



お話を伺いました

一般社団法人
ケアラーワークス
代表理事
田中 悠美子さん



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

ヤングケアラー (young carer) とは

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子どものこと

(出典：日本ケアラー連盟) ※国によって定義は異なる。日本では法令上の定義はない



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

一般社団法人
ケアラーワークス

2022年2月設立。府中市を拠点にヤングケアラー・若者ケアラーの支援やピアサポート活動などに取り組む。



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

「ヤングケアラー」に開くLINEの窓口 ケアする人を支援する仕組みづくり

近年日本でも社会課題の一つとして注目されるようになった「ヤングケアラー」。2020(令和2)年の厚生労働省の調査では、公立中学2年生のおよそ17人に1人、また公立の全日制高校2年生のおよそ24人に1人が「世話をしている家族がいる」状態であることがわかりました(※)。府中市を拠点に、若いケアラーの支援に取り組む一般社団法人ケアラーワークス代表理事の田中悠美子さんに、ヤングケアラーの抱える課題や支援について伺いました。

見えにくい現状と話にくい家族のこと

ヤングケアラーが担うのは、家事的のほか家族の生活の介助や通院・投薬の世話、感情面のサポート、乳幼児や障がいのあるきょうだいの世話や見守りなど様々です(上図参照)。日常的な家族のケアのため、18歳未満でありながら友人と遊んだり学業や部活に励む時間が持てなかつたり、心身に不調を抱えたりと、ケアラー自身の進路や人生に大きく影響を受けることが考えられます。また、子どもであるケアラーが「ケアをしている」という認識を持ちにくいのが、ヤングケアラーの一つの特徴だと田中さんは言います。

「子どもができるちょっとしたお手伝いから始まって成長とともに担うことが増えていき、本人も親もお手伝いという認識でそれが常態化して

いきます。また、ケアを要する家族の状態も様々で、担う役割も一人ひとり違います。より大変なケースを知ることにより、自分はヤングケアラーとは言えない」と思ってしまう子どももいます」

また、家庭内の問題と捉えられがちな家族のケアについては、子どもが周りの人には話せない、言いたくないと感じたり、人に相談するという発想を持たずに辛い気持ちを自らの内に抱え込んでしまうということも、ヤングケアラーの実情として挙げられます。ケアラーワークスでは、そうしたヤングケアラーの気持ちに寄り添うことが重要な支援と考え、家族のケアや自身のことについてケアラーが安心して話せる窓口として、公式LINEアカウントを運営しています(左下コラム参照)。

さらに田中さんは、「全ての世代のケアラーには支援が必要」であると、同法人では年齢を問わず若年性認知症の親と向き合う子ども世代のケアラーに向けた場や、家族のケアと子育てが重なる「ダブルケアラー」に向けた場などをオンラインサロンとして開催しています。

日本では2020(令和2)年に初めて埼玉県でケアラー支援条例が制定され、複数の自治体がそれに続いていますが、全国的に見るとまだまだ少数派で、ケアラーに対する社会の仕組みづくりが課題となっています。

「自治体によるネットワーク構築や

東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業 公式LINEアカウント 「けあバナ」

ヤングケアラーやケアラーかもしれないと思う若者、またその保護者などを対象に、自分のタイミングで気軽にチャットで気持ちを吐き出せる場として設置されたLINEアカウントです。家族のケアや自分自身のこと、モヤモヤした気持ちや将来の不安などについて、元ヤングケアラーや支援者のメンバーがチャットやオンラインで話を聞き、相談にのります。

公式LINEアカウント「けあバナ」
https://lin.ee/C5zlydz



みんなの体験談も読めるよ

お話してくれたことや秘密は必ず守ります
安心して連絡しておね



ケアラーズ カフェ バー 設立1周年記念イベント Carers Cafe & Bar

ケアラーワークスの設立1周年を記念したイベントを開催します。これまでの活動報告と共に、ヤングケアラーを地域で見守り、支えていくためのポイントについて、わかりやすく紹介します。交流タイムではお茶をしながら参加者同士で語り合しましょう。開催はオンライン(一部対面)。ヤングケアラーについて知りたい人、応援したい人なら誰でも参加可能です。ぜひご参加ください。

📅 2023年7月15日(土) 14:00～16:00
📍 無料(対面参加の方は一部負担有・要ご相談) 申 HPより事前申込
📧 info@carers.works
詳しくは📄 https://carers.works

