

KuKu



市民と市政をつなぐ情報紙



広報くき

12

2022 (令和4年)
No.261

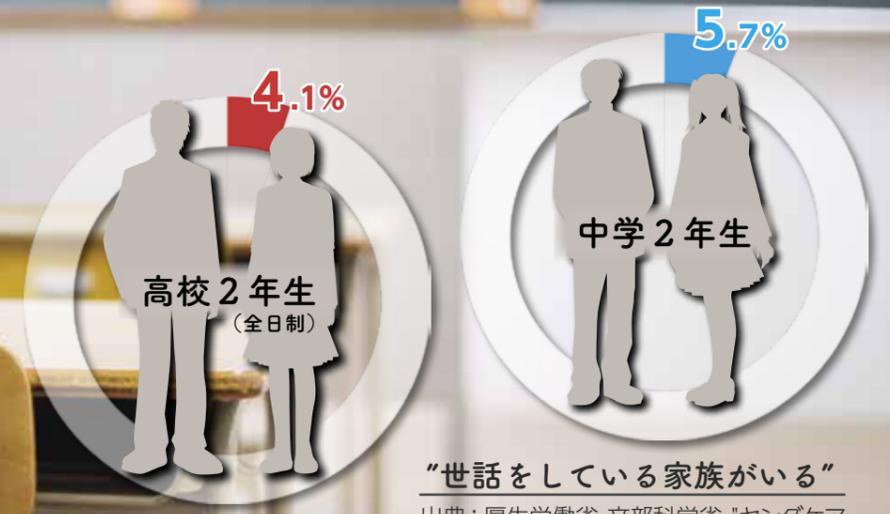
ひとりじゃないよ。

特集

ヤングケアラーについて
かんがえよう。

ヤングケアラーについて かんがえよう。

近年、社会問題として取り上げられることが多い「ヤングケアラー」。日常的にケアを行い、家庭を支えなければならぬ子どもたちの背景には何があるのでしょうか。今月の特集は、ヤングケアラーの実態と課題、そして私たちは子どもたちにとって接しがいけばよいかについて考えます。



“世話をしている家族がいる”
出典：厚生労働省・文部科学省 “ヤングケアラーの実態に関する調査研究” 令和3年3月



- ### ヤングケアラーが担うケアの例
- ▶ 病気や障がいのある家族の世話・看病・介助をしたり、代わりに家事をする
 - ▶ 幼いきょうだいの世話をする
 - ▶ 心が不安定な家族の話を聞く
 - ▶ 家計のために働き、家族を支える
 - ▶ 日本語が話せない家族や障がいのある家族のために通訳をする

この数字は、国が令和2年度に中学2年生と高校2年生(全日制)を対象に初めて実施したヤングケアラー実態調査の中で、世話をしている家族が「いる」と回答した子どもの数です。この結果は多くのメディアが取り上げ、世間に驚きをもって受け止められました。

ヤングケアラーとは何か

テレビや新聞で聞くことが増えてきたこの言葉。国の法令上の定義はありませんが、一般に、**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子ども**とされています。

ヤングケアラーはさまざまな形で存在するとされ、ケアの内容・相手・負担の程度は、子どもや家庭の状況によって異なります。

問題の背景には

近年、この問題が広く注目を集めるようになった背景として、共働き世帯が一般化してきたことなどが挙げられます。高度経済成長期の頃のような、メインとなる働き手がいて、家事に専念する大人がいて、という時代から経済の状況が変わり、より多くの人が働きに出るようになり、核家族化も進み、家庭にかかる時間が少なくなる中で、働いている親の代わりに子どもが家の中のことをやるといのが、人手の足りていない家庭ほど顕著になってきました。



子どもたちが抱える負担と 誰にも相談できない 孤独感。



子どものときにしか経験できないこと。
その後の人生への影響。

なぜ問題なのか

子どもが家事をお手伝いしたり、家族の世話をすることは、責任感や社会性、生活力を身につけるうえで大切なことです。しかし、それが子どもにとって重い負担となっている場合、ヤングケアラーとしての問題が浮かび上がってきます。

埼玉県が令和2年度に県内高校2年生約55,000人を対象に実施したヤングケアラー実態調査(以下、県実態調査)の結果とともに見ていきます。

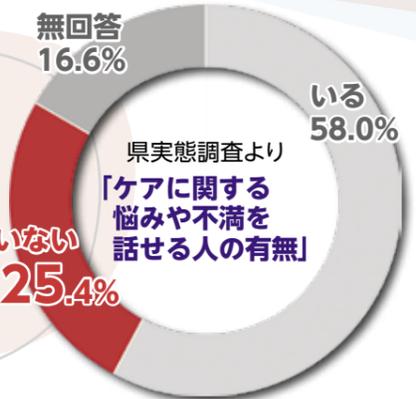
ヤングケアラーの問題とは。

自覚がない

子どもは自分の家庭しか知らずに育つことが多く、客観的な視点を持ちにくい。負担を抱えている**現在の自分の状況が当たり前**だと感じてしまう場合がある。

相談できず 孤立しがち

家族以外の大人に相談する経験が少なかったり、または**信頼できる大人が周りにいない**こともあるため、悩みを一人で抱えて周りから孤立しやすい。



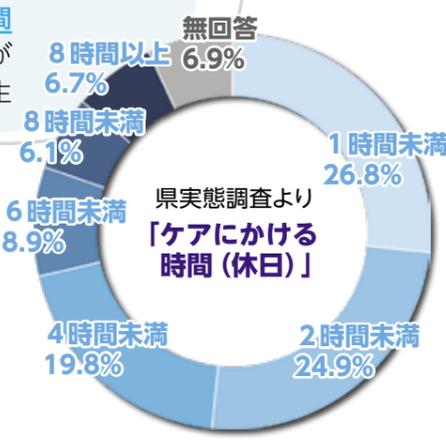
家庭の問題は 気付きにくい

家族が病気や障がいを抱えていることを**知られたくない**と感じ、秘密にする場合や、大切な家族なので**自分がケアしたい**という思いから、誰にも頼らずに頑張ろうとする子どももいる。

進学や就職に 影響する

家事などを担うことが過度の負担となっている場合、**勉強時間が十分に取れなくなる**可能性があり、進学など、その後の人生への影響が懸念される。

- 県実態調査より ※複数回答
- ### 「学校生活への影響」
- 影響なし...41.9%
 - 孤独を感じる...19.1%
 - ストレスを感じている...17.4%
 - 勉強時間が十分に取れない...10.2%**
- (回答の多かった上位4項目)



※県実態調査の詳細は県ホームページをご覧ください。



ヤングケアラーとSDGs



持続可能な社会を目指すためには、次世代を担う子どもたちの健康や福祉、質の高い教育の提供が不可欠であり、ヤングケアラーの問題はSDGsとも深い関係があります。

17歳から認知症の祖母を介護

「体力を使い果たしてしまつて、遊ぶ気力もない…とということもありません。」

そう語るのは、草加市を拠点にヤングケアラーを支援するオンラインサロンを運営している、野口由樹さん(33)。「元ヤングケアラーとして、高校2年生の頃から約10年間に渡り、母と協力して認知症の祖母を介護していた経験があります。そこにはどんな苦労があり、また、どんな悩みがあったのでしょうか。」

アドバイスをくれるような大人がいてくれたら…と思いましたが

共働きだった両親に代わって、祖母が野口さんの面倒をよく見ていたこともあり、野口さんはおばあちゃん子だったといいます。

「認知症の祖母がどう変わってしまったのか、その時はわかりませんでした。」「一緒にいてあげたい」というのはすごくありましたね。」

しかし、認知症の症状が重くなると、野口さんの負担も増えていきます。祖母の隣で寝ていた野口さんは、毎晩のトイレへの付き添いなど身の回りの世話が多くなり、勉強するのは家族が寝静まった朝方でした。

「日中は眠くて授業中寝てしまつたり…受験が近づくにつれて成績が落ちていきました。体調を崩した時期もあります。」

悩みを周りに話すこともできず、家にこもるようになってしまつた、と当時を振り返る野口さん。

「家族関係があまり良くなく、父はほとんど介護に関わりませんでした。友人や先生にも相談できなくて。誰を頼っていいかわからなかつたんです。相談できる人や場所を探す気力もなく、介護が家族の中だけで全部終わっているような状況でした。」



のぐちゆき 野口由樹さん

草加市在住

元ヤングケアラーとして、認知症の祖母を介護していた経験から、ヤングケアラーなどを支援するオンラインサロン「ケアカフェ碧空」を2021年8月から運営している。また、書道教室の講師として、子どもたちに書道の楽しさを教えるかたわら、子どもの声にも耳を傾けている。

「気持ちが楽になるといふか、しゃべってもいいんだって。」

大学へ進学するものの、体調が戻らず、2年で中退。介護の知識をもつ少し付けようと、ヘルパーの資格を取得し、介護施設で働き始めます。「利用者さんとお会いすると、症状としてもこんなに幅広い方がいらつしやるんだなって。あと、職員の中でも、自宅で介護しながら仕事でも



▲野口さんと祖母。2015年、グループホームで祖母の誕生日を祝った。(野口さん提供)

介護している方にお会いして、自分の祖母のことも話したりすることができるようになりました。」
それまで自分の中に抱えていたものを話すことで、「胸のつかえがとれる」ような思いだつたと、野口さんは話します。その後、ケアを学ぶ講座を受ける機会があり、そこで初めて「ケアラー」という言葉に出会います。「ケアラーズカフェ(ケアラー同士の交流の場)」というものを知って、そういう場所があるんだつたら自分も行きたいし、自分で作れないかな、と思って。」
野口さんがオンラインサロンを開く最初のきっかけでした。

「周りに話せる人がいたら、どんな小さなことでも、話してほしい。」

「介護する側の話をもっと聞きたくて、昨年からは活動を始めました。」野口さんが開催するサロンには、草加市外の方や県外の方も参加しており、ケアラー・ヤングケアラーに関する意見交換を行っています。「参加者は20代〜40代の方が中心で、今ケアをしている方もいれば、ひと段落してちょっと話したい、という方もいらつしやいます。」

いることは、大したものではないのかも…」って、比較しないでほしい。自分の抱える問題に悩んでいる人って、たくさんいると思うんです。」
一人で抱え込まないで……。ご自身の経験を基に、今悩んでいる子どもたちへ、野口さんは優しくそう語りかけました。



care cafe 碧空 代表 野口由樹

毎月第2水曜日 21時~22時30分
オンライン開催 (Zoom)、無料

トークテーマの例

- ▶ ケアのエピソード、当時考えていたこと
- ▶ 皆さんが思うケアラー・ヤングケアラーってどういうもの?
- ▶ 日常生活や体調に影響があったときのリフレッシュ方法 など

11月9日に実施した様子



11月のケアカフェには、久喜市広報担当も含め、元ヤングケアラーの方や子どもの支援活動を行っている方など、計8人が参加。各々の立場から経験談を語ったり、子どもの支え方について話し合い、ヤングケアラーという問題に対する理解を深めました。

野口さんからのメッセージ

今ケアをしている方も終わった方も、心の中に抱える消化しきれないものってたくさんあると思います。そういうものをみんなで話して、受け止め合える場にできたら思っているので、ぜひ気軽に遊びに来てください!

詳細はホームページをご覧ください▶





“何か背景があるのかな、
という感覚はより多くの方
に持ってほしい。”

成蹊大学
文学部現代社会学科 教授
しぶやともしこ
澁谷智子さん

東京大学教養学部卒業後、ロ
ンドン大学ゴールドスミス校
大学院社会学部、東京大学
大学院総合文化研究科で学ぶ。
専門は社会学。日本における
ヤングケアラー研究の第一人者。

私たちにできること。

子どもに寄り添って

丁寧に話を聞いてほしい

悩んでいる子どもを支援する
ために、私たち周りの大人がで
きることは何でしょうか。市内
でもご講演いただいた、澁谷智
子さんにお話を伺いました。

—ヤングケアラーに気付くため
に持つべき意識は。

例えば、子どもが宿題の締め
切りを守れなかったとか、学校

に遅刻する、誘ったけど来れな
いというような時に、そこに何
か背景があるのかな、という感
覚はより多くの方に持つてほし
いと思います。そして、まずは
子どもの話をよく聞いてほしい。
それから、親側の話も。その家
庭の中で、大人だけでは回らな
くなってしまった事情もあると
思います。ですので、親など周
りの大人を責めることは、ヤン
グケアラーを追い込むことにな
る場合があります。中立の立場
で、自分の価値観を押し付けず
に話を聞くことが大切です。

普段から顔の見える 信頼関係を作る

—子どもの接し方について。

子どもも、困っているからと
いつて、すぐに話をしてくれる
わけではないと思うんです。そ
の子が「話してもいいな」って
思えるような信頼関係をまず作
ること。ちょっと気に掛けてあ
げて、毎日おはようって二「ッ
とするだけでも違うと思います

し、「困ったときはここに来て
いいんだよ」と言ったりとか。
他にも、例えば子ども食堂もそ
うですが、地域のつながりの中
で、ちょっと子どもが喜ぶよう
なものあげたり。そういう普
段からの顔の見える関係性の積
み重ねによって、何かあったと
きに相談してもらえらるような信
頼関係が作られていくのではな
いかと思います。

子どもの目線から 必要な支援を考える

—中には特別扱いを嫌がる子も。
子どものために何かしたい、と
いう気持ちを強く持っていただ
くことはすごく大事なことです。
それが子どもから見た時にどうい
う意味を持つのか。助けたとい
う気持ちが強く出過ぎて、子ども
からするとその熱さが怖い、とい

子どもに選択肢を

—支援につなげるためには。

子どもが「そっか、そういうこ
とでもできるんだ」と思えるよう
な選択肢を、子どもに見えるよう
に用意してあげるのが、大人の役割
ではないでしょうか。今は困っ
ていない子どもでも、状況が変
わってきたときに、相談できる
ような場があるということを知
ってもらうために、日ごろから
発信することも大事ですね。

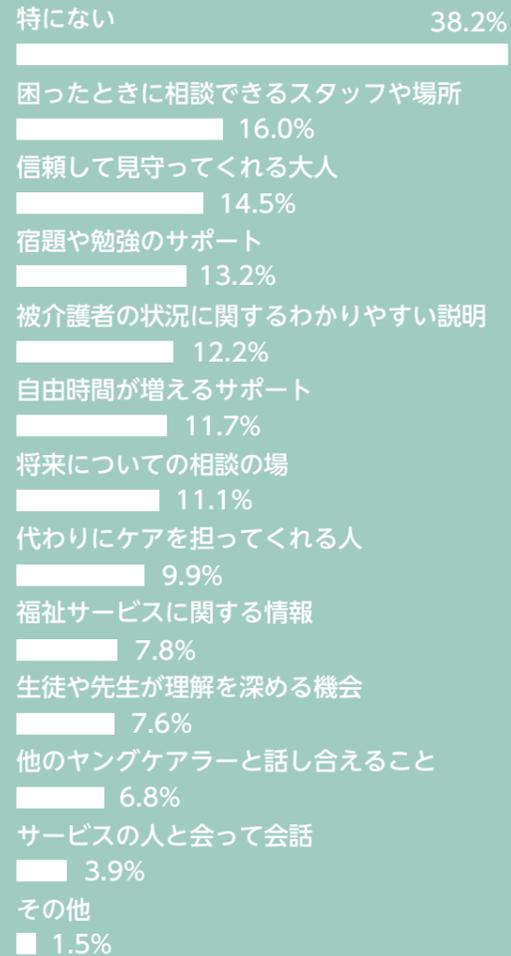


▲9月13日、栗橋南小学校で
児童向けにヤングケアラー
に関する講演(特9ページ
で紹介)を行った澁谷さん。

子どもたちの声を聞く。

一口にヤングケアラーといっても、その実
態はさまざま。ケアが負担に感じている子も
いれば、特に不満はないという子もいます。
サポートしてほしいという子もいます。また、
そもそもどこからがヤングケアラーなのか線
引きが難しいと言われることもあります。し
かし、大切なのは、外から見た負担の多さ
だけで大人が判断するのではなく、「本人がど
う思っているか、何を求めているか」を理
解すること、本人の気持ちを尊重しながら、子
どもが孤立しないように見守り方を考えるこ
とではないでしょうか。皆さんは、子どもの
自由意見を見てどう感じますか。

県実態調査より ※複数回答 「ヤングケアラーが望むサポート」



県実態調査における 子どもの自由意見(抜粋)

母が入院し重い病気だったため、毎
日往復2時間かけてお見舞いへ行
き、家事の6~7割を担っていました。
勉強への負担が大きかったです。何か
負担が減る支援があれば安心だと思
います。

障がい者の兄がいます。周りとは
少し違いますが、それでも頑張っ
て生きている兄を見
ると勇気がもらえます。
なので、今不安に思ってい
ることは特にありません。

本当に大変な人はできるだけ
そっとしておいてほしいと思う。
学校でヤングケアラーのことを教え
るのは良いことだとは思いますが、変に気
を遣われると息抜きの場である学校
までも失ってしまう。

自分がヤングケアラーという存在だったこと
を初めて知り、少し救われる気持ちでした。
ヤングケアラーの高校生の交流会をして悩み
を打ち明け相談し合いたい。

学校の先生とかに悩み相談しづらいから、相
談しやすいような雰囲気をつくってほしい。

負担がないとは言えませんが、何より弟が大
好きなので、ケアの不満は特にありません。

私の母が倒れた時、先生は私を気にしてくれ
ました。しかし、それがかえって「しっかり
やらなきゃ」というプレッシャーで、特別扱
いされるのがストレスだったので、そうい
う人たちへの関わり方を考えてほしい。

自分の将来が不安です。今、父をすぐに支え
られるのが自分と祖母だけなので、この先就職
や結婚など、どう行動すべきか全くわかりません。

教育現場の今。

埼玉県の取り組みを知る。

栗橋南小学校での学び

教職員のほか、市の児童福祉担当職員なども参加し、学校におけるヤングケアラーの早期発見や支援・相談、関係機関へのつなぎについてご説明いただきました。



▲教職員向け研修会



▲小学生向け授業

子どもにもわかりやすく寸劇を取り入れ、元ヤングケアラーの体験談も紹介。児童からは「もしそういう子がいたら少しでも力になりたい」と声があがりました。

ヤングケアラーサポートクラスで何を感しましたか？

学校としてできることを探る、そのスタートとなるような研修でした。「多様な他者を認め合う」をキーワードに、今後も関係機関と連携を取りながら、保護者の方・地域の方とともに取り組みを進めてまいります。



校長 小暮恵子さん

当事者の子が声をあげられる環境を、周りの子どもたちの声掛けによって作ってあげることが大切だと学びました。成長の過程で、その子にとって何が大切で、何を必要としているのかを考えながら、今後も子どもたちを見守りたいと思います。



6年学年主任 野間由己さん

児童・生徒、教職員向け教材 ヤングケアラーハンドブック

「ヤングケアラーってなに？」

埼玉県では、子どもの成長段階に合わせ、高校生編、中学生編、小学生編の3種類を作成し、県内在学の児童・生徒、学校教職員に配布しています。



埼玉県教育委員会では、教職員や児童・生徒、保護者がヤングケアラーに対する理解を深め、学校での相談支援を充実させるための出張授業「ヤングケアラーサポートクラス」を、県内学校等で実施しています。市内でも、栗橋南小学校で8月31日に教職員向けの研修会、9月13日には澁谷智子さんをお招きし、小学生向けの授業が行われました。

ヤングケアラーサポートクラス



埼玉県教育委員会 人権教育課 早野裕之さん

自分で考えて 寄り添ってもらおう

ヤングケアラーの子たちは、普通に接してもらいたいという子が多いんです。まずはそういうところをしっかりと理解してもらって、周りの子どもたちが自分で考えて寄り添っていきけるように、そして先生たちも、必要な支援って何だろうという目線を持って子どもたちと向き合ってもらうために、このサポートクラスを進めています。



市内小・中学校では、ヤングケアラーに対する正しい理解を促すため、授業で県のヤングケアラーハンドブックを活用しています。また、学校の先生が一番最初の窓口になる可能性が高いので、早期に発見して支援につなげられるよう、各学校で研修を実施しています。他にも、スクールソーシャルワーカー(※1)やスクールカウンセラー(※2)を配置するなど、子どもを多方面からサポートしています。



久喜市教育委員会 指導課 千葉宏美さん

- ※1 スクールソーシャルワーカー 悩みを抱える子どもを取り巻く環境へ働きかけたり、関係機関等との連携・調整を行う。
- ※2 スクールカウンセラー 子どもの悩みを聞いて、専門的な立場から子どもまたは先生にアドバイスを心理士。

条例制定の背景

埼玉県は、75歳以上の後期高齢者が全国でもトップクラスのスピードで増加していき、介護を必要とする方も増えることが予想されています。介護を必要とする方が増える＝ケアラーの方が増えるということであるため、その対応を加速させていく必要がありました。特にヤングケアラーは潜在化しやすいという特徴があるため、支援計画の中で、その支援体制の構築・強化を基本目標の1つとしています。ケアラー月間(11月)のキャッチコピーは「誰かを支えるあなたも支える。」お互い支え合っていこうというのが、埼玉県の目指す姿です。



埼玉県 地域包括ケア課 篠原啓佑さん

埼玉県 ヤングケアラー チャンネル

LINE

チャンネル運営団体
一般社団法人ヤングケアラー協会
代表理事 宮崎 成悟さん

元ヤングケアラー。15歳の頃から17年間難病の母のケアを担う。同協会を設立し、ヤングケアラーに関する厚生労働省の委員なども務める。

9月20日の運用開始以降、中高生など、多くの方にご利用いただいています。メッセージに対応するのは、私を含め、全員が元ヤングケアラーです。大人とつながるための選択肢の1つとして、安心できる場所だと思ってもらえるように、今後オンラインサロンで顔の見える関係を作ったり、子どもたちが喜ぶような発信をしていきたいと考えています。

埼玉県では、令和2年3月31日、全国初のケアラー支援に関する条例として、「埼玉県ケアラー支援条例」を施行しました。ケアラー・ヤングケアラーの定義や、支援にあたっての基本理念などを掲げています。この条例に基づき、令和3年3月には「埼玉県ケアラー支援計画」を策定。広報啓発の推進や人材育成など5つの基本目標を設定し、さまざまな施策を推進しています。

ヤングケアラーに関する 県の取り組み(一例)

- ▶ 民生委員・児童委員、子ども食堂運営者等の研修
- ▶ 教育・福祉部門の職員の合同研修
- ▶ 児童・生徒向けハンドブック作成(次ページで紹介)
- ▶ LINE相談窓口の設置(下記)



▲ 条例や計画、施策等の詳細は、県ホームページへ

対象 埼玉県内のヤングケアラーおよびその保護者等
※自分がヤングケアラーか分からない方も相談可

返信 月～金曜日 11時～20時
(祝日、年末年始を除く)

登録 左の2次元コード、またはLINEで「埼玉県ヤングケアラーチャンネル」と検索

【主な機能】

チャット相談
相談者は24時間365日いつでもメッセージを送ることができる

チャットボット機能
質問に答えることで自分の状況を把握する

体験談
元ヤングケアラーの体験談を読む

オンラインサロン
県のヤングケアラーオンラインイベントを確認する



子どもの孤立を防ぐ。

私たちの周りで、子どもたちやその家族を支援するために活動している人たちがいます。皆さんも、「あの子大丈夫かな？」という意識を持つことから始めてみませんか。

子どもはもちろん、大人にとっても、ここに来たら何か助けてもらえるとか、何か落ち着くとか、そういう居場所になりたいと思っています。誰かを頼りたい、話したいと思ったら、いつでも気軽に来てください。

子どもの目線で、困っていることを一緒に考えるようにしています。学校と協力して、子どもが学び続けられる環境をみんなで作っていきたいですね。もっと私たちの存在を知ってもらって、何かあったら連絡してみよう、一緒に考えてくれる人がいるんだということを知ってほしいです。

子どもは1人ひとり状況や目標が違うので、学習だけでなく、その子全体を見ながら話を聞き、個性を理解して接するように心がけています。環境や生活に押しつぶされないで、自分の可能性を信じてほしいと思います。

さまざまな家庭の背景があることを理解し、気にかけて見守り、相談を受けた時には傾聴に心がけます。子どもたちには、夢を諦めないでほしいです。まずは私たちが正しい知識を広め、社会全体で考えを分かち合いたいと思います。

ヤングケアラーという切り口で相談が寄せられることは現状ほぼありませんが、他の問題で家庭に入って、一歩引いて世帯全体を見たときに、この子はヤングケアラーかも…という子に出会います。少し意識して見てみるのが大切なんだと思います。

社会福祉協議会
「福祉なんでも相談」
☎24-0700

日々、関係団体との情報交換に努めています。あれっと思ったらつないでほしいですね。そこからどう支援するかは、よく検討する必要がありますので、みんなで集まって協議しようよっていう体制づくりを、支援者側も意識しなければいけないと考えています。



きっちゃん・こすもす(子ども食堂)
さくらいけいこ
櫻井敬子さん

久喜市教育委員会
スクールソーシャルワーカー
そめやかずみ おちあいつと
染谷和美さん、落合統一さん

一般社団法人彩の国子ども・若者支援
ネットワーク(久喜市学習支援事業委託)
のもしょうご
野本陽吾さん

久喜市民生委員・児童委員協議会
児童福祉部会 部会長
はら
原みよ子さん

久喜市社会福祉協議会
さとうゆういち もちづきあやみ
佐藤裕一さん、望月彩美さん



▲10月22日、きっちゃん・こすもすで開催された市内子ども食堂等一覧



▲市内全小・中学校の校長先生と定期的に意見交換するスクールソーシャルワーカー



▲学習支援に限らず、子どもたちから話を聞くことを大事にしている支援員(同ネットワーク提供)

久喜市役所 相談窓口

- ▶ 高齢者のケアに関すること
高齢者福祉課 地域包括支援係(内線3272~3276)
- ▶ 障がい・難病のある方のケアに関すること
障がい者福祉課 自立支援第1・第2係(内線3247~3259)
- ▶ 保護者や幼いきょうだいのケアに関すること
子ども未来課 子ども・青少年係(内線3288・3290・3482)



どこに相談すればいいかわからない…

上記のどこの課でも構いません、
まずはご相談ください!
内容により、関係部署と連携して対応します。



結びに
今回、取材を通して、多くの方とお話しさせていただきました。それぞれ立場は違うものの、共通していたのは「子どもを支援したい」という気持ち。ヤングケアラーという問題は表面化しづらく、見ようとしなければ見えてこない問題です。支援の方法に一つの正解はありませんが、地域全体で少しでも意識を変えられることができれば、安心できる誰かが増えるかもしれません。

今悩んでいる子どもたちへ
あなたを支えたいと思ってる大人は、必ず周りにいます。つらいときや困ったときは、ためらわずに誰かに話してみませんか。子どもの時間は、子どもだけのもの。あなたのかけがえのない時間を、あなたのために使ってください。

地域のつながりがチカラに