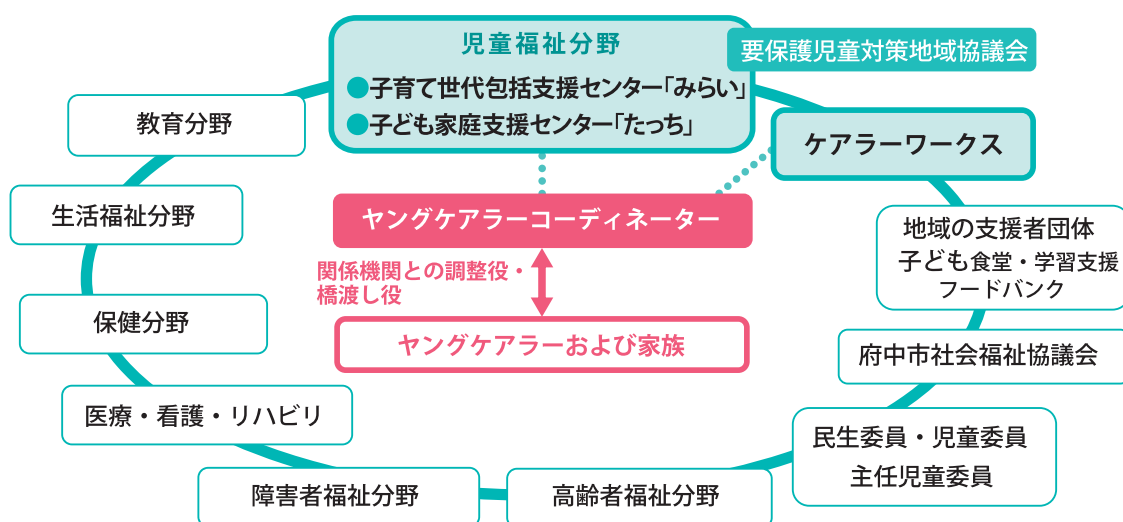


府中市における支援体制

現在、府中市では、子ども家庭支援センター中心モデルにおけるネットワーク体制となっており、令和5年6月1日から子育て世代包括支援センター「みらい」と一般社団法人ケアラーワークスに「ヤングケアラーの相談窓口」を設置し、ヤングケアラーコーディネーターを配置して連携体制を整えています。

また、令和5年度に実施した関係機関向け実態調査において、相談支援の対応の中で、「みらい」「たち」が連携の中核を担い、多様な分野の機関とのつながりがあることがわかりました。

【相談支援における連携のネットワークイメージ】



ヤングケアラーコーディネーター（YCC）とは

ヤングケアラーと思われる子どもに気づいてから支援へのつなぎにおいて核になる人材です。学校や医療・介護の現場などで、ヤングケアラーと思われる子どもに気づいた場合、特に「把握した動けない」「どのように対応したらいいかわからない」という状況の時には、YCCに共有・相談をお願いします。個々の状況を伺い、必要な支援方法を検討し、情報提供や助言を行います。

分野を超えた多機関連携の必要性がある場合には、YCCが関係機関との調整役・橋渡し役となり、包括的かつ円滑な支援を提供していきます。



家族のお世話や介護をしている子ども・若者に寄り添って、悩みや
 困りごと、学業や進路選択・就労についてなど将来の相談に個別で
 対応いたします。

また、関係機関とのネットワークづくり（地域連携）として、情報提供や研修、必要に応じた地域資源の開発などを行います。

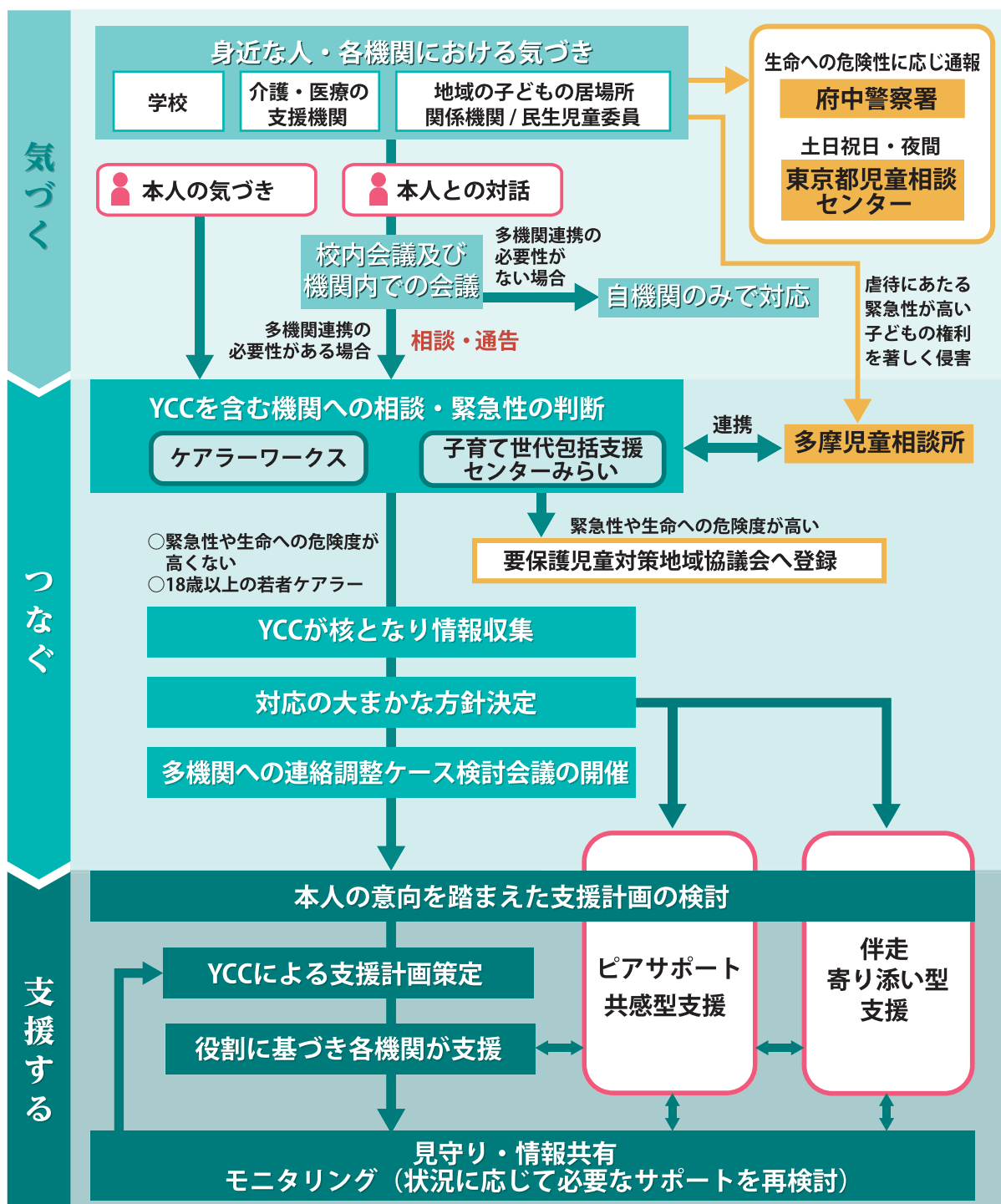
1

府中市におけるヤングケアラー支援フロー (気づきから支援の実施までの流れ)

ヤングケアラーの存在に気づいて、その子どもとの対話を重ね、多機関連携の必要性がある場合に、ヤングケアラーコーディネーターにつなぎ、情報収集と関係機関との連携を図りながら、支援を展開していく大まかな流れについては下記の通りです。

次ページからは、気づくための視点、つないだ後の対応や体制、具体的な支援の展開について紹介していきます。

【府中市におけるヤングケアラー支援の流れ】



1) ヤングケアラーに気づくために

ヤングケアラーは家庭内の問題であることから表面化しにくく、またヤングケアラーである子ども本人にもケアを担っている自覚がないことも多いため、周囲がその状況に気づきにくいという特徴があります。いかにしてヤングケアラーの存在に気づくかが大切です。

ヤングケアラーが気づかれにくい、見過ごされやすい理由としては以下のようなことがあります。

ヤングケアラーである子ども自身は、家族のことは家族でしないといけない、またケアは自分の役割だと思っていることがあります。そのため子ども自身はその負担に気づきにくいこともあります。

また、子ども自身が障害や病気のある家族のことを周囲に隠していることもあります。家族へのケアについて相談できることを知らない、身近に相談できる人(大人)がいないこともあります。

一方、周囲の大人(支援者)は、そもそも子どもがケアを担っているという考えを持っていないことがあります。家族内にいる大人がケアを担っていると考えがちです。大人の存在に隠れた子どもに気づきにくいことがあります。

このような理由から、ヤングケアラーに気づくためには「ヤングケアラーかもしれない」という意識を持つ必要があります。

2) 支援機関が把握する機会および気づくきっかけ(学校・医療・福祉・介護・地域)

ヤングケアラーに気づくために、子どもたちと毎日関わりを持つ学校や、定期的にケア対象者の支援で関わる機関の役割は重要です。ここでは各支援機関において把握する機会や気づくきっかけなどを例示します。

① 把握する機会とポイント

POINT 学 校

学校は、子どもたちが毎日通う公的機関であり、子どもの変化に気づき、見守ることができる重要な機関です。子どもや保護者に対し、ヤングケアラーの理解を促し、困った時(悩みがある時)に、相談しやすい環境を整備することが大切です。そのためには、子どもたち自身が将来を考え、困った時には助けを求めることができるような教育の視点が求められます。

また、相談の相手は、担任だけでなく、管理職、学年の教員、部活動担当、養護教諭、スクールソーシャルワーカーなど、児童生徒が相談しやすい相手を選び、相談できるようにすることも大切です。

加えて、課題を抱える児童生徒がヤングケアラーかもしれないとの視点をもとに、児童生徒や保護者と面談をするなど、ヤングケアラー及びその家族の状況を把握する機会を組織的に持つための工夫が必要です。

POINT 医療・福祉・介護

治療やケア、相談支援や訪問サービス提供などで、家庭に深く関わっている機関の役割は重要です。

ケア対象者だけでなく、子どもの担っているケア内容や心の状態を把握する視点が必要です。

子どもと接する時間を確保するため、支援者の家庭訪問時刻を子どもが在宅している時間帯に設定するなどの工夫も有効です。また、ケア対象者の友人や周辺住民が、世帯の状況を心配し、関わっている機関の専門職に連絡をする場合もあります。第三者である住民からの相談・連絡も、気づききっかけとなる場合がありますので、まずは話を聞くことが大切です。

POINT 地域

子どもが集う地域の施設（児童館、放課後児童クラブ、公民館等）や地域での見守り、子どもの居場所等では、学校以外で子どもと定期的に会う（見かける）機会があります。本人の表情・行動などから、日頃と異なる変化に気づくこと、そして、いつでも話しやすい場にすることが大切です。

② 留意点

ヤングケアラーかもしれないと感じたり、家族のケアをしている様子などから気づいたあとは、その子どもの置かれている状況の把握が必要になります。しかし、本人がヤングケアラーであると自覚していない場合が大半であるため、本人に直接今の状況をどう思っているのか確認をしたいと思っても容易ではありません。

本人が話したいタイミングがありますし、今の状況を言葉でうまく表現できない場合も考えられます。周囲の人が「あなたはヤングケアラーだ」とラベル付けをしてしまうと本人や家族を傷つけてしまうこともあります。本人が「話してもいい」と思う安心や信頼できる人が寄り添うことが大切です。信頼関係づくりについては、23 ページを参照してください。

気づいたあと、本人との対話で悩んでいることを解消できる場合もあると考えられます。うまく状況を聞けなかった場合も含めて、学校内や各機関内の会議等で状況共有や検討をすることも重要になります。

また、必ずしも気づいた機関だけで解決できるものではなく、多くの関係機関が連携し、見守る中で、状況に応じた最善の支援を行うことが求められます。

心配な状態や緊急度が高いために、状況を把握したいが自機関だけでは対応できない場合は、ヤングケアラーコーディネーターにご連絡ください。匿名でも結構です。

ヤングケアラーコーディネーターが調整役となり、既にその子どもと家庭に関わっている他の関係機関、学校、地域における支援活動との連携・協働により支援を行います。

また、連携がスムーズに行えるよう、日頃から支援機関と関係づくりを行うとともに、社会資源（公的支援制度やインフォーマルサービス）を把握しておくことも重要です。

③ 気づきのチェックポイント

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

児童福祉

■子ども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・送り迎え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そばにいる

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- ☐ 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
- ☐ 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている）
- ☐ 自分のことを話したがらない、質問などをすると話をすり替える
- ☐ 物や支援をほしがらない
- ☐ 家族の顔色をうかがっている
- ☐ 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

■子ども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 幼い子ども（きょうだい）がいる
- ☐ 日本語が母語でない家族がいる
- ☐ 疲れている様子や精神的に不安定な様子がみられる
- ☐ 仕事や家族の世事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、子ども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
- ☐ 手続きの遅れ・漏れ等がある
- ☐ 家族の世話について、子どもをあてにしている
- ☐ 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- ☐ 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

●気づきのチェックポイント

学 校

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- ☐ 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、ひとりでいることがある 非行等がみられる
- ☐ 家族に関する不安や悩みを口に出している
- ☐ 年齢に比べ、しっかりしている様子がみられる（精神的成熟度が高い）
- ☐ 周囲の人に非常に気をつかう

■子ども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

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

- ☐ 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

■子ども（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、幼いきょうだいの世話や送迎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

■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 幼い子ども（きょうだい）がいる
- ☐ 日本語が母語でない家族がいる
- ☐ 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、子ども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
- ☐ 手続きの遅れ・漏れ等がある
- ☐ 家族の世話について、子どもをあてにしている
- ☐ 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- ☐ 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

●気づきのチェックポイント

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

生活福祉・高齢者福祉・障害者福祉

■子どもがケアをしている様子

- ☐ ケースワーカー、ケアマネジャー、相談支援員等による家庭訪問等の際に、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どもの様子

- ☐ 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
- ☐ 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている）
- ☐ 自分のことを話したがらない、質問などをすると話をすり替える
- ☐ 物や支援をほしがらない
- ☐ 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、学校以外で姿をみかけることがある
- ☐ 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

■子ども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 幼い子ども（きょうだい）がいる
- ☐ 経済的に困窮している
- ☐ 日本語が母語でない家族がいる
- ☐ 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、子ども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
- ☐ 手続きの遅れ・漏れ等がある
- ☐ 家族の世話について、子どもをあてにしている
- ☐ 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- ☐ 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

●気づきのチェックポイント

医療・看護・保健

■子どもがケアをしている様子

- ☐ 医師の往診、看護師の訪問看護、保健師の家庭訪問等の際に、食事づくりや洗濯などの家事、家族の介護等をしている姿を見かける
- ☐ きょうだいの世話・送り迎え等をしている姿を見かける
- ☐ 家庭訪問時に傍にいて病状の説明や要望伝達をする、認知症の家族の見守りを行う、車いすを押す、買い物を手伝う等家族の付き添いをしている
- ☐ 通院の同行介助、薬の受け取り、電話でのやり取り、日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳等家族のサポートを担っている
- ☐ 病気を悲観する家族や大声を出したり泣き出したりする家族をなだめたり、障害をもつきょうだいを励ますなど、感情面のサポートをしている

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- ☐ 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
- ☐ 家族の病状からくる暴言や暴力等のつらい体験にも気丈にふるまい、周囲の人に気を遣いすぎる
- ☐ 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている）
- ☐ 自分のことを話したがない、質問などをすると話をすり替える
- ☐ 物や支援をほしがらない
- ☐ 家族の顔色をうかがっている

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

- ☐ 診察時の様子から、体調不良の背景に家族環境等の要因が推測される
- ☐ 遅刻や学校にきちんと行けていない様子がみられる
- ☐ 以前はよく子ども同士で交流があったのに、学校行事・部活動・地域の集まり等に参加しなくなった
- ☐ 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

■子ども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
- ☐ 平均よりも痩せている
- ☐ 学校に提出する書類や保育園に通うきょうだいの準備等をするしっかり者である
- ☐ 役所等とのやり取りをし、書類の提出等を行っている

■保護者・家族の様子

- ☐ 家庭訪問時に家の中や子ども部屋が散らかっている、着られなくなった服なども放置されている
- ☐ 手続きの遅れ・漏れ等がある
- ☐ 家族の世話について、子どもをあてにしている
- ☐ 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- ☐ 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

●気づきのチェックポイント

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

地 域

ピアサポート・民間支援団体・非営利団体・NPO法人、
子ども食堂・学習支援等民間支援団体、民生児童委員、
児童館、学童クラブ、保育所、町内会、企業等

■子どもがケアをしている様子

- ☐ 車いすを押したり、買い物を手伝ったり、
家族の介護や付き添い、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

- ☐ 大声を出したり泣き出したりする家族をな
だめたり、感情面のサポートをしていると
ころをみかける

- ☐ 家計を支えるために就職・アルバイトをし
ている

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- ☐ 疲れている様子や精神的な不安定さがみ
られる

- ☐ 以前はよく子ども同士で交流があったの
に、学校行事・部活動・地域の集まり等
に参加しなくなった、児童館に来なくな
った

- ☐ 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

- ☐ 遅刻や学校にきちんと行けていない様子
がみられる

■子ども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

- ☐ 学校に提出する書類や保育園に通うきょうだ
いの準備等をするしっかり者である

- ☐ 役所等とのやり取りをし、書類の提出等を行
っている

■保護者・家族の様子

- ☐ 家庭訪問時に家の中が散らかっている

2 府中市におけるヤングケアラーの相談体制

令和5年6月に「ヤングケアラー相談窓口」を開設し、ヤングケアラーコーディネーター（YCC）を「子育て世代包括支援センターみらい」と「ケアラーワークス」に配置しました。市とケアラーワークスそれぞれの特徴を活かした連携が図れる相談体制を目指しています。

1) 子育て世代包括支援センター「みらい」の特徴

18歳までの子どもとその家族を対象とした、子どもや家庭についての総合相談窓口です。相談内容に応じて、適切な支援につなげます。関係機関からの相談にも対応しています。

【電話】042-319-0072〈平日〉8:30～18:00(祝日除く)

【住所】府中市宮町1-41 フォーリス3階



「みらい」では「子どもと家庭の総合相談」として、電話や面談、訪問等による相談を行っています。基本的には地区担当の相談員が子どもや家族のお話を伺います。

市のYCCは地区担当相談員を兼務し、**要保護児童対策地域協議会（以下、要対協）の仕組み**も活かした関係機関連携を行っています。

令和5年度から開始した「自治体モデル事業」を推進する中で、ヤングケアラーに関する周知啓発、研修、イベントでのつながり等を通じて、ヤングケアラー自身の気持ちや家族全体のタイミングに寄り添う支援ができるよう心がけています。

また、児童虐待や不適切な養育が疑われる場合には「みらい」が中心となって、状況の解決ができるよう対応や調整を行います。



(参考)みらいの成り立ち

平成8年	●子ども家庭支援センター「しらとり」開設 ●トワイライトステイ事業やショートステイ事業等
平成17年	●子ども家庭支援センター「たっち」開設 ●子どもと家庭の総合相談、ひろば事業、リフレッシュ保育、ファミリーサポート事業等
平成30年4月	●「子育て世代包括支援センター事業」を開始
令和4年7月	●子育て世代包括支援センター「みらい」を整備し、「たっち」の総合相談事業の一部と児童虐待対策事業及び全母子保健事業を統合し、母子保健と児童福祉の両分野が同一部署で一体的に相談支援を行う体制へ
令和5年4月	●児童福祉法改正により設置が努力義務化されたこども家庭センターとして「みらい」を位置づける

2) ケアラークワークスの特徴

ケアラー支援の専門家やケアラーの経験があるピアスタッフがあり、公式LINEでの情報発信や相談も受けています。お気軽にご連絡ください。



【電話】 042-309-5130 〈平日〉 10:00～17:00(祝日除く)

【メール】 info@carers.works 【住所】 府中市西宮町4-13-4 とりときハウス302

**CARERS
WORKS**

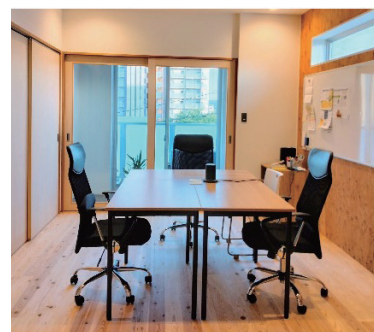
Wishing carers
happiness

ケアラーワークスは、ヤングケアラー・若者ケアラーを中心に、交流や勉強会・講座などを通して、社会的な課題に取り組み、支えあいができるコミュニティづくりを目指しています。SNSを活用した相談体制、ヤングケアラー・若者ケアラーへの相談支援、ピアサポートによる緩やかにつながる機会を提供しています。

沿革としては、2012年より若年性認知症の親と向き合う子ども世代のつどい「まりねっこ」の活動を開始し、定期的に20代・30代を中心としたケアラーの交流会を実施してきました。全国に若年認知症の親と向き合う子ども世代とのネットワークを持っています。また、合わせて認知症のみならず、高次脳機能障害やうつ病などの精神疾患のある親やきょうだい、パートナーをケアしている方とのつながりも広がってきました。

ヤングケアラーやケアラーに関する政策課題の高まりも後押しになり、ケアラー支援事業を展開すべく、2022年2月22日に一般社団法人を設立しました。「Wishing carers happiness ケアする人の幸せを願って」を合言葉に、府中市を拠点にして活動を展開しています。府中市市民活動センタープラッツの市民活動登録団体です。

2022年度からは、東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業を申請し、公式LINEを活用したSNS相談窓口「けあバナ」を開設しました。2025年現在で、登録者は都内最大300名を超えています。こども家庭庁や東京都のヤングケアラー施策にも協力をしています。



／ スクールソーシャルワーカーによる支援の特徴と役割 ／

スクールソーシャルワーカー（SSW）は、児童・生徒が抱える日常生活上の悩みをはじめ、不登校等、学校だけでは対応が難しい課題に対し「社会福祉の専門家」として支援を行います。

SSWの支援の特徴は「個人と環境の双方に働きかける」という点です。児童・生徒の思いや考えを大切にしながら、児童・生徒が本来持っている力を信じ、引き出すことで、悩みや課題に感じていることに向き合えるよう関わります。また児童・生徒を取り巻く環境、とりわけ、保護者等との対話を行っていきます。地域には、子育て世代包括支援センター「みらい」、児童相談所、医療機関等の関係機関が多数あります。SSWはそれらの関係機関と学校との仲介者となり、調整・連携を図りながら課題の改善・解決を支援します。

このようなSSWの役割は、個々の課題を解決するだけでなく、児童・生徒や学校、関係機関が持つ力を活かし、誰もが安心して生活できる社会を作ることにもつながります。

スクールソーシャルワーカーに相談を希望される場合は、在籍校を通して教育センターへご連絡ください。

参考：府中市教育委員会ホームページ、スクールソーシャルワーカー

3 ヤングケアラーとの信頼関係づくり

1) 信頼関係づくりのために

「ヤングケアラーに気づくために」(14 ページ) のとおり、子どもは自分自身がヤングケアラーであることを自覚していないことが多く、また、自らがケアを担っていることを話したり、相談したりできることを知らないかもしれません。さらには、ケアを担っていることを話したくない、隠したいと思っているかもしれません。

そうした中でヤングケアラーが抱える悩みや、今後どうしていきたいのかを聴くには、ヤングケアラーに関わる支援機関などが、子どもが安心して話ができる「信頼できる大人」になることが必要となります。また、ヤングケアラーへの支援には家族全体に対する支援が必要であることから、ヤングケアラーの家族との信頼関係も欠かせません。

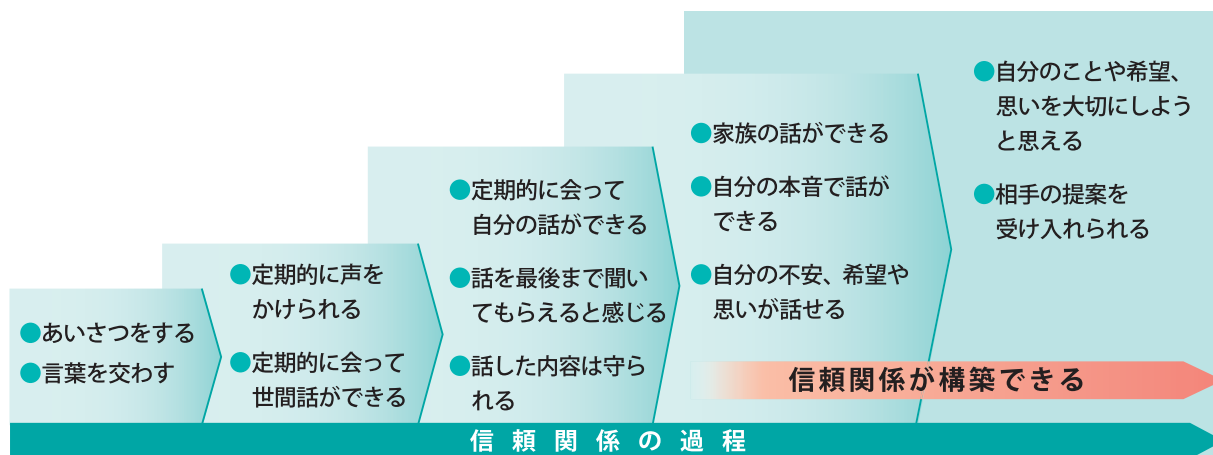
この「信頼できる大人」をキーパーソンとして、ヤングケアラーとその家族をさまざまな支援につないでいくことになります。「信頼できる大人」は多ければ多いほどよく、支援機関に限らず、親戚や近隣の方も含め、さまざまな人々がなり得るものです。

2) 信頼関係を築く過程

ヤングケアラーとの信頼関係は、安全に話することができ、受け入れてくれる存在、安心できる相手であるとヤングケアラーに認識され、関わり続ける過程の中で構築されます。

無理に家のことや本人の気持ちを聞き出そうとせず、挨拶や定期的に声をかけていくことから始めることをおすすめします。そして、日常の世間話ができるようになってきて、本人に気遣った声かけ、例えば、「毎日暑いね」「最近はどうな遊びをしているの」「忙しそうだけど、眠れてる」など、あなたのことを気にしているよという思いを込めてメッセージを発し続けていきましょう。

【信頼構築の過程】



参考：埼玉県ヤングケアラー支援スタートブック



信頼関係の構築に向けたヒント

- ☐ 定期的に会って、何気ない会話を重ねる。
- ☐ ヤングケアラーのケアに対する想いは多様と認識する。
- ☐ ヤングケアラーが担っている役割やケアを否定しない。
- ☐ 大人側の価値観で褒めない。押し付けない。
- ☐ 知られたくないと考えている場合は、本人の気持ちをくみ取る。
- ☐ 時間をとって、じっくり話を聴く。根気強く話を聴く。
- ☐ 口を挟まず、最後まで話を聴く。
- ☐ 知り得たことは他の人に（家族にも）話さない。話すときは本人に確認する。
- ☐ 信頼関係ができるまでは、すぐにアドバイスをしない。
（アドバイスが、本人にとっては「注意」と捉えられる可能性がある）
- ☐ いつでも、どんなことでも相談して良いと伝え続ける。
（これからも、継続して理解者・支援者であることを伝える）

参考：埼玉県ヤングケアラー支援スタートブック



コラム

【 ケアとは生きるを支えること 】

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 スピーカーズバンク
令和6年度 府中市ヤングケアラーネットワーク会議委員 友田 智佳恵さん

私のケアの始まりは12歳の時でした。母が突然くも膜下出血を発症し、緊急手術を受けました。その後母には、右片麻痺という身体障害と高次脳機能障害という脳障害が残りました。母の面会が許可されると、放課後にバスに乗って洗濯物や日用品を届けに行きました。これがケアの始まりだと思います。数か月の入院とリハビリを経て母は退院し、自宅での生活が始まりました。ここから私たち家族は母のケアを本格的に担うことになり、私たちの暮らしは大きく変化しました。

ケアをする中で母のことを「子どもみたいに なっちゃったな。私がお母さんになったみたいだ。」と感じていました。母の前にご飯を出せば、こぼしながらも食べることはできる。でも買い物に行くことや、料理をすることはできません。お風呂に連れて行けば体を洗うことはできる。でも私たちが声をかけなければ、自分からお風呂に入ることはないし、入浴の必要性も

わからない。私たちがいつも母の行動のきっかけをつくっていました。

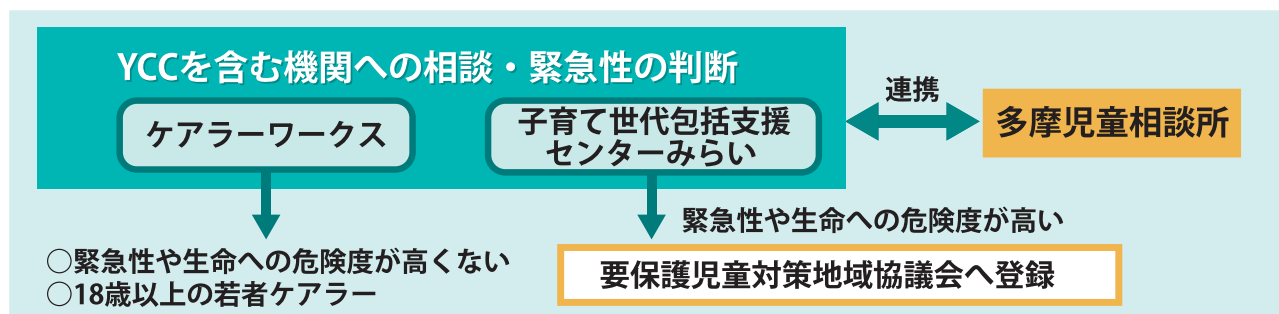
当時はそんな状況を誰かに打ち明けることはありませんでした。障害を差別されるんじゃないかという恐怖、普通でいたいという気持ち、家族も頑張っているのに自分だけ弱音を吐けないとも思っていました。もし誰かに打ち明けることが出来ていたら、私の人生は大きく変わっていたかもしれないな、と感じます。

私たちが担っていたケアは身体的介助や、脳障害へのサポートだけでなく、母が人として良い状態で毎日を過ごせるようサポートしていたと思います。「ケア」とは「生きる」を支えることだと思います。誰かの「生きる」を支える子どもたちやそのご家族が、ケアを担いながらも自分のことも大切にできるように、「ケア」への理解が深まり、気負わずともケアの話ができる社会になることを願っています。

4 具体的な支援の展開・留意点

1) ヤングケアラーコーディネーター（YCC）を含む機関への相談・緊急性の判断

ケアラーワークスおよび「みらい」では、関係機関や地域の支援者団体や住民等から連絡があった場合、その情報をもとに、まずは緊急性がないかの判断を行います。



児童虐待や不適切な養育が疑われる場合には、「みらい」が中心となって、状況の解決ができるよう対応や他機関調整を行います。

緊急を要しない場合でも、ヤングケアラーとその家族と対話する中で信頼関係を築きながら、できる支援を提示し、選択してもらうための継続した関わりが必要となります。

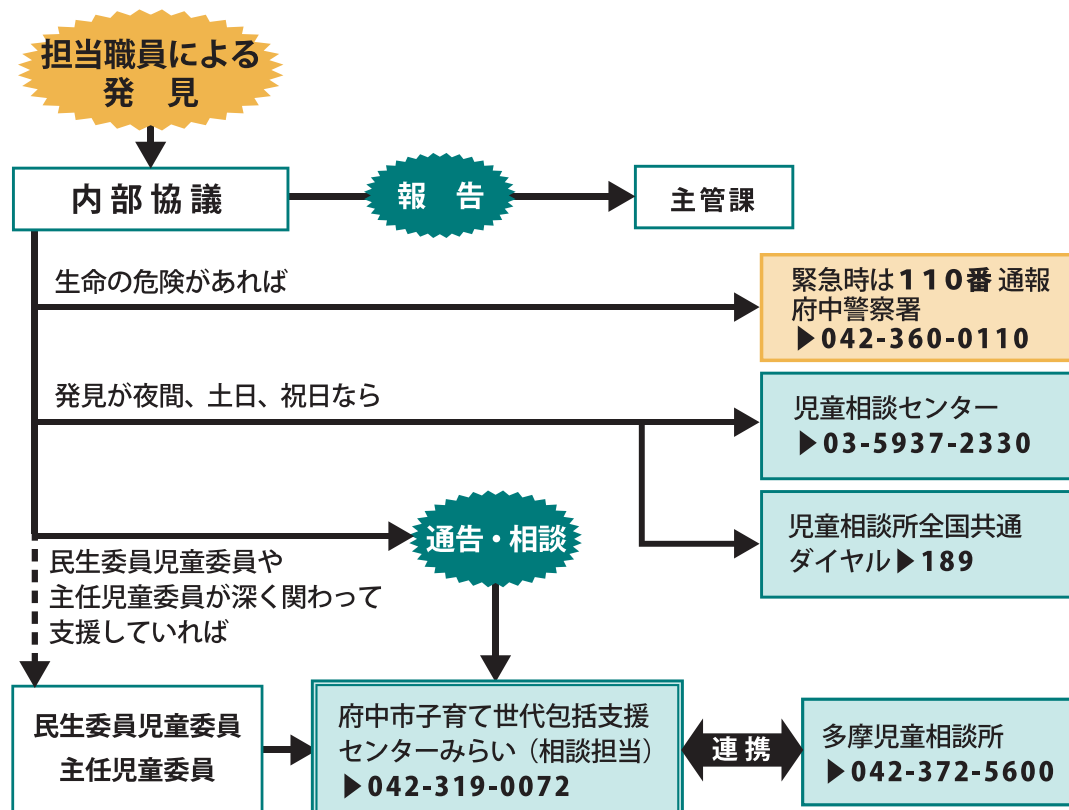
その場合は、ヤングケアラーコーディネーターが中心となり、本人や家族とつながり続ける中で、関係機関との連携や家族の見守り体制の確認、支援につなぐタイミング等を検討していきます。

18歳以上の若者ケアラーについては、ケアラーワークスが中心となって相談支援を行います。

状況に応じて、他機関の調整をします。本人の同意が得られない場合は、社会福祉法に基づく支援会議、生活困窮者自立支援法に基づく支援会議の会議を活用して対応を行います。

【児童虐待（疑いを含む）の場合の通告】

- 児童虐待については、子ども本人や虐待を行っている保護者からの相談と、近隣等個人や関係機関等からの通告によるものがあります。**通告とは、虐待を受けたと思われる児童を発見した場合に、その内容を連絡することです。**
- 府中市の場合、児童虐待に関する相談と通告窓口は「みらい」となります。「虐待ではなかったらどうしよう」「心配だけど、通告者が自分だとわかってしまったらどうしよう」という気持ちがあるかもしれませんが、通告は虐待の疑われる段階で行っていただいて構いません（児童虐待防止法第6条）。また、通告者の匿名性は守られます（児童虐待防止法第7条）。
- 児童虐待の場合は、個人情報の守秘義務のある機関が通告しても罰せられることはありません（児童虐待防止法第5条、第6条）。相談や通告によって得られた情報は守秘義務が課せられており、「みらい」の設置する要保護児童対策地域協議会の職務の中で扱われ、正当な理由なく知り得た情報を漏らすことはありません（児童福祉法第25条の5）。
- 相談や通告は、虐待を受けている子どもを守ること、子どもだけではなく、保護者が適切な援助につながることで、虐待の再発が防がれること等への大切な一歩となります。個人や関係機関のみで抱えず、適切な連携のもと、子ども本人や家族とともに、改善できる環境を考えていく必要があります。
- なお、土日祝日や夜間の通告は、東京都児童相談所虐待対応ダイヤル「189」（いちはやく）、生命の危険がある場合は警察署が窓口となります。



2) ヤングケアラーコーディネーター（YCC）が核となり情報収集

●支援にあたってのアセスメント（課題整理）

ヤングケアラーがどのようなケアをしているのか、また、家族の生活状況、本人の意向や支援の必要性等を把握し、支援策を検討するために、主に以下の内容を把握し、課題を整理します。

主なアセスメント項目

- ヤングケアラーが担っているケアの状況
- 子どもの状況・権利が侵害されている（可能性を含む）状況（生活、健康）
- 家族、親族、ケアを要する人の状況（生活、疾患、障害等）
- 生活環境、経済状況
- すでに支援を受けている場合は、支援の状況（インフォーマルサービスを含む）
- 子ども及び家族の認識、意向（どうしたいかの希望）

アセスメントにあたっては、アセスメントシートを活用することも有効です。

巻末（56 ページ）に、アセスメントシートを掲載しています。

情報収集を行う中で、ケア負担の軽減など課題解決を優先する対応（課題解決型支援）もあれば、ピアサポートとのつながりの中で、子どもの気持ちに共感して、心理的な支援をしていくこと（共感型支援）や、子ども食堂や学習支援などの地域の支援拠点で出会う人が伴走や寄り添って支援をしていく方法（伴走寄り添い型支援）も考えられます。

3) ケース検討会議及び情報共有の場

YCC は、連携が必要な多様な機関を招集し、情報共有及び支援方策の検討をするため、ケース検討会議を開催します。

ケース検討会議を通じて、関係する支援機関からの視点や意見が加わり、その子どもと家庭の全体のアセスメントを協働して行うことにもつながります。

既存の会議体で情報共有をする場合は、その会議体の流れに基づいて実施します。

例えば、学校における校内会議、介護保険制度に基づく地域ケア会議やサービス担当者会議があります。こういった既存の会議体に、必要に応じて YCC が助言者として出席することも可能です。

【情報共有における留意点（本人同意の有無）】

- 関係機関との個人情報の共有には、原則としてヤングケアラー及びその家族から同意を得ることが必要となります。また、同意を得た場合でも、その都度、どこまでの情報を誰に伝えるか説明し、伝えておくことが信頼関係づくりにつながります。
- 本人から同意が得られない場合は、児童福祉法に基づく要保護児童対策地域協議会、社会福祉法に基づく支援会議、生活困窮者自立支援法に基づく支援会議の会議を活用することが可能です。各会議体の構成員は、守秘義務がかけられているため、関係機関との情報交換が可能となります。

- 情報共有には、受け取る側にも責任が生じるため、関係者なら誰でも共有できるものではありません。受け取る側には、情報リテラシー（情報を適切に理解し、活用する力）が求められます。そのため、情報共有する相手を知り、考えが通じる関係性を築くことが必要です。

4) 支援計画の検討

アセスメント結果を踏まえ、ケース検討会議において、課題解決の方向性や支援内容を検討します。また、すでにサービスを提供している各機関や担当者は、それぞれの所掌範囲から少し視野を広げ、それぞれの立場の中でできることは何かを考えることも大切です。

YCC は、支援計画を策定します。支援目標・計画の設定期間、進行管理の方法など（誰が、何を、いつまでに）を明確にし、関係者と共有する必要があります。支援内容は、家事や身体介護の負担軽減、心理的支援、送迎や外出同行の負担軽減、家計支援、通訳者の派遣など多岐に渡ります。

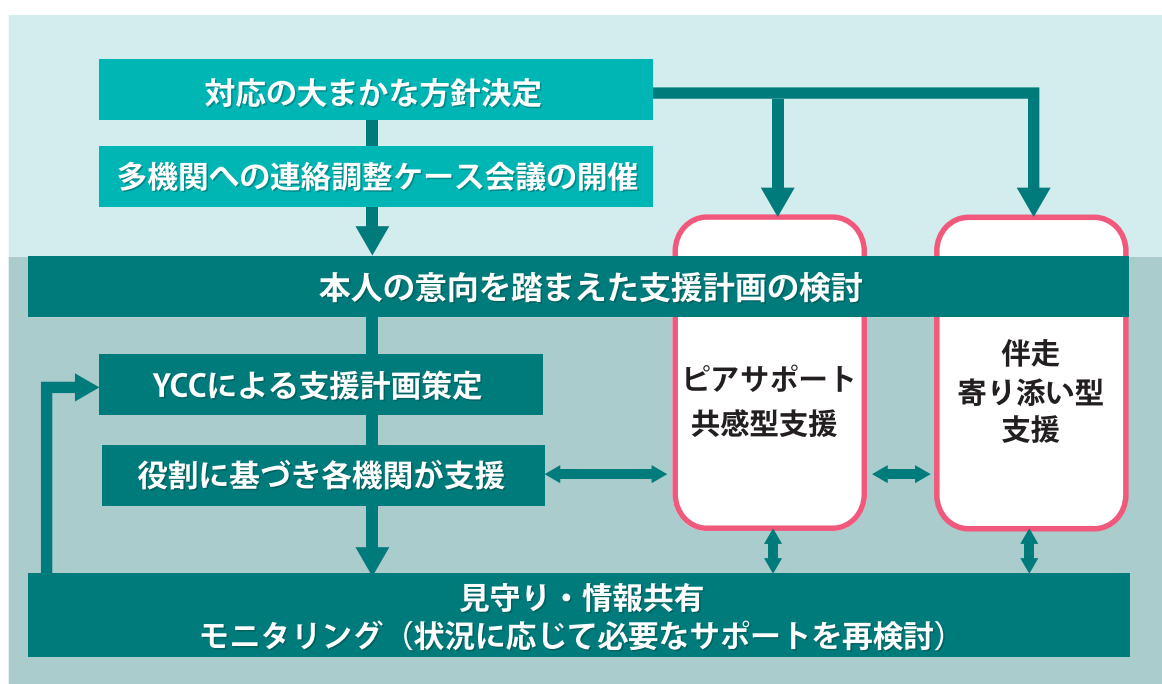
支援計画の策定にあたっては、本人の意向が尊重されていることが重要です。本人・家族を含めて合意のもと、計画や役割に基づいて支援を展開していきます。

5) 役割に基づき各機関が支援とモニタリング

子どもと家庭の全体を支えていくために、支援計画の役割に基づいて、各機関が支援やサービス提供を行っていきます。課題が改善していく過程を確認し、うまくいかなかった場合も含めて、モニタリングを行います。

そして、状況に応じて必要なサポートを再検討や再調整を行います。YCC は、適宜情報収集を行い、多機関と共に相談しながら支援計画を策定し、支援を提供していきます。

また、課題解決型の支援のみならず、共感型支援や伴走寄り添い型支援においても、各関係機関が情報共有を行いながら対応していくことが大切になります。



支援の終結については、課題が解決すればひとまず終了となります。行政における要保護児童対策地域協議会の登録は解除して終了になると考えます。

しかし、課題は解決してもケアは継続するため、ヤングケアラーがいつでも相談ができ、頼ることができる人とのつながりは、絶やさないことが重要になります。困っていることがない状況であっても、ヤングケアラーの気持ちを理解し、話を聴いてくれる存在や、困ったときにいつでも相談に乗ってもらえる環境こそが、ヤングケアラーの安心につながると考えます。

ヤングケアラー・ケアラーに寄り添う相談窓口やピアサポート、そして、地域の子どもや家庭を見守る支援拠点は、府中市民にとって当たり前の社会資源として存在していることが望ましいです。

コラム

【ピアの力、ピアサポートの可能性】

一般社団法人ケアラーワークス
代表理事 田中 悠美子さん

ピアサポートとは、ピア（仲間、対等）のサポート（支えあい）のことを言います。似たような経験をしている人同士が対等に支えあう営みはとても重要だと考えています。

ヤングケアラー・若者ケアラーの抱く悩みは多様です。一例として、病気によって変化していく家族の姿を受け止める辛さ、家庭内の役割変化に対する戸惑いや葛藤、経済的な課題、学業や仕事や子育てとケアの両立、進路や就職や結婚などの人生の選択への影響などがあります。

これらの悩みは同世代のケアをしていない友人には、共有しにくい性質もあります。さらに、このような悩みに対して支援者や専門職からの助言や提案よりも、ピアの立場からの助言や提案は、同様の悩みに向き合った経験のある同志のような存在として共感や納得しやすい場合があります。これがピアの力です。

ケアラーワークスは、2012年から若年認知症の親と向き合う子ども世代のつどいを実施

してきました。20代、30代のケアラーが集まり、親のことや自分のこと、それぞれの経験や状況を語ることで、自分の気持ちや考えを整理したり、振り返ったりしています。現在は、ヤングケアラーに向けて公式LINEアカウント「けあバナ」というピアサポーターとチャットで悩みや気持ちを話せる場を運営しています。また、「YoungCarer's サークル」を立ち上げ、ピザやたこ焼きなどを食べながら交流し、スポーツをしてリフレッシュする活動をしています。

ケアで悩んだり困ったりしたら、医療や介護保険制度など公的なサポートもあれば、親戚や職場の人など私的なサポートもありますが、その中でもピアサポートの可能性は無限大にあると感じています。ひとりじゃないと思えること、寄り添ってくれる人との出会いは、一歩前に踏み出すための足元を照らしてくれる光になると信じています。