



府中市ヤングケアラー サポートブック



令和7年3月

府中市ヤングケアラープロジェクト
一般社団法人ケアラーワークス・府中市

はじめに

府中市では、日本財団と協定を締結し実施するヤングケアラー支援自治体モデル事業（令和5年度～令和7年度の3年間）として、府中市と一般社団法人ケアラーワークスが協働してプロジェクトを推進しています。

令和5年度は、自治体と支援機関、市民がヤングケアラーを知る、理解する、支えるための基盤づくりを意識した事業を実施しました。府中市ヤングケアラー実態調査では、市内の小学5年生から高校生世代を対象として行い、ヤングケアラー数の推定や家族のケアの実態が明らかになり、さらに支援の充実が必要とされています。

市内のヤングケアラーの把握や適切な支援につなぐためには、相談支援に携わる支援者をはじめとする地域の関係者の理解、子ども・若者を含めた地域住民への啓発の必要性、ヤングケアラーと家庭を支援するための知識やサポート情報の集約が求められると考え、令和6年度の事業として、この「府中市ヤングケアラーサポートブック」を作成いたしました。

この本の特徴は、ヤングケアラーの基本的な考え方、府中市における支援体制（気づきから支援の実施までの流れ）、そして、社会資源の紹介やマップの掲載、当事者や地域支援者によるコラム、支援事例の紹介があり、府中市のヤングケアラー支援について理解が深まる総合的な内容となっています。

今後、子どもや若者が安心して暮らし続けることができるように、困ったときに頼りになる大人と出会える、安心して話ができる人や場所が増えていくことを期待しています。

2025年1月11日に行われた「第2回府中市ヤングケアラー啓発イベント」の開会式において、高野市長にご挨拶とメッセージ「府中市は未来が芽吹く夢と希望に満ちるまち」をいただきました。



左から日本財団 佐藤常務理事、ケアラーワークス 田中代表理事、府中市 高野市長



府中市 高野市長直筆メッセージ

目次

はじめに	1
1 サポートブックの目的と活用方法	4
1 目的	4
2 活用方法	4
2 基本的な考え方	5
1 ヤングケアラーとは(子ども・若者育成支援推進法における定義)	5
2 本サポートブックにおけるヤングケアラー対象者のとらえ方	6
3 府中市におけるヤングケアラーの実態	7
4 ヤングケアラー支援のポイント	9
1) 子どもの権利を守り、子ども中心に考える	9
2) 家族全体への支援	10
3) 子どもの話に耳を傾け、心情や状況把握を行う	10
4) ヤングケアラーの状況の変化をとらえる	11
5) 若者ケアラー支援への連続性	11
3 府中市における支援体制	12
●トピックス ヤングケアラーコーディネーター(YCC)とは	12
1 府中市におけるヤングケアラー支援フロー(気づきから支援の実施までの流れ)	13
1) ヤングケアラーに気づくために	14
2) 支援機関が把握する機会および気づききっかけ(学校・医療・福祉・介護・地域)	14
①把握する機会とポイント	14
②留意点	15
③気づきのチェックポイント	16
2 府中市におけるヤングケアラーの相談体制	21
1) 子育て世代包括支援センター「みらい」の特徴	21
2) ケアラーワークスの特徴	22
●トピックス スクールソーシャルワーカーによる支援の特徴と役割	22
3 ヤングケアラーとの信頼関係づくり	23
1) 信頼関係づくりのために	23
2) 信頼関係を築く過程	23
●トピックス 信頼関係の構築に向けたヒント	24
【コラム】ケアとは生きるを支えること	24
4 具体的な支援の展開・留意点	25
1) ヤングケアラーコーディネーター(YCC)を含む機関への相談・緊急性の判断	25
2) ヤングケアラーコーディネーター(YCC)が核となり情報収集	27
3) ケース検討会議及び情報共有の場	27
●トピックス 情報共有における留意点(本人同意の有無)	27

4) 支援計画の検討	28
5) 役割に基づき各機関が支援とモニタリング	28
【コラム】ピアの力、ピアサポートの可能性	29
4 社会資源について	30
1 府中市の社会資源	30
府中市内における主な支援機関	30
【コラム】子どもの心のゆらぎを受け止める環境の大切さ	31
【コラム】中高生が安心してありのままの自分でいられるように	32
【コラム】外国につながる子どもとのかかわり	34
●トピックス 地域福祉コーディネーターとは	35
府中市内社会資源マップ	36
5 継続的な支援のために(支援の基盤づくり)	38
1 継続的な信頼関係づくり	38
2 人材育成・研修	38
3 市内における理解の促進・啓発	39
4 子ども・若者への啓発	40
6 事例紹介	42
事例① 幼いきょうだいをケアする小学生への支援(ひとり親家庭)	42
事例② 精神疾患のある親をケアする高校生への支援	44
事例③ 身体障害のある家族をケアする中学生への支援	46
事例④ 認知症の家族をケアする若者への支援	48
7 参考資料	50
1 主な支援制度・サービスの一覧	50
2 アセスメントのためのツール	56
3 府中市ヤングケアラーネットワーク会議 委員・事務局名簿(令和6年度)	62

1

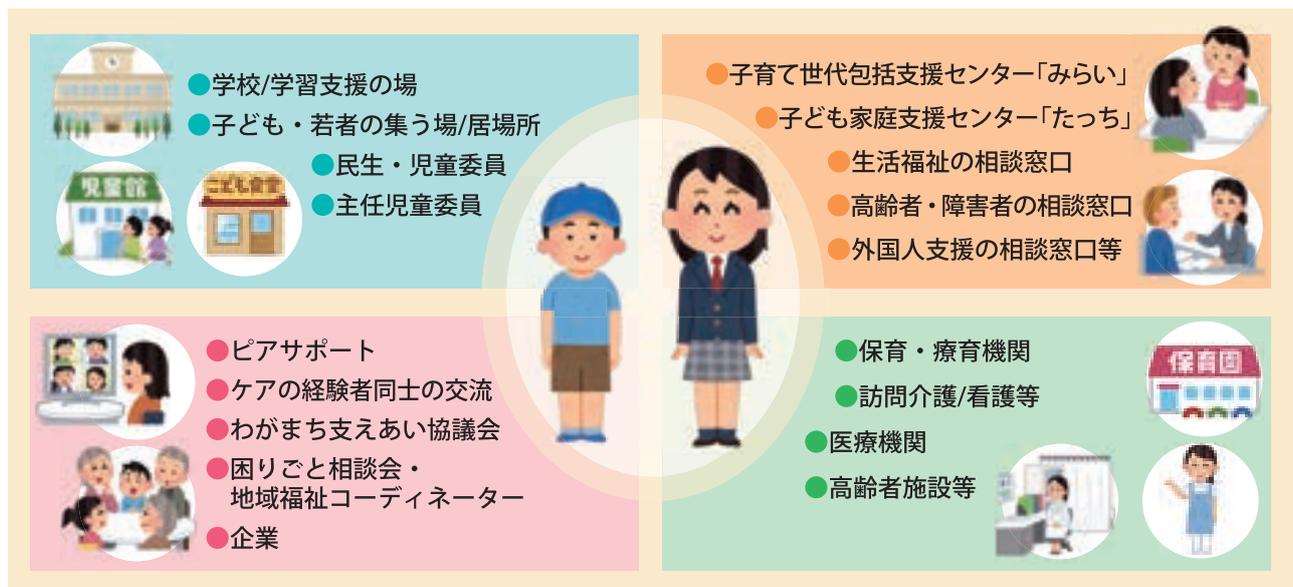
サポートブックの目的と活用方法

1 目的

本サポートブックは、ヤングケアラーの定義や捉え方、支援の流れやポイントを示し、支援に関わる多様な機関が共通の認識を持つことで、市内の各地域におけるヤングケアラーの支援体制づくりを推進することを目的としています。

ヤングケアラーに寄り添い、きめこまやかな支援を実施できるよう公的機関と地域の連携・協働を図ります。子どもの視点や立場になって考え、安心して話ができる人や環境と一緒に考えていきましょう。

【府中市におけるヤングケアラーを支援する人や機関のイメージ】



支援に関わる多様な人の例

市職員、学校・教育関係者、福祉専門職（高齢、障害、児童、生活困窮等）、市社会福祉協議会職員、医療従事者、民生・児童委員、子どもの居場所等の運営者・協力者、地域活動者、ピアサポーター、ボランティア活動者等

2 活用方法

支援に関わるすべての方たちが実際の支援に当たって参考にするとともに、府中市における支援体制構築や関係機関・団体等の連携の参考としていただくことを期待しています。

市内のヤングケアラーの実態の理解、また、さまざまな社会資源の情報の活用にお役立てください。支援事例については、研修等にも使用していただくことが可能です。

2

基本的な考え方

1

ヤングケアラーとは
(子ども・若者育成支援推進法における定義)

令和6年6月、改正子ども・若者育成支援推進法において「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」としてヤングケアラーが明記されました。

この「過度に」とは「子ども・若者が『家族の介護その他の日常生活上の世話』を行うことにより、『社会生活を円滑に営む上での困難を有する』状態に至っている場合、すなわち、こどもにおいてはこどもとしての健やかな成長・発達に必要な時間(遊び・勉強等)を、若者においては自立に向けた移行期として必要な時間(勉強・就職準備等)を奪われたり、ケアに伴い身体的・精神的負荷がかかったりすることによって、負担が重い状態になっている場合を指すもの」とされています。^{※1}

また支援対象の判断を行うに当たっては「その範囲を狭めることのないように十分留意し、一人一人のこども・若者の客観的な状況と主観的な受け止め等を踏まえながら、その最善の利益の観点から、個別に判断していくことが重要である」^{※2}とされています。

※1) ※2) 令和6年6月12日付こども家庭庁支援局長通知(こ支虐第265号)「『子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律』の一部施行について(ヤングケアラー関係)」による。

2

本サポートブックにおける ヤングケアラー対象者のとらえ方

こども家庭庁はヤングケアラーについて「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・若者」と示しています。18歳未満の子どもに加え、18歳以上の若者についても切れ目のない支援が必要です。※1 府中市においても、上記の概念をヤングケアラーとして考えています。

【ヤングケアラーが行っていることの例】



障害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。



障害や病気のあるきょうだい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害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、障害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。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

出典：こども家庭庁ホームページ「ヤングケアラーについて」<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer>

また、上記の例に限らず、以下のようなケアをしている場合も含まれます。

- 精神的な問題や依存の問題を抱える家族の話聞く、落ち着かせるなど、感情面のサポートをしている
- 家族の代わりにきょうだいの保育所や学童クラブ、放課後等デイサービス等への送り迎えをしている
- 外国のルーツがあり、子どもよりも大人の方が日本語が不自由で通訳の役割をしている。

身体的なケアや家事だけでなく、見守りや感情面のサポートもケアの一種です。子ども本人がケアをすることに負担を感じていない、ケアをしている自覚がなくとも、支援が必要な場合があります。将来的にその子どもにかかる負担の可能性を考え、見過ごさずに見守っていくことが重要です。

※1) こども家庭庁ホームページ「ヤングケアラーのこと」<https://kodomoshien.cfa.go.jp/young-carer/about/>



3 府中市におけるヤングケアラーの実態

府中市では、令和5年度にヤングケアラー実態調査として、児童生徒調査(市立小学校5・6年生、市立中学校1～3年生、および市内在住の全高校生世代が対象)を実施しました。

- **小学生の約6人に1人、中学生の約13人に1人、高校生世代の約35人に1人**が「世話をしている家族が『いる』」結果となっています。
- 世話をしている家族が「いる」子どもがすべてヤングケアラーとは限らないものの「世話をしている家族が『いる』割合」と「自身がヤングケアラーに該当すると回答した割合」には差がありました。また学年が低いほど自身がヤングケアラーかどうか「わからない」との回答が多いことから、子ども本人が自身の担うケア負担の程度やその影響に気づくことは難しいといえます。
- 世話をしている家族の状況やケアの実態はさまざまでしたが、世話をしている家族が「いる」と回答した児童生徒の約4～5割が「自分の時間が取れない」「宿題など勉強する時間がない」といった影響を感じていました。また、世話をしている家族が「いる」と回答した**小学生と中学生の約10人に1人、高校生世代の約3人に1人**が世話の大変さを感じていました。
- 世話をしている家族が「いる」と回答した児童生徒のうち、**小学生と中学生は約5割、高校生世代は約6割が、家族への世話について相談したことが「ない」と回答して**いました。相談をしない理由としては「誰かに相談するほどの悩みではないから」という回答が最も多いものの「相談しても状況が変わるとは思わないから」といった回答も見られました。

【府中市ヤングケアラー実態調査結果概要】

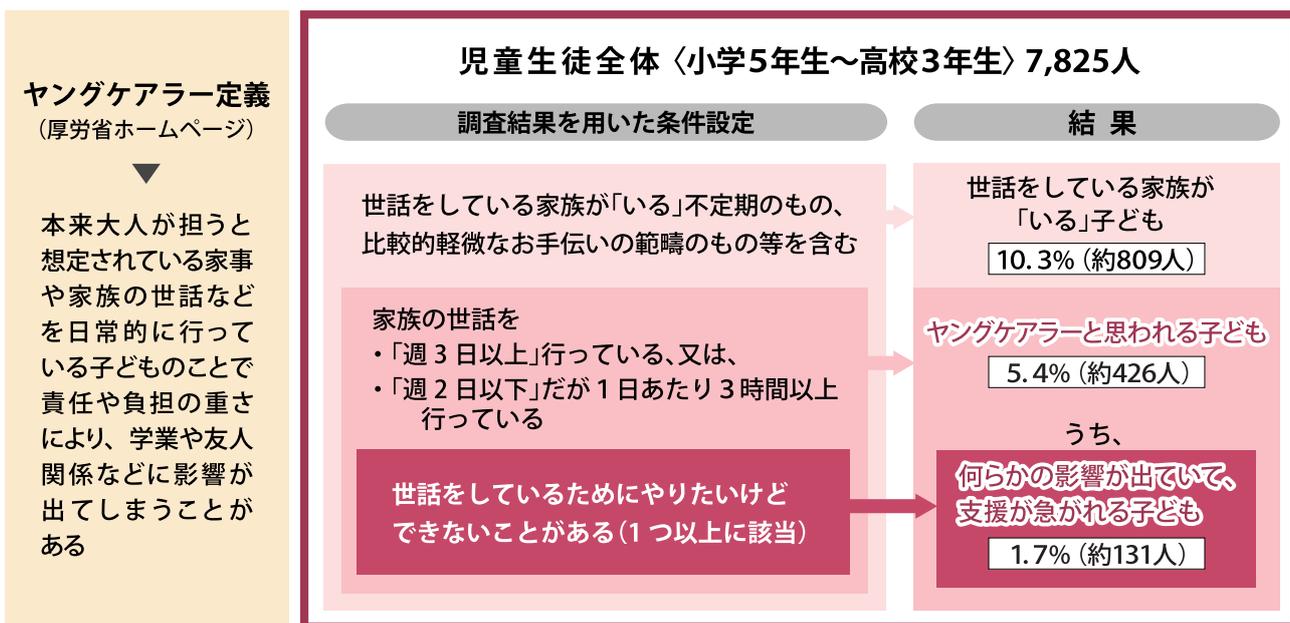
調査内容	主な調査結果
世話をしている家族の有無	世話をしている家族が「いる」と回答したのは小学生で15.4%、中学生で7.6%、高校生世代で2.8%
ヤングケアラーの自己認識	「あてはまる」が小学生・中学生では約3%、高校生世代では約1%と、学年が下であるほど回答比率が高い。一方「わからない」も小学生で約20%、中学生で約15%、高校生世代で約8%と学年が下であるほど回答比率が高い。
世話を必要としている家族とその状況	<ul style="list-style-type: none"> ● ケアの相手は「きょうだい」、「母親」の回答比率が高い。 ● すべての学年で「幼い」が最も回答比率が高い。次に小学生と中学生は「わからない」、高校生世代は「認知症」「精神疾患(疑い含む)」の順。 ● 世話の内容は「家事(食事の準備や掃除、洗濯)」、「きょうだいの世話や保育所等への送りむかえなど」の回答比率が高い傾向。
世話の頻度・時間	すべての学年で頻度は「ほぼ毎日」の回答比率が最も高く、時間数は平日1日あたり「3時間未満」が最も多い。ただしいずれの学年でも平日1日あたり「7時間以上」の回答が8～15%程度あった。
学校生活への影響	世話をしている家族が「いる」と回答した人は、そうでない人と比べ、「宿題や課題をできていないことが多い」と回答する比率が高い等、学校生活に影響がある。
世話のためにできていないこと	世話のためにできていないことは、「特にない」を除くと「自分の時間が取れない」が最も回答比率が高い。

調査内容	主な調査結果
世話することを感じている大変さ	「特に大変さは感じていない」を除いては、小学生で「身体的に大変」約10%、中学生で「精神的に大変」約10%、高校生世代は「精神的に大変」約40%が高い回答比率となっている。
世話について相談した経験	相談した経験が「ある」が2～3割、「ない」が5～6割。
相談していない理由	「誰かに相談するほどの悩みではないから」を除いては「相談しても状況が変わるとは思えないから」「家族以外の人に相談するような悩みではないから」が多い。
学校や大人に助けてほしいこと	「特にない」を除いては、小学生は「自分の今の状況について話を聞いてほしい」、中学生は「学校の勉強や受験勉強など学習のサポートをしてほしい」、高校生世代は同率で「進路や就職など将来の相談にのってほしい」「学校の勉強や受験勉強など学習のサポートをしてほしい」「自分が行っているお世話を全部代わってくれる人やサービスがほしい」の回答比率が最も高い。

調査結果から、府中市におけるヤングケアラーと思われる子どもの人数の推定を行いました。方法としては、調査年度時点（令和5年度）で国が示していたヤングケアラーの定義を参考に、下記3つの条件設定により分析を行いました（なお、下記の条件設定はあくまで調査結果に基づく推定であり、これにより支援の対象を限定するものではありません）。

- 条件1▶▶▶ 世話をしている家族がいる。
- 条件2▶▶▶ 家族の世話を週に「3日以上」行っている。または、「2日以下」だが1日あたり3時間以上行っている。
- 条件3▶▶▶ 世話をしているためにやりたいけどできないことがある（1つ以上に該当）。

結果としては、条件1と2から、「ヤングケアラーと思われる子ども」は、小学5年生～高校3年生の児童生徒全体の5.4%（約426人）、そして、条件1～3のすべてにあてはまる家族の世話により「何らかの影響が出ていて、支援が急がれる子ども」は1.7%（約131人）と推定されました。※1 ※2



※1) 推定数算出においては端数処理等を行っているため、児童生徒全体の人数に割合(%)を乗じた数値とは一致しません。
 ※2) 今回の調査対象は小学5年生～高校3年生であったため、上記の推定数も小学5年生～高校3年生の児童生徒に関する推定数となっています。

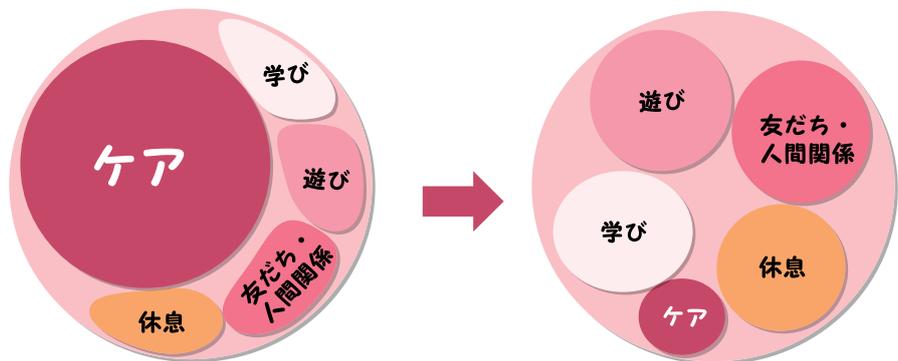
4 ヤングケアラー支援のポイント

ヤングケアラー本人が、ケアをしていることをどうとらえているのか、またどのような思いでケアをしているのかは、ひとりひとり異なります。また、本人・家族には子どもがケアを担っていることへの自覚がないことも多いため、自らサポートを求めるケースは少ないです。そして本人・家族が支援に対し抵抗を感じることもあります。本人・家族との信頼関係を築きつつ、その意思を尊重しながら、本人にとっての選択肢を増やしていくことが大切です。

1) 子どもの権利を守り、子ども中心に考える

ヤングケアラーと思われる子どもに気づくためには、子どもの権利を守り、子どもを中心に考える視点が必要となります。「子どもの権利条約」では、大人と同様の一人の人間としての権利とともに、成長過程で特別な保護や配慮が必要である子どものさまざまな権利を定めています。

子どもひとりひとりがその能力を十分に伸ばし成長できるよう学び(発達)の場と機会を確保すること、また子ども自身がしたいことをする機会のほか、あらゆるライフチャンスが得られるよう支援体制を構築する必要があります。



ケア負担が大きく、子ども自身の学び(発達)の場と機会が制限されている状況

学び(発達)の場と機会が確保され、子ども自身がしたいことをする機会・ライフチャンスが得られる状況

「子どもの権利条約」4つの原則

1 生命、生存及び発達に対する権利

すべての子どもの命が守られ、もって生まれた能力を十分に伸ばして成長できるよう、医療、教育、生活への支援などを受けることが保障されます。

2 子どもの最善の利益

子どもに関することが決められ、行われる時は、「その子どもにとって最もよいことは何か」を第一に考えます。

3 子どもの意見の尊重

子どもは自分に関係のある事柄について自由に意見を表すことができ、大人はその意見を子どもの発達に応じて十分に考慮します。

4 差別の禁止

すべての子どもは、子ども自身や親の人種や国籍、性、意見、障害、経済状況など、どんな理由でも差別されず、条約の定めるすべての権利が保障されます。

(出典：公益財団法人 日本ユニセフ協会ウェブサイト「子どもの権利条約」)

2) 家族全体への支援

ヤングケアラーの背景には、その子どもの家族が抱えるさまざまな課題が存在しています。ケアを必要とする家族はなんらかの疾病や障害を持つ親やきょうだい、高齢者など家族によって異なります。またケアに関する課題だけでなく、経済的な困窮など、ヤングケアラーの家族が置かれている状況ではいくつかの課題が複合していることもあります。またヤングケアラーの子どもが果たしている役割はその家族にとって重要であり、その子どもの存在なしには家族の生活が成り立たない状況であることが考えられます。そのため子ども本人だけでなく、その家族も支援していく必要があります。家族全体を支援するためには、多機関・多職種が関わり、家族が直面するさまざまな課題に対し、連携して支援を行う必要があります。

3) 子どもの話に耳を傾け、心情や状況把握を行う

子どもが家族に対して、責任が重く難しいケア、長時間・長期に渡るケアなどを行うことで、年齢や成長の度合いを超えた負担が子どもにかかっていることがあります。また、それが学業や遊び、さらには進学や就職の機会が制限されるといった形で、子どもの日常生活や将来の人生にも大きな影響を与える可能性があります。

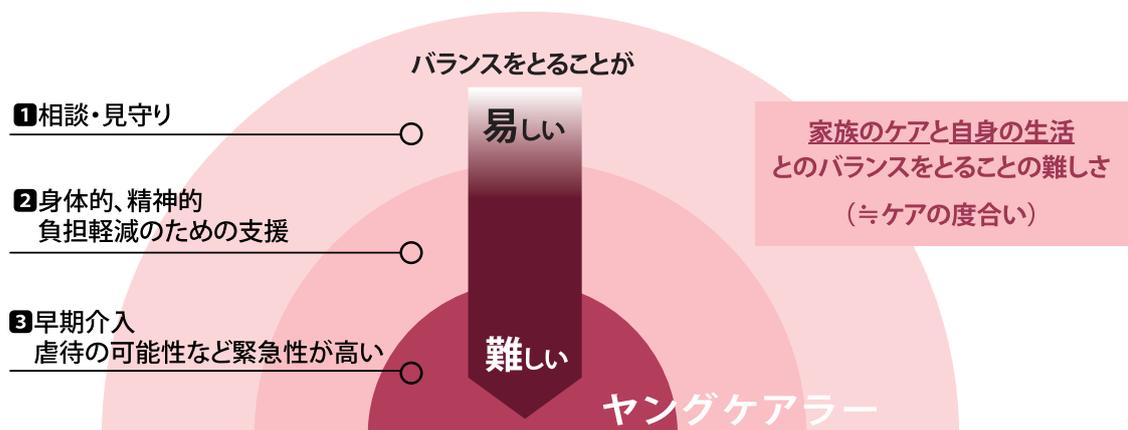
「家族をケアする」「家族が互いに支え合う」こと自体は問題ではありません。しかし、ケアを担うことが子ども自身の生活にとって重い負担となっている場合には問題となります。また、ケアを担うことによる子どもへの影響のあらわれ方は、ひとりひとり異なります。

ケアの内容がその子どもにとって「お手伝い」なのか「重い負担」なのかは、その子ども自身の受け止め方や、子どもをとりまく環境によってさまざまで、一律に線引きはできません。そのため「家族のケアを担っている子ども全てが支援を必要としている」ととらえるのではなく「ケアにより自身の生活に影響が出ている子ども」「ケアにより悩みを抱えている子ども」を支援が必要な子どもとしてとらえる必要があります。

ただし、重いケアを担っているにもかかわらず、子ども自身が悩みを表出しないこともあり、状況によっては介入が必要な場合もあります。

子ども自身の生活と家族のケアの間でのバランスがどのような状況になっているかにより、必要となる支援の考え方は異なります。その状況を正確に理解し把握するためには、信頼関係を構築し、子どもの話を聴き、その思いを理解することが重要です。

【ヤングケアラー支援の考え方】



4) ヤングケアラーの状況の変化をとらえる

ケアを必要とする家族の状況や、ヤングケアラーである子どもの状況は変化します。例えば、ケア対象者の病気が進行・症状が重くなることや、ヤングケアラー自身が進学や就職のタイミングを迎えるといったライフステージの変化などがあります。

子どものことを把握した時点では支援が必要なかったとしても、こうした変化により新たに支援が必要となる場合があります。状況が変化することを前提に、継続してヤングケアラー及びその家族の状況を把握し、子どもの意思を尊重しながら、伴走して支援を行っていく必要があります。

5) 若者ケアラー支援への連続性

子どもが18歳以降も家族のケアが続く場合があります。また、18歳以降の若者が家族のケアを担うようになることがあります。こうした18歳～おおむね30歳代までのケアラーは「若者ケアラー」※1と呼ばれますが、家族のケアを担いながら、進学や就職、離家といったライフステージに応じたさまざまな課題に直面することがあります。そのため、子どもから若者へと成長してゆく中で切れ目のない支援を行うことが重要となります。若者ケアラーの年齢や置かれた状況によりニーズはさまざまです。そのため、多様な機関や団体、またボランティア等も視野に入れ、連携を図ることが求められます。

例として、進学や就職といった若者ケアラーが直面しやすい課題があります。その若者ケアラーの年齢や状況によっては、就労支援の関係機関等とも連携を図る必要があります。また、ピアサポートなどは年齢を問わず継続して関係性を構築することができ、若者ケアラーにとって心の支えになったり、必要な情報を得られる場になったりする可能性があります。

なお、若者ケアラーに関連する法律として、子ども・若者育成支援推進法があります。本法では「子ども・若者」を乳幼児期から30代まで広く対象としています。また、令和6年6月の改正によりヤングケアラーは「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」と定義されました(5ページ参照)。

※1) 日本ケアラー連盟ホームページ「若者ケアラーとは」<https://carersjapan.com/about-carer/young-adult-carer/>

3

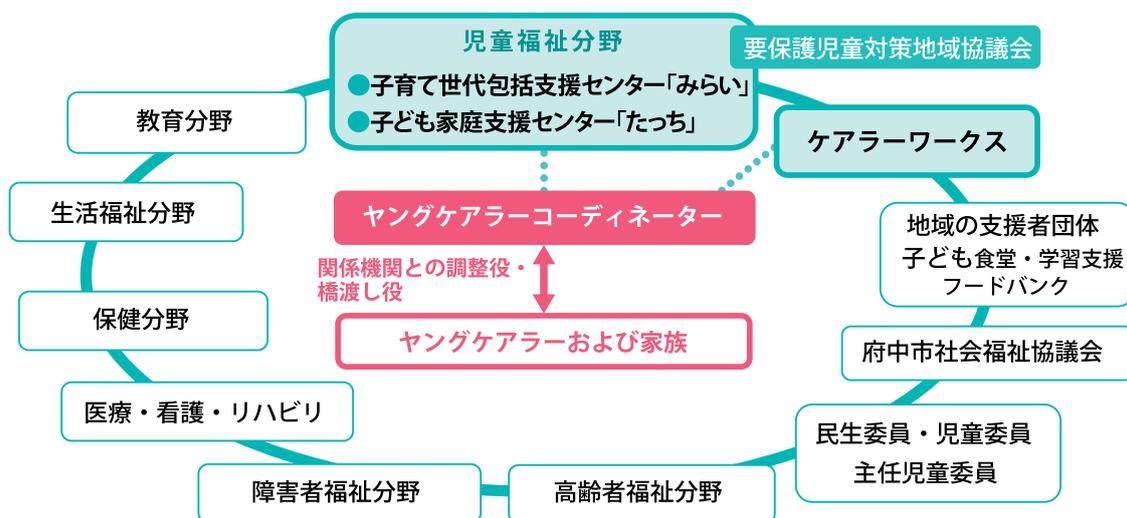
府中市における支援体制

ケアを取り巻く生活課題は、教育や介護、医療、就労、家計など複雑かつ複合化しており、各家庭の状況に応じて、多様な分野の団体・機関の橋渡しを行う調整、情報共有、進行管理が必要となります。

現在、府中市では、子ども家庭支援センター中心モデルにおけるネットワーク体制となっており、令和5年6月1日から子育て世代包括支援センター「みらい」と一般社団法人ケアラーワークスに「ヤングケアラーの相談窓口」を設置し、ヤングケアラーコーディネーターを配置して連携体制を整えています。

また、令和5年度に実施した関係機関向け実態調査において、相談支援の対応の中で、「みらい」「たっち」が連携の中核を担い、多様な分野の機関とのつながりがあることがわかりました。

【相談支援における連携のネットワークイメージ】



ヤングケアラーコーディネーター（YCC）とは

ヤングケアラーと思われる子どもに気づいてから支援へのつなぎにおいて核になる人材です。学校や医療・介護の現場などで、ヤングケアラーと思われる子どもに気づいた場合、特に「把握したが動けない」「どのように対応したらいいかわからない」という状況の時には、YCCに共有・相談をお願いします。個々の状況を伺い、必要な支援方法を検討し、情報提供や助言を行います。

分野を超えた多機関連携の必要性がある場合には、YCCが関係機関との調整役・橋渡し役となり、包括的かつ円滑な支援を提供していきます。



家族のお世話や介護をしている子ども・若者に寄り添って、悩みや困りごと、学業や進路選択・就労についてなど将来の相談に個別で対応いたします。

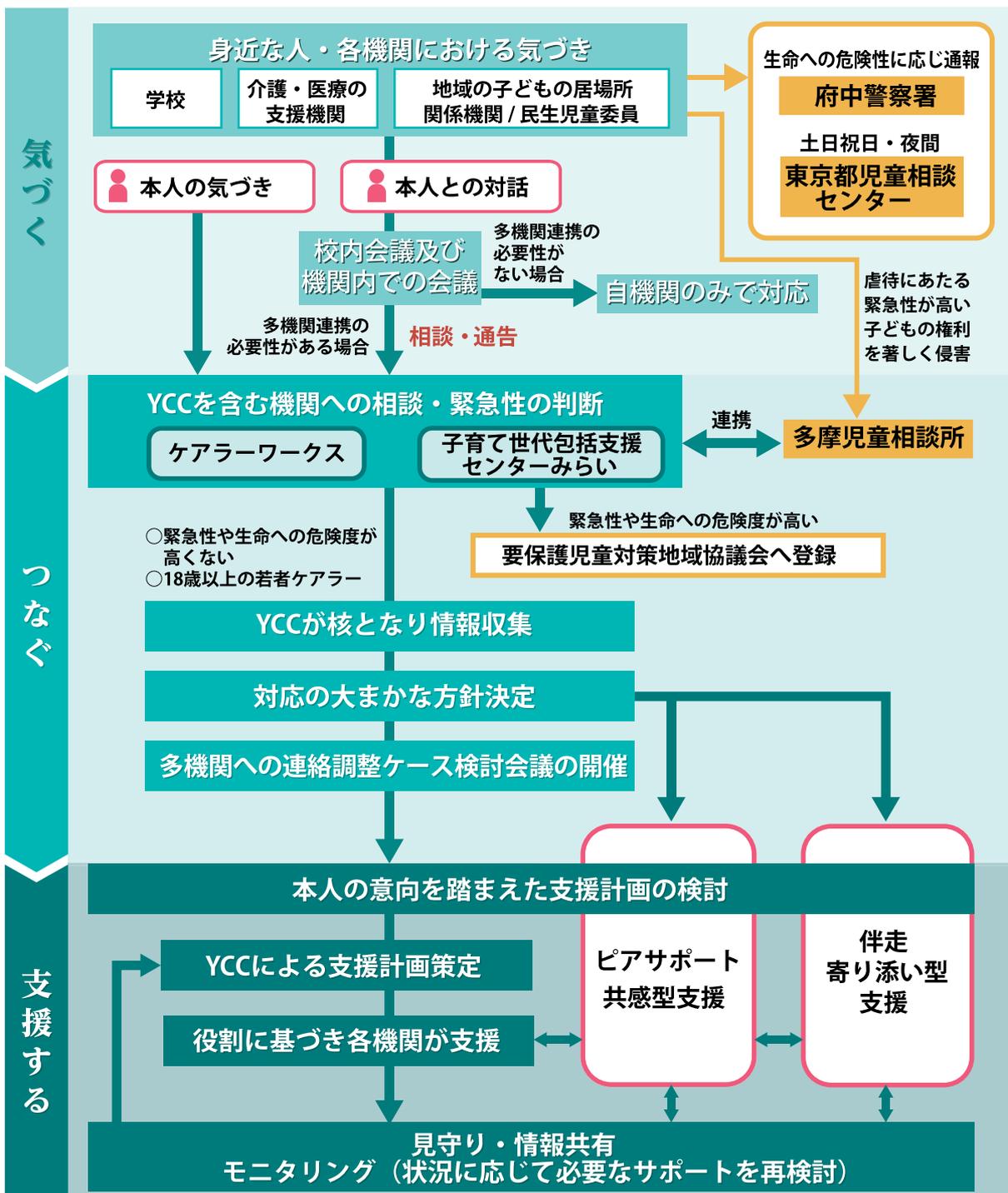
また、関係機関とのネットワークづくり（地域連携）として、情報提供や研修、必要に応じた地域資源の開発などを行います。

1 府中市におけるヤングケアラー支援フロー (気づきから支援の実施までの流れ)

ヤングケアラーの存在に気づいて、その子どもとの対話を重ね、多機関連携の必要性がある場合に、ヤングケアラーコーディネーターにつなぎ、情報収集と関係機関との連携を図りながら、支援を展開していく大まかな流れについては下記の通りです。

次ページからは、気づくための視点、つないだ後の対応や体制、具体的な支援の展開について紹介していきます。

【府中市におけるヤングケアラー支援の流れ】



1) ヤングケアラーに気づくために

ヤングケアラーは家庭内の問題であることから表面化しにくく、またヤングケアラーである子ども本人にもケアを担っている自覚がないことも多いため、周囲がその状況に気づきにくいという特徴があります。いかにしてヤングケアラーの存在に気づくかが大切です。

ヤングケアラーが気づかれにくい、見過ごされやすい理由としては以下のようなことがあります。

ヤングケアラーである子ども自身は、家族のことは家族でないといけない、またケアは自分の役割だと思っていることがあります。そのため子ども自身はその負担に気づきにくいこともあります。

また、子ども自身が障害や病気のある家族のことを周囲に隠していることもあります。家族へのケアについて相談できることを知らない、身近に相談できる人(大人)がいないこともあります。

一方、周囲の大人(支援者)は、そもそも子どもがケアを担っているという考えを持っていないことがあります。家族内にいる大人がケアを担っていると考えがちです。大人の存在に隠れた子どもに気づきにくいことがあります。

このような理由から、ヤングケアラーに気づくためには「ヤングケアラーかもしれない」という意識を持つ必要があります。

2) 支援機関が把握する機会および気づくきっかけ(学校・医療・福祉・介護・地域)

ヤングケアラーに気づくために、子どもたちと毎日関わりを持つ学校や、定期的にケア対象者の支援で関わる機関の役割は重要です。ここでは各支援機関において把握する機会や気づくきっかけなどを例示します。

① 把握する機会とポイント

POINT 学校

学校は、子どもたちが毎日通う公的機関であり、子どもの変化に気づき、見守ることができる重要な機関です。子どもや保護者に対し、ヤングケアラーの理解を促し、困った時(悩みがある時)に、相談しやすい環境を整備することが大切です。そのためには、子どもたち自身が将来を考え、困った時には助けを求めることができるような教育の視点が求められます。

また、相談の相手は、担任だけでなく、管理職、学年の教員、部活動担当、養護教諭、スクールソーシャルワーカーなど、児童生徒が相談しやすい相手を選び、相談できるようにすることも大切です。

加えて、課題を抱える児童生徒がヤングケアラーかもしれないとの視点をもとに、児童生徒や保護者と面談をするなど、ヤングケアラー及びその家族の状況を把握する機会を組織的に持つための工夫が必要です。

POINT 医療・福祉・介護

治療やケア、相談支援や訪問サービス提供などで、家庭に深く関わっている機関の役割は重要です。

ケア対象者だけでなく、子どもの担っているケア内容や心の状態を把握する視点が必要です。

子どもと接する時間を確保するため、支援者の家庭訪問時刻を子どもが在宅している時間帯に設定するなどの工夫も有効です。また、ケア対象者の友人や周辺住民が、世帯の状況を心配し、関わっている機関の専門職に連絡をする場合もあります。第三者である住民からの相談・連絡も、気づききっかけとなる場合がありますので、まずは話を聞くことが大切です。

POINT 地域

子どもが集う地域の施設（児童館、放課後児童クラブ、公民館等）や地域での見守り、子どもの居場所等では、学校以外で子どもと定期的に会う（見かける）機会があります。本人の表情・行動などから、日頃と異なる変化に気づくこと、そして、いつでも話しやすい場にすることが大切です。

② 留意点

ヤングケアラーかもしれないと感じたり、家族のケアをしている様子などから気づいたあとは、その子どもの置かれている状況の把握が必要になります。しかし、本人がヤングケアラーであると自覚していない場合が大半であるため、本人に直接今の状況をどう思っているのか確認をしたいと思っても容易ではありません。

本人が話したいタイミングがありますし、今の状況を言葉でうまく表現できない場合も考えられます。周囲の人が「あなたはヤングケアラーだ」とラベル付けをしてしまうと本人や家族を傷つけてしまうこともあります。本人が「話してもいい」と思う安心や信頼できる人が寄り添うことが大切です。信頼関係づくりについては、23 ページを参照してください。

気づいたあと、本人との対話で悩んでいることを解消できる場合もあると考えられます。うまく状況を聞けなかった場合も含めて、学校内や各機関内の会議等で状況共有や検討をすることも重要になります。

また、必ずしも気づいた機関だけで解決できるものではなく、多くの関係機関が連携し、見守る中で、状況に応じた最善の支援を行うことが求められます。

心配な状態や緊急度が高いために、状況を把握したいが自機関だけでは対応できない場合は、ヤングケアラーコーディネーターにご連絡ください。匿名でも結構です。

ヤングケアラーコーディネーターが調整役となり、既にその子どもと家庭に関わっている他の関係機関、学校、地域における支援活動との連携・協働により支援を行います。

また、連携がスムーズに行えるよう、日頃から支援機関と関係づくりを行うとともに、社会資源（公的支援制度やインフォーマルサービス）を把握しておくことも重要です。

③ 気づきのチェックポイント

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

児童福祉

■子どもがケアをしている様子

- 家庭訪問等の際に、食事づくりや買い物、洗濯などの家事をしている
- 家族の介護・付き添い、きょうだいの世話・送り迎え等をしている姿を見かける
- 日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳をしている
- 家族の感情面のサポートをしている
- 家計を支えるために就職・アルバイトをしている
- 来所相談時や家庭訪問時にそばにいる

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- 疲れている様子や精神的な不安定さがみられる
- 感情の起伏が激しい。または、感情を出さない
- 周囲の人に気を遣いすぎる、しっかりしている
- 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている）
- 自分のことを話したがらない、質問などをすると話をすり替える
- 物や支援をほしがらない
- 家族の顔色をうかがっている
- 不登校である、学校に行っているべき時間に、学校以外で姿をみかけることがある
- 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

■子どもが必要な世話をされていない様子

- 身なりが整っていない
- 食事の世話がされていないようである
- 保護者等が書くべき手続き書類等を、自分で用意しているようである
- 必要な病院に通院・受診できていない、服薬できていないようである

■保護者・家族の様子

- 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる
- 多子世帯 幼い子ども（きょうだい）がいる
- 日本語が母語でない家族がいる
- 疲れている様子や精神的に不安定な様子がみられる
- 仕事や家族の世事に追われていて余裕のない様子である
- 家事等ができないことで、子どもに影響が出ないかを心配している
- 家庭訪問時に家の中が散らかっている
- 手続きの遅れ・漏れ等がある
- 家族の世話について、子どもをあてにしている
- 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない

●気づきのチェックポイント

学 校

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- 元気がなく、表情が乏しい 精神的に不安定である
- 欠席、遅刻、早退が多い 不登校傾向もしくは不登校である
- 部活に入っていない、休みがち、遅刻、早退が多い
- 修学旅行や宿泊行事等を欠席する
- 宿題・課題の提出漏れや遅れがある
- 保健室で過ごしていることが多い
- 授業中の集中力が欠けている 居眠りをしていることが多い
- 学力が低下している
- 単位の取得が滞っている
中退のおそれがある（高校生）
- 持ち物がそろわない
学校で使用するものを用意してもらえない
- 友人関係が希薄、ひとりであることがある
非行等がみられる
- 家族に関する不安や悩みを口にしている
- 年齢に比べ、しっかりしている様子がみられる（精神的成熟度が高い）
- 周囲の人に非常に気をつかう

■子どもが必要な世話をされていない様子

- 極端に痩せてきた（太ってきた）
給食の過食傾向にある
- 生活リズムや身だしなみが整っていない

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

- 保護者等が書くべき手続き書類等を、自分で用意しているようである

■子ども（児童・生徒）がケアをしている様子

- 家族の付き添いや介助をしている、幼いきょうだいの世話や送迎をしていることがある
- 家族の感情面のサポートをしている
- 面談等で通訳をしたり、保護者の代わりに金銭管理をしている
- 生活ノートに家族等のケアをしていることが書かれている
- 生活のために過度なアルバイトをしている
生活のために就職を希望している

■保護者・家族の様子

- 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる
- 多子世帯 幼い子ども（きょうだい）がいる
- 日本語が母語でない家族がいる
- 疲れている様子や精神的に不安定な様子がみられる
- 仕事や家族の世話に追われていて余裕のない様子である
- 家事等ができないことで、子どもに影響が出ないかを心配している
- 家庭訪問時に家の中が散らかっている
- 手続きの遅れ・漏れ等がある
- 家族の世話について、子どもをあてにしている
- 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない

●気づきのチェックポイント

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

生活福祉・高齢者福祉・障害者福祉

■子どもがケアをしている様子

- ケースワーカー、ケアマネジャー、相談支援員等による家庭訪問等の際に、食事づくりや買い物、洗濯などの家事をしている
- 家族の介護・付き添い、きょうだいの世話、送迎等をしている姿を見かける
- 日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳をしている
- 家族の感情面のサポートをしている
- 家計を支えるために就職・アルバイトをしている
- 来所相談時や家庭訪問時に傍にいる

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- 疲れている様子や精神的な不安定さがみられる
- 感情の起伏が激しい。または、感情を出さない
- 周囲の人に気を遣いすぎる、しっかりしている
- 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている）
- 自分のことを話したがらない、質問などをすると話をすり替える
- 物や支援をほしがらない
- 家族の顔色をうかがっている
- 不登校である、学校に行っているべき時間に、学校以外で姿をみかけることがある
- 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

■子どもが必要な世話をされていない様子

- 身なりが整っていない
- 食事の世話がされていないようである
- 保護者等が書くべき手続き書類等を、自分で用意しているようである
- 必要な病院に通院・受診できていない、服薬できていないようである

■保護者・家族の様子

- 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる
- 多子世帯 幼い子ども（きょうだい）がいる
- 経済的に困窮している
- 日本語が母語でない家族がいる
- 疲れている様子や精神的に不安定な様子が見られる
- 仕事や家族の世話に追われていて余裕のない様子である
- 家事等ができないことで、子どもに影響が出ないかを心配している
- 家庭訪問時に家の中が散らかっている
- 手続きの遅れ・漏れ等がある
- 家族の世話について、子どもをあてにしている
- 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない

●気づきのチェックポイント

医療・看護・保健

■子どもがケアをしている様子

- 医師の往診、看護師の訪問看護、保健師の家庭訪問等の際に、食事づくりや洗濯などの家事、家族の介護等をしている姿を見かける
- きょうだいの世話・送り迎え等をしている姿を見かける
- 家庭訪問時に傍にいて病状の説明や要望伝達をする、認知症の家族の見守りを行う、車いすを押す、買い物を手伝う等家族の付き添いをしている
- 通院の同行介助、薬の受け取り、電話でのやり取り、日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳等家族のサポートを担っている
- 病気を悲観する家族や大声を出したり泣き出したりする家族をなだめたり、障害をもつきょうだいを励ますなど、感情面のサポートをしている

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- 疲れている様子や精神的な不安定さがみられる
- 感情の起伏が激しい。または、感情を出さない
- 家族の病状からくる暴言や暴力等のつらい体験にも気丈にふるまい、周囲の人に気を遣いすぎる
- 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている）
- 自分のことを話したがるらない、質問などをすると話をすり替える
- 物や支援をほしがらない
- 家族の顔色をうかがっている

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

- 診察時の様子から、体調不良の背景に家族環境等の要因が推測される
- 遅刻や学校にきちんと行けていない様子がみられる
- 以前はよく子ども同士で交流があったのに、学校行事・部活動・地域の集まり等に参加しなくなった
- 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

■子どもが必要な世話をされていない様子

- 身なりが整っていない
- 食事の世話がされていないようである
- 平均よりも痩せている
- 学校に提出する書類や保育園に通うきょうだいの準備等をするしっかり者である
- 役所等とのやり取りをし、書類の提出等を行っている

■保護者・家族の様子

- 家庭訪問時に家の中や子ども部屋が散らかっている、着られなくなった服なども放置されている
- 手続きの遅れ・漏れ等がある
- 家族の世話について、子どもをあてにしている
- 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない
- 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない

●気づきのチェックポイント

参考：東京都ヤングケアラー支援マニュアル

地 域

ピアサポート・民間支援団体・非営利団体・NPO法人、
子ども食堂・学習支援等民間支援団体、民生児童委員、
児童館、学童クラブ、保育所、町内会、企業等

■子どもがケアをしている様子

- 車いすを押したり、買い物を手伝ったり、
家族の介護や付き添い、きょうだいの世話・送迎等をしている姿を見かける
- 日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族
等の通訳をしている
- 大声を出したり泣き出したりする家族をな
だめたり、感情面のサポートをしていると
ころをみかける
- 家計を支えるために就職・アルバイトをし
ている

■ケアによる影響と思われる子どもの様子

- 疲れている様子や精神的な不安定さがみ
られる

- 以前はよく子ども同士で交流があったの
に、学校行事・部活動・地域の集まり等
に参加しなくなった、児童館に来なくな
った

- 学校に行っているべき時間に、学校以外
で姿を見かけることがある
- 遅刻や学校にきちんと行けていない様子
がみられる

■子どもが必要な世話をされていない様子

- 身なりが整っていない
- 食事の世話がされていないようである
- 学校に提出する書類や保育園に通うきょうだ
いの準備等をするしっかり者である
- 役所等とのやり取りをし、書類の提出等を行
っている

■保護者・家族の様子

- 家庭訪問時に家の中が散らかっている

2 府中市におけるヤングケアラーの相談体制

令和5年6月に「ヤングケアラー相談窓口」を開設し、ヤングケアラーコーディネーター（YCC）を「子育て世代包括支援センターみらい」と「ケアラーワークス」に配置しました。市とケアラーワークスそれぞれの特徴を活かした連携が図れる相談体制を目指しています。

1) 子育て世代包括支援センター「みらい」の特徴

18歳までの子どもとその家族を対象とした、子どもや家庭についての総合相談窓口です。相談内容に応じて、適切な支援につなげます。関係機関からの相談にも対応しています。

【電話】 042-319-0072 〈平日〉 8:30～18:00(祝日除く)

【住所】 府中市宮町1-41 フォーリス3階



「みらい」では「子どもと家庭の総合相談」として、電話や面談、訪問等による相談を行っています。基本的には地区担当の相談員が子どもや家族のお話を伺います。

市のYCCは地区担当相談員を兼務し、**要保護児童対策地域協議会（以下、要対協）の仕組み**も活かした関係機関連携を行っています。

令和5年度から開始した「自治体モデル事業」を推進する中で、ヤングケアラーに関する周知啓発、研修、イベントでのつながり等を通じて、ヤングケアラー自身の気持ちや家族全体のタイミングに寄り添う支援ができるよう心がけています。

また、児童虐待や不適切な養育が疑われる場合には「みらい」が中心となって、状況の解決ができるよう対応や調整を行います。



(参考)みらいの成り立ち

平成8年	<ul style="list-style-type: none"> ●子ども家庭支援センター「しらとり」開設 ●トワイライトステイ事業やショートステイ事業等
平成17年	<ul style="list-style-type: none"> ●子ども家庭支援センター「たち」開設 ●子どもと家庭の総合相談、ひろば事業、リフレッシュ保育、ファミリーサポート事業等
平成30年4月	<ul style="list-style-type: none"> ●「子育て世代包括支援センター事業」を開始
令和4年7月	<ul style="list-style-type: none"> ●子育て世代包括支援センター「みらい」を整備し、「たち」の総合相談事業の一部と児童虐待対策事業及び全母子保健事業を統合し、母子保健と児童福祉の両分野が同一部署で一体的に相談支援を行う体制へ
令和5年4月	<ul style="list-style-type: none"> ●児童福祉法改正により設置が努力義務化されたこども家庭センターとして「みらい」を位置づける

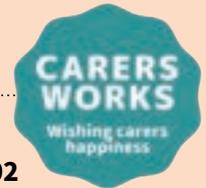
2) ケアラークラスの特徴

ケアラー支援の専門家やケアラーの経験があるピアスタッフがおり、公式LINEでの情報発信や相談も受けています。お気軽にご連絡ください。



【電話】 042-309-5130 〈平日〉 10:00~17:00(祝日除く)

【メール】 info@carers.works 【住所】 府中市西宮町4-13-4 とりときハウス302



ケアラーワークスは、ヤングケアラー・若者ケアラーを中心に、交流や勉強会・講座などを通して、社会的な課題に取り組み、支えあいができるコミュニティづくりを目指しています。SNSを活用した相談体制、ヤングケアラー・若者ケアラーへの相談支援、ピアサポートによる緩やかにつながる機会を提供しています。

沿革としては、2012年より若年性認知症の親と向き合う子ども世代のつどい「まりねっこ」の活動を開始し、定期的に20代・30代を中心としたケアラーの交流会を実施してきました。全国に若年認知症の親と向き合う子ども世代とのネットワークを持っています。また、合わせて認知症のみならず、高次脳機能障害やうつ病などの精神疾患のある親やきょうだい、パートナーをケアしている方とのつながりも広がってきました。

ヤングケアラーやケアラーに関する政策課題の高まりも後押しになり、ケアラー支援事業を展開すべく、2022年2月22日に一般社団法人を設立しました。「Wishing carers happiness ケアする人の幸せを願って」を合言葉に、府中市を拠点にして活動を展開しています。府中市市民活動センタープラッツの市民活動登録団体です。

2022年度からは、東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業を申請し、公式LINEを活用したSNS相談窓口「けあバナ」を開設しました。2025年現在で、登録者は都内最大300名を超えています。こども家庭庁や東京都のヤングケアラー施策にも協力をしています。



／ スクールソーシャルワーカーによる支援の特徴と役割 ／

スクールソーシャルワーカー（SSW）は、児童・生徒が抱える日常生活上の悩みをはじめ、不登校等、学校だけでは対応が難しい課題に対し「社会福祉の専門家」として支援を行います。

SSWの支援の特徴は「個人と環境の双方に働きかける」という点です。児童・生徒の思いや考えを大切にしながら、児童・生徒が本来持っている力を信じ、引き出すことで、悩みや課題に感じていることに向き合えるよう関わります。また児童・生徒を取り巻く環境、とりわけ、保護者等との対話を行っていきます。地域には、子育て世代包括支援センター「みらい」、児童相談所、医療機関等の関係機関が多数あります。SSWはそれらの関係機関と学校との仲介者となり、調整・連携を図りながら課題の改善・解決を支援します。

このようなSSWの役割は、個々の課題を解決するだけでなく、児童・生徒や学校、関係機関が持つ力を活かし、誰もが安心して生活できる社会を作ることにもつながります。

スクールソーシャルワーカーに相談を希望される場合は、在籍校を通して教育センターへご連絡ください。

参考：府中市教育委員会ホームページ、スクールソーシャルワーカー

3 ヤングケアラーとの信頼関係づくり

1) 信頼関係づくりのために

「ヤングケアラーに気づくために」(14 ページ) のとおり、子どもは自分自身がヤングケアラーであることを自覚していないことが多く、また、自らがケアを担っていることを話したり、相談したりできることを知らないかもしれません。さらには、ケアを担っていることを話したくない、隠したいと思っているかもしれません。

そうした中でヤングケアラーが抱える悩みや、今後どうしていきたいのかを聴くには、ヤングケアラーに関わる支援機関などが、子どもが安心して話ができる「信頼できる大人」になることが必要となります。また、ヤングケアラーへの支援には家族全体に対する支援が必要であることから、ヤングケアラーの家族との信頼関係も欠かせません。

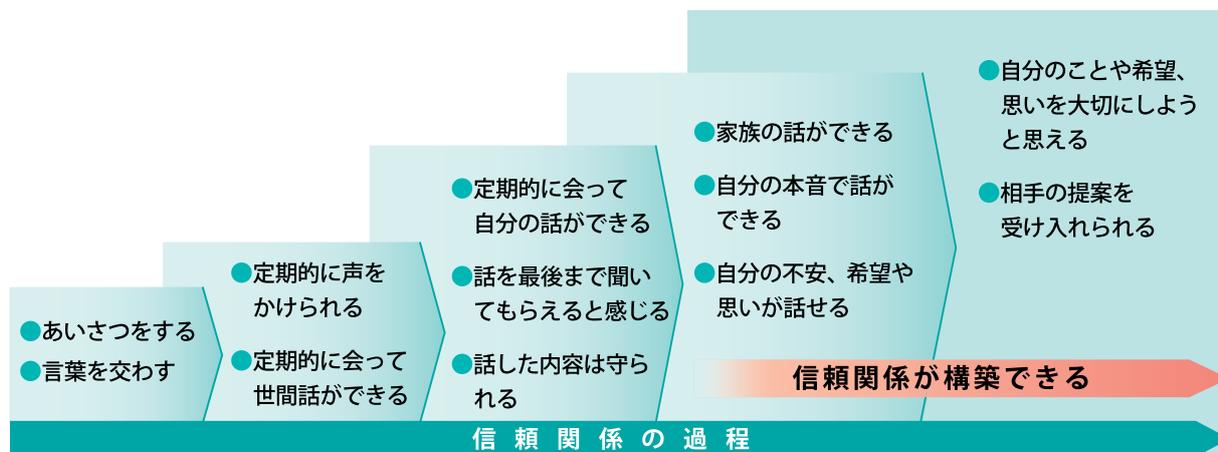
この「信頼できる大人」をキーパーソンとして、ヤングケアラーとその家族をさまざまな支援につないでいくこととなります。「信頼できる大人」は多ければ多いほどよく、支援機関に限らず、親戚や近隣の方も含め、さまざまな人々がなり得るものです。

2) 信頼関係を築く過程

ヤングケアラーとの信頼関係は、安全に話すことができ、受け入れてくれる存在、安心できる相手であるとヤングケアラーに認識され、関わり続ける過程の中で構築されます。

無理に家のことや本人の気持ちを聞き出そうとせず、挨拶や定期的に声をかけていくことから始めることをおすすめします。そして、日常の世間話ができるようになってきて、本人に気遣った声かけ、例えば、「毎日暑いね」「最近はどうな遊びをしているの」「忙しそうだけど、眠れてる」など、あなたのことを気にしているよという思いを込めてメッセージを発し続けていきましょう。

【信頼構築の過程】



参考：埼玉県ヤングケアラー支援スタートブック



信頼関係の構築に向けたヒント

- 定期的に会って、何気ない会話を重ねる。
- ヤングケアラーのケアに対する想いは多様と認識する。
- ヤングケアラーが担っている役割やケアを否定しない。
- 大人側の価値観で褒めない。押し付けない。
- 知られたくないと考えている場合は、本人の気持ちをくみ取る。
- 時間をとって、じっくり話を聴く。根気強く話を聴く。
- 口を挟まず、最後まで話を聴く。
- 知り得たことは他の人に（家族にも）話さない。話すときは本人に確認する。
- 信頼関係ができるまでは、すぐにアドバイスをしない。
（アドバイスが、本人にとっては「注意」と捉えられる可能性がある）
- いつでも、どんなことでも相談して良いと伝え続ける。
（これからも、継続して理解者・支援者であることを伝える）

参考：埼玉県ヤングケアラー支援スタートブック



コラム

【 ケアとは生きるを支えること 】

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 スピーカーズバンク
令和6年度 府中市ヤングケアラーネットワーク会議委員 友田 智佳恵さん

私のケアの始まりは12歳の時でした。母が突然くも膜下出血を発症し、緊急手術を受けました。その後母には、右片麻痺という身体障害と高次脳機能障害という脳障害が残りました。母の面会が許可されると、放課後にバスに乗って洗濯物や日用品を届けに行きました。これがケアの始まりだと思います。数か月の入院とリハビリを経て母は退院し、自宅での生活が始まりました。ここから私たち家族は母のケアを本格的に担うことになり、私たちの暮らしは大きく変化しました。

ケアをする中で母のことを「子どもみたいに なっちゃったな。私がお母さんになったみたいだ。」と感じていました。母の前にご飯を出せば、こぼしながらも食べることはできる。でも買い物に行くことや、料理をすることはできません。お風呂に連れて行けば体を洗うことはできる。でも私たちが声をかけなければ、自分からお風呂に入ることはないし、入浴の必要性も

わからない。私たちがいつも母の行動のきっかけをつくっていました。

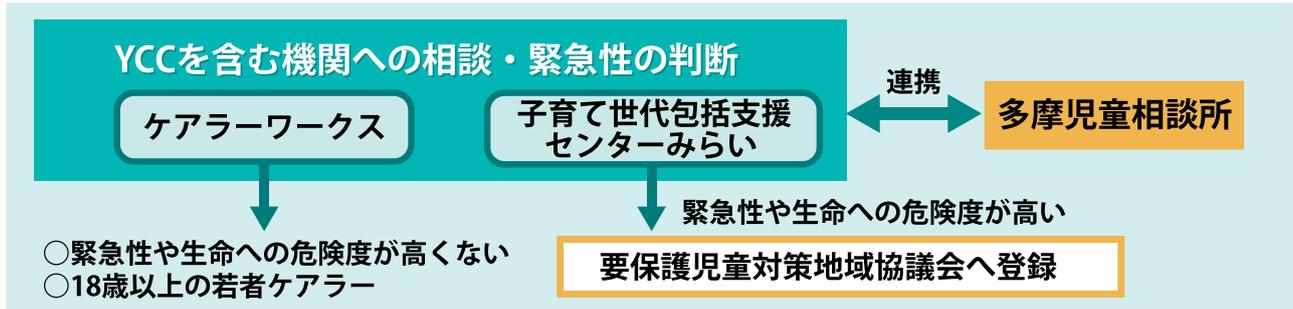
当時はそんな状況を誰かに打ち明けることはありませんでした。障害を差別されるんじゃないかという恐怖、普通でいたいという気持ち、家族も頑張っているのに自分だけ弱音を吐けないとも思っていました。もし誰かに打ち明けることが出来ていたら、私の人生は大きく変わっていたかもしれないな、と感じます。

私たちが担っていたケアは身体的介助や、脳障害へのサポートだけでなく、母が人として良い状態で毎日を過ごせるようサポートしていたと思います。「ケア」とは「生きる」を支えることだと思います。誰かの「生きる」を支える子どもたちやそのご家族が、ケアを担いながらも自分のことも大切にできるように、「ケア」への理解が深まり、気負わずともケアの話ができる社会になることを願っています。

4 具体的な支援の展開・留意点

1) ヤングケアラーコーディネーター（YCC）を含む機関への相談・緊急性の判断

ケアラーワークスおよび「みらい」では、関係機関や地域の支援者団体や住民等から連絡があった場合、その情報をもとに、まずは緊急性がないかの判断を行います。



児童虐待や不適切な養育が疑われる場合には、「みらい」が中心となって、状況の解決ができるよう対応や他機関調整を行います。

緊急を要しない場合でも、ヤングケアラーとその家族と対話する中で信頼関係を築きながら、できる支援を提示し、選択してもらうための継続した関わりが必要となります。

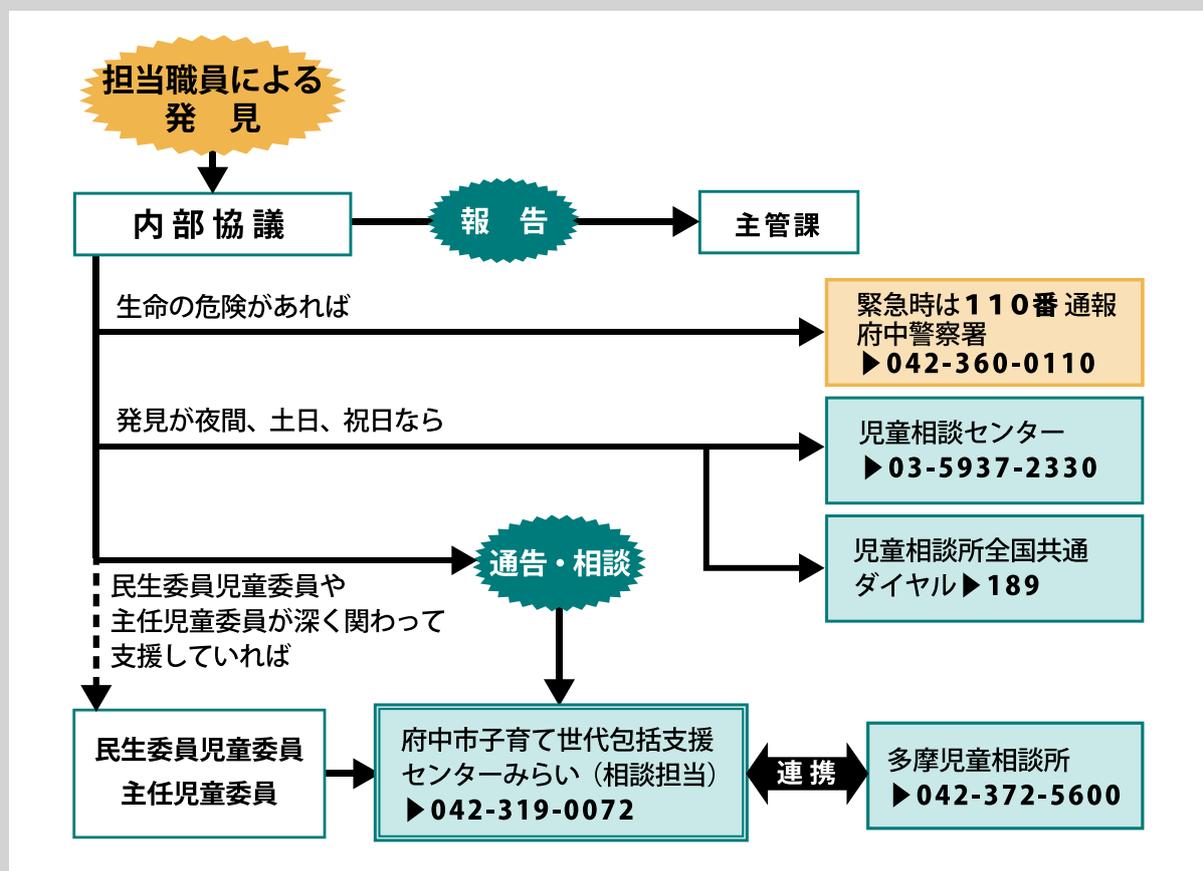
その場合は、ヤングケアラーコーディネーターが中心となり、本人や家族とつながり続ける中で、関係機関との連携や家族の見守り体制の確認、支援につなぐタイミング等を検討していきます。

18歳以上の若者ケアラーについては、ケアラーワークスが中心となって相談支援を行います。

状況に応じて、他機関の調整をします。本人の同意が得られない場合は、社会福祉法に基づく支援会議、生活困窮者自立支援法に基づく支援会議の会議を活用して対応を行います。

【児童虐待（疑いを含む）の場合の通告】

- 児童虐待については、子ども本人や虐待を行っている保護者からの相談と、近隣等個人や関係機関等からの通告によるものがあります。**通告とは、虐待を受けたと思われる児童を発見した場合に、その内容を連絡することです。**
- 府中市の場合、児童虐待に関する相談と通告窓口は「みらい」となります。「虐待ではなかったらどうしよう」「心配だけど、通告者が自分だとわかってしまったらどうしよう」という気持ちがあるかもしれませんが、通告は虐待の疑われる段階で行っていただいて構いません（児童虐待防止法第6条）。また、通告者の匿名性は守られます（児童虐待防止法第7条）。
- 児童虐待の場合は、個人情報の守秘義務のある機関が通告しても罰せられることはありません（児童虐待防止法第5条、第6条）。相談や通告によって得られた情報は守秘義務が課せられており、「みらい」の設置する要保護児童対策地域協議会の職務の中で扱われ、正当な理由なく知り得た情報を漏らすことはありません（児童福祉法第25条の5）。
- 相談や通告は、虐待を受けている子どもを守ること、子どもだけではなく、保護者が適切な援助につながることで、虐待の再発が防がれること等への大切な一歩となります。個人や関係機関のみで抱えず、適切な連携のもと、子ども本人や家族とともに、改善できる環境を考えていく必要があります。
- なお、土日祝日や夜間の通告は、東京都児童相談所虐待対応ダイヤル「189」（いちはやく）、生命の危険がある場合は警察署が窓口となります。



2) ヤングケアラーコーディネーター (YCC) が核となり情報収集

●支援にあたってのアセスメント(課題整理)

ヤングケアラーがどのようなケアをしているのか、また、家族の生活状況、本人の意向や支援の必要性等を把握し、支援策を検討するために、主に以下の内容を把握し、課題を整理します。

主なアセスメント項目

- ヤングケアラーが担っているケアの状況
- 子どもの状況・権利が侵害されている(可能性を含む)状況(生活、健康)
- 家族、親族、ケアを要する人の状況(生活、疾患、障害等)
- 生活環境、経済状況
- すでに支援を受けている場合は、支援の状況(インフォーマルサービスを含む)
- 子ども及び家族の認識、意向(どうしたいかの希望)

アセスメントにあたっては、アセスメントシートを活用することも有効です。
巻末(56ページ)に、アセスメントシートを掲載しています。

情報収集を行う中で、ケア負担の軽減など課題解決を優先する対応(課題解決型支援)もあれば、ピアサポートとのつながりの中で、子どもの気持ちに共感して、心理的な支援をしていくこと(共感型支援)や、子ども食堂や学習支援などの地域の支援拠点で出会う人が伴走や寄り添って支援をしていく方法(伴走寄り添い型支援)も考えられます。

3) ケース検討会議及び情報共有の場

YCCは、連携が必要な多様な機関を招集し、情報共有及び支援方策の検討をするため、ケース検討会議を開催します。

ケース検討会議を通じて、関係する支援機関からの視点や意見が加わり、その子どもと家庭の全体のアセスメントを協働して行うことにもつながります。

既存の会議体で情報共有をする場合は、その会議体の流れに基づいて実施します。

例えば、学校における校内会議、介護保険制度に基づく地域ケア会議やサービス担当者会議があります。こういった既存の会議体に、必要に応じてYCCが助言者として出席することも可能です。

【情報共有における留意点(本人同意の有無)】

- 関係機関との個人情報の共有には、原則としてヤングケアラー及びその家族から同意を得ることが必要となります。また、同意を得た場合でも、その都度、どこまでの情報を誰に伝えるか説明し、伝えておくことが信頼関係づくりにつながります。
- 本人から同意が得られない場合は、児童福祉法に基づく要保護児童対策地域協議会、社会福祉法に基づく支援会議、生活困窮者自立支援法に基づく支援会議の会議を活用することが可能です。各会議体の構成員は、守秘義務がかけられているため、関係機関との情報交換が可能となります。

- 情報共有には、受け取る側にも責任が生じるため、関係者なら誰でも共有できるものではありません。受け取る側には、情報リテラシー（情報を適切に理解し、活用する力）が求められます。そのため、情報共有する相手を知り、考えが通じる関係性を築くことが必要です。

4) 支援計画の検討

アセスメント結果を踏まえ、ケース検討会議において、課題解決の方向性や支援内容を検討します。また、すでにサービスを提供している各機関や担当者は、それぞれの所掌範囲から少し視野を広げ、それぞれの立場の中でできることは何かを考えることも大切です。

YCCは、支援計画を策定します。支援目標・計画の設定期間、進行管理の方法など（誰が、何を、いつまでに）を明確にし、関係者と共有する必要があります。支援内容は、家事や身体介護の負担軽減、心理的支援、送迎や外出同行の負担軽減、家計支援、通訳者の派遣など多岐に渡ります。

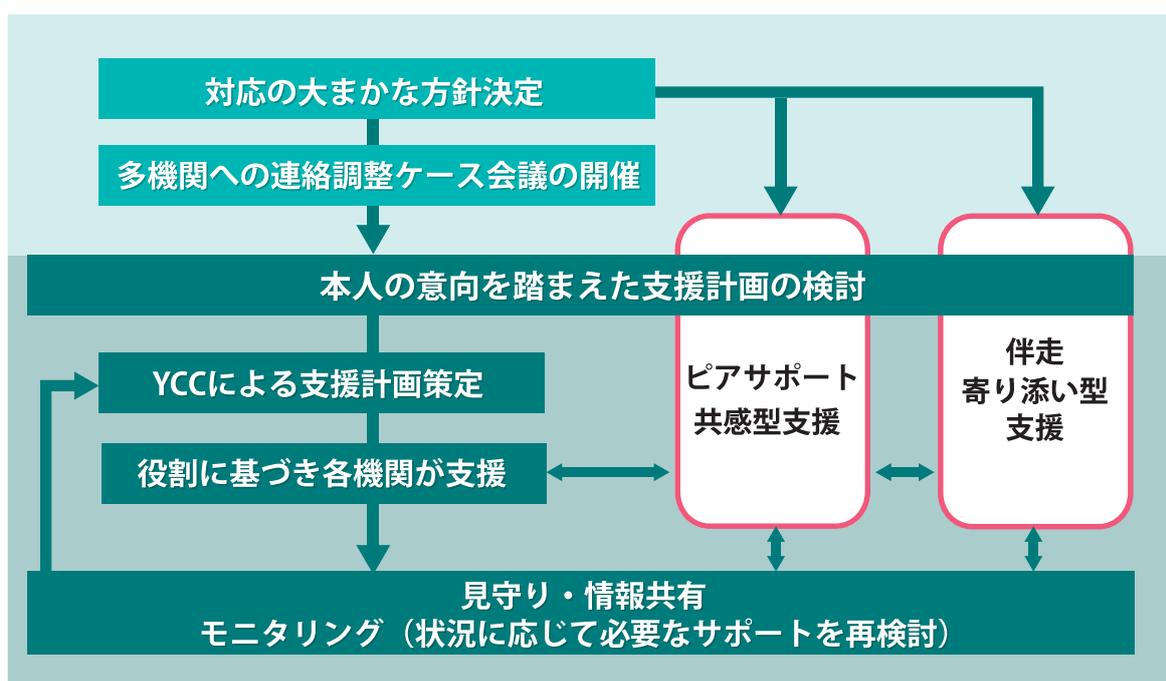
支援計画の策定にあたっては、本人の意向が尊重されていることが重要です。本人・家族を含めて合意のもと、計画や役割に基づいて支援を展開していきます。

5) 役割に基づき各機関が支援とモニタリング

子どもと家庭の全体を支えていくために、支援計画の役割に基づいて、各機関が支援やサービス提供を行っていきます。課題が改善していく過程を確認し、うまくいかなかった場合も含めて、モニタリングを行います。

そして、状況に応じて必要なサポートを再検討や再調整を行います。YCCは、適宜情報収集を行い、多機関と共に相談しながら支援計画を策定し、支援を提供していきます。

また、課題解決型の支援のみならず、共感型支援や伴走寄り添い型支援においても、各関係機関が情報共有を行いながら対応していくことが大切になります。



支援の終結については、課題が解決すればひとまず終了となります。行政における要保護児童対策地域協議会の登録は解除して終了になると考えます。

しかし、課題は解決してもケアは継続するため、ヤングケアラーがいつでも相談ができ、頼ることができる人とのつながりは、絶やさないことが重要になります。困っていることがない状況であっても、ヤングケアラーの気持ちを理解し、話を聴いてくれる存在や、困ったときにいつでも相談に乗ってもらえる環境こそが、ヤングケアラーの安心につながると考えます。

ヤングケアラー・ケアラーに寄り添う相談窓口やピアサポート、そして、地域の子どもや家庭を見守る支援拠点は、府中市民にとって当たり前の社会資源として存在していることが望ましいです。

コラム

【ピアの力、ピアサポートの可能性】

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

ピアサポートとは、ピア（仲間、対等）のサポート（支えあい）のことを言います。似たような経験をしている人同士が対等に支えあう営みはとても重要だと考えています。

ヤングケアラー・若者ケアラーの抱く悩みは多様です。一例として、病気によって変化していく家族の姿を受け止める辛さ、家庭内の役割変化に対する戸惑いや葛藤、経済的な課題、学業や仕事や子育てとケアの両立、進路や就職や結婚などの人生の選択への影響などがあります。

これらの悩みは同世代のケアをしていない友人には、共有しにくい性質もあります。さらに、このような悩みに対して支援者や専門職からの助言や提案よりも、ピアの立場からの助言や提案は、同様の悩みに向き合った経験のある同志のような存在として共感や納得しやすい場合があります。これがピアの力です。

ケアラーワークスは、2012年から若年認知症の親と向き合う子ども世代のつどいを実施

してきました。20代、30代のケアラーが集まり、親のことや自分のこと、それぞれの経験や状況を語ることで、自分の気持ちや考えを整理したり、振り返ったりしています。現在は、ヤングケアラーに向けて公式LINEアカウント「けあバナ」というピアサポーターとチャットで悩みや気持ちを話せる場を運営しています。また、「YoungCarer's サークル」を立ち上げ、ピザやたこ焼きなどを食べながら交流し、スポーツをしてリフレッシュする活動をしています。

ケアで悩んだり困ったりしたら、医療や介護保険制度など公的なサポートもあれば、親戚や職場の人など私的なサポートもありますが、その中でもピアサポートの可能性は無限大にあると感じています。ひとりじゃないと思えること、寄り添ってくれる人との出会いは、一歩前に踏み出すための足元を照らしてくれる光になると信じています。

4

社会資源について

1 府中市の社会資源

ヤングケアラー本人や家族が抱える課題や、置かれた状況は複雑かつ多様であり、求められる支援もさまざまです。そのため、必ずしも一つの機関で対応し解決を図るものではありません。

ヤングケアラー及びその家族が利用する介護保険や障害福祉等の公的支援制度とともに、子ども食堂や学習支援教室、ピアサポート、ボランティアによる見守りなど、インフォーマルサービスを組み合わせて、いかにして地域全体で支援できるかという視点が重要です。地域のさまざまな支援は、制度の狭間への対応や見守り、寄り添いなどきめこまやかな支援が期待できます。

府中市内における主な支援機関

府中市にあるさまざまな社会資源とその役割について、分野ごとに紹介します。



子ども・家庭

子育て世代包括支援センター「みらい」	子育てや家庭に関するさまざまな相談に応じ、支援を行う。母子手帳の交付、乳幼児の各種健診を行う。児童虐待に関する通告・相談を受付ける。
子ども家庭支援センター「たち」	18歳未満の子どもがいる家庭の子育て相談や子ども自身からの相談など、子どもと家庭に関するあらゆる相談に応じるほか、子育て支援サービスに関する情報提供などを行う。育児の手助けをしてほしい方としてたい方が支え合うファミリー・サポート・センター事業を行う。
児童相談所	原則18歳未満の子どもに関する相談や通告を受付け、必要に応じて一時保護や施設入所等の措置を行う。里親制度の推進や愛の手帳の手続等も行う。
一般社団法人ケアラーワークス	ヤングケアラー・若者ケアラーを中心に、相談支援、普及啓発、ピアサポート活動、研究調査等を行う。
保育所・保育園	保護者の就労や傷病などのため、乳児や幼児を預かり、保育を行うことを目的とする。市内には、市立保育所が11ヶ所、私立保育園が48ヶ所ある。
児童館（文化センター）	地域において、サークル活動や運動、工作等、児童に健全な遊びの機会を提供し、健康増進、豊かな心を育むことを目的とする。
学童クラブ	保護者が就労などのため、日中家庭にいない小学生を放課後に預かり、集団生活を通して、児童の健全な成長と家庭を支援する。

けやきッズ (放課後子ども教室)	市内在住の小学生が、放課後や学校の長期休業期間中に、安全に過ごすことのできる自主的な遊びの場を提供。市立小学校全校で実施している。
子ども食堂	子どもが一人でも利用できる、無料または低額の食堂。地域住民の自主的・自発的な取り組みによって運営されており、食堂ごとに特色がある。子どもたちに栄養バランスのとれた食事や、多様な人たちと交流できる場を提供している。
Posse	中学・高校生が、勉強や読書、大学生スタッフとおしゃべりなどをしながら自由に過ごせる、家でも学校でもない第3の「学びの場」を作っている。
子どもの学習の場	小・中学生を対象に、無料または低額で市内の会場にて学習支援(学習室)を実施する。市内には「府中てらこや連絡会」などがある。(36・37ページ「府中市内社会資源マップ」を参照)

コラム

【 子どもの心のゆらぎを受け止める環境の大切さ 】

こどもの居場所作り@府中 代表

令和5・6年度 府中市ヤングケアラーネットワーク会議委員 南澤 かおりさん

2016年度から毎月開いてきたこどもの居場所作り@府中の子ども食堂は、2020年コロナウイルス感染拡大で中止を余儀なくされましたが、給食がなくなり困っている声を受けフードパントリーを企画、主にひとり親家庭を対象に食材を配布してきました。2020年度7月からは会食形式の子ども食堂を再開、現在は2ヶ月に1回のフードパントリーを継続しています。また週に1回パンを安く購入し、配布する活動も行っています。

子ども食堂はボランティアが手作りの食事を提供し人々が交流する場でもあり、企業や市民からの寄付もある、地域全体が関わる場となっています。長く通う子どもたちは親が来なくても参加するようになり、子どもたちが心の揺らぎを出す時も、ボランティア複数名の視点から受け止められる環境があります。

親の側をみると、自身の困りごとを整理して伝えられる人は少ないですが、食事を通じて話し、それを受け止められることで元気になる人もいます。相談しない人は困っていないわけではありません。まず自分の中に湧いてきた言葉を話し、受け止められ、フィードバックされる過程が大事です。

子ども食堂に来る人たちは場に参加することで人間関係が築かれ、語りが増えていくように感じます。「つらすぎて明日のことなんて考えられない」と言っていた人も、長く通うことで言葉を出せるようになりました。

孤独や不安の後ろにはさまざまな、重なり合った課題があるため、複数の人たちによる視点、そして支援が必要です。また、子ども食堂につないでくれる人との関係性が大切だと感じています。市から紹介されて来た家庭もあり、家庭丸ごとを複数の点がつながり支えていくようなネットワークが大切だと感じています。



子どもたち、子ども食堂スタッフ、モランボンさんと一緒に餃子作り

コラム

【 中高生が安心してありのままの自分でいられるように 】

一般社団法人 Youth Action for Fuchu Co-study space "Posse" 事業代表
令和6年度 府中市ヤングケアラーネットワーク会議委員 大谷 恭平さん

Co-study space "Posse" (以下 Posse) ※は中高生のための「家でも学校でもない第3の居場所」です(2020年設立)。友達同士で遊ぶ、1人でゆっくり過ごす、スタッフとおしゃべりするなど、自由に過ごすことができます(週2日開館し、中高生は1日100円で過ごすことができます)。ゲーム大会などイベントも開催しています。

Posse が大切にしている価値観は、“居場所”、“関係性”、“学び”です。中高生が安心してありのままの自分でいられ、ふらっと来て自分のモヤモヤを話していけるような場所であること、スタッフの学生や地域の大人等とのナナメの関係性を築くことにより、中高生にとってのロールモデルを提供することを目指しています。また、中高生がさまざまな情報や価値観に触れ、自らの選択肢や可能性を広げていくことにも目指して取り組んでいます。

時には学校生活や人間関係等の悩みについて話す子もいます。中高生がスタッフたちと話し合い、対

処方法を一緒に考えることもあります。このように、中高生との関係を築いた上で子どもが気軽に話せるような場としても Posse は機能しています。

ただ、中高生には保護者の許可が必要なことも多く、子どもの行動には制約があります。また Posse のスタッフは学生であり、できることには限りがあります。そのため、悩みや課題を抱える子どもについて連携し、対応が難しい場合にもどうしたらよいか具体的に相談できる先が必要と考えています。



日頃のPosseの様子

※) 令和7年度より「Co-manabi space "Posse"」に施設名を変更

教育

府中市教育委員会	公立学校その他の教育機関、教職員、児童・生徒、社会教育、文化、スポーツ等に関する事務等を担当する。
学校	学校教育法に定められている教育機関。市立小学校が22校、市立中学校が11校ある。
特別支援学級	知的障害のある児童・生徒に対し、障害による学習上又は生活上の困難を克服するための教育を行う。公立小学校6校、公立中学校3校に設置されている。
学びの多様化学校「かがやき」	不登校生徒の状況に応じた特別なカリキュラムを編成し、多様で適切な教育機会を確保する。
幼稚園	学校教育法に定められている教育機関。園それぞれの教育方針にもとづき運営している。
スクールソーシャルワーカー	社会福祉に関する専門性を活かし、児童・生徒の日常生活の悩み、不登校などに対し、家庭や学校、関係機関等と調整・連携しながら環境への働きかけ等を行う。
スクールカウンセラー	臨床心理に関する専門性を活かし、学校で児童・生徒や保護者、教職員の相談に応じる。



生活困窮

府中市生活福祉課

生活保護受給の相談・申請、要保護世帯への給付を行う。生活困窮者の経済的自立を目指す。暮らしや仕事の困りごとに関する相談を受け、必要な支援を行う。経済的支援、就労支援、子どもへの学習支援等を行っている。



医療・保健

多摩府中保健所

地域住民の健康保持増進のため、また、地域における健康危機管理の拠点として、危機発生時の情報収集・提供、感染症予防・精神保健などの保健対策、食品衛生・環境衛生・医事・薬事の監視業務等多岐に渡る業務を行う。

病院・診療所

医療の提供（入院・往診含む）、訪問看護等を行う。

訪問看護ステーション

看護師等が病気や障害をもつ方の生活を支えるために自宅を訪問し、健康状態の悪化防止や回復に向けて、療養生活上の相談とアドバイス、医療処置、服薬管理等を行う。

訪問リハビリステーション

理学療法士や作業療法士等が自宅を訪問し、心身の機能維持・回復、日常生活の自立と社会参加を目的としてリハビリテーションを行う。



障害児・者

府中市障害者福祉課

障害のある方に関する福祉の総合窓口。障害福祉サービスの調整、障害者手帳の交付、補装具・手当の給付、医療助成などを行う。

特定相談支援事業所 (障害児相談支援事業所)

障害福祉サービスの利用や生活上の相談に応じ、情報提供や助言等を行ったり、サービス等利用計画を作成したりする。

障害福祉サービス 提供事業所

障害のある方が地域で安心して暮らせるように、入浴や食事等の日常生活上の介護、就労支援、児童への発達支援など、障害特性に合わせたサービスの提供を行う。

子ども発達支援センター 「はばたき」

子どもやその家族等からの相談を広く受付けるほか、発達相談や教育相談等、相談内容に応じて各種相談や必要な支援につなげる。

放課後等デイサービス

18歳未満の就学する障害児を対象とし、放課後または休日に、生活能力向上の訓練や社会との交流の促進等を行う。



外国ルーツ（多文化共生）

府中市多文化共生 センターDIVE

府中市に暮らす外国人と日本人の多文化共生をすすめる拠点として、外国人住民の困りごとや相談に対応し、外国につながる子どもの学習支援、交流の場の開催、情報発信等を行う。

コラム

【 外国につながる子どもとのかわり 】

府中市多文化共生センター DIVE 職員

令和6年度 府中市ヤングケアラーネットワーク会議委員 宮武 茜さん

「Unknown」。数週間前まで連絡を取ることができていた LINE の名が消えました。やり取りをさかのぼると、子育て給付金、奨学金の申し込み、教材費の振り込み方、保険証再発行の仕方、税金の書類の質問……難しい内容ですが、ひらがなが多いやり取りが続いています。数年前に来日した中学3年の女の子は、仕事で忙しく日本語があまり上手ではない両親に代わって、DIVE のサポートを受けながらさまざまな手続きをしていました。

彼女との出会いは、子育て世代包括支援センターからの「日本語指導が必要な子どもがいます」という連絡がきっかけです。DIVE では、市内の外国につながる子供たちが日本語学習支援を受けられるよう、支援団体と連携しています。

「国語と社会の授業は一度も受けたことがない。わからないから。その時間は日本語を勉強してる。漢字が難しい。高校はどこに行くの？ 何もわからない。」

ごく一部の都立高校では、英語で小論文と面接を行うなどの「在京外国人生徒対象入試枠」を設けていますが、彼女は入国後3年が経ち対象外でした。

「数学は文章問題も計算も難しい。問題集ありますか?」「私は高校に行けますか?」「お金足りるかなあ。」不安な声が漏れます。

日本人であっても受験システムはわかりづらく、進路選択は不安になるものです。二次試験、定時制、夜間中学など、次の選択肢を準備する中、合格を知った時は、関係者で胸をなでおろしました。

しかし夏ごろ、「今月彼女は3回しか登校していません。」と高校から連絡がありました。両親に家事を優先するように言われ、登校できなくなっていたのです。ストレスが身体にも表れているといえます。

もうつながらない LINE。他の SNS にメッセージを残しますが既読になりません。彼女が大切にしている家族、両親に、どのように働きかけるのが良いのか、考えています。



放課後学習支援にて日本語を学習する子どもたち

高齢者

府中市介護保険課	介護保険制度に関する窓口。介護サービスや要介護認定、在宅介護支援に関する業務を行う。
府中市高齢者支援課	高齢者の生きがい、介護予防事業の実施、認知症サポーターの養成、高齢者の地域支援ネットワーク構築等を行う。
地域包括支援センター	地域で暮らす高齢者を介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から総合的に支援する。
居宅介護支援事業所	高齢者の心身の状態や置かれた環境等に応じて、ケアマネジャーが介護サービス利用のための居宅サービス計画を作成し、サービス提供事業者等との連絡調整を行う。
介護保険サービス提供事業所	介護が必要な方が地域で安心して暮らせるよう、自宅や通所施設等で、入浴や食事の介護、リハビリテーション等、心身の状態や家庭の環境に応じたサービスの提供を行う。



地域

<p>民生委員・児童委員・主任児童委員</p>	<p>住民の立場に立って、地域の中でさまざまな状況におかれた方々の相談に応じ、必要な福祉サービスが利用できるよう行政等とのパイプ役として活動する。主任児童委員は児童問題を専門に担当する。</p>
<p>府中市社会福祉協議会</p>	<p>住民が抱えるさまざまな生活上の課題を地域全体の問題としてとらえ、地域住民や行政・福祉等の関係機関、専門家等が連携して解決を図り、誰もが安心して生活できる「福祉のまちづくり」をすすめている。「困りごと相談会」や「ふれあいいきいきサロン」や「わがまち支え合い協議会」等、さまざまな事業や取り組みを行う。</p>
<p>NPO法人 フードバンク府中</p>	<p>市民や企業、団体等から寄付された食品を支援団体等に寄付する。学生向けのフードパントリー（無料食料支援）も行っている。</p>



地域福祉コーディネーターとは

地域福祉コーディネーターは、府中市社会福祉協議会に所属する「身近な福祉の相談窓口」です。一人ひとりに寄り添った生活支援（個別支援）と、住民主体の地域課題解決に向けたたくみづくり（地域支援）を行い、地域で支え合うまちづくりの発展や、より多様な主体が地域づくりに関わることを目指し活動しています。

①個別支援

制度の狭間にあるような困りごとを抱えている方の社会的孤立の解消を目的に、分野や年代を問わず、世帯丸ごと相談を受けています。本人との関係を作りながら、地域住民や関係機関と連携し、困りごとの解決に取り組みます。また、早期解決が難しい複雑化した課題に対しては、孤独・孤立を防ぐための伴走型支援も行っています。

②地域支援

地域住民が一人ひとりの困りごとを地域全体の課題として捉え、連帯意識を持って活動を作り出すための支援を行っています。具体的には、地域資源や地域住民を知りニーズを把握すること、地域活動をしたい人とニーズのマッチング、地域活動の立ち上げ・運営の支援等が挙げられます。

困りごと相談会とは

困りごと相談会は、身近な地域で「どこに相談したらいいかわからない」「誰かに聞いてほしい」といった、暮らしの困りごとなどを相談できる場所です。地域福祉コーディネーターが暮らしの困りごとの相談をお聞きし、お話を伺い、解決に向けて一緒に考えます。会場は、市内の各文化センターです。

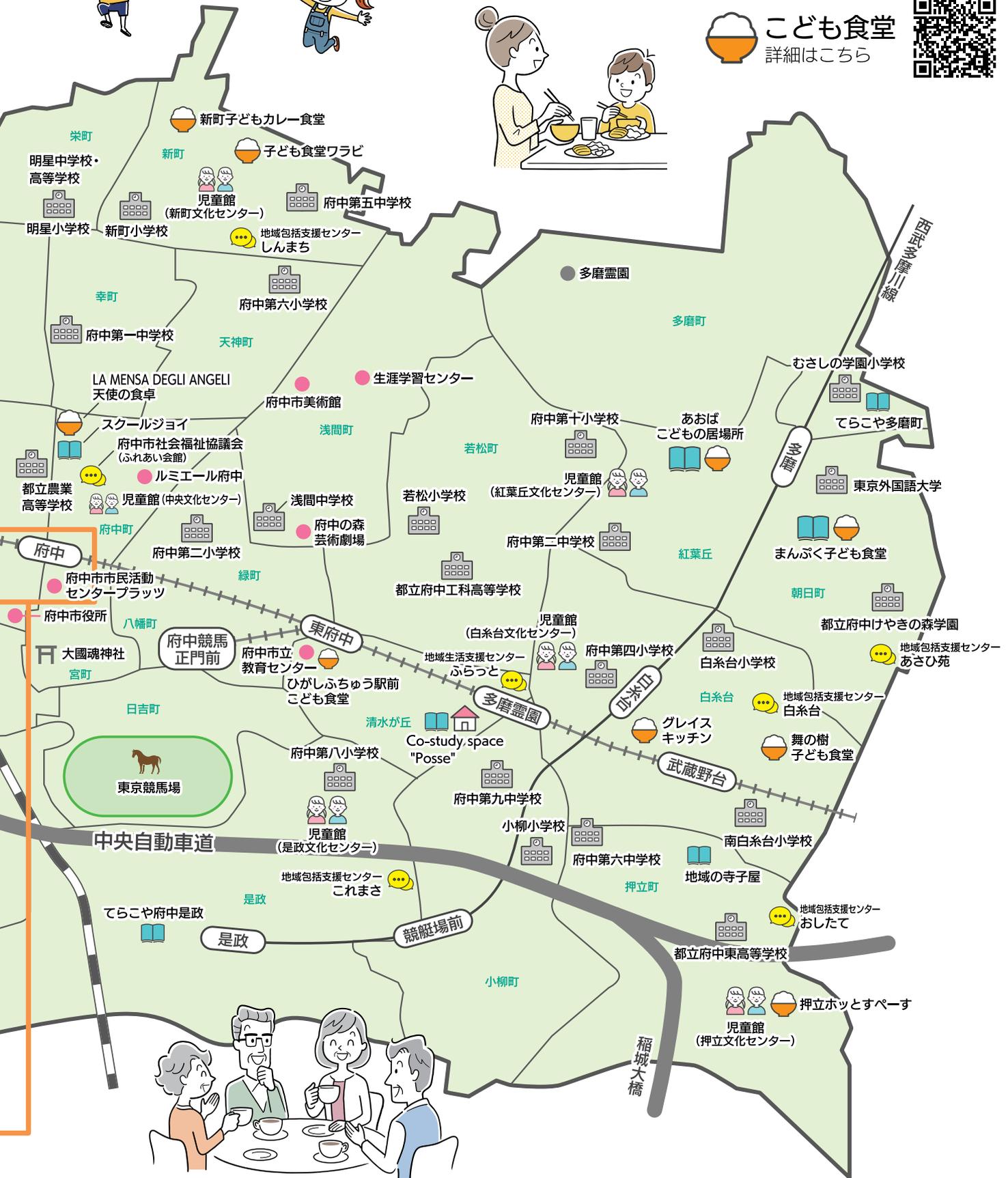
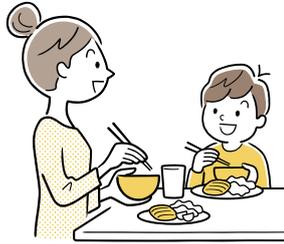


参考：府中市ホームページ「地域福祉コーディネーター」
<https://www.city.fuchu.tokyo.jp/kenko/fukushi/suishin/tiikifukusiCO.html>

子ども・若者が相談や利用できる場所、
また、ケアを必要としている方の
相談に乗ってくれる場所などを掲載しました。
今後も市内に頼れる人や場所を増やしていきましょう。



 **こども食堂**
詳細はこちら



5

継続的な支援のために (支援の基盤づくり)

1 継続的な信頼関係づくり

ヤングケアラーとの信頼関係づくりは、23 ページにも記載をしたとおりです。ヤングケアラー本人が持つ意見や、ありのままの感情を受け止めることができる大人の存在が必要となります。この信頼関係は、支援機関やサービスにつなげて終わるものではありません。継続した関わりによって、本人やその家族がいつでも安心して相談することができます。

また、ケア対象者への支援が終結すると、これまで医療や福祉などのサービスを提供していた支援機関の関わりがなくなります。しかし、ヤングケアラーの中には、ケアの役割の喪失感や将来への不安感を抱き、心理的な支援、あるいは、その人自身の就学や就業・キャリア支援が必要な人もいます。

ケアの最中も、ケア終了後の生活も含めた継続的な支援の仕組み、そして、本人の生活の質の向上やその人らしく、よりよく生きる（ウェルビーイング）ための信頼できる大人とのつながりが必要です。

2 人材育成・研修

ヤングケアラーを取り巻く課題は、子ども・若者本人に関するものだけでなく、家族をはじめとした周囲の環境要因が重なって複雑になっている場合があります。そのため、既存の支援やサービスを用いて、ヤングケアラーやその家族の生活状況や背景にあわせた対応をすることが求められます。

そのため、各分野の支援者や関係機関が、ヤングケアラーについて理解を深める研修の機会が必要になります。また、支援のあり方などを知っておくことで、同職種とのつながりはもちろん、多機関・多職種によるつながりや連携体制を日ごろから構築でき、スムーズな早期対応へとつながります。

これまで、オンラインや対面での研修企画を実施してきました。

府中市ヤングケアラー講座

令和5年度、令和6年度に、府中市在住・在勤の方を対象としたヤングケアラー講座を実施しました。ヤングケアラー支援の基礎を動画で学んだのちに、グループワークを通じた事例検討や意見交換を行い、ヤングケアラー支援に関する情報の基礎理解や顔が見える関係の構築を図っています。

養護教諭向け講座

令和6年度には、府中市内の養護教諭（市立小・中学校、計33校）を対象に、市におけるヤングケアラーの現状共有と、理解促進を図るための研修会を実施しました。また、ヤングケアラーの事例を通して、学校での関わり的重要性や具体的な対応をグループで検討する機会を設けました。



3 市内における理解の促進・啓発

地域全体で子ども・若者を見守る姿勢の醸成や、安心して相談できる大人の存在を増やすためには、ヤングケアラーの概念などを広い立場の人々に知ってもらうことが重要です。福祉や教育の専門職だけでなく、子ども・若者とともに暮らす地域住民の方々に知ってもらうことで、子ども・若者のサポーターとなる大人がひとりでも増えるかもしれません。

これまで、市内で取り組んできた市民を対象とした啓発の様子を紹介します。

啓発イベントの実施

令和5年度、令和6年度に、ヤングケアラーの理解の促進や啓発を目的とした、ヤングケアラー啓発イベントを実施しました。

これまで有識者や自治体や医療現場で実践をされている支援者を招いたシンポジウム、また、元ヤングケアラーによる語りやトークセッション、ヤングケアラーの一日を表した寸劇ワークショップ、実態調査や支援活動の報告などをまとめたパネル展示などを行っています。このように、市民に向けてさまざまな方法で、ヤングケアラーに関する情報を提供し、理解を図っています。



学校での研修や講演会

教員に向けて、学校単位で職員会議等の時間を活用して、ヤングケアラーの理解と対応について研修会を実施しました。ヤングケアラーかもしれないと気づくこと、そしてその後の対応について検討する機会になっています。

また、保護者向けの講演会では、子どもがケアをする背景や元ヤングケアラーからケア経験や気持ちについての語りがあり、子どもの権利について理解を深めてもらう機会になっています。



図書館での取り組み

令和6年度に中央図書館でヤングケアラーの特集展示を行いました。1ヶ月間に渡ってヤングケアラーやケアに関する書籍を100冊以上展示し、周知や理解の促進を図りました。

市民の集う公共の場において、ヤングケアラーやケアが身近に感じやすくなるように、具体的な情報を見える化する機会となりました。



4 子ども・若者への啓発

家族に対するケアの影響で悩んだり困ったりしたときに、子どもや若者が「ケアをしているということ」や「家庭のことを相談してもいい」「サポートを受けてもいい」ということを認識することで、相談する機会につながりやすくなります。子ども・若者がヤングケアラーのことを知っておくことが大切になります。

これまで、市内で取り組んできた子ども・若者への出前講座や啓発の様子を紹介します。

都立府中西高等学校

令和6年10月、1年生約30名を対象に「探求学習」の授業の一環で、ヤングケアラーのお話をしました。内容は、ヤングケアラーの定義や府中市の実態や相談体制について紹介をしました。また、寸劇で具体的なヤングケアラーの状況を感じてもらい取り組みをしました。

住吉小学校

令和7年3月、5年生76名を対象に、「ヤングケアラーについて学ぼう～家のこと話してもいいんだよ」というタイトルで授業を行いました。

担任の先生にも協力いただき、15分程の寸劇「ヤングケアラーの一日」を紹介しました。この寸劇は、小学生の女の子が、さまざまなケアの役割、例えば、母の服薬の声かけをするために「薬袋」、登校途中にごみを出すために「ごみ袋」といった実際のものを手に持っていくことで表現し、子どもたちにわかりやすい内容となっています。

また、ヤングケアラー経験のある当事者の語りとして、ケアの経験や気持ちを紹介し、子どもたちにケアをすることや困ったときには頼れる人に相談をしてもよいということを伝えています。



府中第五中学校

令和7年2月に「校内カフェ」を実施しました。校内カフェは、全校生徒がジュースや紅茶などを飲みながら交流する機会の創出、そして地域にいる相談できる大人の紹介を目的にしました。校内カフェに参加した地域にいる相談できる大人は、スクールソーシャルワーカー、コミュニティソーシャルワーカー、子育て世代包括支援センター「みらい」の相談員、ヤングケアラーコーディネーターです。普段の相談活動を交えた自己紹介を行い、学校の先生以外にも相談できる人や場所があることを伝えています。



運営を在校生が手伝ってくれて、250名を超える生徒の参加があり、大人も含め活発な交流をすることができました。相談窓口に行くことは、心理的なハードルを高く感じる人もいることを考えると、校内で相談できる地域の人と顔見知りになれる機会は有効であると考えます。

6

事例紹介

事例 1 幼いきょうだいをケアする小学生への支援 (ひとり親家庭)



家庭状況

- 母子家庭、生活保護世帯、母親(30代)、Aさん(12歳、小学6年生)、妹(9歳、小学3年生)、弟(7歳、小学1年生)の4人世帯。
- 母親は、離婚後から精神的に不安定になり精神科に通院している。最近仕事を再開している。夕方から出勤するため、その間の家事や、妹や弟の世話はAさんが行っている。
- 母方祖母は近隣に住んでいるが就労しているため日常的なサポートは困難。

気づきかけと その後の対応

- 気づき** * 小学校の担任 ▶ 市子育て世代包括支援センター「みらい」
- Aさんは体調不良による早退や欠席が続いていたため、担任が話を聞いたところ、「母が仕事で家を空けるので、妹と弟のお世話をしている」「前からお世話をしていたけど、負担ではなかった。今は料理が大変」等、気持ちの開示があった。
 - 母親は、以前は保護者面談等で話すことができていたが、最近は学校の出欠管理アプリでの欠席連絡のみで、学校からの連絡に応答なく担任が心配していた。

対応

担任が、Aさんの話を何度か聞く中で、「今後の負担軽減のためにみらいと話をしよう」と伝え、みらいが学校訪問を実施。担任が同席しての面談や家庭訪問にみらいも同行する中で、母親とも話せるようになった。その後、社会福祉協議会の訪問員も一緒に、訪問しながら子どもたちの見守りを行っている。

本人・ 家族の思い・ 意向

- 【母親】**
- 思春期のAさんの気持ちが分からない。あまり手伝いもしてくれない。Aさんとの口論も増えており、育児への自信がなくなる。
 - 訪問は緊張するので、室内には入らないでほしい。
 - 祖母には相談できるが、頼ることに対して「また迷惑をかける」と自責の感情がある。
- 【Aさん】**
- 母親のことは大好きなので、母親が困ることはしたくない。
 - 食事の準備を考えなければいけないので、長期休みの間は、家事をしてくれるヘルパーが来てくれたら助かる。
 - 学校は楽しい。自分の居場所になっている。

支援方針・課題 解決の方向性

- * 調整役: 子育て世代包括支援センター「みらい」
- 相談体制**
- 要保護児童対策地域協議会の枠組みの中で関係機関と連携を取り、Aさんと母親の同意のもとで情報共有を行っている。

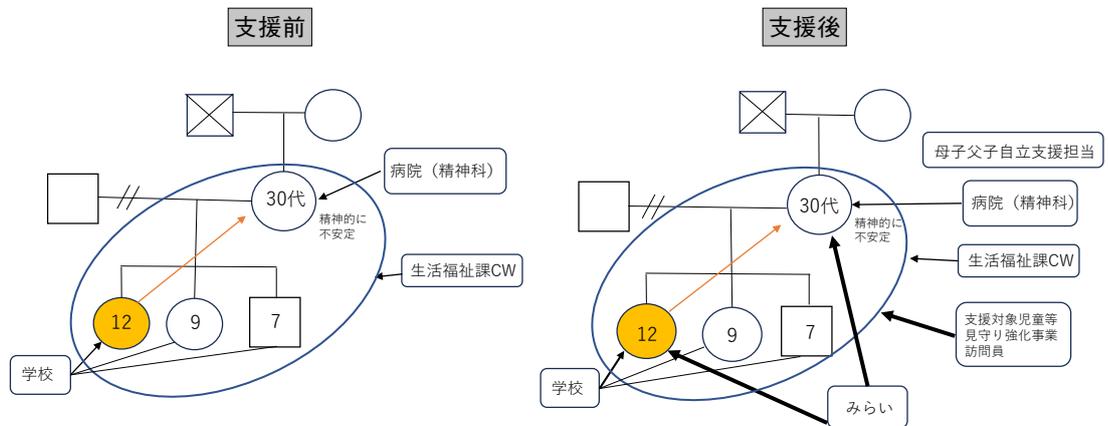
支援方針・課題 解決の方向性

支援における役割分担

- 学校 Aさんの担任などがAさんの話を聞き、必要時みらいへ共有
- みらい 学校でAさんの話を聞く、母親との面接
- 市生活福祉課 ケースワーカーは年2回の定期訪問のほか、母親の通院や就労状況の確認。子ども支援員は学習支援、進路相談、塾や受験費用等の相談で関わることができる。
- 母子父子自立支援担当 ひとり親ホームヘルプ事業は対象外。母親の仕事のスキルアップのための相談を行う。

ケア負担の軽減に向けた支援

- みらいでは、社会福祉協議会と連携し、家庭訪問で子どもの見守りを実施。今後、母親やAさんと信頼関係を築いた上で子育て世帯訪問支援事業による家事支援を導入し、Aさんの実質的な負担軽減へつなげたいと考える。



支援結果・今後の支援体制

結果

- 社会福祉協議会の訪問員による週1回の訪問は、Aさんが学校以外の支援先、地域とつながるきっかけになり、健康な大人と接する機会が増えた。
- 面談を重ねる中で、Aさんの、自分の気持ちや家庭の状況などについての表出が少しずつ増えている。

今後の体制

- 学校はAさんにとって一番安心できる居場所であるため、継続して登校できる環境を整える。Aさんの様子を見守り、必要時に話を聞く。Aさんは、学校では明るく振る舞い、優しい性格だが、一方で友達への言葉かけが強い一面もみられている。また、自分の気持ちを紙に書きだすなどの方法で気持ちの整理や切り替えを行っている。
- みらいはAさんや母親との面談を継続し、体調や気持ちを確認しながら、家庭全体の支援を考える。妹と弟の成長発達についても確認を行う。学校や市生活福祉課、社会福祉協議会などの関係機関と連携しながら状況の把握を行う。
- 今後つなげたい支援としては、地域の子ども食堂や、学習支援などへの参加を促し、健康な大人と接する機会や地域での居場所を増やしたい。

事例 2

精神疾患のある親をケアする高校生への支援



家庭状況

- 生活保護世帯。母親(40代、精神疾患・身体障害あり、未就労)とBさん(16歳、高校1年生)と二人暮らし。1年前に母親が再婚し、義父(40代、精神疾患あり、未就労)と三人暮らしとなった。
- 母親は、体調が良い時は家事ができるが、不調の時はBさんが家事を行う。また、母親の精神状態を安定させるための話し相手となっている。
- 父母ともに金銭管理を苦手としており、生活費やBさんの学費の支払いが滞ることがしばしばある。また、Bさんが将来の自立のために貯めている貯金に手を付けてしまうことがある。
- 母親と義父ともに精神的に不安定になり、Bさんに対し暴言を吐くことがある。
- Bさんは定時制高校に進学し、昼間はアルバイトをしている。看護の仕事に興味を持っているが、家庭の経済状況からこれ以上の進学をあきらめている。また、母親への精神的ケアを負担に感じていなかったが、今は母親と義父どちらも不安定になった時にはどうしたらいいか悩んでいる。

気づきかけと その後の対応

- 気づき** *学校の担任・都のユースソーシャルワーカー(以下YSW) ▶市生活福祉課
- 担任はBさんの進路希望について事情を丁寧に聞き、看護師になりたい気持ちがあることを確認した。しかし、Bさんは、高校卒業後は就職するしかないと思っていた。
- YSWは、Bさんと定期的に面談をしていた。その中でBさんの貯金を両親が使ってしまうことや、父母への対応についてBさんが強い負担感を感じていることを聞いた。
- 学校とYSW間で相談し、市の生活福祉課に連絡。YSWがBさんに同行する形で、市生活福祉課ケースワーカーと子ども支援員が直接Bさんから、家庭での状況やBさん自身の気持ち、進路希望について詳しく話を聞いた。

本人・ 家族の思い・ 意向

- 【Bさん】
 - 看護の仕事に興味があり、勉強したい気持ちはあるものの、現在の家庭の経済状況では進学は難しく、高校を卒業したら就職しなくてはならないと思っている。
 - 母親のことを心配し、これまで通り家事をしたり、話し相手になったりしてあげたいと思っている。ただ、義父に対して同じようにケアすることはできないと感じ、不安になっている。
- 【母親】
 - Bさんが希望するなら進学させてあげたいが、金銭面から難しいと感じている。また、他人に家に入られることには強い不安を感じ、Bさんと義父以外には家事を任せたくないと思っている。
- 【義父】
 - Bさんについては関心が薄い。進路については経済的に支援できないので、口を出すつもりはない。

支援方針・課題 解決の方向性

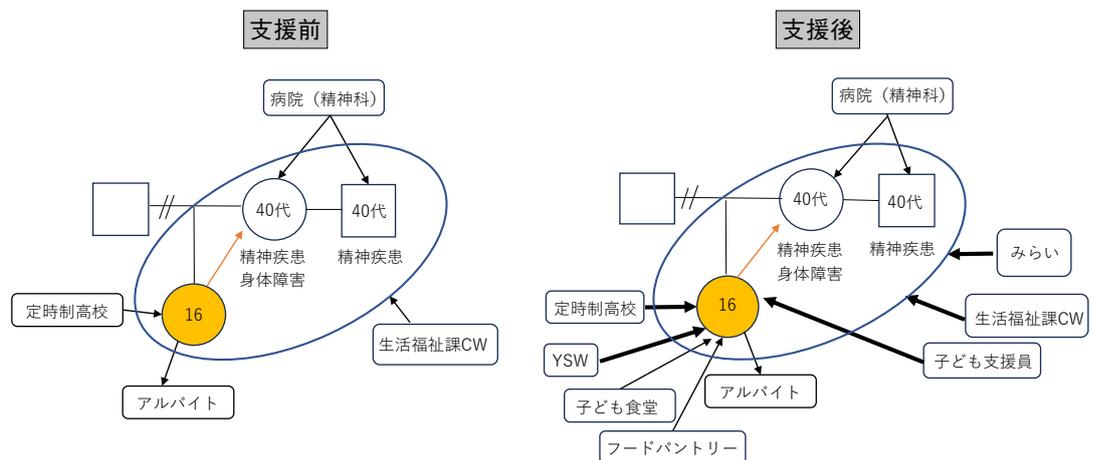
- * 調整役:子育て世代包括支援センター「みらい」
要保護児童対策地域協議会を活用し、ケース会議を実施

支援における役割分担

- 父母が精神的に不安定になると、Bさんに対し暴言があり、心理的な影響について経過をみるため、Bさんと保護者への対応は役割を分けて行った。

支援方針・課題 解決の方向性

- 家庭についての情報収集はみらいが行い、クラス担任とYSWが直接Bさんから話を聞いた。保護者と接点を持つのは市生活福祉課ケースワーカーと子ども支援員が担当し、家庭訪問を定期的に行った。
- 各支援者が役割を担いつつ、Bさんが困った時には気軽に頼れるような関係を結びながら、保護者とのつながりも保つようしていた。
- **金銭面のサポート** 市生活福祉課ケースワーカーはAさんの収支を把握し、子どもの生活支援のための扶助・支援金についてはBさん自身が管理できるようにした。またYSWとともに将来に向けた貯金のための助言を行った。また、家庭訪問の際には父母に対し、Bさんの自立に向けた計画について説明した。父母が金銭管理についての約束事を守れなかった場合には、対処方法についてBさんの意思を確認しながら一緒に考えた。
- **食料面からのサポート** YSWはBさんに同行し、地域の子ども食堂を案内。またフードパントリーを行っているNPO法人を紹介し、Bさんが直接サービスを利用できるようにした。
- **継続的な見守り** 毎月YSWがBさんに同行し、市生活福祉課ケースワーカーや子ども支援員と面談を行った。家庭内の状況や金銭面について確認し、Bさんの不満や不安について話を聞いた。



支援結果・今後の方向性

- 市生活福祉課ケースワーカーと子ども支援員がBさんと面談を重ねていく中で、Bさんが本心や困りごとを自ら話してくれるようになった。またBさん自身への経済的サポート等により、あきらめていた進学について考えられるようになった。
- 父母からBさんへの心理的・経済的虐待のおそれがあるため、継続的な見守りの中でBさん本人からもこまめに家庭状況を聞き取る必要がある。ただし高校生という年齢から、Bさん本人の考えや気持ちを尊重し、支援者が父母について悪く言わないことや、無理に引き離そうとしないよう考慮しながら支援を継続することが重要である。
- 今後はBさんが自立していく上で、現在の家事負担や精神的な負担へのサポートがさらに必要になると考えられる。また、Bさんが希望する進路などに応じ、将来離家や家族と距離を取ることが必要な場合には、適宜Bさん自身を支援することに加え、父母に対する支援体制の見直しや調整の必要が生じる。Bさんの成長とライフステージに合わせた支援を適宜柔軟に行っていくことが望ましい。
- Bさんが成人期への移行途中にある若者であることを考慮し、今後も継続して支援が受けられるよう、居場所事業やピアサポートを実施している支援団体等へつなぐことも検討したい。

事例 3

身体障害のある家族をケアする中学生への支援



家庭状況

- Cさん(14歳、中学2年生)は、両親と保育園に通う弟(5歳)の4人暮らし。
- 半年前に、母親(42)が脳梗塞を発症し、後遺症として左片麻痺となる。補助具を使えば立位保持や歩行もできる。気持ちが落ち込み、塞ぎこんでしまうことも多く、通院以外はほとんど外出をしない。着替えや排せつは、見守りが必要な状態である。父親(40)は会社員(工場勤務)で夜勤もあり、家族の夕食の用意は、毎日Cさんが行っている。
- 病気の発症によって、母親は休職している。父の収入のみになり、家計に余裕はない。

気づききっかけ

気づき * 中学校 ▶ ヤングケアラーコーディネーター

- Cさんはバドミントン部に所属している。あるとき、「部活を辞めたい」と顧問に急に申し出があった。理由は「試合で使うユニホームを買うことができないから」といい、顧問が改めて話をしたいと伝えたが、Cさんは「別にいいです」と断った。

対応

- 顧問の先生は、担任の先生にCさんからの申し出について共有をした。担任の先生は、Cさんの母親が障害を持っていることを把握していた。経済的な不安は、今後の進路にも影響すると考えて、夏休みの面談のときに話を聞いてみることにした。

本人・ 家族の思い・ 意向

【Cさん】

- 半年前から生活が一変し、家庭で食事づくりや洗濯、弟の保育園の送り出しとお迎え、母親への感情面のサポートなどを日常的にしているため疲れている。また、登校するのが精一杯で、授業にも集中できない状態であった。自分のことでお金を使うのは避け、少しでもお金の負担を減らした方がいいのではないかと感じている。部活や友だち付き合いもしたいけれど難しいと感じ、葛藤している。気持ちを言葉にして表せないもどかしさも抱えている。

【母親】

- 自分が不自由な体になり負担をかけてしまい、家族に申し訳ない気持ちを感じている。家のことをしてもらっては、とても助かっているが、学生生活を楽しんでほしい。

支援方針・課題 解決の方向性

* 調整役: ヤングケアラーコーディネーター

ヤングケアラーコーディネーター(以下、YCC)の関わり

相談を受けたYCCは、Cさんと学校で面談をして、日常生活の状況や感じていることを聞いた。Cさんは家族に対して感じていること少しずつ話をした。Cさんが学校生活も、家族のことも向き合えるように一緒に考えることを約束した。

後日、家庭訪問し、母親のお話を伺った。社会保障の手続きについて説明を行う。例えば、傷病手当金の申請によって収入を得ること、身体障害者手帳を取得し生活支援のサービスを受けること、(1年後に)障害年金の申請を行えることなど経済面の支援について情報提供した。また、母親に障害福祉課サービス支援担当を紹介した。

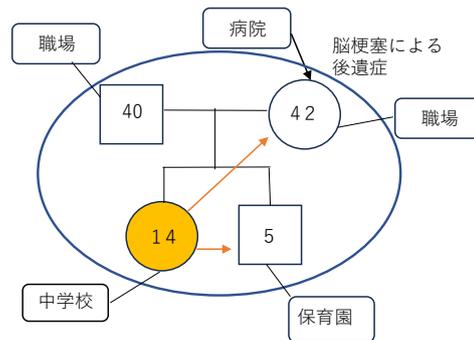
ケア負担の軽減に向けた支援

父親と一緒に役割分担について、話し合いの場をつくり検討を行った。出勤時間を調整してもらい、弟の保育園の朝の送迎については、父親が行うことになった。帰りのお迎えは、ファミリーサポートを利用することになった。

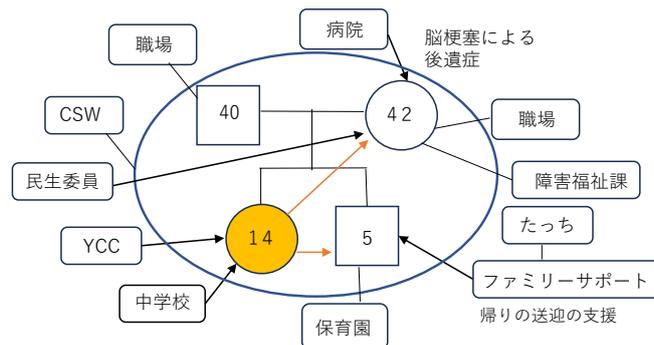
地域で相談できる人につなぐ

YCCは、家族の同意を得て、Cさんの地区のコミュニティソーシャルワーカーに連絡をして、困ったときに相談できる先として、民生委員にこの家庭の見守りを依頼した。

支援前



支援後



支援方針・課題 解決の方向性

支援結果・今後の方向性

- 母親はCさんとゆっくり話せる時間を作った。母親には、「バドミントンのユニホームを買ってほしい」と伝えることができ、「もちろんいいわよ」と快諾してくれた。購入することができ、部活動に継続して参加できるようになった。自分の気持ちをわかってもらえたこと、気持ちを親に伝えられたことは、Cさんにとって大きな自信につながった。
- ファミリーサポートを利用することで、Cさんの弟の送り迎え負担を軽減することができた。家族の役割分担を再確認したことで、父親が勤務日に合わせて家事を行うようになった。
- 母親は福祉のサポートを得ることで、気持ちが外に向くようになっていった。そして、職場とも相談し、合理的な配慮はしてもらえるか、あるいは、障害者雇用の形態で再就職が可能か検討していく。
- 今後は、学校において、Cさんが困ったとき、心配なときに相談できる環境を整えていくこと。中学卒業後を見据えて、YCCとは継続的に話ができるようにしていくことになった。また、同世代のケアをしている人と出会える機会につなぐことを検討していく。

事例 4

認知症の家族をケアする若者への支援



家庭状況

- Dさん(19)は、父親(48)と祖母(75)の3人暮らし。Dさんが3歳の時に、両親が離婚、祖母に育ててもらった。高校1年生の頃から、アルツハイマー型認知症の祖母の介護を父親と一緒にしている。Dさんは、大学進学を目指して、週に数回、塾に通っている。
- 祖母は要介護3、平日5日間は認知症専門デイサービス(以下、デイ)に通っている。ADLはほぼ自立しているが、認知機能の低下があり、同じことを繰り返し話したり、トイレトペーパーをトイレに散乱させたり、不安になると「いなくなりたい」などの発言が見られる。最近、買い物に出かけて帰れなくなり、交番のおまわりさんにお世話になった。
- 父親は、フルタイムで仕事をしており、夜遅くに帰宅をすることも多く、Dさんに祖母の世話や見守りを任せている。

気づきかけ

気づき *デイサービスの職員 ▶ ケアマネジャー

- デイの送迎時に、Dさんの顔色が青白く、ふらつきもみられたので、「体調があまりよくなさそうですね」と声をかけると、「今朝4時に祖母がトイレを汚してしまって、それから祖母の対応をずっとしていたので…」と、小さな声で話しました。「そうでしたか。おばあ様のこと任せてください。ゆっくり休んでくださいね」と伝えた。

対応

- デイのスタッフは早速、事業所の相談員に情報共有し、Dさんの体調不良の様子、ケア負担の重さを感じ、ケアマネジャーに報告をした。ケアマネジャーは、父親とは毎月モニタリングのための訪問で会うが、Dさんがどのような状況で祖母を介護しているのかあまり知らなかったため、一度Dさんに会ってみることにした。その後、Dさんに連絡をして、会う約束をした。

本人・ 家族の思い・ 意向

【Dさん】

- 小さな頃から祖母が育ててくれたことに感謝の気持ちを持っている。大学には進学したいが、祖母の病状を考えるとそばにいてあげたい。また、祖母のお世話は当たり前のことだから優先している。受験勉強には集中して取り組めていない。高校のときから、友人づきあいなどもなく、気軽に話せる友達はいない。

【父親】

- 祖母(実母)の認知症の症状については、正直困惑していて受け入れられない気持ちがある。イラっとしてしまうから、Dさんがお世話をしてくれているので、つい甘えてしまっている。働きながら介護をするにも体力的につらさもある。Dさんの進学を応援したいものの、家で見てくれる人がいなくなるので、これからどうしたらいいのか不安もある。

* 調整役: 地域包括支援センター

相談体制

支援方針・課題 解決の方向性

- ケアマネジャーはDさん、父親の話聞いて、家族(ケアラー)への支援の必要性を感じ、地域包括支援センターに相談をした。地域包括支援センターはDさんと父親のケアの負担について把握し、具体的な支援の検討が必要だと考えたため、支援関係者で担当地区ケア会議を開くことを提案し、ケアマネジャー、デイの相談員、ヤングケアラーコーディネーターを招集した。

担当地区ケア会議での話し合い

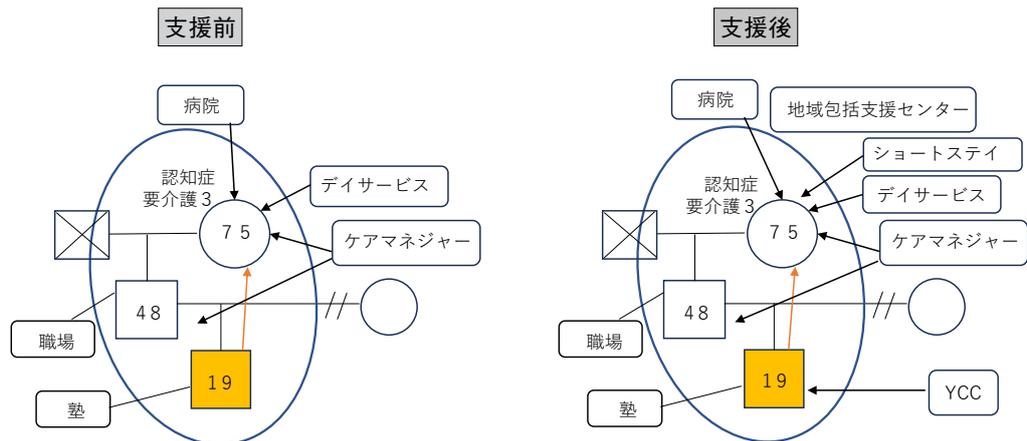
会議では、それぞれの立場からの情報共有や今後の支援方針について検討を行った。デイでは、祖母が家でも快適に過ごせるように、日中活動で覚醒してもらうよう働きかけ、ご家族に排せつケアについてのポイントをお伝えすることにした。送迎時に、ご家族の心身の状態について様子を見て、変化があれば、ケアマネジャーに共有することにした。また、ケアマネジャーは、祖母のサービスの見直しについて検討し、デイを土曜日を増やすこと、あるいは、ショートステイを使って家族が熟睡できる時間をつくることを提案した。また、父親やDさんの気持ちや体調の変化を、毎月のモニタリングのときに確認するようにした。

ヤングケアラーコーディネーターは、Dさんの話したいタイミングで直接話したり、LINEチャットで気持ちを話せる機会をつくることになった。

ケア負担の軽減に向けた支援

ケアマネジャーは、支援関係者で話した内容を父親とDさんに伝える機会を設けた。Dさんは、家のことを理解しているヤングケアラーコーディネーターに出会った。

祖母のお世話は、土曜日にデイの利用が増えたため、Dさんの時間を増やすことができた。また、日曜日は、父親が主に祖母の見守りをするようになった。



支援方針・課題 解決の方向性

支援結果・今後の方向性

- Dさんは、自分の気持ちを話した経験がなかったため、複雑な思いを吐き出せて、スッキリした気持ちになった。祖母のことについては、困ったときはデイやケアマネジャーなどが対応してくれる安心感があり、さらに、自分自身のことで悩んだら、ヤングケアラーコーディネーターに話ができるようになった。進学についても前向きに取り組んでいく気持ちが高まり、模擬試験を受けることを決めた。祖母がショートステイを利用するときは、夜まで勉強が集中してできるようになった。
- 父親は、実母の病気のことを受け入れるのが苦しかったが、認知症の主治医からすすめられた男性介護者の手記を読み、自分と似たような男性介護者の気持ちに共感して、少しずつ受け入れ、会話と一緒に買い物に出かけたりするようになってきている。
- 今後は、祖母の体調の変化を見守り、重度化していくことを想定して、介護者として知っていたほうがよい情報を適宜提供していく。例えば、食事ができなくなってきたときの対応、グループホームや施設の利用についての検討、医療費や介護費がどれくらいかかるかなど。介護の見通しが立てられるようにすることも、家族の支援につながると考えている。

1 主な支援制度・サービスの一覧

府中市および東京都内における公的機関・民間支援団体の一覧です。ヤングケアラーの負担感や困りごと、相談の内容に応じた、支援制度やサービス及び担当窓口を紹介しています。

◆どこに相談すればよいか迷っている

子どもや家庭に関するさまざまな相談をしたい	●府中市 子育て世代包括支援センター「みらい」	
	▶子ども家庭支援課 母子保健係……………	042-368-5333
	▶子ども家庭支援課 相談担当……………	042-319-0072
	開所時間 10：00～18：00（12月29日から1月3日は休館）	
	住所 府中市宮町1-41 フォーリス3階	
	●府中市 子ども家庭支援センター「たち」……………	042-354-8700
	開所時間 10：00～20：00（年末年始、臨時休館日を除く）交流ひろばは17：00まで	
	住所 府中市宮町1-50 くるる3階	
外国人住民が抱える困りごとの相談をしたい	●一般社団法人 ケアラーワークス……………	042-309-5130
	開所時間 【月～金】10：00～17：00	
	住所 府中市宮西町4-13-4 とりときハウス302	
	●府中市 多文化共生センターDIVE……………	042-319-0008
	開所時間 【月～土】10：00～17：00	
	住所 府中市宮町1-100 ル・シーニユ5階（府中市市民活動センタープラッツ内）	

◆幼いきょうだいのお世話に負担を感じている

保育施設の利用相談などをしたい	●府中市 子ども家庭部 保育支援課 入所認定係……………	042-335-4172
	開所時間 【月～金】8：30～17：00	
	住所 府中市宮西町2-24	

◆学校生活への影響がある / 学校を休みがちになる / 進学・進路の悩みがある

学校生活上の困りごとの相談 （スクールカウンセラー、 スクールソーシャルワーカーによる支援）	●府中市教育委員会……………	042-364-4111
	開所時間 【月～金】8：30～17：00	
	住所 府中市宮西町2-24	
	●府中市立教育センター……………	042-364-4108
	開所時間 【月～金】9：00～17：00	
	住所 府中市清水が丘1-3	

*治療をご希望の場合は、医療機関に直接ご相談ください

◆心の健康や悩みを抱える家族へのケア負担が大きい

◆家族が精神的な病気で不安や悩みを抱えており生活に支障がある

◆対人関係・ひきこもりの悩み、飲酒問題、薬物依存等の相談をしたい

- 府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当(精神・発達) 042-335-4022

開所時間 【月～金】 8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

- 多摩府中保健所 保健対策課 地域保健担当 042-362-2334

開所時間 【月～金】 9:00～17:00

住 所 府中市宮西町1-26-1

◆精神的な不調、眠れない等で生活に支障が出ている

精神的な不調に関する困りごとの相談をしたい

- 府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当(精神・発達) 042-335-4022

開所時間 【月～金】 8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

- 多摩府中保健所 保健対策課 地域保健担当 042-362-2334

開所時間 【月～金】 9:00～17:00

住 所 府中市宮西町1-26-1

◆妊娠・出産、子どもの健康や悩みごとについて相談したい

産婦人科医・小児科医・助産師にオンラインで相談したい

- 府中市ホームページ「オンライン子育て相談事業」から「産婦人科オンライン」「小児科オンライン」についてご確認ください

※府中市の住民は無料で相談できます。無料利用には合言葉が必要です。府中市子ども家庭支援課 042-368-5333 (母子保健係)までお問い合わせください。

◆医療が必要な家族へのケア負担が大きい

難病を持つ家族について相談したい

- 府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当(身体・知的)
(福祉サービス等に関するお問い合わせ) 042-335-4962

- 府中市 福祉保健部 障害者福祉課 援護係
(医療費助成に関するお問い合わせ) 042-335-4162

開所時間 【月～金】 8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

- 東京都難病相談・支援センター
▶東京都難病相談・支援センター 03-5802-1892

開所時間 【月～金】 10:00～17:00

住 所 文京区本郷1-1-19 元町ウェルネスパーク西館1階

※相談対応時間 【月～金】 10:00～17:30

- ▶東京都多摩難病相談・支援室 042-323-5880

開所時間 【月～金】 10:00～17:00

住 所 府中市武蔵台2-6-1 都立神経病院2階

※相談受付時間 【月～金】 10:00～16:00

- ▶東京都難病ピア相談室 03-3446-0221

開所時間 【月～金】 10:00～17:00

住 所 渋谷区広尾5-7-1 東京都広尾庁舎1階

※相談受付時間 【月～金】 10:00～16:00

◆医療が必要な家族へのケア負担が大きい

◆経済的、心理的、社会的な問題の相談

◆社会復帰の促進、学校や福祉機関等への連絡等

認知症・若年性認知症の家族について相談したい

●病院、クリニックの医療ソーシャルワーカー……………各病院による
(地域医療連携室等)

開所時間 各病院、診療所による

住 所 各病院、診療所による

●府中市 福祉保健部 高齢者支援課 在宅療養推進担当… 042-335-4106

開所時間 【月～金】8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

●東京都多摩若年性認知症総合支援センター…………… 042-843-2198

開所時間 【月～金】9:00～17:00

住 所 日野市多摩平2-2-4 ニコール豊田ビル4階

●家族介護者の会 ▶ ○此の花・けやき・雲雀(認知症)
○きらきら(若年性認知症)

府中市社会福祉協議会……………042-336-7055・042-364-5382

開所時間 府中市社会福祉協議会のホームページ、または府中市ホーム

住 所 ページをご確認ください

◆障害のある家族へのケア負担が大きい

生活上のさまざまな相談をしたい

家事の負担を減らしたい(ヘルパー利用)

●地域生活支援センター あけぼの…………… 042-358-1085

開所時間 各センターのホームページ、または府中市ホームページをご確認ください

住 所 府中市寿町3-9-11 山上ビル1階

●地域生活支援センター プラザ…………… 042-358-2288

開所時間 各センターのホームページ、または府中市ホームページをご確認ください

住 所 府中市美好町1-7-2 第一市川マンション202

●地域生活支援センター ふらっと…………… 042-370-1781

開所時間 各センターのホームページ、または府中市ホームページをご確認ください

住 所 府中市清水が丘3-23-17-1階

●地域生活支援センター み～な…………… 042-360-1312

開所時間 各センターのホームページ、または府中市ホームページをご確認ください

住 所 府中市南町5-38 府中市立心身障害者福祉センター内

●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当

▶身体・知的…………… 042-335-4962

▶精神・発達…………… 042-335-4022

開所時間 【月～金】8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

介護の負担を減らしたい	<p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当</p> <p>▶身体・知的…………… 042-335-4962</p> <p>▶精神・発達…………… 042-335-4022</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
障害のある家族が外出する際の付き添いの負担を減らしたい (同行援護・行動援護・移動支援)	<p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当</p> <p>▶身体・知的…………… 042-335-4962</p> <p>▶精神・発達…………… 042-335-4022</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
発達障害を持つ家族について相談したい	<p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当(精神・発達)…………… 042-335-4022</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p> <p>●府中市 子ども発達支援センター「はばたき」…………… 042-306-9700</p> <p>開所時間 【平日】 9：00～17：00 (水曜日～19：00) 【第2・4土曜日】 9：00～12：00</p> <p>住 所 府中市矢崎町1-12</p>
高次脳機能障害を持つ家族について相談したい	<p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当 (精神・発達)…………… 042-335-4022</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
医療的ケアが必要なきょうだい者・児等について相談したい	<p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当(身体・知的)…………… 042-335-4962</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
(家族の)障害者手帳を申請したい	<p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 援護係…………… 042-335-4162</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
障害を持つきょうだいが放課後過ごせる場について相談したい	<p>●放課後等デイサービス……………各デイサービスによる</p> <p>開所時間 各デイサービスによる</p> <p>住 所 各デイサービスによる</p> <p>●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当</p> <p>▶身体・知的…………… 042-335-4962</p> <p>▶精神・発達…………… 042-335-4022</p> <p>開所時間 【月～金】 8：30～17：00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
障害福祉サービスや、サービス等利用計画の作成について相談したい	<p>●特定相談支援事業所(障害児相談支援事業所)…………… 各事業所による</p> <p>開所時間 各事業所による</p> <p>住 所 各事業所による</p>

◆聴覚障害をもつ家族への通訳(手話・要約筆記)が負担となっている

家族へ通訳をしてくれるサービスを利用したい	<ul style="list-style-type: none"> ●府中市 福祉保健部 障害者福祉課 生活係…………… 042-335-4545 意思疎通支援事業(手話通訳者および要約筆記者の利用) <p>開所時間 【月～金】8:30～17:00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
家族が自身で電話を利用できるサービス	<ul style="list-style-type: none"> ●一般財団法人 日本財団電話リレーサービス カスタマーセンター……………03-6275-0912【9:30～17:00 年末年始除く】 <p>〈総務大臣指定 電話リレーサービス提供機関〉</p> <p>※サービス利用には専用アプリのダウンロードと利用登録が必要。登録が完了し手元に専用番号が届いた後、24時間365日いつでも通話ができる(通話料は、電話をかけた側が負担)</p>

◆視覚障害のある家族への情報保障が負担となっている

家族へ情報保障をしてほしい	<ul style="list-style-type: none"> ●府中市 政策経営部 秘書広報課(広報紙に関するお問い合わせ) 042-335-4019 ●府中市 福祉保健部 障害者福祉課(住所の変更・送付に関するお問い合わせ) 042-335-4545 <p>開所時間 【月～金】8:30～17:00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p> <p>※CD及びカセットテープに吹き込んだ「声の広報」の送付、点字を用いた広報の見出しを送付(希望者向け)。市のホームページにおいて、発行号ごとに音声読み上げに対応できるよう、テキストデータを掲載。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●府中市社協点訳グループ「ふれあい」…………… 042-363-3406 <p>住 所 府中市府中町1-30(ふれあい会館内)</p> <p>※広報・ごみカレンダー等の点訳を行っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●点訳ボランティア てまり……………temari6ten@yahoo.co.jp <p>開所時間 【毎週木】10:30～12:00</p> <p>住 所 府中市(中心となる活動地域)</p> <p>※個人や府中市からの依頼に応じて点訳を行っている。</p>
---------------	---

◆介護サービスが必要な家族へのケア負担が大きい

介護保険や高齢者福祉サービスを利用したい	<ul style="list-style-type: none"> ●府中市 福祉保健部 介護保険課…………… 042-335-4030 <p>開所時間 【月～金】8:30～17:00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
ケアプランの相談・作成	<ul style="list-style-type: none"> ●居宅介護支援事業所…………… 各事業所による <p>開所時間 各事業所による</p> <p>住 所 各事業所による</p>

◆高齢の家族へのケア負担が大きい

◆高齢者に関する生活の相談をしたい	<ul style="list-style-type: none"> ●府中市 福祉保健部 高齢者支援課…………… 042-335-4496 <p>開所時間 【月～金】8:30～17:00</p> <p>住 所 府中市宮西町2-24</p>
◆認知症ケアに関する相談をしたい	<ul style="list-style-type: none"> ●地域包括支援センター……………各センターによる <p>開所時間 各センターによる</p> <p>住 所 各センターによる</p>

◆経済的な課題を抱えている

暮らしや仕事、住まいのこと、学費が払えない等、生活に困っている場合の総合相談

●府中市 福祉保健部 生活福祉課 生活困窮者自立支援担当 042-335-4191

開所時間 【月～金】8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

◆生活保護の申請をしたい

●府中市 福祉保健部 生活福祉課

▶生活保護担当……………042-335-4040、4141、4343

▶生活保護相談担当……………042-335-4038

◆要保護世帯への保護費等の給付

開所時間 【月～金】8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

児童手当及び児童扶養手当

●府中市 子ども家庭部 子育て応援課……………042-335-4100

開所時間 【月～金】8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

◆家族への通訳（外国語）が負担となっている

窓口や学校などで通訳をしてほしい

●府中市 多文化共生センターDIVE……………042-319-0008

開所時間 【月～土】10:00～17:00

住 所 府中市宮町1-100 ル・シーニュ5階(府中市市民活動センタープラッツ内)

◆外国語が第一言語である家族へのサポートが負担となっている

◆困りごとを相談したい
◆勉強や進路の相談をしたい

●府中市 多文化共生センターDIVE……………042-319-0008

開所時間 【月～土】10:00～17:00

住 所 府中市宮町1-100 ル・シーニュ5階(府中市市民活動センタープラッツ内)

◆大人が日本語を学びたい

●府中国際交流サロン

受付時間 【月～金】9:30～16:30(金曜日は20:30まで)【土】13:30～15:30

住 所 府中市住吉町1-84 ステージ府中中河原4階
(府中市男女共同参画センター「フューラル」内)

◆福祉全般に関すること（困りごと）で相談したい

困りごと相談

●府中市社会福祉協議会 地域福祉コーディネーター……………042-334-3040

開所時間 【月～土】9:00～17:00

住 所 府中市府中町1-30 ふれあい会館2階

※各文化センターで「困りごと相談会」を実施(平日日中)。各会場の詳しい日程は、府中市社会福祉協議会ホームページをご確認ください。

さまざまな相談

●民生委員児童委員協議会……………各民生委員

●府中市 福祉保健部 地域福祉推進課 社会福祉係……………042-335-4161

開所時間 【月～金】8:30～17:00

住 所 府中市宮西町2-24

2 アセスメントのためのツール

以下について「東京都ヤングケアラー支援マニュアル」（P47～56）より引用（一部加筆）しています。

- 「ヤングケアラーと対話する際のポイント」（P47）より引用
 - 「フェイスシート」：「図表25 フェイスシート 様式例」（P48～49）より一部加筆・引用
 - 「支援検討シート」：「図表27 支援検討シート 様式例」（P55～56）より一部加筆・引用
- 詳細は「東京都福祉保健局 子供家庭施策 子育て支援 ヤングケアラー」ページを参照ください。
<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/young-carer>



〈ヤングケアラーと対話する際のポイント〉

【本人の意思尊重】

本人の意思を確認することなく、本人からの相談内容を家族に伝えることは原則的にはいけません。本人との関係性が崩れるだけでなく、本人と家族の関係性が悪化する危険性もあります。本人と家族の意向が違う可能性もあり、例えば親のケアをしている場合に親と一緒にいる場では本心を言えないこともあります。家族とは別の場所で意思を確認することで本心を聞けることもあります。

また、本人が選択できるような支援体制を作っていく必要があること、そして、本人が選択する前段階であれば選択の機会を得られることを本人に伝える必要があります。本人の意図しないところで支援が勝手に進められないように留意をしましょう。

【将来のイメージや選択肢を示しながら本人の希望を聞く】

家族のことが心配で、本人が望んでケアをしている場合もありますが、ケアの負担が客観的にみて過度な場合は、支援者が本人と一緒に考えていきましょう。支援のイメージを当事者が持てないまま、本人同意が得られず支援を拒否されてしまうことを避けるため、選択肢等を示したうえで本人の希望を聞くことが大切です。

「共感型支援」で、元ヤングケアラー等から体験談を聞いたり相談にのってもらうことで、将来のイメージが湧くこともあります。

（例 ケアが続く状況で進学するところなるかもしれない、といった将来の想像を一緒に行い、支援サービスを例示したうえで、本人の希望を聞く。）

フェイスシート

管理番号 _____ 受理年月日 _____

初回面談年月日 _____ 担当者 _____

初回相談対応者 _____ 更新年月日 _____

情報共有に関する本人同意 有 ・ 一部有 (範囲 _____) ・ 無【 年 月 日時点】

1 相談者

相談者	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 親 <input type="checkbox"/> 親以外の家族 <input type="checkbox"/> 関係機関 (<input type="checkbox"/> 教育 <input type="checkbox"/> 福祉 <input type="checkbox"/> 医療 <input type="checkbox"/> 民間団体) 具体的に： (_____)
相談者の氏名・連絡先	
相談経緯・関係機関の場合 は気付いた経緯や様子 ※必要に応じチェックリスト を参照	

2 ケアをしている子どもの基本情報

フリガナ		家族構成・ジェノグラム (男性□、女性○、本人◎)
氏名	(性別)	
生年月日・年齢	(S・H・R) 年 月 日 (歳)	
本人・家族の連絡先 (携帯電話の場合は 続柄・氏名記載のこと)	本人 家族 (続柄：) (続柄：)	
居住地	〒 _____	
学校名		
家族構成 (きょうだいその他は具体的 に。年齢、学年等)	<input type="checkbox"/> 父親 <input type="checkbox"/> 母親 <input type="checkbox"/> 祖父 <input type="checkbox"/> 祖母 <input type="checkbox"/> 兄 <input type="checkbox"/> 姉 <input type="checkbox"/> 弟 <input type="checkbox"/> 妹 <input type="checkbox"/> その他 (_____)	
備考 (別居等あれば)		
本人の疾患・障害等		要保護児童対策 地域協議会登録状況
本人とともに ケアに取り組む人		
ケアをしている人 それぞれのケアバランス		

3 ケアの状況について

<p>本人が担っている ケアの内容</p> <p>(ケア相手については 「4」で詳細を記載)</p>	<input type="checkbox"/> 家事（食事を作る、掃除、洗濯、アイロンがけ、食事の後片付け等） <input type="checkbox"/> 買い物 <input type="checkbox"/> 外出の付き添い <input type="checkbox"/> 通院の付き添い <input type="checkbox"/> 家族の身体介護（衣服の着脱介助、移動介助、服薬管理等） <input type="checkbox"/> 家族の身体介護のうち、トイレや入浴の介助 <input type="checkbox"/> 見守り（直接的な介助ではないが、要ケア者の心身の状態の見守り） <input type="checkbox"/> 感情面のケア・気づかい <input type="checkbox"/> きょうだいの世話 <input type="checkbox"/> きょうだいの送迎 <input type="checkbox"/> 通訳（コミュニケーションに困難があり通訳が必要な場合） <input type="checkbox"/> 手続きの支援（学校への提出物、金銭の管理） <input type="checkbox"/> 家計を支えるためのアルバイト <input type="checkbox"/> その他：具体的に		
<p>ケアの頻度</p>		<p>1日当たりの ケアの時間</p>	<p>(平日)</p>
<p>ケアを始めた時期</p>			<p>(休日)</p>
<p>ケアに対する本人の認識 (日常になっている、精神的につらい、役に立てることが嬉しい等)</p>			
<p>本人の思い・希望</p>			
<p>学校生活・学業に 関する状況</p> <p>(通学状況、宿題の状況、 学習時間、進路相談状況、 部活動など)</p>	<input type="checkbox"/> 欠席が多い <input type="checkbox"/> 不登校 <input type="checkbox"/> 遅刻や早退が多い <input type="checkbox"/> 幼稚園や保育園に通園していない <input type="checkbox"/> 高校に在籍していない <input type="checkbox"/> 授業中の集中力が欠けている、居眠りしていることが多い <input type="checkbox"/> 保健室で過ごすことが多い <input type="checkbox"/> 宿題や持ち物の忘れ物が多い <input type="checkbox"/> 学力（成績）が低下している <input type="checkbox"/> 給食時に過食傾向がみられる <input type="checkbox"/> 弁当を持ってこない、コンビニ等で買ったお弁当等を持ってこることが多い <input type="checkbox"/> 修学旅行や宿泊行事を欠席する <input type="checkbox"/> 自宅での学習時間が取れない <input type="checkbox"/> 進路について悩んでいる <input type="checkbox"/> 保護者の承諾が必要な書類等の提出遅れや提出忘れが多い <input type="checkbox"/> 学校で使用するものを用意してもらえない <input type="checkbox"/> 部活動に入っていない、休みが多い <input type="checkbox"/> その他：具体的に		
<p>生活に関する状況 (食事、睡眠、遊び、地域 でよく行く場所など)</p>	<input type="checkbox"/> 十分な食事がとれていない <input type="checkbox"/> 睡眠がとれていない <input type="checkbox"/> 身だしなみが整っていない（季節に合わない服装をしている） <input type="checkbox"/> 友達と遊んでいる姿をあまり見かけない <input type="checkbox"/> 地域の集まり、施設等などに来なくなった <input type="checkbox"/> 学校に行っているべき時間に、学校以外で姿を見かけることがある <input type="checkbox"/> その他：具体的に		
<p>身体的・精神的健康状態・ 通院状況等</p>	<input type="checkbox"/> 虫歯が多い <input type="checkbox"/> 精神的な不安定さがある <input type="checkbox"/> 年齢と比べて情緒的成熟度が高い <input type="checkbox"/> 極端な体重の増加・減少がある <input type="checkbox"/> 必要な通院ができていない <input type="checkbox"/> その他：具体的に		
<p>本人が家族の状況やケアに ついて誰かに話せているか</p>	<input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> いる（具体的に： _____）		
<p>ケアのことに限らず、本人が 相談できる相手がいるか</p>	<input type="checkbox"/> いない <input type="checkbox"/> いる（具体的に： _____）		

4 ケアを必要としている家族について

生活保護受給有無	有 ・ 無	その他家計状況等	
ケアを必要としている家族の続柄、氏名、年齢 (複数人いる場合は列記)		続柄 () 氏名 () 年齢 ()	
家族の状況 (複数人ケア相手がいる場合、それぞれについてわかるように具体的に記載)	① 高齢(65歳以上) ② 幼い ③ 要介護(介護が必要な状態) ④ 認知症 ⑤ 身体障害 ⑥ 知的障害 ⑦ 精神疾患(発達障害など)(疑い含む) ⑧ 精神疾患以外の慢性疾患(がんや難病など) ⑨ 依存症(アルコール依存症、ギャンブル依存症など)(疑い含む) ⑩ ⑦、⑧、⑨以外の病気 ⑪ 日本語を母語としない ⑫ その他:具体的に		
	具体的に記載(障害者手帳有無、介護認定有無、ADL 等もわかれば記載):		
疾患・障害等の状況 (名称、発症年月、経過等を記載)			
必要なケアの内容			
すでに受けている支援内容 (行政サービス等)・頻度			
すでに携わっている支援機関リスト ※医療機関、地域の支援機関等もあれば記載のこと	(事業所名、担当者、連絡先)		
家族側の意向			
就園・就学状況			
その他の家族の状況、留意点・特記事項	(家族との関係・成育歴など)		

5 相談履歴 ※このシートは組織における内部管理用にご使用ください。

	対応者の見解	相談に対する組織判断 (緊急対応の要否含む)
対応日: __年__月__日 対応者: () ↓ 組織確認日: __年__月__日 確認者: ()		
対応日: __年__月__日 対応者: () ↓ 組織確認日: __年__月__日 確認者: ()		

支援検討シート

開催日時 _____ 作成日 _____
 開催回数 第 _____ 回 _____ 作成者 _____
 開催場所 _____

情報共有に関する本人同意

有 ・ 一部有 (範囲 _____) ・ 無 【 年 月 日 時点】

1 基本情報

フリガナ		管理番号
氏名※	(性別)	
生年月日・年齢	(S・H・R) 年 月 日 (歳)	

※本人同意が取れていない段階ではイニシャル表記

2 会議出席機関・出席者 (会議招集機関に◎)

子供家庭支援センター・ 児童福祉		教育委員会	
児童相談所		学校	
地域包括支援センター・ 高齢者福祉		医療機関・訪問看護	
特定相談支援事業所他・ 障害福祉		社会福祉協議会	
生活福祉 (福祉事務所等) ・ 自立相談支援機関		民間支援団体 (団体名も記載)	
保健所・保健センター		その他	

3 本人家族の認識・困りごと・支援を受けることへの意向、 やりたいこと等の希望課題・ニーズ

本人の意向	(食事、睡眠等に関すること) (学業に関すること) (進路に関すること) (遊び、やりたいことなどに関すること)
ケアを必要とする家族 や家庭の状況・意向	
保護者の意向 (ケアの相手が保護者 以外の家族の場合)	

3

府中市ヤングケアラーネットワーク会議
委員・事務局名簿（令和6年度）

委員

- 奈良 環 文京学院大学 人間学部 准教授
 友田 智佳恵 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 スピーカーズバンク
 ★南澤 かおり こどもの居場所作り@府中 代表
 ★島村 八重子 全国マイケアプラン・ネットワーク 代表
 大谷 恭平 一般社団法人Youth Action for Fuchu Co-study space "Posse" 事業代表
 長代 則彦 府中市民生委員児童委員協議会 主任児童委員
 橋本 直也 株式会社Kids Public 代表取締役・医師
 ★渡邊 賢太郎 府中市社会福祉協議会 地域活動推進課 まちづくり推進係 地域福祉コーディネーター
 ★宮武 茜 府中市多文化共生センターDIVE 職員
 ★宮崎 やよい 府中市 子ども家庭部 子ども家庭支援課（相談担当） 相談担当主査
 新藤 和博 府中市 子ども家庭部 児童青少年課 青少年係 係長
 ★濱田 昌也 府中市 教育委員会 教育部 指導室 教育指導担当主幹
 ★石渡 通暁 府中市 教育委員会 教育部 指導室 室長補佐
 土橋 優介 府中市 福祉保健部 地域福祉推進課 課長補佐兼社会福祉係長
 須田 到 府中市 福祉保健部 生活福祉課 自立生活支援担当主査
 伊藤 順子 府中市 福祉保健部 高齢者支援課 相談担当主査
 ★小島 匡弘 府中市 福祉保健部 介護保険課 介護保険制度担当主査
 ★大田 晶子 府中市 福祉保健部 障害者福祉課 サービス支援担当（精神・発達）主査

事務局

◆子育て世代包括支援センター「みらい」

- 石田 淳子 府中市 子ども家庭部 子ども家庭支援課 課長
 藤川 光 府中市 子ども家庭部 子ども家庭支援課 課長補佐
 島村 真由美 府中市 子ども家庭部 子ども家庭支援課
 向山 彩音 府中市 子ども家庭部 子ども家庭支援課
 松浦 芹奈 府中市 子ども家庭部 子ども家庭支援課

◆一般社団法人ケアラーワークス

- ★田中 悠美子 代表理事
 新井 美子
 松崎 実穂
 横川 あゆみ

※★は府中市ヤングケアラーサポートブック作成委員会委員を兼ねる。

府中市ヤングケアラーサポートブック

発行日 令和7(2025)年3月

発行 一般社団法人ケアラーワークス

編著者 一般社団法人ケアラーワークス

〒183-0022

東京都府中市宮西町4丁目13番地4番 とりときハウス302

TEL 042-309-5130

府中市子ども家庭部子ども家庭支援課

子育て世代包括支援センター「みらい」

〒183-0023

東京都府中市宮町1丁目41番地 フォーリス3階

TEL 042-319-0072

編集協力・デザイン*株式会社アダプティブデザイン

マップデザイン*浪川真則 (Wave Sun Design)

表紙イラスト*チアキ (ぶるすあるは)

この冊子は日本財団の助成（ヤングケアラーとその家族を支援する包括的支援推進自治体モデル）により作成されました。

府中市ヤングケアラーサポートブック

令和7年3月

府中市ヤングケアラープロジェクト
一般社団法人ケアラーワークス・府中市