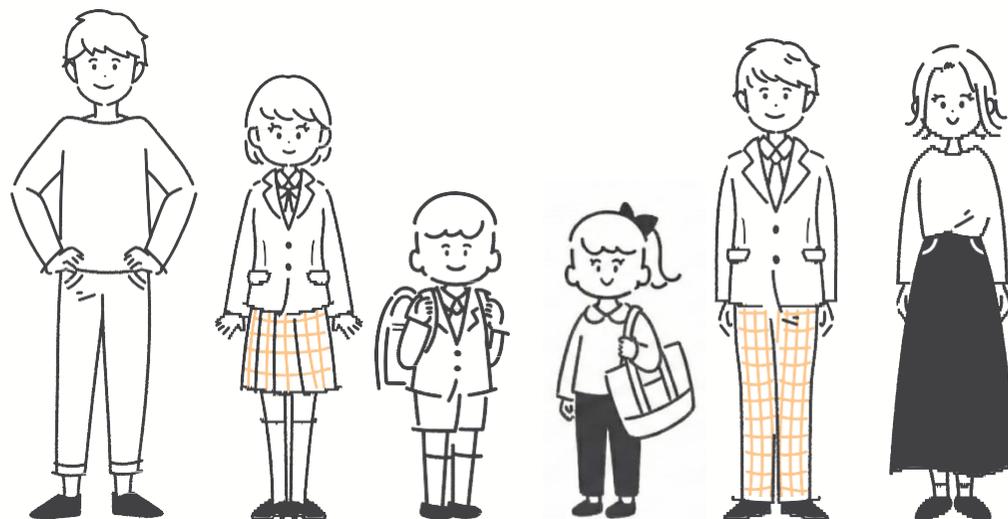


東京都

# ヤングケアラー支援マニュアル

教育関係機関（学校）編



- 令和6年に改正された「子ども・若者育成支援推進法」により、ヤングケアラーは「家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者」と定義されました。定義中の「過度に」とは、国通知において、勉強や遊びなど成長・自立に必要な時間を取れなかったり、心身への負荷がかかっている場合を指します。また、「支援対象であるかの判断を行うに当たっては、その範囲を狭めることのないように十分留意し、一人ひとりの子ども・若者の客観的な状況と主観的な受け止め等を踏まえながら、その最善の利益の観点から、個別に判断していくことが重要である」と明記されています。
- 支援対象はおおむね30歳未満（状況により40歳未満）まで含まれます。18歳を過ぎてもケアが続く場合があるため、子供期からの切れ目のない支援が重要です。
- こども基本法2条では子供を年齢で区切ることなく、「心身の発達の過程にある者」と定義しており、18歳以上も含む子供・若者のヤングケアラーへの支援が重要です。18歳未満と18歳以上の支援フローは基本となる部分は同じですが、具体的な相違点については、本編第11章2「18歳未満のヤングケアラーへの支援との相違点」を参照してください。

## 「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



障害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



障害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・声かけ・気づかいなどの情緒的ケアをしている



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている



障害や病気のある家族に代わり、家計を支えるために働いている



精神疾患やアルコール・薬物・ギャンブルなどの問題を抱える家族の情緒的ケアや周囲との調整などを行っている



がん・難病のほか慢性的な病気の家族の看病をしている



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている



障害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※1となっています。ヤングケアラーは表面化しづらいですが、特別な存在ではなく、どの学校、どの学級にもいる可能性があります。
- 家族のケアを担い、過度な負担がかかっている児童・生徒がいる可能性について、日頃から意識して行動してください。
- 令和4年12月に改訂された文部科学省「生徒指導提要」においても、ヤングケアラーへの対応について示されています。

## 学校・教育委員会におけるヤングケアラー支援の役割※2

学校は、ヤングケアラーと思われる子供やそのきょうだいに**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。

スクールカウンセラー（SC）、スクールソーシャルワーカー（SSW）、ユースソーシャルワーカー（YSW）が、支援においても重要な役割を担います。※3

早期に気付くため、学校の教職員は、日頃から支援に係る**研修に参加する**など、ヤングケアラーの特徴や実情を**正しく理解する**ことが必要です。

教職員がヤングケアラーの特性を踏まえて子供本人や保護者と接することで、家庭における**子供の状況に気付き**、必要に応じて**学校におけるケース会議等において関係者間で情報を共有**します。必要に応じて**SC、SSW/YSW、地域のヤングケアラー・コーディネーター（YCC）へ早期につなぐこと**で、区市町村の福祉部門や地域の関係者等と連携した支援につながります。

ヤングケアラーは様々な状況にあり、中でも子供の養育が不適切であれば**要保護児童**、現実の問題は生じていないものの家族外からの支援が必要ならば**要支援児童**ということになり、それぞれ福祉につなぐ必要があります。そこまで至っていなくても、将来状況が移行する可能性があり、ヤングケアラーと思われる時点で**早期の気付きとつながりが必要**です。

## POINT

- 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。
- 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。
- 家庭に踏みこみにくい場合も、本人や家族の話に耳を傾け、家庭の味方であること、寄り添う存在であることを認識してもらいましょう。

※1 出所：三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社「ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書」（令和3年3月）（厚生労働省 子ども・子育て支援推進調査研究事業）

※2 出所：令和4年12月文部科学省「生徒指導提要」第13章を参考に作成

※3 学校にSCやSSWを配置していない場合は、教育相談担当者や地域の関係機関と連携して対応してください。なお、YSWは都立学校からの求めに応じて派遣される専門職員です。

## POINT

- ヤングケアラーの支援は、学校だけが担うものではなく、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。

### 児童福祉

- **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、家庭の支援を目的に、**児童相談所よりも身近な相談窓口**として、区市町村に設置されています。児童相談所とも連携しながら、子供に係る多くのケースに対応しています。

**児童相談所**では、子供に関する相談を広く受け付けており、必要に応じて、一時保護や児童養護施設への入所等の措置をとります。

### 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に相談支援**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。

### 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**
- **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、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
- 精神保健福祉センター など

保健所・保健センター・精神保健福祉センターは、**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**学級担任や、養護教諭、SC、SSW/YSW、学校ボランティア等の関係者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。

## 若者支援関係機関

- 東京都若者総合相談センター（若ナビα）
- 子ども・若者支援地域協議会
- 地域若者サポートステーション など

東京都若者総合相談センター（若ナビα）は、18歳以上の若者やその家族のための無料相談窓口として、若者の悩みや不安に寄り添い、適切な支援機関へのつなぎや情報提供を行います。18歳以上の地域の支援先が見つからない場合や、広域にわたる連携が必要な場合、支援機関からの相談も受け付けています。

子ども・若者支援地域協議会は、困難を有する子供・若者に対し、教育・福祉・保健・雇用等の関係機関が連携して支援を行うためのネットワークです。

地域若者サポートステーションは、働くことに踏み出したい若者を対象に、就労に向けた相談や支援を行います。

若者支援関係者は、支援している若者の**就職活動の停滞や離職、ひきこもり等の背景に、家族の介護や世話がある可能性**があることに留意する必要があります。本人の自立に向けた意思を尊重しながら、ケアの負担を考慮した就労支援や、福祉サービスとの連携による環境調整が期待されます。

## POINT

- 就労相談やひきこもり支援の中で、「時間が取れない」「家を空けられない」といった発言から、家族のケアを担っている可能性に留意しましょう。本人が「ケアは当たり前」と思っている場合でも、**客観的に見て過度な負荷がかかっていないか**という視点を持つことが大切です。
- 18歳以上のヤングケアラー（若者ケアラー）は、**進学、就職準備、就労、離家、結婚など、将来の選択を迫られる時期**にあります。支援者が一方的に決めるのではなく、将来のイメージも含めて選択肢を示した上で、本人がどうしたいか、**丁寧に意向を聞き取り**ましょう。
- 18歳を迎えると児童福祉の枠組みから外れ、支援が途切れるリスクがあります。**区市町村の福祉部門や、子ども・若者支援地域協議会等のネットワークを活用し、子供期からの支援を途切れさせないよう連携することが重要**です。
- 学校等の所属がなくなる若者にとって、社会的に孤立しないための「居場所」や、安心して話せる相談相手の存在は重要です。民間支援団体とも連携し、**継続的な見守り**を行きましょう。見守りも重要な支援です。必要に応じて地域の支援団体等とも連携しましょう。

# ヤングケアラー支援のフロー

- 教職員は、ヤングケアラーと思われる児童・生徒に「気付く」、「つなぐ」、「見守る」において大きな役割を果たします。
- 子供から相談することは多くなく、学校での様子から教職員が気付くこと、気付いたらつなぐことが大切です。
- 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」、「気付く」から「見守る」の詳細は第7 - 10章を参照してください。

## 行動指針

## 行動のポイント



### 気付く

全教職員

- 後述の「気付きのポイント」を参考に、児童・生徒の普段の様子を気に掛けてみてください。家庭訪問時の家の中の様子や、保護者の学校訪問時の様子も気付きのきっかけになる可能性があります。
- 養護教諭が本人の話を聞く、担任が忘れ物を届ける際に家の様子を気に掛ける等、学校関係者で役割分担し把握することもできます。

- 一見、家庭とは関係ないように見える学校での出来事や行動の特徴（学習意欲がない、大人と話が合う、など）が気付きのきっかけになることもあるため、変化を感じた際には、校内で相談してください。



### つなぐ

管理職・校内の連絡担当・SSW/YSW等

- ヤングケアラーと思われる児童・生徒がいたら、校内検討委員会で検討しましょう。
- SC、SSW/YSW、ヤングケアラー・コーディネーター（YCC）に情報共有してください。SC、SSW/YSW等は、YCCにつないでください。学校だけで対応する場合も、YCCに情報共有します（他機関でも気付いている可能性があり、支援が円滑に進む）。

- 管理職、SC、SSW/YSWの方は、担任等教員の気付きを受け止め、YCCへの報告・相談とともに、校内対応の可否を検討、現場教員への対応の指示をしてください。
- 校内で迅速に対応できない場合も決して見過ごさず、まずYCCにつないでください。



### 支援する

管理職・校内の連絡担当・SSW/YSW等

- 支援方策検討・支援はYCC主導のもと、福祉関係機関や地域のピアサポート、子供の居場所等の民間団体を中心となって行われることが基本です。
- 学校も、YCCの呼びかけに応じ、支援検討の会議等の場があれば参加してください（参加適任者はケースごとに異なります）。学校の担当者間で情報共有をしてください。

- 本人同意を前提としますが、他機関との連携の際、個人情報には法律に基づき守られます（児童福祉法に基づく要保護児童対策地域協議会等の枠組み）。
- 有効な支援につなげられるよう、適切な情報共有を心がけてください。心配な点はYCCに相談しましょう。



### 見守る

全教職員

- 無理に聞き出さず、「いつも通り接する」ことが本人にとっては安心できる環境です。
- その中でも、学校での様子を気に掛け、話を聞いてほしい様子等があれば話を聞きます。相談しやすい雰囲気を中心掛けてください。

- 変化があればすぐにSC、SSW/YSW、YCCに情報共有しましょう。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）が区市町村に順次配置されています。東京都には、18歳以上のヤングケアラーのためのヤングケアラー・コーディネーター（YCC）が配置されています（本編第4章）。

## 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。
- 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、家庭訪問や、教員が意識的に児童生徒・家庭に情報を伝達していくことも重要です。本編第7章も参照してください。

### ケアによる影響と思われる子供（児童・生徒）の様子

- 元気がなく、表情が乏しい 精神的に不安定である
- 欠席、遅刻、早退が多い 不登校傾向もしくは不登校である
- 部活に入っていない、休みがち、遅刻、早退が多い
- 修学旅行や宿泊行事等を欠席する
- 宿題・課題の提出漏れや遅れがある
- 保健室で過ごしていることが多い
- 授業中の集中力が欠けている 居眠りをしていることが多い
- 学力が低下している
- 単位の取得が滞っている 中退のおそれがある（高校生）
- 持ち物がそろわない 学校で使用するものを用意してもらえない
- 友人関係が希薄、ひとりであることがある 非行等がみられる
- 家族に関する不安や悩みを口にしている
- 年齢に比べ、しっかりしている様子が見られる（精神的成熟度が高い）
- 周囲の人に非常に気をつかう

### 子供（児童・生徒）が必要な世話をされていない様子

- 極端に痩せてきた（太ってきた）  
給食の過食傾向にある
- 生活リズムや身だしなみが整っていない
- 保護者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
- 保清されていない  
（同じ服を着ている、入浴をしていない様子が見える）

### 子供（児童・生徒）がケアをしている様子

- 家族の付き添いや介助をしている、幼いきょうだいの送迎や世話をしていることがある
- 家族の感情面のサポートをしている
- 面談等で通訳をしたり、保護者の代わりに金銭管理をしている
- 生活ノートに家族等のケアをしていることが書かれている
- 生活のために過度なアルバイトをしている  
生活のために就職を希望している
- 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
- （認知症や精神疾患などで）目を離せない家族の見守りや声かけなどの気遣いをしている

### 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
- 日本語が母語でない家族がいる
- 保護者が多忙である
- 経済的に困窮している
- 学校諸経費の納入が遅れる 滞納や未払いがある
- 授業参観や保護者面談を欠席する

## POINT

- 若者ケアラーは、「家族の世話は当たり前」と考え、自らのケアの負荷を自覚していないことが多くあります。
- 就労や進学の相談場面で、「なぜ時間が取れないのか」「なぜ就職をあきらめているのか」といった背景を探ることで、ケアの事実気付けることがあります。※別冊付録のチェックリストも併せて参照してください。

### ケアの内容や量

- 家族の日常生活の世話（調理、掃除、洗濯、買い物等）を主に担っている
- 家族の身体介護や付添い、入浴・トイレの介助をしている
- 幼いきょうだいの世話、保護者役（送迎、食事提供、学習支援等）を担っている
- 家族の感情面・精神的なサポート（愚痴を聞く、なだめる、見守る）を常に担っている
- 家族の通院同行、薬の管理、治療に関する交渉や調整を担っている
- 家族の金銭管理、行政手続きの代行、書類の記入を主に担っている
- 家計を支えるために、過度な就労やアルバイトをしている
- 家族のケアのために、勤務時間や仕事内容を制限せざるを得ない（就労・キャリア形成への影響を検討）
- 来所相談時や家庭訪問時に常にケア対象者に傍にいる
- 日本語が母語でない家族のために通訳や情報伝達を担っている

### ケアによる心身の負荷と自立への影響

- 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/感情を出さない）
- ケアの影響で自分の時間が全く取れていない（自由時間、休息时间）
- 高等教育機関（大学、専門学校等）への進学を諦めた、または休学・退学を検討している（進路決定への影響を検討）
- 就職活動（就職準備）に充てる時間がない、または就職を諦めている（キャリア形成への影響を検討）
- 家族のケアのために、キャリアの選択肢が大きく制限されている
- 経済的に困窮しており、お金の心配を常に口に出している
- 人間関係の構築や維持が困難で、孤立傾向がみられる
- 家を離れて独立したいという希望について話さない、または諦めている（独立・自立への影響を検討）
- 結婚や家族形成に関する希望や将来設計について話せない（結婚や家族形成に関する影響を検討）
- 自分のことや希望を話したがる、物や支援を欲しがらない

### 若者が必要な支援を受けられていない様子

- 生活リズムや身だしなみが整っていない
- 健康上の問題（体調不良、平均よりも痩せている等）を抱えているが、受診・治療できていない
- 自立に必要な知識や技能（金融、行政手続き、生活スキル等）を学ぶ機会がない
- 自分の収入を、全て家族のケアや生活費に充てざるを得ない状況がある
- 地域の相談窓口やピアサポート（共感型支援）につなげていない
- 就労支援や奨学金制度といった支援情報にアクセスできていない

### 家族・家庭の様子

- 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる
- 家族の中に精神疾患、依存症（アルコール、薬物、ギャンブル等）を抱える者がいる
- 疲れている様子や精神的に不安定な様子がみられる家族がいる
- 家族が若者の収入やケア能力を全面的に当てにしている  経済的に困窮している
- 家庭内が散らかっている、生活環境が整っていない
- 必要な福祉サービス（介護保険、障害福祉、家事援助等）の導入を拒否している

- 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、SC、SSW/YSWや、ヤングケアラー・コーディネーター（YCC）、児童・生徒の居住地の区市町村においてヤングケアラー支援の中核となる機関（子供家庭支援センター等）に相談してください。学校におけるケース会議に出席してもらうことも考えられます。
- 学校が気づき、SSWが家庭訪問や保護者との対話を行い、子供家庭支援センター、保健師等につないだ例があります。

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
教員 SSW SC YSW 子供家庭支援センター 児童委員	<b>多子家庭</b> で、仕事が多忙な親に代わって家事や <b>きょうだい</b> の世話をしているケース	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 多子家庭で、親や年長のきょうだいは仕事で多忙。不登校のきょうだいの世話や家事を本人が行っている。宿題や提出物の遅れ、学習意欲のなさが見られていた。</li> <li>● <b>本人の話から、教員が</b>家庭環境に気づき、<b>sc/ssw/yswと連携</b>の上、<b>子供家庭支援センター、児童委員</b>に協力を依頼。継続的な状況把握や情報交換を行いつつ見守っている。</li> </ul>
子供家庭支援センター 保健センター 中学校	<b>精神疾患の母</b> の代わりに家事、 <b>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>● <b>保健室で本人から</b>ヤングケアラーと思われる話を聞いた<b>中学校が子供家庭支援センター</b>に連絡した。きょうだいに疾病や障害があり、関わっていた<b>保健センター</b>がきょうだいの健診時に母の状況を把握、うつを発症していることがわかった。本人の面接は子供家庭支援センター、保健センターが母に家事支援を案内した。</li> </ul>
担任 SSW SC YSW 生活福祉担当部門 福祉事務所 保健師	<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>● 両親は日本語が母語ではなく、外出や通院などのサポートを本人が小学生の頃から行っていた。中学校では、学力不振、校納金の遅れなどが見られるようになっていた。<b>担任やsc/ssw/yswが気づき</b>、本人からの相談を受けて家庭環境を把握。</li> <li>● <b>児童福祉、生活福祉担当部署、福祉事務所、保健師</b>と連携し、福祉サービスの利用調整や学習支援を行っている。</li> </ul>

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

## 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	児童相談所虐待対応ダイヤル	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	こどもの人権110番（法務省）	電話番号：0120-007-110（平日）

## こども家庭庁相談窓口検索ページ

こども家庭庁ホームページで相談窓口が検索できます。

<https://kodomoshien.cfa.go.jp/young-carer/consultation/>



## 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	東京都外国人相談（FRAC）	● 電話相談窓口 英語 03-5320-7744 中国語 03-5320-7766 韓国語 03-5320-7700
若者・家族の相談窓口	東京都若者総合相談センター（若ナビα）	<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 ● 面接相談（事前予約制）● 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>
精神保健に関する相談	都立（総合）精神保健福祉センター	中部総合精神保健福祉センター 03-3302-7711 多摩総合精神保健福祉センター 042-371-5560 精神保健福祉センター 03-3844-2212 <a href="https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shisetsu/jigyosyo/chusou/izonsho/sodankyoten">https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shisetsu/jigyosyo/chusou/izonsho/sodankyoten</a>

※上記のほか、「東京都こどもホームページ」には、子供の相談窓口を紹介したページがありますので、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	<a href="https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/young-carer">https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/young-carer</a>
----------------------------	---

東京都では、子供・若者支援情報冊子「これからの道」を作成しています。

進路の定まらない本人やその家族・周囲の支援者向けに、進路に関わる制度説明（就学支援金、育英資金、生活福祉資金、母子父子福祉資金、大学入学資格、専修学校等）、その他進路が定まらない場合の相談窓口等をコンパクトにまとめています。

「お金はどうしよう」「働きたい」といった本人のニーズ別に整理されているため、高齢者福祉や障害福祉など、普段若者支援に馴染みの薄い分野の支援者にとっても、制度の全体像を把握するためのリファレンスとして非常に有効です。

「これからの道」は、東京都ホームページに掲載しています。

[これからの道](#) 🔍

