

文京区ヤングケアラー相談・支援窓口一覧

ヤングケアラーについて知っていますか？

ヤングケアラーとは

「年齢や成長の度合いに見合わない重い責任や負担を負って、本来大人が担うような家族の介護やきょうだいの世話をすることで、自らの育ちや教育に影響を及ぼしている18歳未満の子ども」のことをいいます。

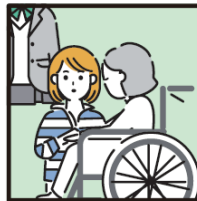
ヤングケアラーとは、このような子どもたちです。



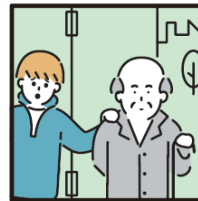
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



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。

家事や家族お世話のお手伝いをする事、それ自体は大変尊いことです。

しかし、そのことで、子どもの勉強する時間や自由に遊んだり、自身がやりたいと思うことをする時間が無くなってしまふことは、「健康を守る権利」、「教育を受ける権利」、「育つ権利」など、本来守られるべき子どもの権利を侵害されている可能性があります。

また、その結果、勉強がうまくいかなかったり、友人関係がうまく築けないなど、子どもの将来に影響を及ぼすことがあります。

子どもが自身でヤングケアラーと認識することは難しく、誰にも相談せず学校のこと、進路のこと、毎日の生活のことなど、悩みを抱えていることが少なくありません。

ヤングケアラーかも...と気づいたら、よく話を聴き、一緒に考え、支援が必要と判断した場合は、子どもや家族と調整をしながら相談窓口や支援機関等につないでいきましょう。

文京区ヤングケアラーと家族を支える相談支援窓口

子ども・子育て

教育

介護保険

子ども食堂・学習支援・居場所

ヤング
ケアラー

家族

障害

生活困窮・自立支援

健康・難病

精神疾患（疑いも含む）

掲載許可をとること！

国などの相談窓口

- 24時間子どもSOSダイヤル（文部科学省）
- 子どもの人権110番（法務省）
- 日本精神保健福祉士協会「子どもと家族の相談窓口」

ヤングケアラー当事者・元当事者同士の交流会

- ふうせんの会
- 精神疾患の親をもつ子どもの会（こどもぴあ）
- みんなねっとサロン
- 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
- Yancle community（ヤンクルコミュニティ）
- ほっと一息タイム

「ヤングケアラー」の早期発見のためのアセスメントシート

1. 本来守られるべき「子どもの権利」が守られているか			
①健康に生きる権利			
<input type="checkbox"/> 必要な病院に通院・受診ができない、服薬できていない★ <input type="checkbox"/> 精神的な不安定さがある★ <input type="checkbox"/> 給食時に過食傾向がみられる（何度もおかわりをする）★			
<input type="checkbox"/> 表情が乏しい	<input type="checkbox"/> 身だしなみが整っていないことが多い（季節に合わない服装をしている）		
<input type="checkbox"/> 家族に対する不安や悩みを口にしている	<input type="checkbox"/> 将来に対する不安や悩みを口にしている		
<input type="checkbox"/> 極端に痩せている、痩せてきた	<input type="checkbox"/> 極端に太っている、太ってきた		
<input type="checkbox"/> 生活リズムが整っていない	<input type="checkbox"/> 予防接種を受けていない		
<input type="checkbox"/> 虫歯が多い	<input type="checkbox"/> その他（ ）		
②教育を受ける権利			
<input type="checkbox"/> 欠席が多い、不登校★ <input type="checkbox"/> 遅刻や早退が多い★ <input type="checkbox"/> 保健室で過ごしていることが多い★			
<input type="checkbox"/> 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★			
<input type="checkbox"/> 授業中の集中力が書けている、居眠りをしていることが多い	<input type="checkbox"/> 学力が低下している		
<input type="checkbox"/> 宿題や持ち物の忘れ物が多い	<input type="checkbox"/> 保護者の承諾が必要な書類等の提出遅れや提出忘れが多い		
<input type="checkbox"/> 学校（部活を含む）に必要なものを用意してもらえない	<input type="checkbox"/> お弁当を持ってこない、コンビニ等で買ったパンやおにぎりを持ってくることが多い		
<input type="checkbox"/> 部活に入っていない、休みが多い	<input type="checkbox"/> 就学旅行や宿泊行事等を欠席する		
<input type="checkbox"/> 校納金が遅れる、未払い	<input type="checkbox"/> クラスメイトとの関りが薄い、ひとりであることが多い		
<input type="checkbox"/> 高校に在籍していない	<input type="checkbox"/> その他（ ）		
②子どもらしく過ごせる権利			
<input type="checkbox"/> 幼稚園や保育園に通園していない★ <input type="checkbox"/> 幼いきょうだいの送迎をしている姿を見かける★			
<input type="checkbox"/> 生活のために（家庭の事情により）就職している★ <input type="checkbox"/> 生活のために（家庭の事情により）アルバイトをしている★			
<input type="checkbox"/> 家族の介助をしている姿を見かけることがある★ <input type="checkbox"/> 家族の付き添いをしている姿を見かけることがある★			
<input type="checkbox"/> 子どもだけの姿をよく見かける <input type="checkbox"/> 年齢と比べて情緒成熟度が高い <input type="checkbox"/> 友達と遊んでいる姿をあまり見かけない <input type="checkbox"/> その他（ ）			
★が付いている項目はヤングケアラーである可能性が高い特徴です。			
2. 家族の状況			
①家族構成（同居している家族）			
<input type="checkbox"/> 母親 <input type="checkbox"/> 父親 <input type="checkbox"/> 祖母 <input type="checkbox"/> 祖父 <input type="checkbox"/> きょうだい（ ）人 <input type="checkbox"/> その他（ ）			
②サポートが必要な家族の有無とその状況			
<input type="checkbox"/> とくにいない = ヤングケアラーではないと判断			
<input type="checkbox"/> 高齢	<input type="checkbox"/> 幼いきょうだいが多い	<input type="checkbox"/> 親が多忙	<input type="checkbox"/> 経済的に苦しい
<input type="checkbox"/> 障害がある	<input type="checkbox"/> 疾病がある	<input type="checkbox"/> 精神疾患（疑いを含む）がある	<input type="checkbox"/> 生活能力・養育力が低い
<input type="checkbox"/> 日本語が不自由	<input type="checkbox"/> その他（ ）		
③子どもが行っている家族等へのサポートの内容			
<input type="checkbox"/> とくにしていない = ヤングケアラーではないと判断			
<input type="checkbox"/> 身体的な介護	<input type="checkbox"/> 生活費の援助	<input type="checkbox"/> 情緒的な支援 ※	<input type="checkbox"/> 通院や外出時の同行
<input type="checkbox"/> きょうだいの世話	<input type="checkbox"/> 金銭管理や事務手続き	<input type="checkbox"/> 家事	<input type="checkbox"/> 服薬管理・投与
<input type="checkbox"/> 通訳（日本語・手話）	<input type="checkbox"/> その他（ ）		
※情緒的な支援とは、精神疾患や依存症などの家族の感情的なサポートの他、自殺企図の話や聴かされるなど、子どもにとって過大な負担になることを含みます。			
3. ヤングケアラーである子どもの状況			
①子どもがサポートしている相手			
<input type="checkbox"/> 母親 <input type="checkbox"/> 父親 <input type="checkbox"/> 祖母 <input type="checkbox"/> 祖父 <input type="checkbox"/> きょうだい（ ）人 <input type="checkbox"/> 家族全体 <input type="checkbox"/> その他（ ）			
②子ども自身がサポートに費やしている時間			
1日（ ）時間くらい			
③家庭内に子ども以外にサポートする人がいるか			
<input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> いる → 誰か（ ）			
4. 子ども本人の認識や意向			
①子ども自身が「ヤングケアラー」であることを認識しているか			
<input type="checkbox"/> 認識していない <input type="checkbox"/> 認識している			
②家族の状況やサポートをしていることについて、誰かに話せているか			
<input type="checkbox"/> 話せていない <input type="checkbox"/> 話せている → 誰か（ ）			
③子ども本人が相談できる、理解してくれていると思える相手がいるか			
<input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> いる → 誰か（ ）			
④子ども本人がどうしたいと思っているか（想い・希望）			