

関係機関の皆様へ

# あなたは ヤングケアラーを 知っていますか？

みんなで支え合う・相談先一覧



P 3	はじめに
P 4	ヤングケアラーとは
P 5	ヤングケアラーはこんな子どもたちです
P 6	元当事者の声
P 7	関係機関の声
P 8	考えられる相談先（一例）
P 1 0	援助する方へ
P 1 1	相談先一覧
P 1 6	連携支援十か条

---

# 目次



# はじめに



2024年、子ども・若者育成支援推進法の改正がなされ、「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」とであると明記されました。

こうしたヤングケアラーを早期に発見し、支援につなげるためには、教育、福祉、保健、民生委員・児童委員等の地域で活動されている方々と連携し対応することが大切です。

町田市では、より効率的・効果的なヤングケアラーに対する相談支援体制の構築に向けて、検討を進めております。

本冊子は、ヤングケアラーの啓発を進め、地域での子どもの見守り意識を高めることを目的として、町田市内の関係機関向けに作成いたしました。

作成にあたっては、元当事者の方から直接お話しを伺う機会を設けるなどして、支援のあり方について共通認識を持ち、冊子に反映できるように進めてまいりました。

ヤングケアラーと思われる方に接した際、本冊子の内容を参考にいただければ幸いです。

2024年7月 町田市

# 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・若者をいいます。**

2020年度、子ども本人（中学生・高校生）を対象としたヤングケアラーの実態に関する全国調査が初めて行われました。その中で、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%、全日制高校2年生で4.1%という結果が明らかになりました。

2021年度に実施された小学校調査では、ヤングケアラーと思われる子どもが「いる」と回答した学校は34.1%、ヤングケアラーと思われる子どもについて、外部の支援にはつないでいないと回答した学校が42.7%という結果が示されました。

小学生本人を対象とした調査では、世話をしている家族が「いる」と回答したのは6.5%、そのうち、健康状態が「よくない・あまりよくない」や、遅刻や早退を「たまにする・よくする」と回答する人の割合

は、世話をしている家族がいない人よりも2倍前後高くなっています。さらに、1日あたり7時間以上家族の世話に時間を費やしていても、その3割超が「特に大変さは感じていない」と回答しており、ヤングケアラーという自覚のない人が多いことが明らかになりました。

2022年8月、町田市では初めてヤングケアラーについて、市民への「ちょこっとアンケート」を実施しました。アンケート結果より、「周囲にヤングケアラーと思われる子どもがいますか」に対して「わからない」との回答が48.2%ありました。

家庭内のデリケートな問題であることなどから、ヤングケアラーは表面化しにくいという課題があることが考えられます。

# ヤングケアラーは こんな子どもたちです



障がいや病気のある  
家族に代わり、買い洗  
物・料理・掃除・洗  
濯などの家事をして  
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



家族に代わり、幼い  
きょうだいの世話を  
している



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



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



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



目を離せない家族の  
見守りや声かけなど  
の気づかひをしている



障がいや病気のある  
家族の身の回りの世  
話をしている



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  
家族の入浴やトイレ  
の介助をしている



# 元当事者の声

“

当時、たまたま学校に母親が病気と知られた。でも、そのおかげで、遅刻をしても遅刻扱いにならないなどサポートしてもらえて嬉しかった。

“

母親が亡くなって父親は仕事が忙しく、妹やおばあちゃんの面倒をみるのは当たり前だと思っていた。大好きな部活ができなくても仕方ないと思っていた。

“

今の時代であれば、ヤングケアラーと呼ばれる存在だった。その頃は、相談しても何が変わるかわからなかったし、何を相談すれば良いのかさえ考えたこともなかった。



## 関係機関の声

- 保護者に身体的または精神的な障がいがある場合、家庭での子どもへの養育が心配。食事はどうしているのか心配。（市職員）
- 保護者への支援で、訪問看護や公的機関などが連携しているみたいだけれど、子どもへの支援はどうなっているのか心配。（訪問看護師）
- 親の入院時に中学生の子どもが付き添っているけど、日常生活はどうしているか心配。（メディカルソーシャルワーカー）
- 介護が必要な親の世話に、家族として子どもも関わることは当たり前だと思っていた。（ケアマネジャー）
- 親が子どもの世話をできない代わりに、子どもが幼いきょうだいの世話をしている姿を見て、えらいなぁとしか感じなかった。（民生・児童委員）

# ヤングケアラーの内容から



< 課題 > 買い物・料理・掃除・洗濯などの家事。

< 支援 >

- 家事等の援助（大人に対するものを含む）を受けられるサービス等の導入を検討する。

< 窓口：支援の一例 >

- 子ども家庭支援課：育児支援ヘルパー、ひとり親支援ヘルパー
- 障がい者支援センター・高齢者支援センター：居宅介護（ホームヘルプ）、短期入所（ショートステイ）、訪問看護等



< 課題 > 自分の時間を削って、幼いきょうだいの世話をしている。

< 支援 >

- 育児に関するサービス等の利用を促す。

< 窓口：支援の一例 >

- 保育・幼稚園課：保育園への入園
- 子ども家庭支援課：育児支援ヘルパー、トワイライト・ショートステイ



< 課題 > 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。

< 支援 >

- 精神症状により生活に支障をきたしている可能性を伝え、受療することを当事者や家族に提案する。
- 通院している精神科に連絡し、訪問看護の調整をする。

< 窓口：支援の一例 >

- 保健予防課：個別相談



< 課題 > 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。

< 支援 >

- 各種サービス等の導入の支援を行う。
- 難病で療養している方の家族に対し、休息目的の一時入院を提案する。

< 窓口：支援の一例 >

- 高齢者支援センター：認知症に関する相談・認知症等による行方不明高齢者の位置情報端末機器の貸与
- 保健予防課：個別相談



< 課題 > 視覚や聴覚に障がいのある父母・きょうだいの世話をしている。

< 支援 >

- 視覚障がいの方の外出支援や手話通訳者及び要約筆記者の派遣を利用する。

< 窓口：支援の一例 >

- 障がい者支援センター：聴覚障がい者コミュニケーション機器の支給、視覚障がいの方の同行援護
- 障がい福祉課・障がい者支援センター：手話通訳者及び要約筆記者の派遣

各窓口の連絡先は、P11～15「相談先一覧」に掲載しています。どこに相談したら



# 考えられる相談先（一例）



<課題> 家計を支えるために、働かなくてはならない。

<支援>

- 各種手当・助成制度・税等の優遇を受ける。

<窓口：支援の一例>

- 生活援護課：生活保護、経済的困窮者の支援
- 子ども総務課：児童手当に関すること等
- 保険年金課：障害年金について



<課題> 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。

<支援>

- 家族に対し、当事者への対応方法を助言する。
- それぞれの依存症の専門医療機関への受療の支援を行う。

<窓口：支援の一例>

- 保健予防課：個別相談



<課題> がん・難病・精神疾患など慢性的な病気を抱える家族の看病をしている。

<支援>

- 難病で療養している方の家族に対し、休息目的の一時入院を提案する。
- 精神症状により生活に支障をきたしている可能性を伝え、受療することを当事者や家族に提案する。
- 通院している精神科に連絡し、訪問看護を受けられるように調整する。

<窓口：支援の一例>

- 保健予防課：個別相談



<課題> 障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。

<支援>

- 各種サービスの利用を提案する。

<窓口：支援の一例>

- 障がい者支援センター・高齢者支援センター：居宅介護（ホームヘルプ）、短期入所（ショートステイ）、訪問看護等



<課題> 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。

<支援>

- 各種サービスの利用を提案する。

<窓口：支援の一例>

- 障がい者支援センター・高齢者支援センター：居宅介護（ホームヘルプ）、短期入所（ショートステイ）、訪問看護等

# 話を聞く時に心がけたいこと 援助する方へ

本人が「ヤングケアラー」であることに気づいていない場合があります。家族のために本人自身からケアをしたいという想いがあることもあり、ケアすることに生きがい、やりがいを感じている子どももいます。全てを奪うのではなく、その子の気持ちを大切に、状況に合わせた支援が大切です。そのため、ケアを担っていることを否定しない=親を否定しないことが重要です。また安易に「偉いね」「頑張っているね」という言葉をかけることで、本人自身が相談したい気持ちを言い出せなくなる可能性があります。

また以下のような理由で、相談を諦めているケースもあります。

- 家族のことを知られたくない。
- 相談をしても、状況が変わるとは思えない。
- 誰に相談するのがよいのかわからない。
- 大したことなく、誰かに相談するほどではない（と思っている）。

もし本人と話ができたのであれば、自分の尺度で良し悪しを判断しないでください。本人は、事実を聞いて欲しい、状況を理解して欲しいという気持ちがあります。無理に解決しようとするのではなく、本人や家族が今の状況をどう思っているのかを尊重してあげてください。また、本人の気持ちを無視して話を進めないでください。そして状況によって、相談窓口の情報を伝えたり、心配していることを伝えた上で、相談を促してみてください。「自分のことをわかってもらえる」という安心感が持て、互いに信頼を築いていくことで、本人が望むサポートを進めやすくなります。

ヤングケアラーに気づいたら、支援は必要に応じて多機関で協力しながら行いましょう。ヤングケアラーについて法制化は進みましたが、当事者本人が抱える課題は複雑なままです。支援者側もひとりで抱えず、複数の機関が手を取り合ってみ守っていただけることを願っています。



# 相談先一覧

## 総合

名称	電話番号	受付時間	事業内容
児童相談所相談専用ダイヤル (こども家庭庁)	0120-189-783	24時間/年中 無休	子どもに関する相談。近くの児童相談所につながります。
子ども家庭支援課	042-724-4419	8:30~17:00 (土日祝、年末 年始は休み)	子どもや子育ての相談。ひとり親家庭に関する相談。育児支援ヘルパー派遣等の支援。

## 教育

名称	電話番号	受付時間	事業内容
町田市教育センター教育相談 (電話相談)	042-792-6548	9:00~12:00 13:00~16:00 (平日月・水・金)	市内の年長から18歳までの子どもの教育上の課題に関する相談

## 保健

町田市保健所			
受付時間	8:30~17:00(土日祝、年末年始は休み)		
名称	電話番号	事業内容	
保健予防課母子保健係 (母子保健に関する相談)	042-725-5127	母子保健(妊娠・出産・育児)に関する相談を受け付けています。 場所:健康福祉会館	
保健予防課精神保健係 (精神保健に関する相談)	042-722-7636	精神保健(こころの病・アルコール・薬物依存・ひきこもり等)に関する相談を受け付けています。 場所:保健所中町庁舎	
保健予防課難病保健係 (難病に関する相談)	042-722-0622	難病に関する相談を受け付けています。 場所:保健所中町庁舎	
保健予防課 <鶴川地域にお住まいの方> (母子保健、精神保健、難病に関する相談)	042-736-1600	母子保健(妊娠・出産・育児)、精神保健(こころの病・アルコール・薬物依存・ひきこもり等)、難病に関する相談を受け付けています。 場所:鶴川保健センター	

## 高齢者福祉

高齢者支援センター		
受付時間	8:30~17:00(日祝、年末年始は休み)	
名称	電話番号	担当地区等
堺第1高齢者支援センター	042-770-2558	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：相原町
堺第2高齢者支援センター	042-797-0200	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：小山町、小山ヶ丘、上小山田町
忠生第1高齢者支援センター	042-797-8032	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：函師町、下小山田町、忠生、矢部町、小山田桜台、常盤町、根岸町、根岸
忠生第2高齢者支援センター	042-792-1105	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：山崎町、山崎、木曾町、木曾西、本町田の一部（公社住宅町田木曾）、木曾東（都営木曾森野アパートを除く）
鶴川第1高齢者支援センター	042-736-6927	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：小野路町、野津田町、金井、金井町、金井ヶ丘、大蔵町、薬師台
鶴川第2高齢者支援センター	042-737-7292	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：能ヶ谷、三輪町、三輪緑山、広袴、広袴町、真光寺、真光寺町、鶴川
町田第1高齢者支援センター	042-728-9215	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：中町、森野、旭町、木曾東の一部（都営木曾森野アパート）、原町田（都営金森1丁目アパートを除く）
町田第2高齢者支援センター	042-729-0747	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：藤の台、南大谷の一部（公社住宅本町田）、本町田（公社住宅町田木曾を除く）
町田第3高齢者支援センター	042-710-3378	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：玉川学園、東玉川学園、南大谷（公社住宅本町田を除く）
南第1高齢者支援センター	042-796-2789	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：南町田、鶴間、小川、つくし野、南つくし野
南第2高齢者支援センター	042-796-3899	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：金森、金森東、南成瀬、成瀬が丘、原町田の一部（都営金森1丁目アパート）
南第3高齢者支援センター	042-720-3801	高齢の方に関する総合相談窓口 担当地区：成瀬、高ヶ坂、成瀬台、西成瀬

## 障がい者福祉

名称	電話番号	受付時間	事業内容
保険年金課 (障害年金について)	042-724-2127	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は 休み)	障害年金に関する手続き(厚生年金に加入している場合等は窓口が異なります)
障がい福祉課 (手話通訳者及び 要約筆記者の派遣 について)	042-724-2148	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は 休み)	手話通訳者及び要約筆記者の派遣に関する 相談

### 障がい者支援センター

受付時間		8:30~17:00(土日祝、年末年始は休み)	
名称	電話番号	担当地区等	
堺地域障がい者支援センター	042-794-8790	障がいをお持ちの方に関する総合相談窓口 担当地区：相原町、小山町、小山ヶ丘	
忠生地域障がい者支援センター	042-794-4851	障がいをお持ちの方に関する総合相談窓口 担当地区：上小山田町、下小山田町、忠生、小山田桜台、矢部町、常盤町、根岸町、根岸、函師町、山崎町、山崎、木曾町、木曾西、木曾東	
鶴川地域障がい者支援センター	042-708-8821	障がいをお持ちの方に関する総合相談窓口 担当地区：小野路町、野津田町、金井、金井町、金井ヶ丘、藤の台三丁目、大蔵町、葉師台、能ヶ谷、三輪町、三輪緑山、広袴町、広袴、真光寺町、真光寺、鶴川	
町田地域障がい者支援センター	042-709-1301	障がいをお持ちの方に関する総合相談窓口 担当地区：原町田、中町、森野、旭町、本町田、南大谷、玉川学園、東玉川学園、藤の台一丁目・二丁目	
南地域障がい者支援センター	042-706-9624	障がいをお持ちの方に関する総合相談窓口 担当地区：鶴間、南町田、小川、つくし野、南つくし野、金森、金森東、南成瀬、成瀬、成瀬が丘、西成瀬、成瀬台、高ヶ坂	

## 生活・就労相談

名称	電話番号	受付時間	事業内容
生活援護課 (生活・就労相談)	042-724-4013	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は休み)	経済的に困窮している方(生活保護世帯は除く)を対象に、生活上の課題や仕事探しに関する相談

## 子ども・子育て

名称	電話番号	受付時間	事業内容
保育・幼稚園課 (保育園・一時保育 について)	042-724-2137	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は 休み)	保育園の入園、一時保育について
子育て推進課 (ファミリー・サポート・ センター、病児保育・病後 児保育について)	042-724-4468	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は 休み)	ファミリー・サポート・センター、 病児保育・病後児保育について
子ども総務課 (児童手当について)	042-724-2139	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は 休み)	児童手当に関する手続き

### 子育て相談センター

受付時間	※町田・鶴川・堺 10:00~18:00 (子どもセンター休館日を除く) ※忠生・南 8:30~17:00 (土日祝・年末年始は休み)		
名称	電話番号	事業内容	
町田地域子育て相談センター	042-710-2747	0から18歳までの 子どもと保護者からの相談	
鶴川地域子育て相談センター	042-734-3699		
堺地域子育て相談センター	042-770-7446		
忠生地域子育て相談センター	042-789-7545		
南地域子育て相談センター	042-710-2752		

## その他

名称	電話番号	受付時間	事業内容
子どもの人権110番 (法務省)	0120-007-110	8:30~17:15 (土日祝、年末年始は休み)	子どもの人権問題に関する 専用相談電話です。
町田国際交流センター Machida International Center	042-722-4260	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は休み)	外国語の通訳の支援を行 なっています。

こども家庭庁



ヤングケアラーについて

文部科学省



ヤングケアラーについて

一般社団法人

日本ケアラー連盟

ヤングケアラープロジェクト



東京都



若者をサポートするポータル  
サイト「若ぼた」

東京都

通訳を介した相談「若ナビ  
α」





一般社団法人

ヤングケアラー協会



# 子ども向けの窓口

名称	電話番号	受付時間	事業内容
児童相談所相談専用ダイヤル (こども家庭庁)	0120-189-783	24時間 / 年中 無休	子どもに関する相談。近くの児童相談所につながります。
24時間子供SOSダイヤル (文部科学省)	0120-0-78310	24時間 / 年中 無休	子どもに関する相談。近くの教育委員会の相談機関につながります。
まこちゃんダイヤル (子ども家庭支援課)	0120-552-164	8:30~17:00 (土日祝、年末年始は休み)	18歳までの子ども専用の無料相談。どんな相談も匿名ですることができます。
チャイルドライン	0120-99-7777	16:00~21:00 (年末年始を除く)	18歳までの子ども専用の無料相談。どんな相談も匿名ですことができます。
親子のための相談LINE (こども家庭庁)	児童(18歳まで)及び保護者 LINEで相談できます。		
まちだヤングケアラー相談室 (子ども家庭支援課)	町田市の18歳までの子ども及び保護者 LINEで相談できます。		



# 連携支援十か条

1

ヤングケアラーが生じる背景を理解し、家族を責めることなく、家族全体が支援を必要としていることを各機関が理解すること

2

緊急の場合を除いて、ヤングケアラー本人抜きで性急に家庭に支援を入れようとすることはせず、本人の意思を尊重して支援を進めることが重要であることを各機関が理解すること

3

ヤングケアラー本人や家族の想いを第一に考え、本人や家族が希望する支援は何か、利用しやすい支援は何かを、各機関が協力して検討すること

4

支援開始から切れ目なく、また、ヤングケアラー本人や家族の負担になるような状況確認が重複することもなく、支援が包括的に行われることを目指すこと

5

支援を主体的に進める者（機関）は誰か、押しつけ合いをせずに明らかにすること

6

支援を進める者（機関）も連携体制において協力する者（機関）も、すべての者（機関）が問題を自分事として捉えること

7

各機関や職種は、それぞれの役割、専門性、視点が異なることを理解し、共通した目標に向かって協力し合うこと

8

既存の制度やサービスで対応できない場合においても、インフォーマルな手段を含め、あらゆる方法を模索するとともに、必要な支援や体制の構築に向けて協力すること

9

ヤングケアラー本人や家族が支援を望まない場合でも、意思決定のためのサポートを忘れずに本人や家族を気にかけて、寄り添うことが重要であることを各機関が理解すること

10

円滑に効果的に連携した支援を行う事ができるよう、日頃から顔の見える関係作りを意識すること

（こども家庭庁より）

あなたはヤングケアラーを知っていますか？

2022年9月発行 2024年7月改訂

発行者 町田市（東京都町田市森野2丁目2番22号）

町田市福祉総務課、障がい福祉課、高齢者支援課、  
保健予防課、子育て推進課、子ども家庭支援課、  
指導課・教育センター（教育委員会）、生活援護課