

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**子どものことをヤングケアラーといいます。子どもが家事や家族の世話をすることはごく普通のことだと思われるかもしれませんが、でもヤングケアラーは、本来なら享受できたはずの、勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、将来に思いを巡らせる時間、友人との他愛ない時間・・・これらの「**子どもとしての時間**」と**引き換え**に、家事や家族の世話をしていることがあります。

## どんなことをしているの？

- 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、幼い兄妹の世話をしている
- 障がいや病気のある兄妹の世話や見守りをしている
- 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の通訳をしている
- 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
- 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

家事や世話の責任を抱え、自分の時間が持てず、友人関係や学校生活、進路等に影響があることも・・・



## ヤングケアラーはどれくらいいるの？

令和2年度に行った厚生労働省の調査結果

『世話をしている家族がいる』  
 中学2年生 5.7% (約17人に1人)  
 高校2年生 4.1% (約24人に1人)

1学級につき1～2人のヤングケアラーが存在している可能性があることがわかりました

『自分はヤングケアラーに当てはまると自覚している』  
 中学2年生 1.8%  
 高校2年生 2.3%

知らず知らずのうちに、大きな負担を抱えている子どもたちがいます

自分のことや家のことを話すのは勇気がいると思います。でも、あなたの話を聞いて、共感して、サポートしてくれる人は必ずいます。学校の先生・スクールカウンセラー・親戚の人・友達など、信頼できる相手に相談してみましょう。保健室でも相談を受け付けています。

児童相談所  
 相談専用ダイヤル  
**0120-189-783**  
 毎日24時間

24時間  
 子どもSOSダイヤル  
**0120-0-78310**  
 毎日24時間

子どもの人権110番  
**0120-007-110**  
 平日8:30~17:15