

What is a young carer?

ヤングケアラー ということ

ヤングケアラーは、家族のいずれかが、からだやこころの障害や病気を持っているなどの理由で、本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などのケアを、18歳未満の若者や子どもが日常的にしている状況のことです。

この概念が広まったきっかけは、イギリスにおいて、障害などのある家族のケアを無償で行っている人をケアラーと呼び、障害のある本人だけでなく、ケアラーに対しても、公的な支援が必要であることが注目されたことです。この理念が、若者や子どもにも拡張されたのがヤングケアラーです。

成長過程にある子どもは、本来子どもらしくいられる、健康に育つ、学ぶ権利がありますが、家族のケアをせざるを得ない状況におかれており、ヤングケアラーの権利を守ることが私たちに求められています。

ヤングケアラー関連情報



ケアラーアクションネットワーク

<https://canjpn.jimdofree.com/>



こどもぴあ

<https://kodomoftf.amebaownd.com/>



シブタネ

<https://sibtane.com/>



ぶるすあるは

<https://pulusualuha.or.jp/>



ヤングケアラー協会

<https://youngcarerjapan.com/>



ヤングルコミュニティ

<https://yangle-community.studio.site/>



かたりば

<https://www.katariba.or.jp/>

東京大学・学校関係者合同

ヤングケアラーリーフレット作成委員会：

笠井清登、高橋優輔、熊倉陽介、金原明子、金田渉、宇野晃人、佐藤駿一、森島遼、岡田直大、濱本優、星山彩佳、菊地弘美、石井美希、平澤規子、齋藤由美子

協力： 澁谷智子、長谷川拓人

— 教員の方、ご家族の方に —

ヤングケアラー

について



彼／彼女たちは、ヤングケアラーである前に、
ひとりの子どもです。

ヤングケアラーという側面が、その人のすべてではありません。その人という存在のすべて＝ヤングケアラーということではなく、その人という主体において、ヤングケアラーという状況を抱えている側面があるということを意味します。

家族の世話や家事は当たり前？ みんなもそうだった

そうした時代もあったかもしれませんが、前の世代の常識を当てはめてはいけません。他の多くの子どもがそうでないにもかかわらず、ケアを担っていることがポイントです。

ヤングケアラー＝かわいそう？

多くの子どもや若者は、世話や手伝いをしていることを誇りに感じ、ヤングケアラー＝かわいそう、といった単純なものではありません。こういう眼差しは、障害のためにやむなく家の手伝いを子どもに代行してもらっている親にとっても、罪悪感を増やしてしまうこともあります。

ヤングケアラー＝えらいね？

ヤングケアラー＝えらいね、でもありません。こういった眼差しは、「好きでやっているわけではない」「いやいややっている」「褒められるためにやっているわけではない」「本当なら他の子どもと同じように自分のやりたいことをやる時間がほしい」「もっと親に甘えたかった」といった、子どもの複雑な気持ちを誰かに伝えることを閉ざしてしまうこともあります。

また、親などを敬い助けることは美德とされてきたため、本来、憲法で保障されている子どもの大切な権利である、学校で学ぶこと、自分のやりたいことに時間とエネルギーを注ぐことを損なうことにもつながりかねません。

子どもはケアを担う状況にあることを 友人や学校で話すことにためらいを感じていることが多い

ヤングケアラーの状況にある人すべてが、そのように自他共に認識されたり、支援の対象になるとは限りませんが、本人にストレスがかかっていたり、家庭の状況に公的な支援が必要だったりする場合は想像に難くありません。しかし子どもは、そうした状況を友人や先生に話すことにためらいを感じていることが多いです。自分の状況をあたりまえのこと、変えようのないことと認識していることも多いと思われます。



学校の先生として できることがあります

ヤングケアラーについて知識をもち、
気づこうとすること、
忘れ物や成績の低下などの背景に
家庭の状況があるのではないかと察したり、
さりげなく声をかけたり、話しやすい雰囲気を作ったりなど。



ヤングケアラーにとって 助けとなること

- ✓ 家庭内でケアが必要な人に対して、家族以外の人にケアしてもらう
- ✓ 相談や支援の情報を知ること
- ✓ 子どもや若い人たちが、ケアが負担になっている場合には、やらなくてもいいようにサポートする
- ✓ ケアから定期的に離れて、他の同年代の子どもや若者と同じ機会を持てるようにする
- ✓ 他のヤングケアラーと出会い、一人ではないことを知る
- ✓ 理解してくれる誰かと話すことができる



気になるあの生徒さんの
家庭にそうした可能性は
ないでしょうか。

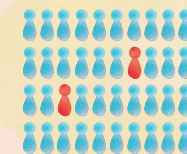
見えにくいヤングケアラー状況

例：母親がうつ病と考えられる状態だが、病院や支援機関にはつながっていない。父親は忙しく帰宅時間が遅い。家事は祖母がやってくれているため、本人はヤングケアラーと同等の母親の気持ちのサポートを担っているが、その心理的負担に周りが気づきにくい。

ヤングケアラーについて知る

日本の中高生の約5%が
ヤングケアラー

40人学級に2人



ヤングケアラーの声

私の状況を
助けてくれる人は
いないと思っていた

自分だけだと
思っていた

ほめてほしい

父親に
わかってほしい

