ちょっとでも気になったら
まずは相談

２０２０年４月、江戸川区に児童相談所「はあとポート」が開設されました。「すべての子どもたちに笑顔を」を掲げ、区内の全ての子どもたちを見守り支える施設です。１８歳未満の子どもに関することであれば、どんな相談でもＯＫ。もちろん、ヤングケアラーへの支援を一緒に考えます。

江戸川区児童相談所
TEL 03-5678-1810

その他、みなさん馴染の下記の施設でも相談に応じてくれます。

なごみの家
子どもから熟年者まで誰でも集える交流の場。年齢や障害の有無に関わらず、誰もが相談でき、気軽に集えるまちの福祉拠点（区内９カ所）。

熟年相談室
熟年者の暮らしを地域で支える総合相談窓口。介護を担う家族の相談にも応じます（区内 27 ヶ所）。

健康サポートセンター
こころの悩み 生活習慣など主に健康にかかわる相談を受け付けます。ケアを担う家族の相談にも応じます（区内８ヶ所）。

はじめまして
ケアラーパートナー
～ 木の根っこ ～です。

私たちは、介護士、ケアマネジャー、相談員、社会福祉士、薬剤師、助産師… 職種は異なりますが、医療・福祉・保健に携わる仲間です。２０１９年１１月、ケアラーの実態調査「ケアを担う子どもたち・若者たちを支援するための調査」を実施し、調査結果を基に江戸川区で暮らす「ヤングケアラー」・「若者ケアラー」に必要な支援を届けるための活動を始めました。

木の根っこ…
色とりどりの美しい花や、青々とした緑の枝葉を支えているのは、地中に根を張る「木の根っこ」。そんな木の根っこのように、私たちの活動も地域にしっかり根付かせたい…そんな思いをこめました。

連絡先／03-3652-7212
（ほっと館内 ・～ 木の根っこ ～）

気づいて欲しい
あなたのそばのヤングケアラーに

医療・福祉・保健・教育
を担う
みなさんへ

「ヤングケアラー」という言葉をご存じですか？
医療・福祉・保健・教育を通して、子どもや子どものいる家庭に関わっているみなさんと「ヤングケアラー」への支援について考えたいとこのパンフレットをつくりました。

ケアラーパートナー
～ 木の根っこ ～

過度な家族のケアで学校生活にも影響が出る子どもたち

「ヤングケアラー」とは家族にケアを必要とする人がいる場合に、大人が担うようなケアを引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートを行っている１８歳未満の子どものことです。
ヤングケアラーがケアしているのは、障がいや病気のある親や、高齢の祖父母、きょうだいなどです。ケアをすることで子どもは多くのことを学び、得ることもたくさんあります。しかし過度のケアで学校を休む、宿題ができないといった学業面や健康面、友達との関係にも影響が出ていることが明らかになりました。
国が初めて実施した全国ヤングケアラー調査によると、公立中学校の２年生、公立の全日制高校の２年生の各クラスに、ヤングケアラーが１人から２人いることが分かりました。

あなたの訪問先の家庭にもあなたの周りにももしかして「ヤングケアラー？」

「ヤングケアラー」・「若者ケアラー（＊）」の問題は家庭の中にあって、外からは見えにくいものと言われます。
「ケアラー本人が、自分がケアラーであることに気付いていない」、「家庭の状況を人に知られたくない」などが原因とされています。
必要な支援が子どもや若者に届くためにはまず、支援を必要としている子どもや若者を発見することが大切です。皆さんが訪問する家庭に、皆さんの周りに、支援を必要としている子どもや若者がいるかもしれません。

＊：１８歳～おおむね３０歳までのケアラーを想定。ケアの内容はヤングケアラーと同様だが、ケア責任がより重くなることもある。若者ケアラーには、ヤングケアラーがケアを継続している場合と、１８歳を越えてからケアがはじまる場合とがある。

ヤングケアラーには支援が必要です～私たちに出来ること～

ヤングケアラーである子どもたちは、成長期のとても大事な時期にあります。若者ケアラーたちもまた、進学や就職といった人生の節目の時期を迎えています。
このような時期に、ケアラーである子どもや若者が健康面や生活面への多大な影響を受けることなく、また、ケアの負担を担うことのない他の子どもや若者と同じライフチャンスを持つことができるように、ヤングケアラー・若者ケアラーが必要としているニーズを適切に捉え、支援していく必要があります。そのためにも、私たちが早期にケアラーを発見し、支援につなげることが大切です。

こんな子どもが「ヤングケアラー」

提供：一般社団法人日本ケアラー連盟

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

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

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

ヤングケアラー体験談　大学１年生の時に１０年間の僕の介護生活が終った

僕が小学校４年生の時、祖母は大腿骨を骨折。それ以来杖を欠かせない状態になった。６年生の時には、脳梗塞を起こし入院。退院後に認知症を発症した。その頃から僕は、同じ敷地内の祖母の家で過ごした。母とは生き別れ、父は仕事で不在がち、姉も仕事で忙しく、自分が祖母の世話をするようになった。年々認知症は進み、目が離せない状態となり、電話が頻繁にかかってくるようになった。大学受験が迫った夜中の電話は本当につらかった。大学１年生の時に、祖母は自宅で転倒し施設に入所。僕の１０年間の介護生活が終わった。
学校の先生はよく相談に乗ってくれた。ヘルパーやケアマネジャーの支えがあって、僕は祖母の介護が続けられた。
入所後祖母は、穏やかな表情になり、施設で９５歳の天寿を全うした。

下谷正樹さん（仮名・現在２５歳）