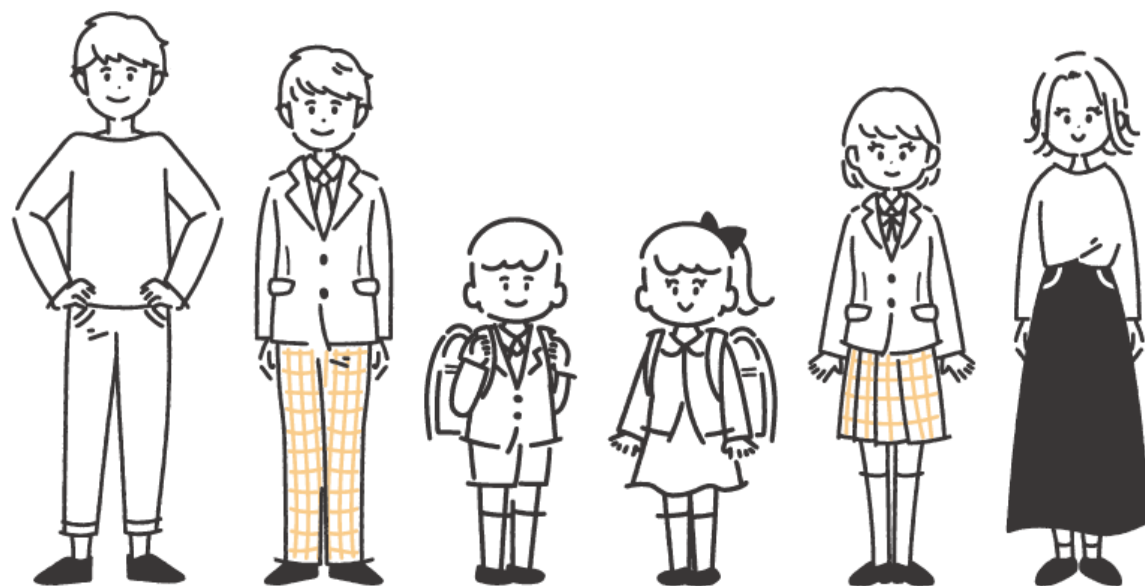


東京都

# ヤングケアラー支援マニュアル

児童福祉関係機関 編



- 法令上の定義はありませんが、一般に、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18歳未満の子供とされています。ただし18歳を超えてもケアが続く可能性はあり、若者ケアラーまで切れ目のない支援が必要です。
- ケアには思いやりを育む等良い面もありますが、過度な負担が続くと、友達と遊ぶなど子供らしく過ごす権利の侵害、子供自身の心身の健康が保持・増進されない、学習面での遅れや進学に影響が出る、就労への影響など長期的に影響があることを理解しましょう。
- 点ではなく線で、若者ケアラーまで切れ目のない支援を行い、将来の可能性を広げる（狭めない）ことが必要です。

## 「子供の権利」が侵害されていないかどうかのチェックポイント

教育を受ける権利

休み・遊ぶ権利

意見を表す権利

健康・医療への権利

社会保障を受ける権利

生活水準の確保



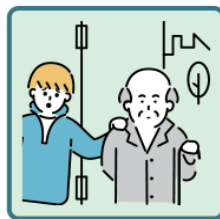
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



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

## 左記の他に、以下のようなケアをしている場合もヤングケアラーに含まれます

- ✓ 精神疾患や知的障害、発達障害、疾病や難病等のある親やきょうだいのケアをしている
- ✓ 脳疾患、がんなどの病気のある親や祖父母のケアをしている
- ✓ 依存性のある親に対応する等、感情面のサポートをしている
- ✓ きょうだいの学童クラブ、保育所、放課後等デイサービス等の送り迎えをしている

- 国の調査では中学2年生の約17人に1人、「世話をしている家族が『いる』」結果※となっており、ヤングケアラーは決して特別な存在ではありません。
- 既存の仕組みを最大限活用し、ケースに応じ様々な支援機関と連携して支援をしていくことを考えましょう。
- 児童福祉分野は、子供にかかわる多くのケースでかわり、ヤングケアラー支援においても大きな役割を果たします。家庭訪問等による本人や家族との対話、ケース会議の招集や支援方策検討の主導等が期待されます。

## 児童福祉関係機関における ヤングケアラー支援の役割

- **子供家庭支援センター**  
(要保護児童対策地域協議会の調整機関)
- 児童相談所 など

**子供家庭支援センター**は、原則として18歳未満のすべての子供と、家庭の支援を目的としていることから、要保護・要支援児童に限らず、ヤングケアラーも支援を必要としていることを認識し、要保護児童対策地域協議会等の枠組みで検討できるとよいでしょう。

要保護児童対策地域協議会を支援の枠組みとして用いる場合は、児童福祉法に基づき個人情報保護された形で情報共有が可能です。

ヤングケアラーと思われる中には児童虐待に至っているケースもあり、児童相談所へのつながりの観点でも、児童福祉分野が中心になると連携がスムーズです（ただし、地域の実情に応じ、支援会議等他の福祉分野の枠組みで検討しても構いません）。

## POINT

- ヤングケアラーの状況はさまざまで、児童虐待として捉えてしまうと、ケアを受けている相手や保護者との関係性が構築できず支援がうまくいかないことがあります。緊急的に状況を解決するというよりは、ケアの負担を軽減する支援を活用しながらなるべく家庭で生活を続けていけるよう、本人及びケアを受ける側の家族の考えや思いにも寄り添いながら、家族全体を見る視点で支援をしていきましょう。
- ケア相手の状況、家族の状況、本人の状況等により、必要な支援は異なります。また、ケアに対する思いや今後の意向は人それぞれです。支援者が支援内容を決めつけることなく、本人が安心して本心を話せる相手が寄り添い、少しずつ本人の思いや希望を聞きましょう。本人が状況を認識し今後のことを一緒に考えるプロセス自体も支援になります。
- 見守りも重要な支援です。必要に応じて地域の支援団体や子供食堂等とも連携し、本人や家庭の状況に応じ、必要な支援を考えましょう。

## POINT

- 児童福祉分野が支援の中心となることが多いですが、それぞれ専門性を持った多くの機関の協力のもと行います。
- ケースにより連携すべき機関は異なります。他の機関が果たす役割を知ること、どの機関と連携すべきか判断がしやすくなります。
- 詳細は、本編第3章「ヤングケアラー支援のネットワーク」を参照してください。

### 生活福祉

- 区市町村の生活福祉部門（福祉事務所等）
- 自立相談支援機関 など

**生活福祉部門（福祉事務所等）**は、家庭訪問や面接により、**必要な扶助を判断するほか、自立に向けた生活指導**などを行います。ヤングケアラーの保護者と子供のそれぞれに必要な支援の検討を担います。

**自立相談支援機関**は、**生活困窮者の経済的自立が維持できるよう相談支援**を行います。**生活保護等の経済的支援の検討や子供の学習支援**も行います。

### 教育

- 学校
- 教育委員会 など

**学校**は、ヤングケアラーと思われる子供やきょうだいに**気付き、見守るほか、他の機関へつなぐことが期待されます。**

教育委員会や学校には、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、ユースソーシャルワーカーが配置されている場合もあり、支援においても重要な役割を担います。

### 高齢者福祉

- 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業所 など

**地域包括支援センター**は、**地域の高齢者の総合相談**や地域の支援体制づくり等を行います。

**居宅介護支援事業所**は、介護保険による居宅サービス計画の作成やサービス提供事業者等との連絡調整等を行います。

### 障害福祉

- 区市町村の障害福祉政策の主管課
- 基幹相談支援センター
- 特定相談支援事業所 など

**障害福祉政策の主管課**は、障害福祉サービス等の支給決定などのほか、本人又はケアをしている家族に障害がある場合の支援を行います。

**基幹相談支援センター、特定相談支援事業所**は、障害者のサービス等利用計画の作成、支援実施、病院・施設の入所・退所等にあたって地域移行に向けた支援等を行います。

## 保 健

- 保健所
- 保健センター など

保健所・保健センターは、**地域住民の健康づくりを支援します。**  
家庭訪問も行い、家族全体の健康に関する相談を行っています。  
検診や相談業務を通じて、ヤングケアラーに気付ける可能性があります。

## 医 療

- 病院・診療所
- 訪問看護ステーション など

病院・診療所は、**ケア対象者又はヤングケアラー本人への医療サービスを提供**しています。  
時には、ケア対象者のレスパイト入院や往診等も行います。  
訪問看護ステーションは、**ケア対象者又はヤングケアラー本人に対し、看護サービスを提供**します。

## 地域の支援機関

日頃から子供と関わりのある施設・関係者と、必要なときに連携できる体制を構築しておくことが重要です。

### ■ 地域の中で見守る

- 地域の施設（児童館、学童クラブ等）
- 保育所や認定こども園、幼稚園
- 地域の関係者（民生委員・児童委員、町会・子供会等）
- 支援団体（フリースクール、子供食堂等）

### ■ ケアの悩み等をヤングケアラー同士や元ヤングケアラーと話せる

- ピアサポート（サロン等）

## POINT

- ヤングケアラー本人は、学校の友人や家族には「心配をかけたくない」といった思いから、相談ができない、本心が言えないことがあります。
- 地域の居場所での会話（「伴走・寄り添い型支援」）や、同じ境遇のヤングケアラー同士で悩みを話せる「共感型支援」で寄り添っていく中で、自分一人ではない・仲間がいるということ、様々な気持ちが混合していいということなどを教えてもらって**安心して、初めて学校や福祉に相談してもいいと思ってもらえたり**、本人にとって「こうなりたい」といった希望が出てくる可能性があります。  
そのため、地域の支援機関等も大事な関係者です。
- 誰になら話しやすいのかは子供により異なります。上記で述べた役割を、本人と信頼関係を築いている**子供家庭支援センター職員等が担える場合もあります**。子供の気持ちを推察し、状況に応じて対応しましょう。



- 児童福祉関係者は、ヤングケアラーと思われる子供に「気付く」、「つなぐ」、「支援する」、「見守る」において大きな役割を果たします。
- 支援のフロー図は、本編第6章「ヤングケアラー支援のフロー」を参照してください。



## 気づく

本編 第7章

- 後述の「気付くためのチェックリスト」を参考に、支援対象の子供・家庭にヤングケアラーがいる可能性を認識して業務にあたります。**子供と家族の関わりから気付けることもあります。**
- 家庭訪問時の家の中の様子や、保護者の様子も気付きのきっかけになる可能性があります。



## つなぐ

本編 第7・8章

- ヤングケアラーと思われる子供がいたら、ヤングケアラー・コーディネーター（YCC）に情報共有します。
- YCCが児童福祉部門に配置されている場合は、YCCがケースに応じた関係機関に連絡調整します。
- 児童虐待に当たる可能性が高い等、緊急性が高い場合は、児童相談所等につなぎます。



## 支援する

本編 第8・9章

- YCCの呼びかけに応じ、情報共有や、支援検討の会議等の場があれば参加します。
- 児童福祉分野は、本人や家庭との窓口であることも多く、必要に応じ本人や家庭とも対話し、ケアの状況の把握や本人の意向の把握を行います。
- 関係者で合意した役割に基づき（支援計画があれば支援計画に基づき）、支援します。

### サービス例

- ショートステイ
- 家事支援
- 養育支援
- 生活・育児相談 等



## 見守る

本編 第9章

- 本人・家庭の様子を気にかけます。支援計画がある場合は、進行管理、定例的な会議開催による見守りを行います。
- 地域の団体等から情報共有を受けることも有効です。
- 変化があればすぐにYCCに情報共有します。ちょっとした変化が、サインかもしれません。



連携支援の調整役、関係機関への助言相談役としてヤングケアラー・コーディネーター（YCC）が  
区市町村に今後配置される予定です！（本編第4章）

# ヤングケアラーと思われる子供に「気付く」ためのチェックリスト

6

## POINT

- ヤングケアラーは自らがヤングケアラーだと相談をしてくるケースは多くなく、関係者が「気付く」ことが必要です。
- 家族全体を見ることで、ヤングケアラーに気付けることもあります。
- 本人・家庭には自覚がなく支援サービスが届かない可能性があり、アウトリーチが重要です。本編第7章も参照してください。

### 子供がケアをしている様子

- ☐ 家庭訪問等の際に、食事づくりや買い物、洗濯などの家事をしている
- ☐ 家族の介護・付き添い、きょうだいの世話・送迎等をしている姿を見かける
- ☐ 日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳をしている
- ☐ 家族の感情面のサポートをしている
- ☐ 家計を支えるために就職・アルバイトをしている
- ☐ 来所相談時や家庭訪問時に傍にいる

### ケアによる影響と思われる子供の様子

- ☐ 疲れている様子や精神的な不安定さがみられる
- ☐ 感情の起伏が激しい。または、感情を出さない
- ☐ 周囲の人に気を遣いすぎる、しっかりしている
- ☐ 年齢に不相应な受け答え  
(年齢よりも幼い、または大人びている)
- ☐ 自分の事を話しながらない、質問などをすると話をすり替える
- ☐ 物や支援を欲しがらない
- ☐ 家族の顔をうかがっている
- ☐ 不登校である、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
- ☐ 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

### 子供が必要な世話をされていない様子

- ☐ 身なりが整っていない
- ☐ 食事の世話がされていないようである
- ☐ 保護者等が書くべき手続き書類等を、自分で用意しているようである
- ☐ 必要な病院に通院・受診できていない、服薬できていないようである

### 保護者・家族の様子

- ☐ 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる
- ☐ 多子世帯 幼い子供（きょうだい）がいる
- ☐ 疲れている様子や精神的に不安定な様子がみられる
- ☐ 仕事や家族の世話に追われていて余裕のない様子である
- ☐ 家事等ができないことで、子供に影響が出ないかを心配している
- ☐ 家庭訪問時に家の中が散らかっている
- ☐ 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない
- ☐ 経済的に困窮している
- ☐ 日本語が母語でない家族がいる
- ☐ 手続きの遅れ・漏れ等がある
- ☐ 家族の世話について、子供をあてにしている
- ☐ 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない

- ケースにより、どのような支援体制を構築するか、どの機関がどのような役割を担うかを検討するため、地域の中核となる機関、ヤングケアラー・コーディネーターに相談してください。
- 子供家庭支援センターが中核となり、本人や家庭との対話や状況把握、関係支援機関との連携、サービス利用調整を行ったケースがあります。通訳や日本語支援等が必要な場合は、外国人相談窓口と連携するのもよいでしょう。

主な関係者・関係機関	事 例	ケア相手の状況・ケアの内容・経緯等
<b>子供家庭支援センター</b> 生活福祉担当部署（福祉事務所等） 保健所・保健センター	<b>精神疾患の母</b> に代わり家事、外出の付き添い、感情面のサポート、見守り、 <b>幼いきょうだい</b> の世話や送迎、見守りをしているケース	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 福祉事務所に母が来所し、福祉事務所と保健センターによる支援につながった。</li> <li>● その後、福祉事務所は<b>子供家庭支援センターに連絡</b>し、子供家庭支援センターは、本人を<b>要保護児童</b>として支援した。</li> <li>● <b>要保護児童対策地域協議会の仕組みを活用して、情報は子供家庭支援センターに一元化</b>し、関係機関がそれぞれの役割を担っている。</li> </ul>
<b>児童福祉担当部署</b> 学校 生活福祉担当部門（福祉事務所等） 保健所・保健センター	<b>日本語を母語としない</b> 両親に代わり、外出のサポート、通院の付き添い、金銭管理などを行っているケース	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 日本語が母語ではない両親のため、中学生である本人が、外出や通院などのサポートを小学生の頃から行っていた。</li> <li>● 中学校では、学力不振、校納金の遅れなどが顕著になったため、担任やSC/SSWが気付き、本人からの相談を受けて家庭環境を把握した。</li> <li>● <b>児童福祉担当部署</b>は、生活福祉担当部署、福祉事務所、保健師と<b>連携</b>し、福祉サービスの利用調整や学習支援を行っている。</li> </ul>
<b>子供家庭支援センター</b> 学校	<b>ひとり親家庭で、病気の母、障害のあるきょうだい</b> の世話をしているケース	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 母が病気療養をしており、中学生である本人が家事と、支援が必要なきょうだいの世話をしている。</li> <li>● 小学校及び<b>子供家庭支援センターが状況を把握</b>しており、<b>進学にあたって中学校に情報共有</b>した。本人の学校生活に支障は見られないが、学校は子供家庭支援センターと家庭の状況把握や情報交換を行いつつ見守っている。</li> </ul>

注：東京都ヤングケアラー支援に関するアンケート調査の回答結果を参考に事例として編集したものであり、他の支援方法もあり得ます。あくまで例として参照のこと。



# 参考となるマニュアルや相談窓口、支援関係機関一覧

8

## 参考資料・マニュアル

- 厚生労働省 ヤングケアラーについて (<https://www.mhlw.go.jp/stf/young-carer.html>)
- 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 ～ケアを担う子どもを地域で支えるために～  
(有限責任監査法人トーマツ 厚生労働省令和3年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業)  
(上記「厚生労働省 ヤングケアラーについて」ウェブサイト内「ヤングケアラーに関する調査研究事業（外部サイト）」参照)



## 相談窓口、支援機関（埋めて活用ください）

部局・課・機関名 ※（ ）内は例	所在地・電話・メール等	ケア相手の状況（主なものに○）							
		高齢・要介護	障害	病気・難病	精神疾患・依存症	日本語が母語でない	生活困窮等	家族の障害等に加え、きょうだいが幼い	その他
● 取組推進の中心機関		○	○	○	○	○	○	○	○
● ヤングケアラー・コーディネーター		○	○	○	○	○	○	○	○
（児童福祉、子供家庭支援センター）		○	○	○	○	○	○	○	○
（教育委員会（学校での様子把握のため））		○	○	○	○	○	○	○	○
（高齢者福祉、介護保険、地域包括支援センター）		○		○					
（障害福祉、障害者相談支援窓口）			○	○	○			○	
（保健所・保健センター）				○	○		○	○	
（生活福祉、福祉事務所、自立相談支援機関）							○		
（医療機関・訪問看護）				○	○				
（多文化共生窓口）						○			
（民間支援団体（ピアサポート・非営利団体等））		○	○	○	○	○	○	○	○

# 参考となるマニュアルや相談窓口、支援関係機関一覧

9

## 全国的な相談窓口

相談内容	機関・窓口名	問い合わせ先
虐待の相談以外にも子供の福祉に関する様々な相談	児童相談所相談専用ダイヤル	電話番号：0120-189-783（24時間受付）
いじめやその他の子供のSOS全般	24時間子供SOSダイヤル（文部科学省）	電話番号：0120-0-78310（24時間受付）
「いじめ」や虐待など子供の人権問題に関する相談	子どもの人権110番（法務省）	電話番号：0120-007-110（平日）
家族のこと、家の中での困りごと等についての相談	日本精神保健福祉士協会「子どもと家族の相談窓口」	<a href="mailto:kodomotokazoku@jamhsw.or.jp">kodomotokazoku@jamhsw.or.jp</a>

## 全国的なヤングケアラー・元当事者同士の交流会・家族会の一例

対象者・内容	会・支援団体名
精神疾患の親を持つ子供の会	精神疾患の親をもつ子どもの会（こどもぴあ）
精神疾患の家族を持つ人の家族会	公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）
障害者のきょうだい	シブコト 障害者のきょうだいのためのサイト 全国きょうだいの会
認知症の家族を持つ子供の会	若年認知症の親と向き合う子ども世代のつどい まりねっこ
ヤングケアラー・若者ケアラーのオンラインコミュニティ	Yancle community（ヤンクルコミュニティ）
家族のケアをしている中高生のオンラインコミュニティ	ほっと一息タイム（一般社団法人ケアラーアクションネットワーク協会）

## 東京都の相談窓口

相談内容	機関・窓口名	問い合わせ先
教職員の相談窓口	東京都ヤングケアラー相談ダイヤル	●電話相談窓口 03-5320-7785
外国人相談窓口	東京都多言語相談ナビ（TMCNav i）	東京都多文化共生ポータルサイト <a href="https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/information/consultation.html">https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/information/consultation.html</a>
若者・家族の相談窓口	東京都若者総合相談センター	<a href="https://www.wakanavi-tokyo.metro.tokyo.lg.jp/">https://www.wakanavi-tokyo.metro.tokyo.lg.jp/</a> ●電話相談窓口 03-3267-0808 ●メール相談 ●LINE相談
就職相談	東京しごとセンター	<a href="https://www.tokyoshigoto.jp/young/">https://www.tokyoshigoto.jp/young/</a>

※上記のほか、東京都子どもホームページには、子供の相談窓口を紹介したページがあるので、併せて参照ください。

<https://tokyo-kodomo-hp.metro.tokyo.lg.jp/soudan/>

東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業 補助団体一覧 （令和4年度）	<a href="https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/young-carer.html">https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/young-carer.html</a>
---------------------------------------	---