

# ヤングケアラー支援の手引き

令和6年10月

社会福祉法人 世田谷区社会福祉事業団

## 目次

はじめに

1 ヤングケアラーとは ……3

2 ヤングケアラーの発見から支援の流れ ……4

### 資料編

1 アセスメントシート ……12

2 世田谷区のヤングケアラー支援策 ……14

3 ヤングケアラーの事例 ……17

4 ヤングケアラー支援策(提言) ……20

## はじめに

福祉ニーズが多様化する中、介護保険制度や障害者福祉制度などのサービスが充実する一方、ヤングケアラーや引きこもりによる 8050 問題など、制度の狭間で支援につながらず、事態の悪化を招くなどの課題が社会問題化している。

それらの課題解決のため、世田谷区社会福祉事業団では、令和 4 年度に中長期経営計画の一環として、施設・在宅・訪問看護・地域包括支援センター・福祉人材育成・研修センターの職員参加により、プロジェクトチームを立ち上げ、ヤングケアラーや 8050 問題について検討を進めてきた。

プロジェクトチームではヤングケアラーの問題について、国・都・区の情報収集し、福祉事業所、児童館、民生・児童委員、子どもの関係団体等の関係者ヒアリングを実施し、ヤングケアラーの認知度の低さと、ヤングケアラーの問題は顕在化しにくく、発見は難しいことを実感した。

また、子どもたちの話を聞くため「クッキーづくり・介護体験」を実施したが、残念ながらケアラーの参加者はなく、ケアラー当事者の声を聴くことはできなかった。

主に高齢者福祉に取り組んでいる事業団では、家族全体を支える視点から、子どもの「健康に生きる権利」「教育を受ける権利」「子どもらしく過ごせる権利」が守られているか、問題はないかを把握するため、独自に作成したアセスメントシートを活用し事例収集、課題の分析を行った。

課題解決に向け、関係機関と連携し必要な支援に繋がられるように、ヤングケアラーの発見から支援の流れについてまとめたヤングケアラー支援の手引きをまとめたので、活用いただくと幸いです。



# 1. ヤングケアラーとは

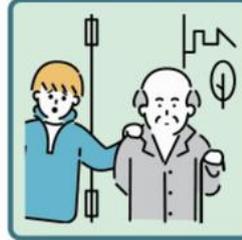
## (1) ヤングケアラーの定義

ヤングケアラーとは、「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」(子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律)のことをいいます。

年齢に見合わない重い責任や負担で、学校生活や社会生活に影響を及ぼすこともあり、「子どもとしての時間」で、家事や家族のお世話をしていることがあります。

ヤングケアラーの子どもたちの抱える問題に目を向け、必要な支援が求められています。

### ●ヤングケアラーの例

				
障害や病気のある家族に代わり、買物・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

## (2) ヤングケアラーが直面する問題

大人が行うような家事や家族のお世話を日常的に行っていると、子どもたちにこのような影響が出る可能性があります。

### ①学業への影響

遅刻・早退・欠席が増える、勉強の時間が取れない など

### ②就職への影響

自分にできると思う仕事の範囲を狭めて考えてしまう、自分のやってきたことをアピールできない など

### ③友人関係への影響

友人などとコミュニケーションを取れる時間が少ない など

## 2. ヤングケアラーの発見から支援の流れ

- (1) **発見** ヤングケアラーの可能性のある子どもを発見
- (2) **アセスメント** アセスメントシートをもとに、できる限り情報収集、事実確認
- (3) **ケア会議** 複数の職員による確認(一人の判断での見落としを防ぐ)  
必要に応じた関係機関の招集  
福祉的な支援が必要(または支援状況の確認が必要)
- (4) **関係機関への連絡** 「ヤングケアラーの課題に対応する主な支援機関担当窓口」に連絡  
※世田谷区ヤングケアラーさぽーとーむ(コーディネーター)との情報共有、連携
- (5) **サービス調整** 必要な支援・サービスの調整
- (6) **モニタリング** 本人・家族の状況は改善されているか、本人・家族の気持ちの変化  
新たなニーズは発生していないか 等

### (1) 発見

ヤングケアラーに気づくきっかけ

#### ●高齢福祉(介護事業所、地域包括支援センター、自宅等)

障害福祉(障害福祉サービス事業所、基幹相談支援センター・相談支援事業所、自宅等)

- 家族の介護・介助をしている姿を見かける
- 日常の家事をしている姿を見かける
- 家庭訪問時や来所相談時に常に傍にいる
- 家族の病院の付添をしている姿を見かける(平日に学校を休んで付き添っている場合)
- 訪問時の家の中の様子、家族状況を確認し、家族の介護状況を確認する

#### ●地域

- 学校へ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
- 毎日のようにスーパーで買い物をしている
- 毎日のように洗濯物を干している
- 自治会の集まり等、通常大人が参加する場に子どもだけで参加している

## (2)アセスメント

### 1)アセスメントの視点

- ①「子ども自身の権利が侵害されていないか」「どのような権利が侵害されているか」の確認
- ②「命の確保が最優先」である被虐待児への対応とは異なり、ヤングケアラー支援は、「家族全体の問題やニーズ(必要としていること)を共有し、一緒に考え、解決していく。」
- ③家族の状況や家族の中での子どもの役割や様子だけでなく、関係機関の協力を得て「子ども自身がこの状況をどう思っているか」「どうしたいと思っているか」といった子どもの想いや希望もきちんと把握し、アセスメントの視点に位置付けることが重要。

### 2)アセスメントシートの活用

家事や家族の世話の多くは家庭内で行われているため、子どもがそれらを担っているかを把握することは容易ではない。ヤングケアラーの把握と支援が進むよう、子ども自身や学校のほか、福祉従事者の視点から、アセスメントシートを活用し、事例や課題の共有と支援策の検討につなぐ。

### 3)アセスメントの流れ：次の視点で順に確認する。

- |   |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"><li>① 本来守られるべき「子どもの権利」が守られているか</li><li>② 家族の状況</li><li>③ 子どもの状況</li><li>④ 子どもの認識や意向</li></ol> |
|---|

出典：厚生労働省「ヤングケアラーの早期発見・ニーズ把握に関するガイドライン」

- |  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>⑤ 生活環境(健康的な生活ができる環境にあるか)</li></ol> |
|--|

#### ①本来守られるべき「子どもの権利」が守られているか

～子ども自身の権利が侵害されていないか～

- |                                       |                      |
|---------------------------------------|----------------------|
| <input type="checkbox"/> 健康に生きる権利     | } が侵害されている可能性がないかを確認 |
| <input type="checkbox"/> 教育を受ける権利     |                      |
| <input type="checkbox"/> 子どもらしく過ごせる権利 |                      |

・「ヤングケアラー」という視点で改めて子どもや家庭の状況を確認する。

・ケアの頻度が「支援を必要とする状態か」は、子どもの状況により異なる。子どもの様子を確認し、頻度や状況等を踏まえ、支援の必要性を判断する。

## ②家族の状況

- 家族構成
  - 支援が必要な家族の有無とその状況
  - 子どもが行っている家族等への支援の内容
- } を確認し、ヤングケアラーか判断する。

子どもにとって不適切なケア → 具体的な状況を確認 → 支援の緊急度を判断

- ・入浴介助や排せつ介助、体を持ち上げるなどの身体的介護、生命にかかわるケアや感情面の支援(精神疾患や依存症などの家族の感情的な支援、自殺企図などの話など)は子どもにとって身体的・精神的な負担が大きく、子どもが行うには「不適切なケア」と考えられる。
- ・確認した状況は記録しておく。その後、定期的に再確認し記録に残す。
- ・子どもの権利侵害がみられる場合は、その要因を確認し必要な支援につなげる必要がある。

## ③ヤングケアラーである子どもの状況 ※高齢福祉・障害福祉サービス提供の面から確認

- 子どもが行っている支援の状況
  - 子ども自身が支援に費やしている時間
- } 確認
- ・子ども自身が対応できる、責任のそれほど重くない支援でも、支援に費やす時間の長さによっては子どもの生活が制限される「過度なケア」となることがある。
  - ・公的サービスの利用が必要かなどを検討するために、家庭内において「家事や家族の世話」を担える人がいるか、担う内容を増やせる余地があるかを確認する。

## ④子ども本人の認識や意向

～子ども自身がどう感じているか、どうしたいと思っているか～

- ・ヤングケアラー支援では、子どもにとってどのような状況が望ましいかを、子どもと一緒に考え、子ども自身の理解・納得を得ながら支援につなげていくことが重要
- ・子ども自身がヤングケアラーであることを認識していない、子ども自身が家族のケアにやりがいを感じている場合もあるため、客観的な立場から子どもの様子・状況を確認する。

- 子ども自身が「ヤングケアラー」と認識しているか
  - 子ども自身が今の状況をどう思っているか、どうしたいのか等子どもの思い・希望
  - 家族の状況や支援していることについて、誰かに話せているか
  - 子ども本人が相談できる、理解してくれると思える相手がいるか
- } 確認

※子どもとの接触があまりない場合、子どもの認識を確認することは難しい。

支援している本人を通し、子どもの状況をさりげなく確認する。

## ⑤生活環境

介護の状況から、生活環境に課題がある場合、介護保険制度以外の支援で、生活環境を整える生活支援サービス、家事援助サービスの創設が望まれる。

その場合、支援者側の価値観を押し付けることなく、本人や家族の気持ちをしっかり受け止める必要がある。支援力向上のためのノウハウも必要となる。

- 家事をする人がいない。
- 住環境が劣悪、不衛生、乱雑、洗濯ができない。
- 身だしなみが整っていない。

### 【注意点】

#### ①本人や家族の意思確認

- ヤングケアラーと思われる子どもを発見した場合、本人や家族が、現在の状況をどのように捉えているか、支援が必要と考えているかなどの意思や希望の確認が必要
- 本人や家族の意思確認は、本人たちの意思に反して勝手に支援が進められるという行き違いを防ぐことになる。本人や家族との信頼関係を構築していく上でとても大切となる。
- ヤングケアラーと思われる子どもと家族の希望が異なる場合も、ヤングケアラーである子どもを中心とした支援を検討する。
- ヤングケアラーや家族は、これまでの関係性や、家族の中での役割があり、家族が子どもに家事等の負担をかけていることを申し訳なく思っている場合もある。ヤングケアラーや家族を責めないように、支援者側の価値観を押し付けることなく各々の想いやプライドを尊重する。
- 支援を続けていく中で、本人や家族の状況や意思は必要に応じて繰り返し確認する。

#### ②リスクアセスメントの判断・緊急性の判断

- ヤングケアラーと思われる子どもを発見した後は、すぐに支援につなげる必要があるか否か、緊急性の判断が求められる。
- 子ども本人や家族の命に危険が及んだり、心身に危険が及んだりする可能性がないか、重大な権利侵害がないかなどを確認し、リスクがあれば速やかに子どもの担当所管、児童相談所等に連絡を取る。児童相談所による一時保護、自治体による緊急の福祉サービス導入、入院などの対応が検討される場合もある。
- 虐待等の場合を除き、本人や家族の意思を尊重する。ヤングケアラーや家族の想いを知り、寄り添い、いつでも相談できることを伝えることで、ヤングケアラーやその家族の精神的負担を軽減できることもある。

### ③初期介入のポイント

- リスクアセスメントを行い、緊急で介入する必要がない場合、ヤングケアラーと思われる子どもや家族が辛い状況にあるなど支援が必要と考えられる場合は初期介入する。
- 緊急での介入が不要と判断された場合であっても、その後の状況変化によって、緊急での介入が必要になる場合もあるので見守り続ける必要がある。
- 日頃から子どもと接する時間が長い程、変化に気づきやすい。学校はヤングケアラーを発見しやすく、ヤングケアラーも、日頃から接している学校の先生が話しやすい場合が多い。
- ヤングケアラーを発見・把握した機関が本人や家族から話を聞くのが望ましい。

### ④プライバシーへの配慮

- 家庭の状況を周囲に知られたくない場合が少なくない。学校のクラスメイト等、本人以外の第三者に知られないように話す等、プライバシーに十分な配慮が必要。
- 本人の意思を確認することなく、本人からの相談内容を家族に伝えることは原則的にしない。本人との関係性が崩れるだけでなく、本人と家族の関係性が悪化する危険性もある。

## (3)ケア会議 支援の必要性の判断と支援方針の検討

- ・アセスメントの結果、子どもの権利侵害がみられる場合には、その状況を改善し子ども自身の権利を回復するための支援について、多職種参加でケア会議を行い、関係機関への連絡を行う。見落としを防ぎ客観的な判断のため、複数で情報の整理を行う。
- ・子どものどの権利が侵害されているか、どのような状況に変えていくかについて、子どもの置かれている状況や子どもの意向・希望を踏まえて一緒に考え、支援の方針を確認する。
- ・権利侵害による子ども自身への影響についても確認し、子どもに対する支援の必要性について検討する。
- ・ヤングケアラーは、「本来、大人が担うような家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」のため、子どもが担っている家事や家族の世話を代わりにやってくれる大人やサービスにつなぎ、子どもが不適切なケアを担うことを防止し、家事や家族の世話を行っている時間を減らすことが主な選択肢の一つになる。
- ・ヤングケアラーへの支援は、「子どもの権利を回復するための支援」、「本来担うべき大人が担えていない」ことが課題であるため、家事援助サービスや訪問看護といった高齢福祉や障害福祉などのサービスにつなぐ必要があり、児童福祉に限定されない多様な機関との連携が不可欠となる。支援方法の確認や具体的な支援計画は、関係機関を含めた体制で検討する。

#### 【注意】

ヤングケアラーのみならず、家庭全体へのアプローチが必要

○ヤングケアラーがケアをする対象者やケアの内容は様々で、ヤングケアラーの支援をしたとしても、ヤングケアラーのケアの負担自体が軽くなるわけではないため、ヤングケアラーが直面する課題は、ケア対象者を含む家族全体へのアプローチが必要

○ヤングケアラーや家族から家庭の状況について多くの情報を聞くことは、過度な負担を強いることにもなりかねない。状況把握を急ぐあまりヤングケアラーや家族の意思を尊重できず、支援者との関係性がこじれないよう留意する。

○ヤングケアラーやその家族が家庭の状況を知られることを望まない場合もある。焦らず、意思決定の支援をし、本人や家族に寄り添い続けていく中で話が聞ける場合もある。

○家庭の状況は複雑であり、簡単に解決できるものではないため、単にサービスを提供するだけでなく、ヤングケアラー本人や家族に寄り添い、長期的な関わりが必要となる。

#### (4)関係機関への連絡

「ヤングケアラーの課題に対応する主な支援機関担当窓口」(資料編 P14～参照)に連絡

※世田谷区ヤングケアラーさぽーとるーむ(コーディネーター)との情報共有、連携

①連携して行う支援のポイント (アセスメントシートで把握した内容を伝える)

- ヤングケアラーや家族が行うケア内容や時間を把握し、必要なケアの全体像
- ヤングケアラーの生活状況、平日と休日のスケジュール
- ヤングケアラーの身体的、精神的健康状態
- 教育を受ける権利、休み・遊ぶ権利など子どもの権利侵害の状況
- 関係機関と支援の必要性について検討する。

#### 【注意】

個人情報の共有に関する同意

○ヤングケアラーの家庭の状況・情報を、他の関係機関・専門職と共有することの同意を得る。

○ヤングケアラーである子どもに同意を取ることは重要。子どもで判断できないこともあるが、子どもの話を聞くことは重要。

○ヤングケアラーである子どもの同意を得た後、保護者の同意を得ることが望ましい。子どもの同意が得られない場合は、緊急性等から総合的に判断して対応を検討する。

○個人情報の共有に関する合意が必要でも、簡単ではないケースが多い。子どもやその家族がヤングケアラーであると自覚すること、あるいはヤングケアラーであることの課題が認識されることが、情報共有に関する合意を得る上で不可欠。

○家庭の課題を解決する中心にいるのは、支援者ではなくヤングケアラー本人及びその家族。ヤングケアラー本人が何を望んでいるのか、気持ちに寄り添うところから始めてみる。

## (5) サービス調整～連携して行う支援のポイント

### ① ヤングケアラー支援策 資料編 参照

生活環境改善	家事援助サービス、生活支援サービスの実施の検討サービス提供時の声掛け等で、孤立感の解消、生活リズムを整える
食事の提供	地域食堂等の実施、配食サービス事業者の情報提供 等
経済的困窮	生活保護、ぷらっとホーム世田谷 等
生活リズムの改善	メルクマール世田谷、ぷらっとホーム世田谷等との連携、保健師との連携 等
子の精神疾患、障害、ストレス等	多職種連携、障害担当・ぽーと等との連携 等
教育の支援	かるがもスタディールーム、せたがやゼミナール、まいぷれいす等
居場所の確保	児童館、青少年交流センター、子ども食堂 等
情報周知、共有と仕組みづくり	支援機関の周知
気軽に相談できる仕組みづくり	シンポジウム、ヤングケアラー支援の手引きの活用
支えあう地域づくり	支援力向上研修の実施、シンポジウム、ヤングケアラー支援の手引きの活用、支援体制の検討

※介護保険制度等では、世帯における家事援助サービスや生活支援サービスの提供はできないため、必要なサービスが提供できるよう検討が必要。

事業者も、ヤングケアラー支援を視野に入れ支援にあたり、関係機関との連携により、誰もが住みやすい、支えあいの地域づくりに取り組む必要がある。

#### 【注意】

- ヤングケアラーの状況が、経済的困窮や要介護(介護が必要な状態)、精神疾患など、様々な課題が複合的に絡みあっている場合には、関係各所が連携して、横断的に取り組むことが求められる。
- ヤングケアラーやその家族に対して、これまで接してきた担当機関・部署とは異なる立場から話をすることで、必要な支援につながるきっかけができる場合もある。
- 自機関・部署で解決できるか否かの判断に迷う場合は、そのままにせず、状況が深刻化する前の段階で、関係機関に対して連携して支援を行う必要性や可能性について、相談が必要。
- 子ども関係機関と福祉事業所の協力体制を促進するための会議体へ参加、情報の収集を行う。

## (6) モニタリング

- サービス提供時には、「提供しているサービスが家族全体にとってどうなのか」を意識し、訪問時等にヤングケアラーのことを気にかけて、「何かあったら、相談できること」を伝え続けることで、ケアラーの孤独・孤立感の解消につながることもある。
- 本人・家族の状況は改善されているか、本人・家族の気持ちの変化、新たなニーズは発生していないか等、定期的に確認する。

## 資料編

# 1 アセスメントシート

アセスメント日 年 月 日 児童氏名 ( 歳) 保護者氏名

【きっかけ】  親族の申し立て  サービス利用の中から  家族の介護・介助をしている姿を見かける  
 家庭訪問時や来所相談時に常に傍にいる  日常の家事をしている姿を見かける  
 家族の病院の付添をしている姿を見かける  その他( )

家族構成(年齢)	サービス利用状況	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 介護保険:訪問介護(週 回)通所介護(週 回) 訪問看護(週 回)短期入所(月 回)他( ) <input type="checkbox"/> 障害サービス:訪問介護(週 回)通所介護(週 回) 訪問看護(週 回)短期入所(月 回)他( )
----------	----------	---

		内 容	問題
子どもの権利	健康に生きる権利	表情が乏しい	<input type="checkbox"/>
		家族や将来の不安を口にしている	<input type="checkbox"/>
		極端に痩せている(太っている)、痩せてきた(太ってきた)	<input type="checkbox"/>
		生活リズムの乱れが見られる	<input type="checkbox"/>
		身だしなみが整っていない	<input type="checkbox"/>
	教育を受ける権利	学校に行っている時間に学校以外で見かける	<input type="checkbox"/>
		訪問時、いつも家にいる	<input type="checkbox"/>
子どもらしく過ごせる権利	家族の介護・付添をしている姿を見かける	<input type="checkbox"/>	
	幼いきょうだいの送迎をする姿を見かける	<input type="checkbox"/>	
家族の状況	経済状況	<input type="checkbox"/> 不明 <input type="checkbox"/> 生活保護 <input type="checkbox"/> 非課税世帯 <input type="checkbox"/> その他	
	支援が必要な家族の有無	<input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> 要介護高齢者 <input type="checkbox"/> 障害者 <input type="checkbox"/> 慢性疾患 <input type="checkbox"/> 精神疾患 <input type="checkbox"/> 幼いきょうだいが多く <input type="checkbox"/> 生活能力が低い <input type="checkbox"/> 日本語が不自由 <input type="checkbox"/> 自殺企図 <input type="checkbox"/> その他( )	
	支援の内容	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> 入浴介助 <input type="checkbox"/> 排泄介助 <input type="checkbox"/> 身体介護 <input type="checkbox"/> 医療的ケア <input type="checkbox"/> 精神的な支援 <input type="checkbox"/> その他( )	
	子どもへの想い	<input type="checkbox"/> 特になし <input type="checkbox"/> 迷惑をかけているとの想い <input type="checkbox"/> その他( )	
ケアラーの状況	子どもが支援している相手	<input type="checkbox"/> 母 <input type="checkbox"/> 父 <input type="checkbox"/> 祖母 <input type="checkbox"/> 祖父 <input type="checkbox"/> きょうだい <input type="checkbox"/> その他( )	
	支援に費やしている時間	<input type="checkbox"/> 平日 1日 時間程度 <input type="checkbox"/> 休日 1日 時間程度	
	子どもの特性	<input type="checkbox"/> 特になし <input type="checkbox"/> 障害の有無(種別 )	
ケアラーの認識	ヤングケアラーの認識	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	
	相談できる人の有無	<input type="checkbox"/> あり( ) <input type="checkbox"/> なし	
	子どもの想い、希望		

事業所内確認  
 支援の検討や確認を必要と判断する場合はあんしんすこやかセンター・民生委員等へ相談  
 記入日 年 月 日 事業所名 記入者  
 ケアラーへの説明と同意  月 日 本人への説明と同意  月 日

事例の概要
経過
良かった点
困った点(こんなサービスがあれば良かった)
その他

## 2 世田谷区のヤングケアラー支援策（世田谷区ホームページより）

### (1)当事者(ヤングケアラー・若者ケアラー)の相談窓口

家族の手伝い・手助けをするのは「ふつうのこと」と思うかもしれませんが、でも、学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じるほどの重い負荷がかかっている場合は、すこし注意が必要です。自分のことや家のことを話すのは勇気がいると思います。でも、あなたの話を聞いて、共感して、サポートしてくれる人は必ずいます。まずは信頼できる相手に相談してみましょう。

#### 1)ヤングケアラーの相談窓口(18歳未満)

##### ①せたがやホッと子どもサポート「せたホッと」

「せたホッと」は、世田谷区に住んでいる子どもや、学校や仕事で世田谷区に通っている子どもの権利をまもるところです。困ったとき、つらい・イヤだと感じたときは、「せたホッと」に話してみませんか。

電話、ファックス、メール、対面、手紙など

- 電話 フリーダイヤル 0120-810-293（ホッとにきゅうさい）
- ファクシミリ 03-3439-6777（通信料がかかります）



##### ②子ども家庭支援センター

子ども家庭支援センターは、各地域の総合支所の中にある、18歳未満の子どもや子育て家庭の不安や悩みに関する総合相談窓口です。一人で悩まず、一緒に考えていきましょう。

<u>せたがや子ども家庭支援センター</u>	電話:03-5432-2915
<u>きたざわ子ども家庭支援センター</u>	電話:03-6804-7525
<u>たまがわ子ども家庭支援センター</u>	電話:03-3702-2173
<u>きぬた子ども家庭支援センター</u>	電話:03-3482-1415
<u>からすやま子ども家庭支援センター</u>	電話:03-3326-6155

##### ③あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)

あんしんすこやかセンターは、各地区のまちづくりセンターの中にあります。

社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職員がご家族の状況に合わせ、適切な支援におつなぎします。相談に関する秘密は絶対に守ります。安心してご相談ください。

#### 2)若者ケアラーの(18歳以上)相談窓口

##### ①メルクマールせたがや

「悩みがあるが、どうしていいかわからない、気持ちを聞いてほしい」という方

名称	電話・FAX	住所
メルクマールせたがや	電話:03-3414-7867 FAX:03-6453-4750	世田谷区太子堂4丁目3番1号 STKハイツ5階

##### ②ぷらっとホームせたがや

「ケアに伴う生活の困りごとについて相談したい」という方

名称	業務	電話・FAX	住所
ぷらっとホーム 世田谷	下記の業務以外	電話:03-5431-5355 FAX:03-5431-5357	世田谷区太子堂4-3-1 STKハイツ3階

ぷらっとホーム 世田谷分室	(1)住居確保給付金 (2)受験生チャレンジ (3)生活福祉資金貸付	電話: (1)(2)03-6805-2787 (3)03-3419-2611 FAX:03-5431-5357	世田谷区太子堂 4-3-2 DS 三軒茶屋ビル 2 階
------------------	--	--	--------------------------------

### ③あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)

あんしんすこやかセンターは、各地区のまちづくりセンターの中にあります。

社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職員がご家族の状況に合わせ、適切な支援におつなぎします。相談に関する秘密は絶対に守ります。安心してご相談ください。

### 3)教育・福祉・医療等関係者の方、困っている人に気づいた方へ

「もしかしたらあの子はヤングケアラーかもしれない」と周囲に気になるお子さんがいたら、子ども家庭支援センターまたはあんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)にご相談ください。どなたでもご相談いただけます。

#### ①子ども家庭支援センター

子ども家庭支援センターは、各地域の総合支所の中にある、18歳未満の子どもや子育て家庭の不安や悩みに関する総合相談窓口です。一人で悩まず、一緒に考えていきましょう。

<u>せたがや子ども家庭支援センター</u>	電話:03-5432-2915
<u>きたざわ子ども家庭支援センター</u>	電話:03-6804-7525
<u>たまがわ子ども家庭支援センター</u>	電話:03-3702-1189
<u>きぬた子ども家庭支援センター</u>	電話:03-3482-1415
<u>からすやま子ども家庭支援センター</u>	電話:03-3326-6155

### ②あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)

あんしんすこやかセンターは、各地区のまちづくりセンターの中にあります。

社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職員がご家族の状況に合わせ、適切な支援におつなぎします。相談に関する秘密は絶対に守ります。安心してご相談ください。

### 4)ヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなんだろう？」

小学生・中学生・高校生世代以上の方向けのヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなんだろう？」が世田谷区ホームページからご覧になれます。



ヤングケアラーハンドブック・小学生編



ヤングケアラーハンドブック・中学生編



ヤングケアラーハンドブック高校生世代以上編

## LINE 相談窓口「世田谷区ヤングケアラーさぽーとるーむ」

ヤングケアラーが、気軽につぶやいたり相談などでもできる LINE 窓口です。

家族のこと・学校のこと・進学や就職のこと・友達のことなど、どんなことでもお話しができますので、お気軽に相談してください。元ヤングケアラーの人たちがお返事します。

LINE 友達登録のリンク:<https://lin.ee/8sfmbdx>



## あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）一覧

	名称	所在地	電話番号	FAX 番号	担当区域
世田谷	池尻	池尻 3-27-21	5433-2512	3418-5261	池尻 1~3、池尻 4（1~32 番）、三宿
	太子堂	太子堂 2-17-1 2 階	5486-9726	5486-9750	太子堂、三軒茶屋 1
	若林	若林 1-34-2	5431-3527	5431-3528	若林、三軒茶屋 2
	上町	世田谷 1-23-5 2 階	5450-3481	5450-8005	世田谷、桜、弦巻
	経堂	宮坂 1-44-29	5451-5580	5451-5582	宮坂、桜丘、経堂
	下馬	下馬 4-13-4	3422-7218	3414-5225	下馬、野沢
	上馬	上馬 4-10-17	5430-8059	5430-8085	上馬、駒沢 1・2
北沢	梅丘	梅丘 1-61-16	5426-1957	5426-1959	代田 1~3、梅丘、豪徳寺
	代沢	代沢 5-1-15	5432-0533	5433-9684	代沢、池尻 4（33~39 番）
	新代田	羽根木 1-6-14	5355-3402	3323-3523	代田 4~6、羽根木、大原
	北沢	北沢 2-8-18 地下 1 階	5478-9101	5478-8072	北沢
	松原	松原 5-43-28	3323-2511	5300-0212	松原
	松沢	赤堤 5-31-5	3325-2352	5300-0031	赤堤、桜上水
玉川	奥沢	奥沢 3-15-7	6421-9131	6421-9137	東玉川、奥沢 1~3
	九品仏	奥沢 7-35-4	6411-6047	6411-6048	玉川田園調布、奥沢 4~8
	等々力	等々力 3-4-1 2 階	3705-6528	3703-5221	玉堤、等々力、尾山台
	上野毛	中町 2-33-11	3703-8956	3703-5222	上野毛、野毛、中町
	用賀	用賀 2-29-22 2 階	3708-4457	3700-6511	上用賀、用賀、玉川台
	二子玉川	玉川 4-4-5 2 階	5797-5516	3700-0677	玉川、瀬田
砧	深沢	駒沢 4-33-12	5779-6670	3418-5271	駒沢 3~5、駒沢公園、新町、桜新町、深沢
	祖師谷	祖師谷 4-1-23	3789-4589	3789-4591	祖師谷、千歳台 1・2
	成城	成城 6-3-10	3483-8600	3483-8731	成城
	船橋	船橋 4-3-2	3482-3276	5490-3288	船橋、千歳台 3~6
	喜多見	喜多見 5-11-10	3415-2313	3415-2314	喜多見、宇奈根、鎌田
烏山	砧	砧 5-8-18	3416-3217	3416-3250	岡本、大蔵、砧、砧公園
	上北沢	上北沢 4-32-9	3306-1511	3329-1005	上北沢、八幡山
	上祖師谷	上祖師谷 2-7-6	5315-5577	3305-6333	上祖師谷、粕谷
	烏山	南烏山 6-2-19 2 階	3307-1198	3300-6885	給田、南烏山、北烏山

窓口開設時間 午前 8 時 30 分~午後 5 時（日曜・祝日・12 月 29 日~1 月 3 日を除く） 地域

※事業全般に関するお問い合わせは、介護予防・地域支援課 ☎ 5432-2953 FAX 5432-3085 へ

### 3 ヤングケアラーの事例 (アセスメントシートを活用)

ケアラーの介護・支援の状況	良かった点	必要なサービス・苦慮したこと
<p>①母、父と息子の3人世帯 母親は10年前から肺がん に罹患。父親は職務多忙。 息子は10代前半から通院 同行、母親の食事の支度。 ケアラーの認識不明 夜間ゲームをしている ことが多く、母親の夜間 のトイレの見守りをし ている。大学は休みが ち。父親と息子の関係 はあまり良くない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・直接、息子に心配していると支援者の気持ちを伝えることができた。</li> <li>・母親の友人も息子のことを気にかけてくれていた。</li> <li>・息子は友人との付き合いなど、<u>自由な時間が持てた。</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・10年以上なので、この状態になれているとの発言</li> <li>・<u>終末期の親に同席する子への声かけに悩んだ。</u></li> <li>・日中、息子は寝てたり、不在でコミュニケーションが十分とれなかった。</li> </ul>
<p>②母と小中学生の2人の子の3人世帯 本人は精神疾患等で家事ができない。 夫とは離婚。2人の子は不登校。 母親の治療の時、2人の子は施設入所。 ごみが散乱し劣悪な住環境。 浴室、トイレの汚染顕著 食事はコンビニか出前。 ケアラーの認識なし 子は生活リズムが乱れがち。 身だしなみが整っていない。 生活保護</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・区から<u>家庭教師の派遣や学校教師の家庭訪問で教育を受ける権利が維持できた。</u></li> <li>・<u>週1回、生活保護費受給の際(金銭管理ができないため)、家族での外食が楽しみ</u></li> <li>・子どものことを大事に思い家族3人で暮らすことに喜びを感じている。</li> <li>・<u>児童相談所、生保ワーカー、保健師の関わりあり</u></li> <li>・数カ月おきに、<u>小学校で要配慮児童支援会議が開かれ、教師の家庭訪問で小学校に通うようになった。</u></li> <li>・中学生は家庭教師に相談ができるようになり、<u>栄養士か調理師が希望と語る。専門学校に進学</u></li> <li>・後日談。子どもたちは独立した。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・被害妄想が強く従事者の交代が頻回</li> <li>・劣悪な住環境を子どもたちは異常と感じていなかった。</li> </ul>
<p>③40代の母と子の2人世帯 汚れた衣類が散乱し、掃除が行き届かず室内は散らかっている。ケアラーの認識不明 買い物に行けず食事は購入したお弁当 子の身だしなみは整っていない。生活保護</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヘルパーにより家事援助、精神・身体的ケアで、<u>子どもの負担軽減された</u></li> <li>・本人はヘルパーとのコミュニケーションや相談できることを喜んで<u>いた</u></li> </ul>	<p><u>子どもへのサービスが必要と感じた。</u></p>
<p>④40代の母と10代の子の3人世帯。夫とは離婚。子が保育園時代から要介護状態。 訪問介護、移乗、排泄、家事全般をヘルパーが行うが、ADL低下で子の介護負担が増加。 障害ヘルパー1日2回。 子の介護や付き添いの姿を見かける。生活保護 認識不明</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サービス利用に前向き</li> <li>・親族が近隣に居住し良好な関係で<u>支援がある。</u></li> <li>・本人は活動的で家族関係が良好で<u>子育てに熱心。子どもとの交流を大事にしている。</u></li> <li>・母は「ヘルパーと一緒に子育てできた」と語る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ADLの低下が顕著で子の介護負担が増加</li> <li>・<u>当たり前にお手伝いをしている感覚で本人たちにケアラーという認識はない。</u></li> <li>・直接、従事者は子どもに向き合う機会はない。 <u>心が許せる家族以外の存在や場所が必要</u></li> </ul>

<p>⑤50代父 20代の子 2人の3人世帯。 妻とは離婚。高次脳機能障害で介護保険のサービスが合わず子の介護負担が限界 排泄介助、身体介護 ケアラーの認識あり 長子はうつ状態</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<u>介護保険サービスのほかあんしんすこやかセンターより専門機関のつなぎや支援者の経路ができた。</u></li> <li>・<u>今の状態が苦しいと長子は訴えることができる。</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人の高次脳機能障害の相談窓口、専門相談のかかわり、訪問が必要</li> <li>・金銭管理の手続きが大変で途中で断念した。</li> <li>・<u>ケアラーはメルクマールセタがや、プラットホーム世田谷につながっていたが今は拒否</u></li> </ul>
<p>⑥70代父と10代半ばの子2人の3人世帯。父は覚せい剤認知症、胃がん。パーキンソン症候群、腰椎圧迫骨折。生活能力が低い。第2子は親の通院介助(車いす介助)、書類記入。買物、調理、夜間同じ部屋に寝て見守り。長子は介護しない。父は子に迷惑をかけているとの思いあり。子は将来の不安を口にし、制服のサイズはあっていない。生活リズムの乱れ。 第2子は発達障害、支援学級に通う。中1～高3まで介護に従事。ケアラーの認識あり。高卒後飲食関係へ就職。近隣の長子の住むマンションへ転居。週1回顔を出す。妻は離婚(生活保護、人工透析)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どものお陰で本人は頑張れ、子どもも認めていた。</li> <li>・<u>居宅介護支援事業所のケアマネジャーとあんすこの関わり</u></li> <li>・<u>相談先:子ども家庭支援課担当者</u></li> <li>・<u>近所にコーヒーショップを開きたいとの希望がある。</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちの家事援助が必要</li> <li>・子どもたちに適切な食事を食べさせたかった。</li> <li>・<u>子ども家庭支援センターは関わっていたが、自立を促すため具体的なサービスはなかった。</u></li> </ul>
<p>⑦80代祖母 60代母、30代20代の4人世帯。家事を担っていた祖母が圧迫骨折から要介護状態になった。医師国家試験を控えた孫が祖母の受診同行、身の回りの世話、話し相手、精神的な支援を担う。母親は自営業で忙しく、祖母との関係が悪く介護に参加していない。孫と母親との関係悪化。孫は精神的に追い詰められている状態。 ケアラーの認識なし</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<u>あんすこ主催の認知症アクション講座に孫とその弟が参加</u></li> <li>・その後、<u>認知症初期集中支援チームの関わり</u></li> <li>・訪問看護利用、孫の認知症に対する理解が進み、主介護者が孫ではなく長女になる。</li> <li>・初期集中支援チーム事業を利用し、祖母との関係を築き、長女支援も行い長女の理解が進んだ。孫に対しても情報を整理、情報提供などの支援が出来た。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・同居家族がいても使える家事支援サービスがあるといい。</li> <li>・孫は何で自分だけが責められるかというストレスの訴えがあった。</li> <li>・ストレスで祖母につらく当たってしまう。第三者にはいってほしい。</li> </ul>
<p>⑧40代母、夫、小・中学生の4人世帯。 母は双極性障害、乳がん脳転移で終末期。半身まひで車いすでの生活。夫が家事全般行う。意識の乱高下が頻回で、娘2人は不安定。不登校。母親の死の恐怖を感じている。子は母に暴力をふるうこともあり。父も子に手をあげるこ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<u>母親のケアは訪問看護・訪問介護</u></li> <li>・<u>要支援家庭のヘルパー相談につながった。</u></li> <li>・<u>父親の姉の頻回な訪問や子と父親とがもめたときは、仲裁したり、子を預かったりしていた。</u></li> <li>・<u>母親が安定しているときに「しっかり学校へ行って」という言葉を守り、母親の死後、部活にも参加している。</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・父親の実家の建て替えに伴い他県から転入。支援期間が短く、転入前に情報共有が行えればよかった。</li> <li>・母親へ子どもたちから暴力などあり</li> <li>・母親と同じ病気になるのではないかという恐怖や自分を置いて母親が死んでしまう恐怖</li> </ul>

<p>とがある。 ケアラーの認識不明。入浴介助、排泄介助等必要。逝去まで2か月の短期間の支援。</p>		
<p>⑨80代本人。夫は他界。大学に入った20代姪と同居を開始。本人は認知症で同じ品物、特にお菓子を購入し、室内はものであふれている。「自分のことは自分でできる」とデイ以外のサービスは拒否。姪は叔母の病気についての認識はなく本人と姪の関係は悪化していった。戸建て居住。経済面問題ない。認識なし</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ケアマネジャーや通所介護で本人の居場所は確保できていた。</li> <li>・姪が見守りや食事の準備をしているが、キーパーソンとはなれない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人と姪との関係は悪く、キーパーソン不在。</li> <li>・認知症高齢者でキーパーソン不在の方の対応</li> </ul>
<p>⑩母親、父親、子ども3人の5人世帯。 難病の母親の介護を中学生から10年間行った。買物や家事全般、通院同行など行ったが、排泄介助は行わない。ケアラーの認識あり。大学1年時はひきこもり状態。ケアプランを見直し、大学を卒業するが、企業にヤングケアラーの認識はなく就職には苦戦し、勤務地も遠方で月1回帰省し、3年で退職後、母逝去</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<u>医者の気にかけてくれているという声掛けやメモが嬉しかった。そのようなメッセージは嬉しい。孤独感を減らせる。</u></li> <li>・一時期、引きこもり状態になるも、母親が寝ている夜、クラブに出かけ自由時間を確保できたこと。<u>小説の世界に入り自分と向き合えた。</u></li> <li>・<u>家族で相談しあい母親を看取った。</u></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<u>関係機関で、虐待対応のように情報共有し、支援する仕組みが必要。</u></li> <li>・<u>気軽に相談先の紹介マグネットの配付。品川区ではカードの配付</u> <u>見守っているとのメッセージを出すことが必要</u></li> </ul>

## 4 ヤングケアラー支援策（提言）

【ケアラーとしての認識】 ・不明 4 件 ・なし 3 件 ・あり 3 件

子どもとの関りがなく、ケアラーの認識不明が多い。

ケアラーの年齢が低いほど、ケアラーの認識はない傾向にあるため、子どもからの発信は難しい。

	ケアラーの状況・課題	支援策	課題
気づき	サービスにつながっていない方の把握	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発見の仕組みづくり</li> <li>・気軽に相談できる相談窓口の周知</li> <li>・支援機関に情報を集約できる仕組み</li> <li>・ヤングケアラーさぽーとるーむの周知</li> <li>・手引きの周知 ・リーフレット作成</li> <li>・あんしんすこやかセンターの周知</li> </ul>	
生活環境	生活環境劣悪(住環境が劣悪、不衛生、乱雑、洗濯ができない)。家事をする人がいない。身だしなみが整っていない。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家事援助・生活支援サービス:福祉緊急対応的な支援のサービス提供</li> <li>・子どもたちの家事援助等 子への適切なサービスの提供</li> <li>・住環境改善</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・若者支援に向けた、知識、技術、コミュニケーションの取り方、配慮すべき点、関わり方等の学びが必要。</li> <li>・丁寧な対応、信頼関係の構築が大切。支援の仕組みづくり</li> <li>・支援力向上研修の実施、プログラム作成</li> </ul>
	食事はコンビニや弁当で家庭的な食事の経験が持てない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・配食サービス:事業者の情報提供</li> <li>・子ども食堂・地域食堂</li> <li>・子ども食堂・地域食堂:定期的に事業団で実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域食堂:財源、従事者(地域住民)、食材の確保</li> <li>・あんしんすこやかセンターから専門機関のつなぎ、多機関連携、食事の情報提供</li> </ul>
	昼夜逆転、昼夜逆転傾向、生活リズムの乱れ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多機関連携</li> </ul>	
	家庭内暴力	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健師相談</li> <li>・メルクマール世田谷</li> <li>・多機関連携</li> </ul>	
	自由時間がない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・訪問介護、通所介護、短期入所など自由時間が持てるプランの作成</li> <li>・ケアマネ研修等での周知</li> </ul>	家族全体を支援する考え方の周知、充実
	経済的困窮	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「生活困窮者自立支援法」に基づく国の事業</li> <li>ぷらっとホーム世田谷(世田谷区生活困窮者自立相談支援センター)</li> <li>・生活保護</li> </ul>	
介護	夜間の介助者がいない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・短期入所、訪問介護、定期巡回随時対応型訪問介護看護の充実</li> </ul>	人材不足
	通院同行、介助全般	<ul style="list-style-type: none"> <li>・訪問介護:院内介助支援</li> </ul>	制度的に、院内介助は難しい。自費サービスを負担したくない・できない人の対応

	高次脳機能等障害の相談窓口、専門相談のかかわり、訪問が必要	・障害担当との連携。ぽーと世田谷・北沢・玉川・砧・烏山	関係機関との連携
学習	不登校、休みがち、勉強の時間が取れない	・メルクマール世田谷(主にひきこもりや不登校といった人や社会とうまくつながれていない若者とその家族)の周知 ・居場所として地域食堂～相談(悩みの傾聴)	関係機関との連携の仕組みづくり
	学習する環境がない。	・ひとり親家庭の子どもの学習支援「かるがもスタディールーム」 ・地域で安心して学ぶ「せたがやゼミナール」・・・ぷらっとホーム世田谷 ・子どもと家庭を支える学習・生活支援の拠点事業「まいぶれいす」(子ども・若者部 子ども家庭課)等の社会資源の周知	社会資源の把握 あんしんすこやかセンター等から専門機関のつなぎ
精神面	死の恐怖、同じ病気になる不安、終末期の親の死への恐怖、ストレス	・保健師相談 ・子の精神的な支え、ストレスケア、病気などの不安への対応策	
	子の障害、精神疾患、発達障害、精神不安定	・保健師による相談 ・障害支援担当者・ぽーととの連携	
	ひきこもり、友人・知人との関係が作れない。 生きづらさを抱えた若者の支援 心を許せる家族以外の人や場の確保	・気にかけてくれる人、心の支えが必要 ➡メルクマールせたがや ➡青少年交流センター(池ノ上、野毛、希望丘)、児童館の紹介 ・将来の希望が必要 ・居場所、辛さを吐き出せる場所の確保 ・家族の問題を家族のみで抱え込まないようにする。 ・相談先の提示 ・児童相談所、生保ワーカー、保健師の関わり、子ども家庭支援課との連携が必要 ・保健師による精神的・身体的ケアが必要	多機関の連携 関係機関が集まる(仮)地域支援会議の実施  地域食堂:財源、活動者

関係機関で、虐待対応のように情報共有し、支援する仕組みづくり  
ヤングケアラーの理解と支えあう地域社会づくり



関係機関が集まる(仮)ヤングケアラー地域支援会議の実施  
シンポジウムの実施、ヤングケアラー支援の手引き発行、支援力向上研修の実施

## ヤングケアラー支援の手引き

令和6年10月

社会福祉法人 世田谷区社会福祉事業団

世田谷区福祉人材育成・研修センター

電話 03-6379-4280

FAX 03-6379-4281

HP : <https://www.setagaya-jinzai.jp/>

