

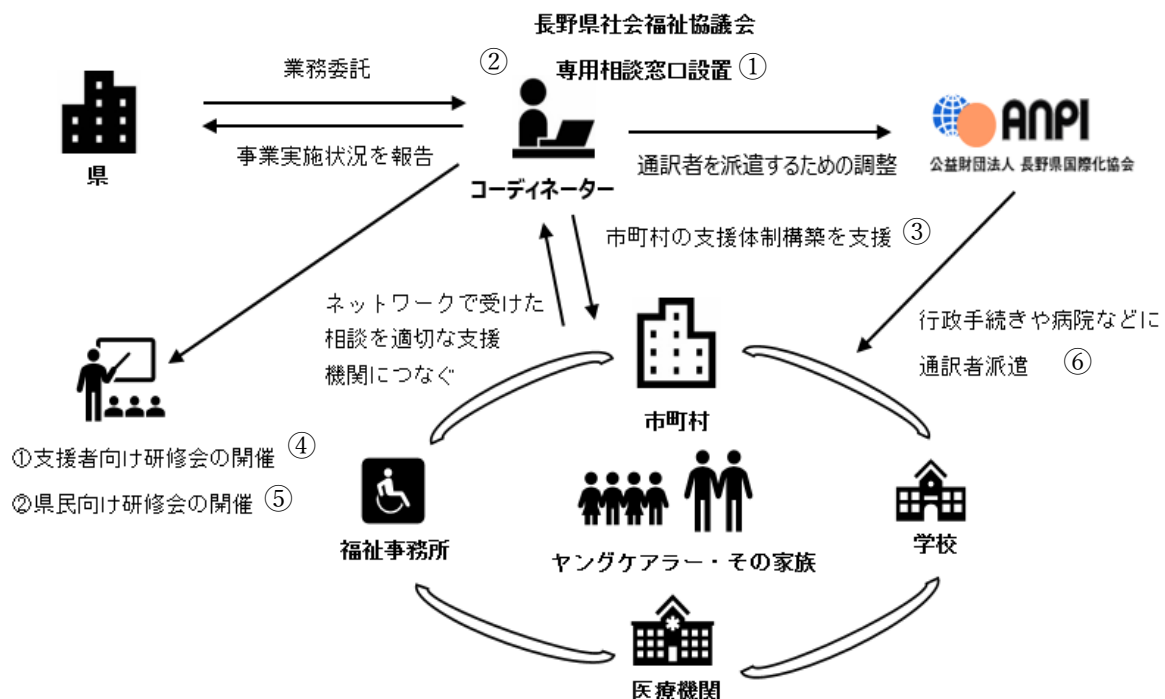
ヤングケアラー支援の取組状況について

次世代サポート課

1 ヤングケアラーをめぐる動き（主なもの）

年度	国	長野県
H30～	・ヤングケアラーに関する調査研究開始	
R 2	・実態調査（中学生、高校生、各学校） （12月～2月）	
R 3	・実態調査（小学生、大学生、小学校） （1月）	・ヤングケアラー支援庁内プロジェクトチーム設置（6月） ・実態調査（高校生、各学校）（9月）
R 4	・ヤングケアラー支援体制強化事業（自治体向け国庫補助事業）開始 ・ヤングケアラー認知度向上の「集中取組期間」～R6まで（3年間）	・実態調査（小学生・中学生・大学生、各学校）（9月～10月） ・多職種・多機関支援者研修会（12月）
R 5	・ヤングケアラー支援体制強化事業（自治体向け国庫補助事業）の拡充 （補助率の拡充、外国語対応通訳派遣支援事業（国庫補助）開始）	・専用相談窓口開設（6月） ・コーディネーター配置（6月） ・外国語通訳派遣事業開始（10月） ・県民向け認知度向上の研修会（12月） ・支援者向け研修会（12月・3月） ・オンラインサロン開催（2月）
R 6	・子ども・若者育成支援推進法改正 （6月）〈ヤングケアラー支援の法制化〉	・支援のためのリーフレット作成（9月） ・支援機関連絡会（2月）

2 本県のヤングケアラー支援のイメージ



3 本県の実績【令和5・6年度の実績】

項 目	令和5年度	令和6年度
①専用相談窓口の設置	・ ケース相談 49 世帯 (延べ世帯数)	・ ケース相談 45 世帯 (暫定値) (12 月末現在、延べ世帯数)
②コーディネーター配置	・ 2 名 (社会福祉士)	・ 2 名 (社会福祉士)
③市町村の支援体制構築	・ 市町村担当者会議 2 回 ・ 体制構築数 58 市町村	・ 市町村担当者会議 2 回 ・ 体制構築数 68 市町村 (10 月末現在)
④関係機関の連携強化	・ 支援者向け研修会 3 回、参加者 224 人	・ 支援者向け研修会 1 回、参加者 約 30 人 ・ 支援機関連絡会 1 回
⑤県民への認知度向上	・ 県民向け研修会 1 回、参加者 160 人	・ 県民向け研修会 1 回、参加者約 100 人 ・ 支援者向けリーフレット作成
⑥外国語対応通訳派遣	・ 通訳者派遣 69 件	・ 通訳者派遣 133 件 (暫定値) (12 月末現在)

4 令和7年度の新規・拡充の取組 (予定)

(1) ヤングケアラー実態調査 (※) 前回は令和3・4年度に実施

- ① 目的 ヤングケアラーの実態と支援ニーズを把握し、今後の支援施策に活用する。
- ② 対象 県内の高校生、大学生 (短期大学生含む)
(※) 小学生及び中学生を対象とした実態調査は、市町村において実施予定。
- ③ 方法 アンケート方式

(2) 外国語対応通訳派遣支援

日常的に家族の通訳を担うヤングケアラーの学びの機会の保障や精神的負担の軽減を図るため通訳者を派遣しているが、ニーズの増加に対応するため、支援体制の強化を検討。

【参考】R7 当初予算案 R7.1.28 公表 (速報)

8 困難を有する子ども・若者の自立支援事業費 [040602] 1 困難をなくそう 3 すべての人に健康と福祉を 4 質の高い医療を 10 人や国々の公平を 子ども若者局次世代サポート課	不登校やひきこもりなどの困難を有する子ども・若者の自立を支援するため、相談・支援体制を整備します。
	【拡】・ヤングケアラー専用相談窓口の設置や実態調査の実施、外国語対応通訳の派遣等 【拡】・子ども・若者の相談や助言を行う「子ども・若者総合相談センター」を設置運営 【拡】・子ども・若者の自立支援を行う団体の運営費を補助 等 *子ども・若者総合相談センターの要支援者の支援完了及び継続の割合:95%以上 *自立支援の場を利用する者の支援中止の割合:0%
	R7 予算95,881 R6 当初70,561

ヤングケアラーの支援のために

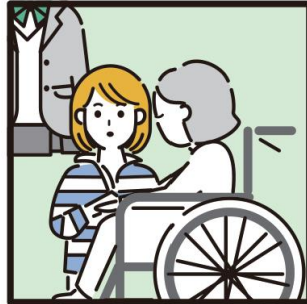
1. ヤングケアラーとは？

子ども・若者育成支援推進法では、ヤングケアラーを「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思われる子ども・若者」として、支援に努めるべき対象としています。

次のイラストは、ヤングケアラーの一例です。



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。



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。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



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。

(出典：こども家庭庁 (<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer>、イラスト参照 2024-10-1) を加工して作成)

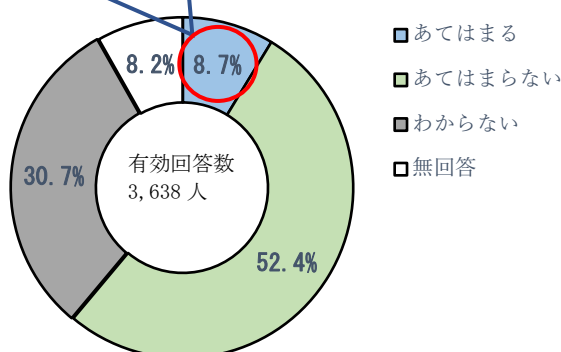
ヤングケアラーと思われる子どもの置かれている状況は様々であり、本人や家族がどのように現状を受け止め、考えているかも様々です。また、本人や家族に自覚がないことも多いため、まずは、ヤングケアラーと思われる子どもに周囲の人たちが気づき、子どもの様子を気にかけて、話を聞いたり、見守ったりしていくことが大切です。

2. 長野県内のヤングケアラーの実態 <R4 長野県実態調査より>

お世話をしている家族が「いる」と回答した小学生(3,638人)のうち、「ヤングケアラーである」と自覚している割合は 8.7%でした。また、ヤングケアラーという言葉「聞いたことがない」と回答した小学生の割合は 69.2%でした。

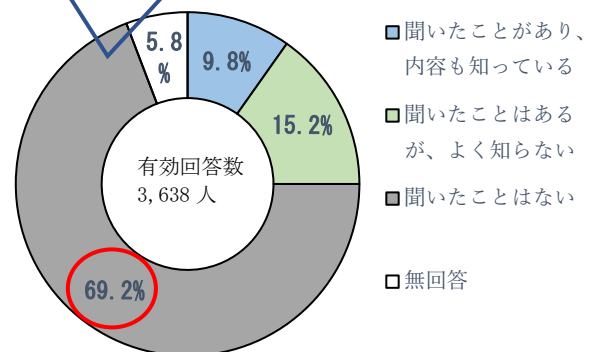
ヤングケアラーと自覚している小学生

自覚していると回答した人の割合は約 1 割。認知度が上がることで増えると予想されます。



ヤングケアラーの認知度

約 7 割の小学生が聞いたことがないと回答しています。



3. 過度なケア負担が子どもにもたらす将来への影響

家族のためにお手伝いをするのは素晴らしいことです。大人が行うような過度な家事や家族の世話などを日常的に行っていると、次のような影響が出る可能性があります。



(出典：こども家庭庁 (<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer/>、イラスト参照 2024-10-1) を加工して作成)

年齢が上がるにつれて、人間関係の形成、社会性の構築や学業など、成長の過程でやるべきことが増えていきますが、同時に心身の成長とともに子どもができるケアも増えていき、家族や支援機関から「介護力」として期待されることがあります。支援者側は、こどものライフステージに合わせた負担の影響を理解しましょう。

■ 学業への影響

遅刻・早退・欠席が増える、勉強の時間がとれない
成績が低下し、進路先を変更する、あきらめる 等

■ 進学、就職への影響

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

■ 友人関係への影響

友人とコミュニケーションをとれる時間が少ない
子どもの時に行う体験の不足が生じる 等

■ 身体・心への影響

孤独・孤立、睡眠不足、身体の不調をきたす
自分から悩みを相談できず、自分一人で悩みを抱えてしまう 等

将来への影響

4. ヤングケアラーと思われる子どもに気づくポイント

ヤングケアラーの状態にある子どもの存在は、把握されにくい状態にあります。子どもの権利が侵害されていないかという視点を持ち、支援が必要な子どもの状況に早めに気づけるように、以下のチェック項目を参考にしてください。

チェック①【子どもが健康に生きる権利】が侵害されていないか？

- ☐ 必要な受診、特に歯科通院ができていない 服薬できていない
- ☐ 身なりがきちんと整っていない
- ☐ 自分のことで精一杯で余裕がない 精神的な不安定さがある

チェック②【子どもが教育を受ける権利】が侵害されていないか？

- ☐ 遅刻や早退、欠席が多い、不登校気味である
- ☐ 修学旅行に行けない 泊まりの行事に参加できない
- ☐ 学校に行っているべき時間に学校以外で見かけることがある

チェック③【子どもらしく過ごせる権利】が侵害されていないか？

- ☐ 生活のため（家庭の事情により）アルバイトに追われている
- ☐ 家族の介護や付き添いをしている姿を見かけることがある
- ☐ 幼いきょうだいの送迎や世話をしている姿をみかける

5. ヤングケアラーかもしれない子どもに気づいたら

○まずは、話を聞き、気持ちや思いを受け止める。

家族へのケアや家事が理由で、心身の状況に心配な点が見受けられるかといった視点で話を聞いてください。

○本人が話したがないときは、無理に聞き出さない。

支援を受けることへの抵抗感や、家族のことを周囲に知られたくないと感じているかもしれません。こうした言葉にならない思いに寄り添い、いつでも困った時は相談できることを伝えてください。

○ケアをしていることや家族のことを否定しない。

本人や家族がこれまで築いてきた関係性や、家族の中での役割、それぞれの想いを尊重していくことが大切です。

○相談窓口への「つなぎ」をお願いします。

ヤングケアラーであると疑われる子どもを把握した場合には、相談窓口への「つなぎ」をお願いします。また、「果たして自分の立場でどのように関わればいいのか等、悩まれるケースがあるかもしれません。そんなときは、このようなケースだけど、どのような対応をすればいいのか等、悩まれている部分を相談してください。

【ヤングケアラーに関する相談先】

■ 市町村の相談窓口

市町村では、ヤングケアラーを把握して適切な支援に結び付けるため、相談窓口を開設しています。右の二次元コードから長野県ホームページにアクセスしていただくと、「市町村相談先一覧」を掲載しています。



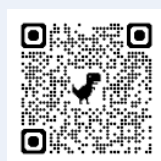
■ 長野県ヤングケアラー専用相談窓口（長野県社会福祉協議会内）

☎ 026-228-4244 支援者の相談も受け付けています

月曜日～金曜日 8:30～17:00 まで（祝日、12月29日～1月3日を除く）



■ こども家庭庁ホームページ



フツーにアイドルが好き

まあ、勉強もがんばりたい

で、
家ではお姉ちゃんのお世話もしてる

ヤングケアラーって、 実はけっこう身近なのかも

フツーにサッカー好きだし

けっこうアニヲタ

あと、家族のために
バイトしてるんだ

相談されたときにフツーに話せるように ヤングケアラーについて知っておきませんか？

いま中高生の約17人に1人が、ヤングケアラーとして学校生活を送っています。あなたの目の前にいる友達も、もしかしたら。わかってくれる人がいるだけで、心が軽くなる人がいます。



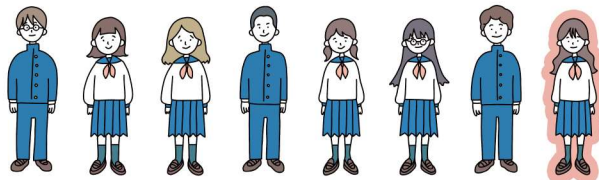
こどもまんなか
こども家庭庁

ヤングケアラーのこと 🔍

※令和2年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業におけるヤングケアラーの実態に関する調査研究より 世話をしている家族が「いる」と回答したのは中学2年生で5.7%、高校2年生で4.1%

意外と多い? 中高生の約17人に1人がヤングケアラー

ヤングケアラーとは、「本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っていることも・若者」のこと。「お手伝い」との違いはその負担や責任の重さ。自分の時間を持てずに、友人関係や学校生活、進路などに影響が出てきてしまいます。幼いころからケアしている人、ある日突然ケアすることになった人、きっかけは人それぞれです。



約17人に1人



CHECK | クラスに1~2人はいるかもしれないってことだね

”ケアするのが当たり前”と思っていることも

中高生のうち自分がヤングケアラーだと自覚している人は、[※]2%程度。家族を手助けすることは「フツウのこと」や「ガマンすること」だと思っていることが多いそうです。「だれかに頼ってもいい」「自分は一人じゃない」と気づき、支援につながりやすくなるためにも、みんなでヤングケアラーについて知り、いつでも気軽に話せる状態がフツウになるといいですね。



家事・手伝いで遅刻や早退



成績に影響がでたり…



からだに不調がでたり…



授業に集中できなくなったり…



こころの不調、悩みごとがふえる

CHECK | 学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調が出始めたら無理をしているサインかも

※「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」(令和3年3月)三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社

当事者インタビュー



「楽しい時間を過ごす」ことが 友達からのありがたい サポートのひとつ

高橋唯さん

高次脳機能障害、片麻痺、
アルコール依存症のお母さんの
ケアを幼少期から続けている。

どんなケアをしていたの？

基本的には母の家事のやり直しです。母は自分なりに家事をしてくれましたが、肉が生でも気がつかずに食卓に並べたり、掃除をしようとして余計に汚してしまったりと、上手にできないことも多く、毎回やり直す必要がありました。

ヤングケアラーだと気づいたきっかけは？

大学3年生の時に言葉を知りましたが、自分のこととは思いませんでした。その後、母が家の中で怪我をしたため、週末ごとに一人暮らしの家から実家に通う生活になった時に、「これはケアなのかも」と気が付きました。

学生時代に助けになったものは？

塾の存在です。家でのケアからも学校からも離れ、塾で過ごす時間があつたからこそ、「世界は学校と家だけじゃない」と思うことができました。

高橋さんにとって友達はどうな存在だった？

ずっと普通の友達で居続けてくれたのが嬉しかったです。好きなものについてのおしゃべりなど日々の友達との思い出が、今もケアの励みになっています。直接ケアの負担を取り除くことは難しいですが、「楽しい時間を一緒に過ごす」ということも大切なサポートだと思います。

家族を支えていることもたちにメッセージを

ぜひ周りの人に今の状況や、自分のやりたいことを伝えてくれたら嬉しいです。なかには「自分はそれほど大変じゃない」「自分はヤングケアラーだと言いたくない」という人もいると思います。無理に認める必要はないですが、ヤングケアラーという言葉頼ってみると、メリットになることもあるかもしれません。自分に得がありそうな時にはうまく活用してみてください。

もしも友達に「ヤングケアラーなのかも」と相談されたら

その友達の気持ちを想像しながら、あなたができることをやってみてください



寄り添って 話を聞いてみる

むりに悩みを聞きだそうとしなくても、「大丈夫？」の一言だけでも、きっと心は軽くなります。



信頼できる大人に 一緒に相談に行く

勇気を出して、大人を頼ってみてください。力になりたいと思っている大人は、身の回りに必ずいます。



相談窓口を 一緒に探してみる

頼り先として「相談窓口」という選択肢も。その友達の状況にあった適切な相談先があります。

CHECK | いつも通りフツーに友達として接することが大切だよ

ヤングケアラーとは？

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話など日常的に行っている子ども・若者のこと

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、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。



CHECK

令和6年6月、「ヤングケアラーは国・地方公共団体等が各種支援に努めるべき対象」として、「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」と子ども・若者育成支援推進法に明記されたよ

相談できる場所が増えています

学校（先生やスクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー）や、都道府県の窓口、市区町村のこども家庭センター、地域のヤングケアラー支援団体などに相談できます



困ったときに話を聞いてくれる大人は必ずいます。いろいろな相談場所があるので、勇気を持って話してほしいな。



SNS相談



電話相談



学校で相談



オンラインコミュニティ

※お住まいの地域によって窓口などの開設状況は異なります。

CHECK

子どもたちがこどもたちらしい時間を過ごせるよう、社会全体で守っていくよ

<https://kodomoshien.cfa.go.jp/young-carer/>

ヤングケアラーのこと



こどもまんなか
こども家庭庁



こどもまんなか

みんなでつくろう！こども・子育てに優しい信州

しあわせ信州

長野県(県民文化部)プレスリリース 令和7年(2025年)1月28日

「長野県ヤングケアラー支援機関連絡会」を開催します

ヤングケアラーの支援に携わる関係機関が情報交換を図ることで互いの課題を共有し、今後の連携体制を強化するため、長野県ヤングケアラー支援機関連絡会を開催します。

1 日時

令和7年2月7日(金) 午後1時30分から午後3時30分まで

2 場所

松本市浅間温泉文化センター 多目的ホール(松本市浅間温泉2-6-1)

3 参集範囲

市町村ヤングケアラーコーディネーター／県教育委員会(スクールソーシャルワーカー、スクールカウンセラー)／学校関係者／県社会福祉士会／県介護支援専門員協会／県自立支援協議会／県精神保健福祉士協会／県医療ソーシャルワーカー協会／ヤングケアラー当事者(元ヤングケアラー)／県社会福祉協議会(事務局)

4 会議内容

- (1) 長野県におけるヤングケアラー支援の現状について
- (2) 講演「ヤングケアラーを支える為に必要な支援とは」
美齊津 康弘 氏(元ヤングケアラー／一般社団法人生活互助支援の会代表理事)
- (3) 意見交換

5 その他

- (1) 会議は公開で行います。(会場での傍聴に際し、事前申込みの必要はありません。)
- (2) 傍聴者多数の場合は、入場をお断りする場合がありますのでご了承ください。

しあわせ信州創造プラン3.0
~大変革への挑戦「ゆたかな社会」を実現するために~

女性・若者から選ばれる
県づくりプロジェクト

[長野県総合5か年計画推進中]

(問合せ先)

担 当 県民文化部こども若者局
次世代サポート課青少年育成係 中山
電 話 026-235-7210(直通)
FAX 026-235-7087
E-mail jisedai@pref.nagano.lg.jp