

【4】ヤングケアラー支援に関する自由回答結果

ヤングケアラーへの支援について、意見・要望等を自由記述方式で尋ねたところ、以下のような意見がみられた。なお、自由記述については、原文の意図を変えない範囲で誤字等を修正し、抜粋して掲載している。

1 小学生

① 相談しやすい環境づくり、相談体制の充実

- ・家族に何かあったら相談に乗ってもらいたい。
- ・悩んでいる子どもたちに相談されたら、真剣に答えてあげてほしいです。
- ・人生相談などを親や友達に知らせないようにしてほしい。
- ・相談所の人に相談できる紙を送る。
- ・悩み相談のチャット、電話についてです。学校などで電話番号を配られますが、スマートフォンがないこと、家の電話が使えないことなどで、悩み相談をする人が少ないのではないかと思います。他に手段があればいいなあと思いました。

② 話を聞く、理解する、優しくする、寄り添う(心のケア)

- ・何も言っていないだけでも、気付いて言葉を掛けてほしい。
- ・あまり怒りすぎず、子どもの気持ちに寄り添って、優しく対応してほしい。
- ・お世話をしている子どもを褒めてほしい。
- ・家族のためにやっても、疲れてしまったり、ストレスを抱えているかもしれないので、寄り添ってあげることが大切。
- ・普段から気を配ったり、体調がすぐれない場合は、何が大変だったか話を聞くことが必要だと思います。

③ 家事や育児などの手助け・支援、負担を減らす

- ・しんどそうだったら手伝ってあげたりしたらいいと思う。
- ・家に来てもらって、家事やお世話などの手伝いをしてもらいたいと思いました。
- ・地域の大人たちがその人たちの家に行って、手伝いがあれば手伝いをする。
- ・1日何時間か無料のお手伝いさんなどが、来てくれるキャンペーンなど。
- ・支援団体をつくって、家族のお世話をしたらいいと思います。

④ 世話などをしなくてもよい時間や場所づくり(レスパイト)

- ・親が忙しくてお世話ができないことがあるのは分かっているけど、自分の時間を少しでもいいからほしいです。
- ・自分だけの時間。マッサージ。笑顔。思いやり。
- ・自分の好きなことをする時間や休む時間も必要だと思う。
- ・家族のお世話をしている子どものために必要なことは、気分をリフレッシュすることだと思います。
- ・1日や1週間ぐらい何もしなくていい日をつくる。

⑤ 家族からの支援、家族にしてもらいたいこと

- ・お世話してくれたお礼におこずかいをあげたり、お菓子などの好きなもの(ご褒美)をあげたりする。
- ・大人に、時間の使い方を見直してほしい。子どものことを知ってほしい。
- ・仕事で時間がないのかもしれないけど、その家族のお世話をしている子が辛いかもしれないので、なるべく早く仕事を終わらせて、できる範囲で家族のお世話をしてあげましょう。できないのであれば、おじいちゃんやおばあちゃんを呼んで、家族のお世話をしてもらいましょう。
- ・仕事などは午前はお父さんで、午後はお母さんなどというように、子どもだけに世話をさせる時間を極力少なくしたらいいと思います。
- ・大人の人たちは自分のことをきちんとし、子どもがいる人はその子の面倒をきちんと見るということが当たり前だと思います。なので家族のお世話をしている子どもには、きちんとしたお母さん、お父さんなど家族が必要だと思いました。

⑥ 周囲の大人(地域・近隣・親戚など)の理解や協力

- ・従兄弟に相談したら引き取ってくれました。
- ・昔、家族のお世話をしていた人(同じ経験をした人)などからアドバイスをもらう。
- ・たまに地域の人とかが、その子のために少し手伝ったりしたらいいと思います。
- ・時々、親戚や近所の知り合いの大人の人に、家族の世話をしてもらう。
- ・周りの人が家族のサポートをしたり、そういう取組をつくったらいいと思います。

⑦ 健康の維持・増進への支援

- ・コロナにならないために協力してほしい。
- ・すごく助かることをしていると思うけど、まだこの年は大人に比べ幼いので、自分の健康を優先することが必要だと思います。
- ・自分の健康状態を知ってほしい。
- ・健康など病院に行くときのお金など。お手伝いをしている子の睡眠などの健康管理。
- ・我慢をしないことが大切だと思います。我慢をすると自分の体調管理ができなくなったり、ストレスがたまる可能性があるからです。

⑧ 学校におけるサポートや配慮、学習支援

- ・学校はリモート授業にする。(家の人がいいつでも見えるから。)
- ・学校側が生徒の情報を管理して、もしヤングケアラーならその子に定期的に訪問するなり、教育委員会に相談して、介護の人を手配するなどやってほしい。
- ・悩み相談室が学校にあったら、家族のお世話をしている子どもの負担が、少しは軽くなると思う。
- ・ヤングケアラーの子が「宿題ができず怒られる」と言うのを聞いたことがあるので、先生たちが配慮してあげた方がいいと思う。
- ・家で気軽に勉強ができるサイト等をつくること。

⑨ ボランティア活動や募金活動、寄付

- ・募金をする。ご飯や文房具などを寄付する。
- ・これのボランティアをつくったら良いと思う。
- ・学校には、募金活動をしてほしい。大人にはボランティア活動を手伝ってほしい。
- ・寄付団体をつくり、介護で困っている子どもに寄付金を集めて、手伝いをしてあげたり寄付金をあげたりして、少しは楽になるように助けてあげる。
- ・ちょこっとボランティアみたいに、大人の人がお手伝いなどをする。

⑩ 福祉サービスの充実(高齢者、障がい者、子育て支援)

- ・生活支援をする人を派遣したり、生活支援の施設などを利用するようにしてもらったらいいと思います。
- ・家事などの手伝いをするという仕事をつくるのが、必要だと思います。
- ・小さい子が通える保育所や幼稚園をつくる。高齢者が通える老人ホームなどもつくる。
- ・お世話をしている子どもの学校とお世話をされている人のための施設が一つになった施設が必要だと思います。その施設があると、今までお世話をしていた学校に行けなかった子どもたちが学校に行けて、お世話をしてもらっている人も同じ施設の中にいるから、何かあっても、すぐに駆けつけることができるから、安心して学校に行けると思います。また、昼食は子どもたちとお世話をしてもらっている人が一緒に食べるのがいいと思います。理由は、子どもたちとお世話をしてもらっている人との交流ができるからです。
- ・高齢者などに施設に入ってもらえるように呼び掛ける。

⑪ 衣食住に関する経済的な支援

- ・補助金や道具などを提供して、全員が不自由なく過ごせるようにするのが必要だと思う。
- ・介護している子どもには、できるだけ食べ物や介護のために必要なものなどを送ってあげることが必要だと思う。
- ・1か月に15万円の支援や食料などの支援。
- ・家族のお世話をしている子どもたちに、給付金をあげる。
- ・この世界には、お母さんが障がいだとか、お父さんが病気だとか、ご両親が若い頃に亡くなってしまって、おばあちゃん、おじいちゃんなどの介護をしている子どもたちがいると思います。なので、その子たちのために必要だと思うことは、一つだけあります。その一つとは、お金です。多分、補助金などが出ているとは思いますが、それだけでは介助のお金が足りないという子どもたちもいると思うので、無茶ですが、もう少しだけ国からの補助金を出してくれたら、きっとお金のことで困っている子どもたちも、救われると思います。どうぞ、よろしく願いいたします。

⑫ 実態の把握(アンケート調査等)

- ・家族の世話を子どもの頃からするのは、遊びたいという気持ちがある子も遊びに行けないので、少しでも負担を減らせるように、相談するのも勇気がいる人もいると思うから、このようなアンケートを行って少しでも負担を減らせるようにすると思う。
- ・私は体験したことがないので分かりませんが、子どもが家族のお世話をするのは大変だと思うので、このようなアンケートを何か月に1回程度実施し、家族や自分と向き合えるようになるのが1番いいと思います。「答えたくない」の欄があると気持ちが楽になると思うので、とても良いと思います。
- ・お世話の負担が大きいかわかるサイトなど。
- ・1週間、1か月に1回など、自分の悩みを話す時間や、自分の悩みについてのアンケートをしてほしい。

⑬ 友人関係

- ・家族のお世話をしている子たちは大変だしつらいのに、仲間外れをすることがあるらしいから、みんなが理解していくことが必要。
- ・世の中には、子どもが大人を世話をしている人がいます。その人のことで悪口を言ったりいじめたりするのは、普通の人よりダメなことです。なのでいじめはやめましょう。
- ・まず「～だから」という理由で差別をしないほしい。それに、思いやりの心が大切だと思う。お世話をしている人を外で見かけても、陰口を言ったり、その人について悪く言わない。そして、困っている人がいたら助け合っていけばいい。
- ・たまには、友達と遊ぶことが大事です

⑭ 子どもへの接し方

- ・小さいからまだ怒らずに優しく接してあげる。
- ・世話を当たり前だと思わずに、ありがとうを言う。
- ・周りの大人にしてもらいたいことは、朝、昼に笑顔で挨拶をしてほしいです。
- ・言葉遣いなどには気を付けてほしい。

⑮ その他(ヤングケアラーに関すること)

- ・その人のことも考えて行動することが大切。自分だけ頑張りすぎないように気を付けてもらいたい。
- ・頑張ってもらいたい。
- ・無理のないようにする。
- ・親のためにするのはいいことだが、ヤングケアラーへの対応などを考えていかなければならないと改めて思った。

2 中高生

① 相談しやすい環境づくり、相談体制の充実

- ・困っているときにすぐに相談できるように、ラインとかを使ってできるようにしたい。
- ・ヤングケアラーの相談を聞いてくれる人が必要だと思う。
- ・ヤングケアラーが、気軽に相談できる場を設ける必要があると思う。ヤングケアラーの方々は一人で抱え込んでしまいがちなので、他人事として扱うのではなく、親身になって相談に乗ることが、ヤングケアラーのために我々ができることではないだろうか。
- ・もっと一人一人の子どもなどの若者に向き合い、誰もが相談しやすい環境をつくる。
- ・そういう関係の相談ダイヤルがあるのなら、それがあつことをいろんな方法で広めていく必要があると思う。
- ・ヤングケアラーの人たちが簡単に相談できる、SNSのページを開設すればよい。
- ・学校自体に相談室などを設置して、いつでも話に行けることができれば、ヤングケアラーの方なども気軽に相談に行くことができると思います。
- ・該当者はまず相談すべきだといえはその通りですが、相談した場合、現状がどう変わらうのかが不透明であれば、相談に踏み切れない人も出てくるのではないのでしょうか。

② 話を聞く、理解する、優しくする、寄り添う(心のケア)

- ・まずはその人の気持ちを分かってほしい。
- ・周りがきちんと理解すること。
- ・当事者ではないですが、話を聞くだけでも楽になることもあると思います。ヤングケアラーで悩んでいる人の支援は、間接的にもできることはあると思います。
- ・ヤングケアラーの人たちは支援してほしいと聞くことがあるので、私たちが気持ちを理解していくことが大切だと思いました。
- ・ヤングケアラーはしんどいとか可哀想と決めつけずに、当事者がどう思っているのか聞くこと。
- ・周りにヤングケアラーの方がいる場合、少しでも相談などを聞くなど、自分にできることをして寄り添うこと。
- ・ヤングケアラーのほとんどは、学校に来てない人が多いような気がします。このような学校のタブレットパソコンなどで聞いてみても、来てない人がこのようなアンケートに答えるのは難しいと思います。もし世話する人が自分だけならなおさらです。なので介護の場合、介護施設に入れてあげたりするなど、一人一人意見を聞きどのようにしてほしいかを考えるべきだと思います。
- ・話を聞くことだけでも心のケアにつながると思うので、話を聞いてあげる機会を設ける。家を訪問する。

③ 家事や育児などの手助け・支援、負担を減らす

- ・無償での支援が、家族が多い家にとって、とても助かります。
- ・県などからの支援が必要なんじゃないかなと思います。
- ・市役所の人や手が空いている人などで支援していく。
- ・各家庭に合った支援をしていく必要があると思います。

- ・幼い頃から本来、大人がやるべき家事・育児などをするのは、その子の自由な時間がなくなってしまう。その子の代わりに手伝いをする人がいれば、その子も楽になると思う。
- ・世話をしている人に対して、少しでも給付金などを渡したり、家事代行サービスなどを利用したらいいと思う。

④ 世話などをしなくてもよい時間や場所づくり(レスパイト)

- ・大人がきちんと対応することが大切。また、子どもには夢を追いかけられる場所を確保することも大切なのでは。
- ・ヤングケアラーの人たちの負担を少しでも軽くして、自分と向き合う時間や自由時間をつくってあげてほしいです。
- ・子どもが、やりたいことをできる環境をつくること。
- ・もっと自由に生活を送れるようにしてあげたら、その人たちも楽になると思います。
- ・まずケアをしている子どもに、自由な時間をあげないといけない。
- ・親が障がいなどによって家事ができなくなってしまった子どもたちが、快適に過ごせる場所をつくること。
- ・僕たちと同じ年代でも障がいのある家族のために、毎日夕飯をつくったり洗濯物を干したりして、自由な時間がなくなっている人たちがいることはなくならないかもしれないけど、少しでも自由な時間を過ごせるように、たまには休ませてあげたらいいと思います。

⑤ 家族からの支援、家族にしてもらいたいこと

- ・親も大変だと思うけど、子どもにもやりたいことをやらせてあげ、自由をもっと与えなければならぬと思います。
- ・子どもがお世話をしていて、それについて悩んだり困ったりしているのなら、親などが相談を聞いてあげたりして、その悩みが少しでも解決できるようにしてあげたらいいと思います。
- ・親にもっと自覚ある行動をとってもらおう。
- ・家族の中で誰か一人に責任を押し付けるのではなく、全員で分担し、自分ができることをする。
- ・まずは大人の方が家族の世話などをしたり、協力することが大事だと思います。時間がない人もいるかもしれないけど、少しでも何かできることをしていくと権利も守られていくと思いました。
- ・子どものいる親は、しっかりと子どもの生活を支えることが大切だと思う。

⑥ 周囲の大人(地域・近隣・親戚など)の理解や協力

- ・大人からヤングケアラーへ声を掛けてほしい。(相談しづらいから)
- ・周囲の大人が異変に気付くこと。周りの大人が協力したり、サポートしたりする。
- ・しっかりと地域の人の様子を確認したり、コミュニケーションをとったりしたらいいと思う。
- ・家族や親戚間だけの協力ではなく、地域の人への支えも大切だと思う。

- ・少々非現実的ではあるが、ヤングケアラーの認知、また、それをカバーする人間関係や地域政策、制度などが必要だと思う。
- ・地域の人と関わっていき、助け合える地域づくりを大切にしていくこと。ヤングケアラーの人の話を聞いたりして支えていくこと。
- ・地域でヤングケアラーをサポートする仕組みや個人の理解が必要だと思う。

⑦ 健康の維持・増進への支援

- ・生活習慣をよくする。
- ・ヤングケアラーの体調面だったり、教育面だったりをしっかりする。
- ・栄養バランスのとり方を教える。
- ・一人一人が自分を制御したり体調管理をしたりして、〇〇依存症や病気にならないようにする。
- ・ストレスをためすぎないようにしてほしい。
- ・定期的に子どもたちにアンケートを取ったり、子どもたちの体調を気に掛ける。
- ・コロナなどの新型のウイルスにかかった場合の対処法。

⑧ 学校におけるサポートや配慮、学習支援

- ・学校側が、生徒がヤングケアラーであるということを理解する。
- ・学校の先生がいち早く気付くこと。言いたくても何らかの事情があって言いづらい場合もあると思うので、先生方がよく生徒を見ることが必要だと思う。
- ・ヤングケアラーをサポートする専門の人を、学校に1人常駐するようにする。
- ・タブレットなどが学校で普及しているので、ヤングケアラーに限らず学校に来れない子どもなど、家から授業を受ける環境づくりが大切になってくると思う。
- ・学校の先生が定期的に、個別に生徒と話をする。
- ・学費の後払い制度（出世払い）を一般的にする。
- ・今はSNSの利用が増えているので、それを使って勉強方法を考える。
- ・県立高校のバイトの許可。
- ・分かりやすい漫画などにまとめ、授業などで取り入れる。

⑨ ボランティア活動や募金活動、寄付

- ・まずは自分がそのことを知り、SNSを通じて応援や寄付などをする。
- ・募金活動を全国的に広げていって、集まったお金を悩んだり苦しい思いをしている人に寄付をする。
- ・ヤングケアラーを支援する募金をしたり、団体をつくったりして、ヤングケアラーの子どもを守る必要があります。
- ・周りの人の目につきやすい場所にヤングケアラーのことを書いて、募金の呼び掛けをする。
- ・必要な資金や日用品などを寄付する。
- ・国がヤングケアラーの人たちにお金を寄付して、ヤングケアラーたちの生活を少しでも楽にしてあげることが大切だと思います。

- ・障がい者や病気の方の支援活動を、ボランティアを募集して行う。
- ・派遣的な人が必要なのは確かです。ただ、無償にすると派遣される人も生活しているので難しいし、かといって子どもたちの家族にそれだけのお金を払えるかは分からないので、ボランティアの範囲でできることはボランティアとして人を集めて、派遣の部分を政策としてつくりあげるしかないかと思います。

⑩ 福祉サービスの充実(高齢者、障がい者、子育て支援)

- ・1か月無料で家族の誰かを支えてくれる施設などをつくる。
- ・ヤングケアラーの人だけを対象とした無料介護施設を建てる。
- ・地域包括支援センターなどが、家事や家族の世話などを行うようにして、子どもの負担を減らす。
- ・ヤングケアラーが介護をするのではなく、介護士を派遣したらいい。
- ・障がいがある方や高齢者の支援施設を増やす。援助金を用意する。
- ・税金でヤングケアラーを助ける団体の創設をする。
- ・公共の福祉サービスをより充実させる。

⑪ 衣食住に関する経済的な支援

- ・母子家庭に給付金を配っているけど、結局はほんの少しの足しにしかならなくて、生活は苦しいままなので、もっと額を増やすとか食費とかも少し負担してくれるような制度をつくってほしいです。
- ・金銭面での援助。
- ・そのような人たちが過ごせる家などをつくって、少しでも生活に必要なお金を減らす。
- ・できるだけ申請が簡単な支援金。
- ・奨学金の支援。
- ・金銭的な支援を手厚くすることが一番の支援になると思う。私も母子家庭なので、金銭的な不安がとても大きいです。
- ・政府がもっと関心を持ち、資金を与えていくべきである。
- ・福利厚生としてでも何でもいいと思うが、ヘルパーさんを雇うための金銭面の援助など一時的でも具体的な策を提案すべきだと思う。

⑫ 実態の把握(アンケート調査等)

- ・日頃から、このようなアンケートをとっていくべき。
- ・このアンケートはとても良いことだと思うけど、もちろん答えたくない子もいるので、おうちの方などにもアンケートなどを取ったほうがいいと思いました。おうちの方はクロムブックを持っていないので、紙などに書いて先生に提出したらいいと思います。
- ・ヤングケアラーの数や実態を自治体や児童相談所などがきちんと把握し、適切な対応を行わなければならない。
- ・当人は気付かない場合のほうが多いと聞いたので、アンケートなどで周囲の人やクラスの人に気になる人や心配な人を聞くようにしたほうが、より身近な客観的意見を聞くことができ、ヤングケアラーの早期発見、素早い支援ができると思いました。

- ・家族の中に病気や介護が必要な人はいないか、またいたら介護をしてほしいかを県民全員に聞くといいと思います。
- ・ヤングケアラーの人は周りの人に相談しにくいと思うので、アンケートを実施して現状を知った上で、対応することが大切だと思います。

⑬ ヤングケアラーに関する認知度を上げる

- ・ちらしを増やす。テレビ番組でこのようなことについて考える、ネット通信番組をつくってほしい。
- ・みんなに存在を知ってもらうために、ポスターを描く。
- ・私自身も中学生になってから知った言葉なので、もっと身近な人たちに教えてほしいです。授業に取り入れるとか。
- ・まず、このような調査を取り、愛媛県でのヤングケアラー数を把握し伝えられる範囲の内容を県民に伝え、ヤングケアラーについて知ってもらい、県民全員にできること、例えばスーパーや病院、道端で見守りやお世話をしている子どもがいる場合、声を掛けてあげたり、できる範囲で手伝ってあげたり、相談に乗ってあげたり等、自分ができるところを手伝ってあげることが大切。
- ・ヤングケアラーの自覚がない人もいるので、もっとどんなことがそれに当てはまるのかを人々に知ってもらう。そうすることで、周りから指摘されるため気付き、相談する人が増えるかもしれない。
- ・ヤングケアラーの早期把握のために、教育関係者、医療、介護、福祉関係者などに研修を実施していただいて、私たちがそれを聞いて理解を深める。
- ・「ヤングケアラーがいる、その人を助けないといけない」と言うことをニュースなどで聞くが、実際僕たちには何ができるのかが、いくら考えても分からない。そのため、どんなことができるのか、何に気を付けるべきかなどを一緒に伝えてほしい。

⑭ 友人関係

- ・友達にヤングケアラーについて教えてあげる。
- ・相談などをしやすい友情関係をつくる。
- ・ヤングケアラーだと知らずに接していた友達がいたので、自分がヤングケアラーだと言いやすい環境づくりが必要だと思う。
- ・差別、いじめをしない。悪い偏見を持たない。
- ・まずは、障がい者への差別や偏見をなくすこと、これが重要だと思います。そして、交流をするということも大切だと思います。

⑮ 子どもへの接し方

- ・自分は児童相談所にお世話になっております。だけど、子どもの話を尊重しようとしないうし、ヤングケアラーの子どもたちが辛くなっていく一方です。そこは、もう少し改善できることだと思います。
- ・ヤングケアラーと公表したくない子もいるから、絶対に相談されても広めないことが大切。

- ・大人が子どもの目線でものを見る。
- ・大人が子どものことをしっかり考えて、行動することが必要だと思います。
- ・大人の自由だけでなく、子どもの自由も聞くべきだと思います。
- ・子どもの権利もしっかりと保障することが必要だと思います。

⑩ その他(ヤングケアラーに関すること)

- ・周りの人がもっと興味を持ってほしい。
- ・ヤングケアラーは、親が良くないという考え方をやめてほしい。親がしんどいことは身近にいる私たち家族が一番よく知っています。それにもかかわらず、え、ヤングケアラーなんじゃないのと家庭の事情をあまり詳しく知らないのに、言ったりしてこないでほしいです。
- ・ヤングケアラーの人が所属できる組織的なものをつくる。
- ・中学生でも母子家庭、また父子家庭はバイトを許可する。
- ・同じ年齢の同じ境遇の人を集めて、交流すべきだと思う。
- ・いくら「相談して」と周りに言われていても、ヤングケアラーの人たちが誰にも助けを求めないのは、その人が「今更どうにもならない」「どうしようもないことなんだ」と諦めているからだと思う。
- ・国が主となって動いていかないことには、何も変わらないと思う。また、国を動かしていくためには僕たち一人一人が、一人の国民である自覚を持って、選挙や抗議活動、SNSを活用した訴えなどを積極的に行っていくことが大切だと思う。
- ・家族内の状況を収集できる法律を制定すべき。家計が少しでも良くなるように、労働基準法をより順守されるよう、労働基準局に捜査権を与えるべき。特定の難病に対して、国を挙げて治療法の研究をする、もしくは尊厳・安楽死の法律の制定をすべき。

⑪ ヤングケアラーに関すること以外の意見

- ・いろんな人が、世の中にはいるということを理解する。
- ・自分は、障がいや病気にかかった親にまずできることをやりつくして、社会への第一歩へと近づけるようにしていくべきだと思う。
- ・自分から動いて行動するしかないと思う。でも、やりたくてもできない人はいると思うので、身近から頑張るしかないと思います。
- ・あまり家庭内事情にずかずか入ってほしくない。
- ・一人一人が、自分も周りも大切にする。
- ・一人一人が、責任を持つ。
- ・アルコール・薬物・ギャンブルをなくせるように、どんなことが危険なのかをみんなで共有する。
- ・共働きの家庭は、仕事を早く終わらせて帰れるような社会にする。