

第2章 ヤングケアラーに関する基本事項

1. 「ヤングケアラー」の捉え方

(1) ヤングケアラーとは

「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」のことです。

例えば、次のイラストにあるような、本来大人が担うと想定されている家事や家族の介護などの世話を日常的に行うことで、負担を抱える、もしくは子供の権利が侵害されている可能性がある子供・若者をいいます。



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・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がいのある家族のために通訳をしている。



障がい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。



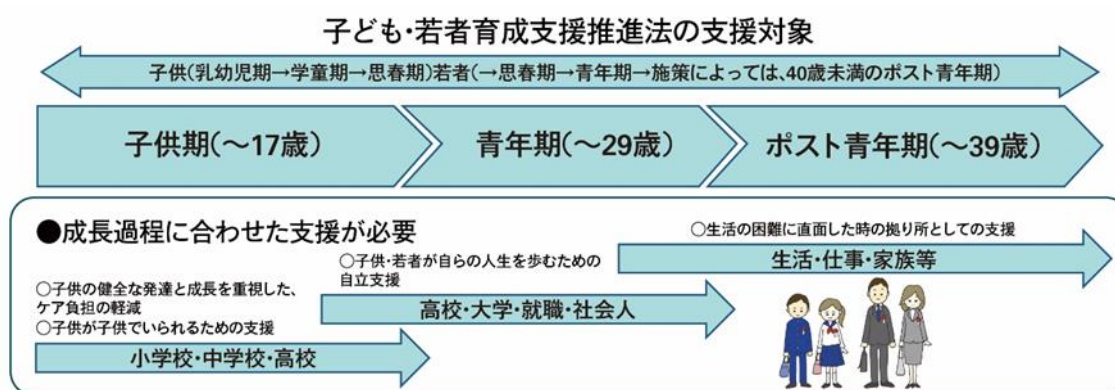
障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

出典：「ヤングケアラーについて」 こども家庭庁 (<https://kodomoshien.cfa.go.jp/young-carer>) ホームページの内容を一部改編

(2) ヤングケアラーに該当する年齢

ヤングケアラー支援が、子ども・若者育成支援推進法に位置付けられたことで、支援の対象となる年齢は30歳未満（施策によっては40歳未満）となり、子供から大人へと移行する過程での、切れ目のない支援が求められています。

図1：ヤングケアラー支援の対象年齢イメージ



出典：「ヤングケアラー支援ガイドライン（仮称）」有限責任監査法人トーマツ（令和7年3月）を一部改編

【コラム】18歳以上のヤングケアラー？ 若者ケアラー？

18歳以上のケアラーを指す言葉として、「若者ケアラー」や「ヤングアダルトケアラー」などの表現が用いられることもあります。

ヤングケアラー支援は、概ね30歳未満（施策によっては40歳未満）を支援の対象年齢としている「子ども・若者育成支援推進法」に位置付けられています。そのため、法律上の「ヤングケアラー」という言葉には、子供期だけでなく、若者期（18歳以上）が内包されていますが、本マニュアルでは、「18歳以上のヤングケアラー」という表現を用いています。

「若者ケアラー」は、単に「18歳以上で家族のケアを担うケアラー」と理解されることがありますが、18歳未満のときから継続的にケアを担っている場合と、18歳以上になってからケアをするようになった場合では、状況が異なることも考えられます。

前者の場合、学校に通えなかったり、友達と交流する機会が持てなかったり、子供にとって必要な時間が十分に取れなかったことで、不利益が蓄積し、社会生活を円滑に営む上での困難を抱えることがあり、支援ニーズも後者とは異なる場合も多くあります。

出典：「ヤングケアラー支援ガイドライン（仮称）」有限責任監査法人トーマツ（令和7年3月）を一部改編

(3) ヤングケアラーに関する「子供の権利」

ヤングケアラーと関係の深い子供の権利を定めたものとして、国際連合が定める「児童の権利に関する条約（以下「子どもの権利条約」と言う。）」があります。支援が必要なヤングケアラーと思われる子供に気づくためには、「子どもの権利条約」に定められた子供の権利が侵害されている可能性はないかという視点が重要です。権利の侵害までには至らなくとも、兆候を感じた場合は、その子供がケアしている家族の状況をよく確認し、子供の気持ちにも気を配りましょう。

表1【子どもの権利条約のうち、ヤングケアラーと関係の深い子どもの権利】

第3条 子どもにもっともよいことを	子どもに関係のあることが決められ、行われるときには、子どもにもっともよいことは何かを第一に考えなければなりません。
第6条 生きる権利、育つ権利	すべての子どもは、生きる権利・育つ権利をもっています。
第12条 意見を表す権利	子どもは、自分に関係のあることについて自由に自分の意見を表す権利をもっています。その意見は、子どもの発達に応じて、じゅうぶん考慮されなければなりません。
第13条 表現の自由	子どもは、自由な方法でいろいろな情報や考えを伝える権利、知る権利をもっています。
第24条 健康・医療への権利	子どもは、健康でいられ、必要な医療や保健サービスを受ける権利をもっています。
第26条 社会保障を受ける権利	子どもは、生活していくのにじゅうぶんなお金がないときには、国からお金の支給などを受ける権利をもっています。
第27条 生活水準の確保	子どもは、心やからだのすこやかな成長に必要な生活を送る権利をもっています。親（保護者）はそのための第一の責任者ですが、親の力だけで子どものくらしが守れないときは、国も協力します。
第28条 教育を受ける権利	子どもは教育を受ける権利をもっています。国は、すべての子どもが小学校に行けるようにしなければなりません。さらに上の学校に進みたいときには、みんなにそのチャンスが与えられなければなりません。学校のきまりは、子どもの尊厳が守られるという考え方からはずれるものであってはなりません。
第31条 休み、遊ぶ権利	子どもは、休んだり、遊んだり、文化芸術活動に参加したりする権利をもっています。
第32条 経済的搾取・有害な労働からの保護	子どもは、むりやり働かされたり、そのために教育を受けられなくなったり、心やからだによくない仕事をさせられたりしないように守られる権利をもっています。

出典：「児童の権利に関する条約」公益財団法人日本ユニセフ協会 (<https://www.unicef.or.jp/>)

(4) 過度な家族ケアや「お手伝い」が子供にもたらす影響

子供が果たす家庭内の役割（家族のケア、お手伝いの範囲や程度）は、時代や文化、地域などによって異なります。子供の年齢や成熟度に合った家族のケア、お手伝いは子供の思いやりや責任感を育みます。

一方で、子供の年齢や成熟度に合わない重すぎる責任や作業など、過度な負担が続くと、子供自身の心身の健康が保持・増進されない、学習面での遅れや進学に影響が出る、社会性発達の制限、就労への影響などが出てくることがあると報告されています。なお、過度な負担には、実質的なケア時間などの量的な負担だけでなく、本来大人が果たすべき責任や精神的な苦しさを伴うケアなどの質的な負担も含まれます。

2. ヤングケアラーの多様な状況

ヤングケアラーに対して支援を行う際は、置かれた状況がさまざまであることを念頭に置き、必要な情報を収集したうえで、本人や家族の意思を踏まえた支援を行うことが重要です。

ここでは、ヤングケアラーのことをよりよく理解するためのヒントを紹介します。

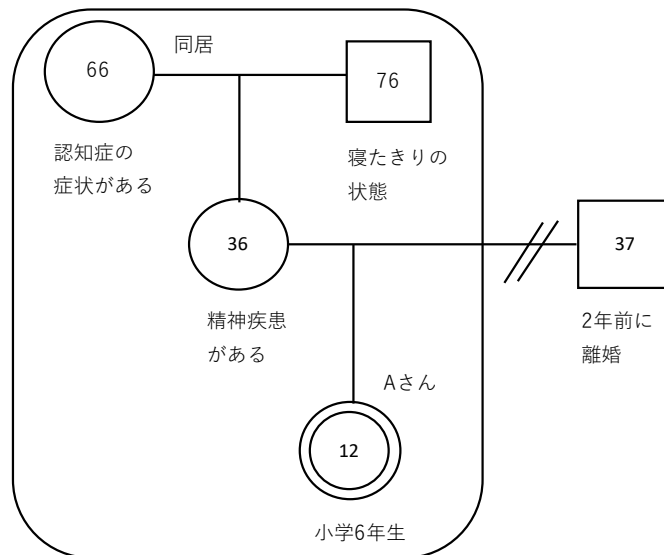
表2：ヤングケアラーのことをよりよく理解するためのヒント

- ヤングケアラーは、成長や発達の中で家族のケアを担うため、年齢に合わない過度な負担を子供時代に負った場合、その後の人生にまで影響を受けることがある。
- 子供は自分の家庭しか知らずに育つことが多く、客観的な視点も持ちにくいことから、自分の担う家庭内役割が他と異なることに気づきにくく、現在の状況が当たり前だと感じていることが少なくない。
- 本人や家族に自覚がない状態では、自分からサポートを求めることも難しい。
- 家庭のことを知られたくないと思っていることも多い。家族に病気や障害を抱えた人がいることを恥ずかしいと捉えている場合や口止めされている場合もあり、家庭のことは隠すべきものと思っていることもある。
- 本人としてはケアをしたくないわけではなく、負担になっていても大切な家族のために自分からケアをしたいという思いがあることも少なくない。ケアすることを否定されると自分がしてきたことを否定されたように思ってしまうこともある。
- ケアをしている状況についてかわいそうと哀れまれることを嫌がる場合もある。家族をケアすることで優しくなる、責任感が芽生える等の良い側面もあり、単純に悪いことだと思われたくない。
- ケアを受けている家族を悪く言われたくないと感じている場合も多く、ヤングケアラーの役割を子供に担わせているという理由で家族が責められることで本人も傷つく可能性がある。
- 信頼できる大人はいないと思っていることもある。大人に助けられた経験が少なく、人に頼ろう、相談しようという発想がない場合もある。
- 家族が時間的、精神的に余裕がないことも多く、本人は話を聞いてもらう機会が少ない場合もある。
- 大人の役割を担うことで他の子供と話が合わないことや大人びていることがあり、また、現実的に遊ぶ時間がないこともあって、孤独を感じやすい。

3. 連携支援はなぜ必要か

ヤングケアラーに関する問題は、家族が抱えるさまざまな課題が関係し合い、複合化することで発生しやすいという特徴があります。例えば、精神疾患のある母親と小学校高学年の子供（Aさん）と母方の祖父母という家庭があるとします。父親とは2年前に離婚しており、祖父母は認知症の症状や寝たきりの状態、母親は精神疾患があるため、家族の世話ができないときもあります。このため、小学校高学年の子供（Aさん）が家族のケアを行い、この家庭を支えているという状態になっています。

（ジェノグラム）



このケースの場合、精神疾患のある女性への支援を担当する障害福祉部門をはじめ、祖父母の介護を担当する高齢者福祉部門や子供の通う学校など、さまざまな機関・部署が、それぞれの専門領域から関わっていると想定されます。ただし、それぞれが個別に支援を行うだけでは、ヤングケアラー状態にある A さんが直面する困難を見落としてしまう危険性があります。包括的に状況を把握し、「世帯ぐるみ」で支援する視点と取り組みが必要です。

ヤングケアラーが置かれている状況や認識はさまざまであり、それらを総合的にアセスメントしながら検討する支援内容もさまざまです。このため、ヤングケアラーに対応できる機関・部署が既存の支援を組み合わせ、ケースごとにカスタマイズしていくことが求められているといえます。

ただし、「ヤングケアラーに対して何か特別・特殊な支援をしなければならない」と難しく捉える必要はありません。各機関・部署や担当者が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てみることが大切です。1つの機関ではカバーしきれない複合的な課題だからこそ、機関相互、専門職相互の連携が重要になるのです。

4. ヤングケアラーへの気づき

(1) ヤングケアラーに気づくことの難しさ

広島県のヒアリング調査等から、ヤングケアラーにどのように気づくか、そしてどのように支援につなげるか、という点で難しさを感じるケースが多くあることが明らかとなっています。まず、ヤングケアラーに気づくのが難しい要因としては、以下の点が挙げられます。

- ヤングケアラーは家庭内の問題であり、表に出にくい
- 小さいころから家族をケアすることが当たり前環境にある場合もあり、子供自身やその家族がヤングケアラーであるということを認識していない
- 障がいを抱える家族のことを隠したいと考える、あるいは家族から口止めされている場合がある

出典：「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル〜ケアを担う子どもを地域で支えるために〜」有限責任監査法人トーマツ（令和4年3月）

このように、表に出づらいという特徴があるヤングケアラーにおいては、子供、または家族と接点を持つ機関等がその可能性に気づけるようにしておくことが重要です。普段から「ヤングケアラー（がいる）かもしれない」という意識を持つことが求められます。

(2) ヤングケアラーにみられやすい変化をとらえる

ヤングケアラーを適切な支援につなげるためには、地域のさまざまな主体（人や機関）がその存在に気づき、情報を共有することが重要です。以下では、教育、医療、福祉（介護）などの具体的な分野での、ヤングケアラーに気づく可能性やきっかけの例について説明します。

表3：分野別でのヤングケアラーへの気づきの例

通番	分野（場所）等	きっかけの例
1	教育・保育 （学校、保育所等）	<ul style="list-style-type: none"> ○本人の健康上に問題がなさそうだが欠席が多い、不登校である ○遅刻や早退が多い ○保健室で過ごしていることが多い ○提出物が遅れがちになってきた ○持ち物がそろわなくなってきた ○子供同士よりも大人と話が合う ○服装が乱れている ○児童、生徒から相談がある ○家庭訪問時や生活ノート等にケアをしていることが書かれている ○保護者が授業参観や保護者面談に来ない ○幼いきょうだいの送迎をしていることがある
2	高齢者福祉 （高齢福祉事業所、地域包括支援センター、自宅等）	<ul style="list-style-type: none"> ○家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある ○日常の家事をしている姿を見かけることがある
3	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）	<ul style="list-style-type: none"> ○家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある ○日常の家事をしている姿を見かけることがある

通番	分野（場所）等	きっかけの例
4	生活保護、生活困窮 （福祉事務所、生活困窮者 自立支援機関、自宅等）	○平日に家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある ○家庭訪問時や来所相談時に常にそばにいる
5	医療 （病院、診療所、自宅等）	○家族の付き添いをしている姿を見かけることがある ○来院時の本人の身なりが整っていない、虫歯が多い ○往診時等、家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある
6	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供だけで参加している ○民生委員・児童委員による訪問時にケアをする様子を見かける。 ○子供食堂での様子に気になる点がある
7	就労（勤務先等）	○生活のために（家庭の事情により）就職している ○生活のために（家庭の事情により）アルバイトをしている
8	その他	○家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある。 （保健師による家庭訪問時、物資支援時等） ○ごみ問題の発生 ○家賃不払いにより自宅を退去 ○子供が親の通訳をしている ○教育支援センター（適応指導教室）で児童・生徒から家族のケアに関する相談がある ○児童家庭支援センター等において、家族のケアを行う子供に関する相談がある

出典：「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル～ケアを担う子どもを地域で支えるために～」有限責任監査法人トーマツ（令和4年3月）を一部改編

（3）ヤングケアラーに気づくためのアプローチ

支援が必要となる可能性のある子供に気づくには、日頃から子供と接する機会の多い、学校との連携が重要となります。国の通知（※）では、主に市町の役割として、「関係機関等はヤングケアラーの状況を把握するよう努める必要があり、特に住民に最も身近な市町においては、支援対象を把握することを目的としたヤングケアラーの実態把握を定期的実施することが重要である」としています。

この国の通知ではさらに、支援が必要となる可能性のある子供に気づく方法として、任意の記名式等による実態調査が回収後に個人を把握する方法として重要であるとされています。

調査等を実施する前に、子供の年齢や理解度に合わせ、以下のような内容を説明し、子供たちがヤングケアラーについて正しく理解した上で、回答や相談できるような環境を整えることが大切です。

- ヤングケアラーの定義
- お手伝いとの違い
- 日常生活や将来にどのような影響を与えるのか
- 回答や相談をした後にどうなるのか（必要に応じて面談をする等）
- どのように支援が受けられるのか

ここで、広島県内で行われた任意の記名式等によるアンケートのフローチャート（一部改編）を紹介します。

※「子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律」の一部施行について（ヤングケアラー関係） こども家庭庁支援局長（令和6年6月12日）

📄 アンケートによるヤングケアラー発見から支援までのフローチャート（例）

- ①学校にてアンケートを実施
 - ・ヤングケアラーについての説明を行った上で、アンケートを行う。
- ②担任が面談の実施
 - ・ヤングケアラーかもしれない児童生徒を確認し、面談の対象者を決める。
 - ・「ヤングケアラーアセスメントシート」を活用しながら実施
（明らかに該当しない児童生徒を対象から除く）
- ③ヤングケアラーかもしれない児童生徒について、担任から生徒指導主事等に報告
- ④管理職（校長や教頭）、生徒指導、担任等でスクリーニングを行う。
 - ・児童生徒について、回答アンケートや面談シートをもとにスクリーニング
- ⑤スクリーニングにより疑いのある児童生徒の一覧を、市町（学校教育課）に提出
- ⑥市町（こども課）との連携、家庭支援に向けて協議
 - ・支援が必要な場合は、学校（担任）から家庭へ連絡
 - ・支援の必要がない場合は、学校にて見守りを行う。
- ⑦家庭支援の開始

5. ヤングケアラー支援について

（1）相談受付時に気をつける点

子供から話を聞く際は、子供のためを思っただけの行動が、かえって子供を傷つけることにならないよう、以下の点に注意してください。

- 子供に話を聞く際に、「話を聞く目的」、「話をするとこの先どうなるのか」、「子供から聞いた話を、子供の同意なく第三者に話さないこと」を伝え、同意を得た上で話を聞く
（信頼していた大人に話したつもりが、本人の同意なく第三者に共有されてしまうことで心を閉ざしてしまう子供もいることを理解する）
- ヤングケアラーの気持ちに寄り添う
 - ・ヤングケアラーである子供・家族の尊厳を大事にし、これまでの取組に対して敬意を払う。
（子供やその家族の価値観を受け止める）
 - ・ヤングケアラーである子供の事も、ケアの対象となる家族の事も、ともに大事な存在だと考え、心配している、という姿勢を持つ
- 緊急の場合を除き、支援につなげることを焦らない
（会って話をする回数をできるだけ多くし、日常的な会話の延長で少しずつ尋ねていくことが望ましい）
- 子供と同じ目線での「対話」の姿勢を持つ（決めつけや、先入観を持って相手を見ない）

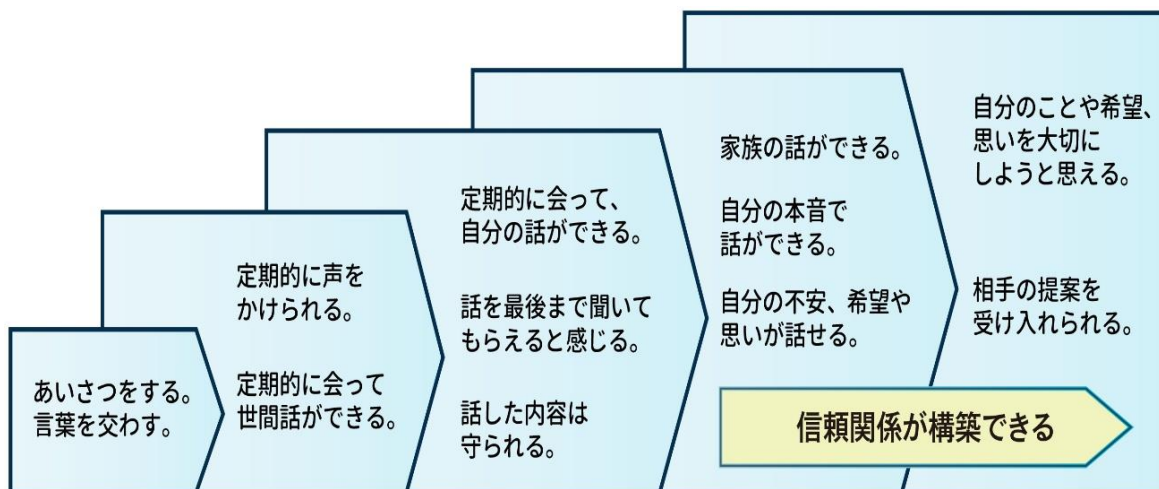
- 信頼関係が深まっていく中で、ようやく明らかになることがあることを意識しておくこと
(最初は本音を語らない、語れない場合がある)
- 子供に話を聞く際は、一つ一つの項目を尋問のように形式的に聞き取らない
- 各種ツールにあるすべての項目を必ず聞き取る必要はないことを理解する
(他機関で既に情報を持っている可能性もあるので、無理に聞く必要はありません)
- 家族のケアやお手伝い自体が悪いことという誤ったメッセージが子供に伝わらないよう留意する

出典：「ヤングケアラー支援に係るアセスメントツール等の使い方ガイドブック」有限責任監査法人トーマツ（令和5年3月）を一部改編

(2) 本人や家族との信頼関係づくり（実施主体：担当部署、関係機関）

ヤングケアラー支援においては、支援者側が支援を必要だと感じて、子供や家族が支援を望まなかったり、拒んだりすることがあり、支援につながることの難しさが指摘されています。信頼関係が十分に構築されていない段階で、無理に支援につなげようとする、大人への不信感を招き、かえって支援を拒否される可能性もあるため留意が必要です。このような場合、支援を急ぐのではなく、まずは、子供や家族の気持ちやペースを尊重し、困ったときに相談してもらえるような信頼関係を築くことが必要です。

図2：信頼構築の過程



出典：「埼玉県におけるヤングケアラー支援スタートブック」埼玉県福祉部 地域包括ケア課（令和5年3月）を一部改編

6. ヤングケアラー支援と個人情報との関係について

(1) 本人同意・情報共有について

児童虐待の場合は法令上においても即時の介入が求められます。そうではない場合、個人情報保護の観点も踏まえ、即時の介入は難しいことがあります。その場合、周囲の大人ができることは、子供にとっての選択肢を増やすこと、子供が素直な気持ちを出せる関係を持った人が子供のそばにいる環境を作ることが必要となります。

基本的に子供や家族からの同意を得ることが必要ですが、同意が得られない場合でも、関係機

関における見守りを継続するほか、必要なときに子供や家族が助けを求められるような関係性を築くことが求められます。

子供の福祉を脅かすような状況が疑われる場合、関係機関は、「要支援児童等と思われる者」として児童福祉法第 21 条の 10 の 5 第 1 項（及び個人情報保護法第 27 条第 1 項）に基づき、子供の同意の有無に関わらず、確認できた情報を、市町（こども家庭センター等）に提供する必要があります。支援に際し、担当部署及び関係機関は、会議体の構成員に法律上の守秘義務が課せられている枠組み（表 4 参照）を活用し、各法律の規定に従って対象となる個人の情報を必要な範囲で関係機関と共有することが可能です。

（2）18 歳以上のヤングケアラー支援（個人情報について）

ヤングケアラーが担う家族のケアは、子供が 18 歳になったからといって終わるものではなく、ケアが続く場合には、児童期からの困難に加え、就職先の選択や、収入を自分の生活のために使うこと、自分らしい人生を歩むことなどにも影響が出る場合があります。

また、要保護児童対策地域協議会（以下、「要対協」とする）の登録対象ではなくなることや、学校等の所属先がなくなる場合があるなど、18 歳未満のときとの差異に留意した上で、切れ目なく支援を行うことが求められます。

また、18 歳以上のヤングケアラーにおいても、家族全体を捉える視点は不可欠です。家庭が複合的な課題を抱えている場合も少なくないことから、重層的支援体制整備事業の枠組みを活用し、本人同意がない場合の個人情報の共有が可能（社会福祉法第 106 条の 6）>することなども考えられます。

表 4：個人情報の共有をする際のネットワーク体制の例

分野等	会議名	中心機関	法的根拠
児童福祉	要保護児童対策地域協議会（要対協）	要対協調整機関（こども家庭センター等）	児童福祉法第 25 条 2
若者支援等	子ども・若者支援地域協議会	若者支援主管課等	子ども・若者育成支援推進法第 19 条
生活福祉	生活困窮者自立支援法に基づく支援会議	福祉事務所、自立相談支援機関	生活困窮者自立支援法第 9 条
障害福祉	（自立支援）協議会	基幹相談支援センター、相談支援事業所等	障害者総合支援法第 89 条の 3
高齢者福祉	地域ケア会議	地域包括支援センター、介護保険主管課等	介護保険法第 115 条の 48
重層的支援体制整備事業	社会福祉法に基づく支援会議	重層的支援体制整備事業の推進機関（福祉政策主管課等）	社会福祉法第 106 条の 6

出典：「ヤングケアラー支援ガイドライン（仮称）」有限責任監査法人トーマツ（令和 7 年 3 月）