



ヤングケアラー 授業デザインキット

令和5年2月版
埼玉県教育委員会



埼玉県マスコット
「コバトン」&「さいたまっち」

目次

本資料の活用について

作成
の
目的

配慮
と
留意点

ヤング
ケアラーを
教える
視点

小学校
学級活動
中学年

小学校
社会科
6年生

小学校
生活科

小学校
道徳科
高学年

中学校
道徳科

中学校
社会科
公民的分野
社会保障の
仕組み

中学校
社会科
公民的分野
基本的人権の尊重
(個人への尊重)

中学校
社会科
公民的分野
基本的人権の
尊重
(社会権)

高等学校
福祉科

高等学校
特別活動

御覧になりたい資料を
クリックしてください

巻末資料

参考
資料

ヤング
ケアラー
ハンド
ブック

作成
委員会



本資料の中で、さいたまっちが指しているところは、リンクがあります。クリックすると、そのページに進みます。

本資料の活用について

1 作成の目的

令和2年3月に「埼玉県ケアラー支援条例」が制定されました。条例では、全てのケアラーが個人として尊重され、健康で文化的な生活を営むことができる社会の実現を基本理念と定めています。

少子高齢化が進むとともに、一世帯当たりの人数が少なくなっている現代の日本においては、誰もがケアを担う可能性があると考えられます。

県教育局では、条例の基本理念の実現に向け、学校の日頃の教育活動において「ヤングケアラー」について扱い、児童生徒が「ヤングケアラー」についての理解を深められるようにすることや、ケアを担うことになった時に周囲に相談したり、サービスを活用したりする力を身に付けておくことが重要であると考え本資料を作成いたしました。

各学校においては、ケアの有無に関わらず全ての子供たちが同じように夢を描き、未来を創ることができるよう、本資料を御活用ください。



[掲載リストに戻る](#)

2 児童生徒への配慮

国や県の調査によると小、中、高校生の15人から25人に1人がヤングケアラーであることがわかりました。1クラスを30人と考えると各クラス1人から2人はヤングケアラーが存在するという割合です。そのため、把握していなかったとしても、どの学級にもヤングケアラーが存在していると考え、授業を実践する必要があります。

右の図は、県が令和2年に行ったヤングケアラーの実態調査において、ヤングケアラーである生徒が回答した学校や行政に求める支援、悩みや要望の自由意見の抜粋です。

これを見ると、支援を求めている、そっとしておいてほしいと考えていたり、その思いは様々です。

授業を実践するにあたっては、それぞれの児童生徒にあった配慮を考えておく必要があります。次のページに授業を実施するにあたっての代表的な留意点と配慮の例を示しましたので、参考にしてください。

学校や行政に求める支援、悩みや要望

- ・私は3か月間母が入院しており、重い病気であったため、毎日往復2時間かけてお見舞いに行き、家事の6~7割を担っていました。兄や姉がいましたが中々手伝ってくれなかったため、勉強への負担が大きかったです、何か負担が減る支援があれば安心だと思います。
- ・私はケアすることが負担になっていたとは感じなかったけど、様々な状況の中でケアし、負担になってしまっている人がいるなら、もっと周りの人の理解を深められることができる機会を設けたり、支援をしてくれる環境を整備するべきだと思います。
- ・突然ヤングケアラーが大変だとか、支援が必要と言われても、本当に大変な人はできるだけそっとしておいてほしいと思う。学校でヤングケアラーという人が自分の周りにいるということ教えるのは良いことだと思うが、それによって変に気を遣われたりすると、息抜きのある学校までも失ってしまう。それでもヤングケアラーを手助けしたいならば、正しい知識を広めてほしい。
- ・ヤングケアラーの高校生の交流会をして悩みを打ち明け相談したい。
- ・私の母が倒れた時、先生は私を気にしてくれました。しかし、それがかえって「しっかりやらなきゃ」というプレッシャーで、特別扱いされるのがストレスだったので、このアンケートで、そういう人たちへの関わり方を考えてほしいと感じました。
- ・学校の先生とかに悩みを相談しづらいから、相談しやすいような雰囲気をつくってほしい。
- ・ケアしている人の中には、「周りには言わないでくれ」という人もいると思う。(知られたら冷たい目で見られる、「そんな病気大したことないでしょ」と理解のない人が言うといった理由から)

「埼玉県ケアラー支援計画のためのケアラー実態調査」
(令和2年 埼玉県福祉部地域包括ケア課)

<留意点>

- ・核家族や共働き世帯の増加、世帯当たりの人数の減少など、家族のありかたや家庭を取り巻く環境が変化していることから、ヤングケアラーのいる世帯への批判にならないように留意してください。
- ・ヤングケアラーが担っているケアの内容やその状況は様々です。ヤングケアラーが必ずしも特別な家庭環境であったり、特別な配慮が必要な子供であったりするという理解にならないよう留意してください。

<児童生徒への配慮の例>

ヤングケアラーの中には、学校では自身がヤングケアラーであることに気付かれたくないと考えている児童生徒がいます。事前に、ヤングケアラーについての学習をすることを予告したり、当事者探しにならないように授業中の挙手や発言のさせ方に気を付けるといった配慮が必要です。

また、授業を通して自身がヤングケアラーかもしれないと気付く児童生徒がいます。そのため、授業実施後に児童生徒の心のケアができるよう時間や場所など、相談環境を整えておくといった配慮が必要です。その際、相談員やスクールカウンセラーなどと連携することも考えられます。



[掲載リストに戻る](#)

ヤングケアラーを教えるための視点



ヤングケアラーの基礎的な知識を教える

- ・ 小学校 6 年生 社会科「新しい日本、平和な日本へ」
- ・ 高等学校 特別活動（ロングホームルーム）「在り方生き方教育」



子どもの権利について教える

- ・ 中学校 3 年生 社会科「基本的人権の尊重」（個人の尊重）
- ・ 中学校 3 年生 社会科「基本的人権の尊重」（社会権）



社会保障制度について教える

- ・ 中学校 3 年生 社会科「財政と国民の福祉、社会保障の仕組み」



家族を大切にすることと一緒に、自分を大切にすることを教える

- ・ 小学校 1 年生 生活科「いえのしごとをしらべよう」
- ・ 小学校 3 年生 学級活動「家族のことで困ったときは…」
- ・ 小学校 5 年生 道徳科「かけがえのない家族」
- ・ 中学校 3 年生 道徳科「家族の絆」
- ・ 高等学校 福祉科「多職種連携によるチームアプローチ 利用者中心の協働と実践」



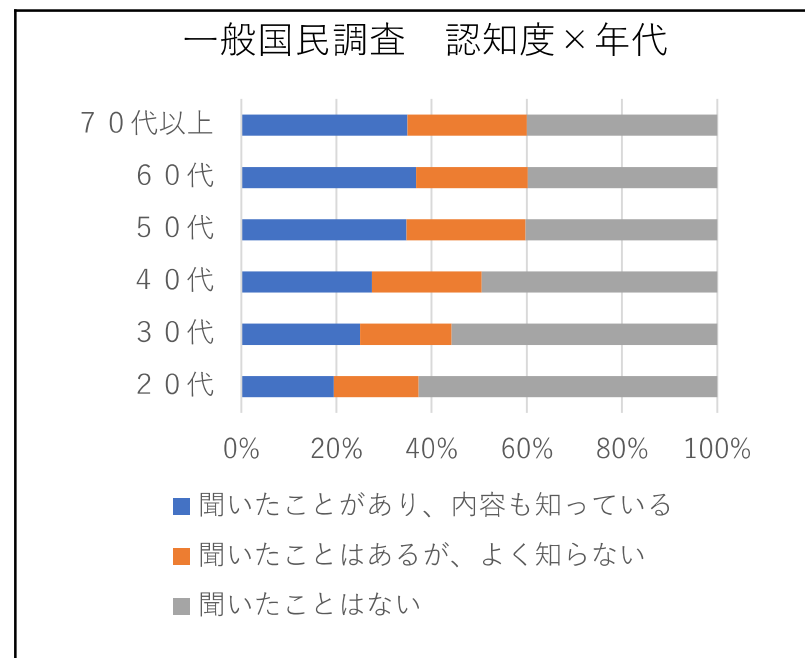
[掲載リストに戻る](#)

ヤングケアラーの基礎的な知識を教える

厚生労働省の令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業における「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」の報告書によると、一般国民のヤングケアラーについての年代別認知度は、60代が一番高く、年代が若くなるほど認知度が低くなっていました。また、その認知経路は「テレビ」が82.4%と最も高く、次いで「新聞」32.5%「Webサイト」14.8%でした。

このような状況を考えてみると、児童生徒のヤングケアラーについての認知度はあまり高くないと考えられ、自覚のないヤングケアラーについては、認知できるようにすることが大切です。

また、認知していたとしても児童生徒がふれた情報のみの断片的な理解に留まっていることがあります。そのためヤングケアラーの多様な実態や状況について教え、偏りの無い知識を身に付けさせることが重要です



厚生労働省 令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業
「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」
(令和4年3月 株式会社日本総合研究所)

授業例

小学校6年生 社会科「新しい日本、平和な日本へ」
高等学校 特別活動(ロングホームルーム)「在り方生き方教育」



掲載リストに戻る

小学校6年生 社会科

主題名「新しい日本、平和な日本へ」

<作成委員から>

この授業は、我が国が歩んできた歴史から、現在の課題について整理し、これからどのような国を目指していけばよいか考え、表現することをねらいとしています。

ヤングケアラーに支援が必要になる背景には、少子高齢化や核家族化など様々な社会や家庭生活の変化があると言われています。また、少子高齢化が進む日本においては、誰もがケアを担う可能性のある時代になったとも言われています。

そこで、本授業においては、現在の日本の社会の課題を理解するため、災害、感染症、エネルギー問題、環境問題、人権問題と多岐にわたる日本の課題から「ヤングケアラー」をテーマに設定しました。また、ジグソー法を取り入れることにより、様々な側面からヤングケアラーについて児童が考えることにより、現代社会の課題やこれからの社会に必要なことなどを考えられるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

第6学年 小学校社会科学学習指導案

- 1 単元名 日本の歴史 「新しい日本、平和な日本へ」
- 2 小単元について
- 3 小単元の目標
- 4 小単元の評価規準
- 5 小単元の指導と評価の計画

(省略)

6 本時の学習計画 (本時 6 / 7)

(1) 目標

- ・現在の日本が抱える課題や果たすべき役割について調べ、考えたことを話し合うことができる。 【思考力・判断力・表現力等】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本小単元では、戦後復興を遂げた現在の日本のよさと課題の両面についてとらえ、これからどのような国を目指していったらよいかを考えることをねらいとしている。

現在の日本には災害、感染症、エネルギー問題、環境問題、人権問題と多岐にわたる課題がある。その中でも、家庭を取り巻く環境の変化は目まぐるしく、教科書の記述では見られないような問題も表面化しつつある。

そこで、本時の授業を行うにあたっては、現在の日本の課題の中でも、児童にとって身近な問題として考えられるヤングケアラーを題材に取り上げ、これからの我が国の在り方について主体的に考えられるようにする。

(2) 展開

時間	学習活動	指導上の留意点 (・) 評価規準 (◇) <評価の観点> (評価方法)
導入 5分	1 前時までの振り返りを行う。	・日本の文化や技術が世界で認められ、社会の発展に貢献していることなど日本のよさについて振り返る。
	2 本時の課題を把握する。	・日本の家族に係る現状が分かる資料を提示し児童の発言をもとに課題を提示する。
	課題 日本はこれからどのような国を目指していけばよいか考えよう。	

展開 33分	3 課題について予想を立てる。	・一人一人に予想を立てる時間を確保する。
	4 3つのグループをつくり、それぞれ別の資料から読み取る。	・主体的な学び合いが行えるよう、ジグソー法の要素を取り入れる。 ・資料は「A ヤングケアラーという言葉の定義と実態 (体験談)」「B 介護が必要な人の増加 (グラフ)」「C 核家族化 (グラフ、比較表)」の3種類を用意する。
	5 グループを再編成し、自分たちのグループで分かったことを伝え合う。	・A、B、Cそれぞれの資料を読み取った人がいる3人組をつくる。 ・資料を見せるだけにならないよう、自分の言葉で伝えるように声をかける。
	6 課題の答えについて話し合う。	◇日本の課題について知り、自分なりの視点から目指すべき日本の姿について考え、表現しようとしている。<思考・判断・表現> (机間指導、ワークシート)
まとめ 7分	7 本時のまとめを行う。	・本日学習したことについて、考えを自分の言葉でまとめる。その際、「これからの日本の在り方で大切にすべきこと」を中心に考えるように発問を行い、個人の家庭環境に目が向かないように配慮する。
	まとめ	戦後、我が国では国民の不断の努力によって国民の生活が向上するなど、復興を果たし世界に貢献できる国になりました。しかし、現在においても少子高齢化や核家族化などの様々な課題が残されています。これからは、それらの残された課題の解決に向けた国づくりが求められています。



掲載リストに戻る

高等学校 特別活動（ロングホームルーム）

題材名「在り方生き方教育」

<作成委員から>

この授業は、高校生として他者や社会に関心を寄せ、様々な人生観・価値観に触れながら、自分の価値観を構築していく中で自身の在り方や生き方について考えていくことをねらいとしています。

埼玉県の調査によると、高校2年生の4.1%がヤングケアラーであるという結果が得られました。高齢化の進行や一世帯当たりの人数が減少している現在の日本においては、誰もがケアの担い手となる可能性があると言われてしています。

そこで、本時の授業を行うにあたっては、ヤングケアラーをテーマに、その生活や実態について理解を深め、「家族のケアに直面した時に、自身はどう生きるか。」「友達がヤングケアラーと気づいたときにどうするか。」「社会に対してヤングケアラーについてどのような支援を求めるか。」という3つの立場から自身の在り方生き方について考えられるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[ワークシートはこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

高等学校 特別活動学習指導案

- 1 題材名 「在り方生き方教育」
 - 2 題材について
 - 3 題材の目標
 - 4 題材の評価規準
 - 5 題材の指導と評価の計画
- } (省略)

6 本時の学習指導 (本時 1 / 1)

(1) 目標

- ・ヤングケアラーの特徴や実態を踏まえた上で、「人間としてどう在るべきか」「人間としてどう生きたいか」を主体的に考え、自分の言葉で説明できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本題材では、高校生が他者や社会に関心を寄せ、様々な人生観・価値観に触れながら、自分の価値観を構築していく中で自分自身の在り方や生き方について考えていくことをねらいとしている。

ヤングケアラーの中には、家族の世話をするという義務感や責任感から自分自身の気持ちを後回しにしている者、勉強や遊びの時間などを他の同年代と同じように享受したいと思いつつも苦しんでいる者がある。そして、誰もが突然そのような状況になる可能性がある。

そこで、本時の授業ではヤングケアラーが増加している社会的要因を整理し、ヤングケアラーの特徴や実態について理解を深める。その上で、ヤングケアラーとしてどう生きるか、ヤングケアラーの友達とどう関わるか、社会はヤングケアラーに対して何をすべきか、3つの立場から考えさせる。

(2) 展開

時間	学習活動	指導上の留意点 (・) 評価規準 (◇) <評価の観点> (評価方法)
導入 7分	1 動画を視聴する。	・厚生労働省作成の【30秒版】「子どもが子どもでいられる街に。～ヤングケアラーって、知っていますか?～」を視聴し、関心を向けさせる。
	2 本時の課題を知る。	・本時の学習内容に加え、在り方生き方教育とヤングケアラーの関係性について説明し、授業の方向性を示す。
	課題 ヤングケアラーに対する理解を深めることを通して「人間としての在り方や生き方」について考えよう。	

展開 38分	3 ヤングケアラーとは何か知る。 <STEP1>	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングケアラーの定義やケアの内容に加え、ヤングケアラーの実態は様々であること、家族をケアするのが悪いわけではないこと、ケアによって子ども自身が苦しんでいるのが問題であることを丁寧に説明する。
	4 社会の変化とヤングケアラーについて考える。 <STEP2>	<ul style="list-style-type: none"> ・少子高齢化や共働き世帯の増加が、ヤングケアラーがうまれる背景になっていることを2つの資料から引き出す。その他、核家族の増加をはじめとする社会の様相の変化については簡単に説明する。
	5 ヤングケアラーの実態について知る。 <STEP3>	<ul style="list-style-type: none"> ・『ヤングケアラーってなに?』を配布し、p.3～5の内容を抜粋して生徒と一緒に読む。その際、重要だと感じる場所には線を引かせる。 ・架空の話から具体的なケアの内容や深刻さを考えさせ、自分にケアを行う自信があるか数字で記入させる。その際、事故や病気などを理由に誰もが突然ヤングケアラーになる可能性があることを気づかせ、生徒が当事者意識をもって活動に取り組むことができるように支援する。
	6 ヤングケアラーを支える仕組みについて理解する。	<ul style="list-style-type: none"> ・『ヤングケアラーってなに?』のp.8～11の内容を抜粋して生徒と一緒に読む。その際、重要だと感じる場所には線を引かせる。
	7 授業の内容を踏まえ、人間としての在り方生き方について自分の考えを書く。 <STEP4>	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲の生徒と記入した内容について共有させる。 ・実際にヤングケアラーの生徒がいることが想定されるので、ヤングケアラーは個人の問題ではなく、社会全体で支えていく必要があるというメッセージを教員から発信する。
		<ul style="list-style-type: none"> ・「あなたがヤングケアラーになったら、どのように生きていくか。」「あなたの友達がヤングケアラーであると相談してきた時、あなたはどうするか。」「あなたは社会に対して、どのようなヤングケアラーへの支援を求めるか。」の中から1つ選ばせ、記入させる。 ・記入している内容に正解はなく、自分の言葉で考えを記入することが重要だと伝える。記入後に共有の時間があることを伝えておく。

		◇ ヤングケアラーに関する学習を踏まえた上で、人間としてどう在るべきか生きるべきか、自分の言葉で説明している。 <思考・判断・表現> (ワークシート)
ま と め 5 分	8 本時のまとめをする。	・周囲の生徒と記入した内容について共有させ、本時のまとめとする。



掲載リストに戻る

子どもの権利を教える

ヤングケアラーについての出張授業を行った際の、児童生徒からの代表的な質問に「お手伝いと大人が担うようなケアとの境界線はどこにあるのか」というものがありました。

ヤングケアラーが担っているケアについての考え方や負担感は様々であるため、担っている役割だけをもって支援の必要性を判断することは困難です。

そこで、一つの目安となるのが「子どもの権利」です。児童生徒に自分たちに認められている権利を教えることで、お手伝いの範囲なのか、それ以上の役割を担っているのかを自分で判断することができるようになります。

同時に、相談できる場所や相手を教え、児童生徒が家族のお世話のことで悩んだり、迷ったりしたときに一人で抱え込まず、周りの人に助けを求めようとする力を身に付けさせることも大切です。

授業例

中学校3年生 社会科「基本的人権の尊重」(個人の尊重)
中学校3年生 社会科「基本的人権の尊重」(社会権)



「子どもの権利条約」とヤングケアラー

子どもの権利条約は、1989年の国連総会において採択され、1990年に発効した。日本は1994年に批准。
[ユニセフ] HPより引用

生きる権利 育つ権利 守られる権利 参加する権利

ヤングケアラーに関連する権利

第2条 差別の禁止	第27条 生活水準の確保
第12条 意見を表す権利	第28条 教育を受ける権利
第17条 適切な情報の入手	第31条 休み・遊ぶ権利 など
第24条 健康・医療への権利	

一般社団法人日本ケアラー連盟

一般社団法人 日本ケアラー連盟
「ヤングケアラーサポートクラス」講演資料より抜粋



掲載リストに戻る

中学校3年生 社会科

題材名「基本的人権の尊重」 (個人の尊重)

<作成委員から>

この授業は、一人一人の個人を尊重し、かけがえのない個人として扱うという考え方を理解し、個人の尊重とはどのようなことを意味しているかを理解することをねらいとしています。

ヤングケアラーは本来であれば大人が担うと想定されるような家族のお世話を子どもが行うことで、子どもの権利に影響が出てしまうことがあると言われています。

そこで、本授業においては、生徒が子どもの権利とヤングケアラーについて知り、その問題と権利を尊重することについて考え、理解できるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[ワークシートはこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

第3学年 中学校社会科（公民的分野）学習指導案

- 1 単元名 第2章 個人の尊重と日本国憲法
 第1節 人権と日本国憲法 「基本的人権と個人の尊重」
- 2 単元について
 3 単元の目標
 4 単元の評価規準
 5 単元の指導と評価の計画
- (省略)

6 本時の学習指導（本時 6／6）

(1) 目標

- ・ヤングケアラーの事例を通して、なぜ基本的人権を保障することが重要なのか、資料に示された事例と憲法との関係を基に個人の尊重や法の下での平等と関連付けて、対話的な活動を通して適切に表現する。 【思考力、判断力、表現力等】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本単元では、一人一人の個人を尊重し、かけがえない個人として扱うという考え方を理解し、個人の尊重とはどのようなことを意味しているかを理解することをねらいとしている。社会の中で弱い立場に置かれる可能性のある人々にとって特に大切な考え方であり、子どもの人権を守っていかねばならない。

そこで、本時の授業を行うにあたっては、ヤングケアラーの生活や実態把握を通して、子どもの人権を保障していく大切さについて考えることができるようにする。

(2) 展開

時間	学習活動	指導上の留意点（・） 評価規準（◇） <評価の観点>（評価方法）
導入 7分	1 「世界に一つだけの花」を聞く。	・人権に関わる言葉、様々な立場の人を大切にしていると思われる歌詞の部分に線を引かせる。
	2 本時の課題を把握する。	
	課題 なぜ基本的人権を保障することが重要なのだろう。	

展開 33分	3 自由権・社会権・参政権・平等権について知る。	・憲法13条、14条を取り上げ説明する。
	4 子どもの権利条約について調べる。	・インターネットを使い調べさせる。 ・どのような権利があるか発表させ、共通理解を図る。
	5 ヤングケアラーについて説明し、ケアをする人、ケアをされる人それぞれの人権について話し合う。	・「ヤングケアラーってなに？中学生編」の冊子又はPDFを活用し、説明する。 ・一人一人が主体的に考えをもてるよう、ペアでの活動の後にクラス全体で共有する。 ・ケアをする側の人に必要な権利をペアで話し合う。 ・ケアをされる側の人に必要な権利をペアで話し合う。 ・全体場で発表する。
	6 なぜ基本的人権を保障することが重要なのかを考え、整理する。	・考えたことをワークシートに記入する。その際に、ヤングケアラーについて理解したことも踏まえて書くよう促す。 ◇ヤングケアラーについて理解し、基本的人権を保障することの重要性について表現している。<思考・判断・表現>（ワークシート）
まとめ 10分	7 本時のまとめをする。	・生徒の発言をもとにまとめる。
	まとめ 社会の中には大人や子ども、介護が必要な人や介護をする人など様々な立場の人がいます。その一人一人が大切にされ、人間らしく幸せに生きるために基本的人権を保障することが大切です。	
		・厚生労働省「子どもが子どもでいられる街に。」の動画を視聴し、基本的人権がすべての人に保障されることが大切だということを感じさせる。



掲載リストに戻る

基本的人権と個人の尊重

3年 組 番 名前 _____

- 1 「世界に一つだけの花」の曲を流します。「人権に関わる歌詞」「様々な立場の人を大切にしていると思われる歌詞」に線を引きましょう。

歌詞～省略～

- 2(1) 「ケアをする側の人」に必要な権利(自由権・社会権・参政権・平等権)とその理由を考えましょう。

【 自由権・社会権・参政権・平等権 】
理由→

- 2(2) 「ケアをされる側の人」に必要な権利(自由権・社会権・参政権・平等権)とその理由を考えましょう。

【 自由権・社会権・参政権・平等権 】
理由→

- 3 ヤングケアラーについて理解した事も踏まえながら、なぜ基本的人権の尊重が大切なのか、文章でまとめましょう。



掲載リストに戻る

中学校3年生 社会科

題材名「基本的人権の尊重」 (社会権)

<作成委員から>

本授業では、「人間らしい豊かな生活を送る権利」としての社会権について理解し、なぜ重要かについて考えることをねらいとしています。

社会権については憲法の条文に「健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」と規定されています。しかしヤングケアラーにとってそれが十分に満たされていない可能性があること、また社会権の中でも重要な「教育を受ける権利」が十分に行使できない場合があります。それだけでなく、スポーツや文化的活動、適切な休息や友人との遊びなど、子どもの時期に経験しておくことが必要な様々な活動が十分にできなかったり健康面に影響が表れてしまったりする場合も考えられます。

そこで、本授業の実施にあたっては、ヤングケアラーという存在を、さまざまな社会権および、生徒にとって身近である子どもの権利と関連させて理解することができるようにします。また、ヤングケアラーを支える仕組みについても取り上げ、互いの立場を考えよりよい在り方につながるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[ワークシートはこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

第3学年 社会科（公民的分野）学習指導案

- 1 単元名 第2章 個人の尊重と日本国憲法
第2節 人権と共生社会 「社会権」
- 2 単元について
3 単元の目標
4 単元の評価規準
5 単元の指導と評価の計画

(省略)

3 本時の学習計画（本時4／6）

(1) 目標

- ・社会権にはどのような種類がありどのような権利かを理解する。 【知識及び技能】
- ・社会権がどのような背景から保障されてきたかをふまえ、社会権は私たちにとってなぜ重要なのかを考え、説明することができる。 【思考力、判断力、表現力等】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本時では、「人間らしい豊かな生活を送る権利」としての社会権の学習の中で、ヤングケアラーの存在や課題について触れる。社会権については憲法の条文に「健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」と規定されている。しかしヤングケアラーにとってそれが十分に満たされていない可能性があること、また社会権の中でも重要な「教育を受ける権利」が十分に行使できない場合があることを理解する。また、それを支える仕組みについても理解し、ヤングケアラーの現状や課題についての認識を深め、互いの立場を考えよりよい在り方につながるようにする。

(2) 展開

時間	学習活動	指導上の留意点（・）評価規準（◇） <評価の観点>（評価方法）
導入 7分	1 授業開始の心構えを整える。（持ち物、挨拶）	・元気な挨拶と正しい服装で、整った姿勢と気持ちを持って授業に臨むよう働きかける。
	2 「人間らしい生活」とはどんなことか、現時点の考えを出し合う。	・現時点のイメージを出し合い、授業の方向性づけにつなげ関心を高める。
	3 本時の課題を把握する。	
	課題 社会権とはどのような権利で、なぜ重要なのだろう。	
展開 35分	4 憲法の条文（第25条）を教科書で確認し、基本的な語句を確認する。	・19世紀の産業革命の時期、格差の拡大や環境の悪化で生まれてきた権利であることを歴史の学習から引き出す。 【学習内容】

		<ul style="list-style-type: none"> ・「健康で文化的な最低限度の生活」 ・「生存権」という ・生活保護法の根拠である ◇生存権が社会権の基本であることを理解している<知識・理解>（生徒観察、ワークシート）
5	「ゆたかで人間らしい生活」に必要なものはどんなことか、グループで話し合う。	<ul style="list-style-type: none"> ・衣食住やお金などの物質面以外から考えさせ、趣味やスポーツなどの精神面や、教育、遊び、自分の時間などの面に意識が向かうよう発問する。 【予想される生徒の反応】 ・教育を受けること ・働くこと ・音楽やスポーツなど ・自分の時間
6	教育と勤労が、人間らしい生活にとってなぜ重要かグループで話し合う。	<ul style="list-style-type: none"> ・現在受けている教育の意義や、勤労の意義を理解し、将来のキャリアなどへの意識につなげる。 【予想される生徒の反応】 ・生活や職業に必要な知識や技能、人間関係などを身に付けるため ・収入の安定とともに、人生を充実させ、社会の役に立つため ◇人間らしい生活のために、教育と勤労の権利が保障されていることを理解している<知識・技能>（生徒観察、ワークシート）
7	労働者の権利について説明を聞き理解する。	<ul style="list-style-type: none"> ・歴史（19世紀の欧州、明治の日本）での既習事項を生かす。 ・労働三権について説明する。
8	ヤングケアラーにとっての「ゆたかな生活」の課題を考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・5で出し合った「ゆたかで人間らしい生活」の内容から関連させ、ヤングケアラーの置かれた状況について考える。 ・教育を受ける権利や、既習事項である「子どもの権利」のうち「育つ権利」なども関連させる。 ・実際にあったことや話を聴いて思ったことなどを話す中で、自分の状況について把握し、周囲に相談してもよいことなどを理解する。 【予想される生徒の反応】 ・教育を受ける機会が制限されることがある

		<ul style="list-style-type: none"> ・友達と遊ぶ時間や自分の自由な時間がない ・自分の趣味やスポーツなどにかかる時間が限られるなど
ま と め 8 分	9 本時の学習内容を、基本的な用語を活用しながらまとめる。	<ul style="list-style-type: none"> ・生存権および教育、勤労の権利が私たちの人間らしい生活を支えていることを利器できるようにする。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> まとめ 生存権、教育を受ける権利、勤労の権利などを社会権と呼び、それらの権利により人間が人間らしく文化的に生活を送ることができます。 </div>	<p>◇生存権や教育、勤労の権利が、豊かな人生にとってなぜ重要かを多面的・多角的に考察し、表現している<思考・判断・表現> (ワークシート)</p>
	10 本時の学びを振り返って、振り返りを記入する。	<ul style="list-style-type: none"> ・自らの取組や成果、疑問などについて振り返り次回につなげる。



掲載リストに戻る

社会権

3年()組()番 氏名()

1. 「人間らしい生活」とはどんなもの？

日本国憲法 第25条 第1項

すべて国民は、(①)で(②)な(③)の生活を営(いと)む権利を有する。……「」権

上記のような暮らしを送るために、まず最低限必要なものは、衣食住とある程度のお金。

……病気や失業などで働けない人に生活費を支給する「」法

☆衣食住やお金などの物質面以外でも「ゆたかな暮らし」のためにどんなことが必要だろう？

2. 教育を受けることと働くことは、人間らしい豊かな生活のためになぜ大事なのだろう？

(1) 教育を受けることはなぜ大事？

教育を受けることによって、

ことができる。

☆憲法では、()を無償としている。

「」法……教育の基本方針、平和で民主的な国の創り手を育てること

(2) 人生において、働くことはなぜ大事？

仕事について働くことで、

ことができる。

人間らしく豊かな働き方のために、労働者に認められている「労働基本権」

……やとい主に対して弱い立場にある労働者がやとい主に要求できるよう、

・「」権 ・「」権 ・「」権 ・「」権

が認められている。

3. 「ヤングケアラー」とは、どのような立場なのだろう？

ヤングケアラーとは

本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などのケアを日常的に行っている18歳未満の若者のことです。

ヤングケアラーは、家族のためにさまざまなケアを担っています。



病気や障害がある家族に代わり、家事をしている



病気や障害のある家族の身の回りの世話をしている



家族に代わり、幼い子どもと世話をしている



心が不安定な家族の話を聞いている



病気や障害のある子どもと世話をしている



がん・難病など慢性的な病気の家族の看病をしている



目が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



家計のために働いて、病気や障害のある家族を助けている



日本語が話せない家族や障害のある家族のために通訳している



病気や障害のある家族の入浴やトイレの介助をしている

埼玉県の調査(令和2年) 高2のうち4%の人がヤングケアラー(25人に1人)で、うち75%が高校以前からケアをしている。

親などが病気や仕事のため、高齢の家族や小さい弟・妹の世話などをしている、家事を多く担っている、家族の通訳をしているなどの例がある。

(「ヤングケアラーってなに?」埼玉県福祉部地域包括ケア課)

自分や友達、知っている人について、1つでもあてはまる場合はある?

「ヤングケアラー」にとって、「ゆたかに生きる」うえでどのような権利が十分に保障されなかったり、どのような機会や場面が十分に得られなかったりする可能性があるだろう?

※国連「子どもの権利」も参考にしてみよう。

☆自分自身や身の回りのヤングケアラーの人について、どのようなサポートができるだろう?

本日の振り返り:今日の学習を通してわかったこと、疑問、大切だと思ったことなどを振り返ろう



掲載リストに戻る

社会保障制度について教える

右の図は、「埼玉県ケアラー支援計画のためのケアラー実態調査」において「あったらいいと思うサポート」について県内高校に通う2年生が回答した結果です。

その中には、「病気や障害のわかりやすい説明」や「自分の自由になる時間が増えるようなサポート」というような、社会保障制度と関連が深い項目があります。

そこで、学校で社会保障について教える際には、在宅サービスなどの福祉サービスについての具体的な例や、サービスを受けたい時には市町村の自治体が窓口になることなどを扱い、自身がケアを担ったときに、自ら様々な支援を求めることができる力を身に付けさせることが大切です。

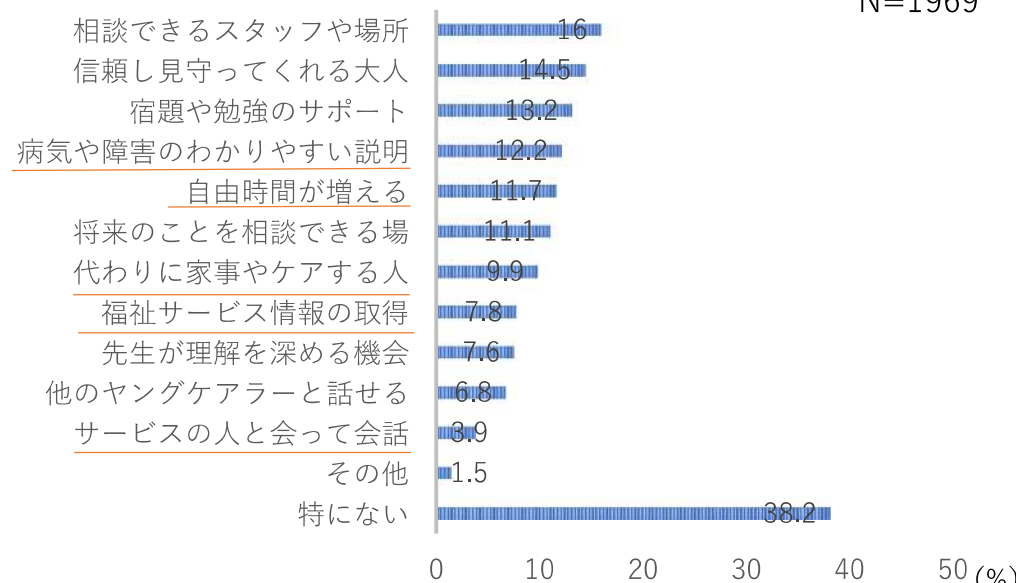
授業例

中学校3年生 社会科「[財政と国民の福祉、社会保障の仕組み](#)」



あったらいいと思うサポート（複数回答）

N=1969



「埼玉県ケアラー支援計画のためのケアラー実態調査」
(令和2年 埼玉県福祉部地域包括ケア課)



掲載リストに戻る

中学校3年生 社会科

題材名「財政と国民の福祉、社会保障の仕組み」

<作成委員から>

本授業では、社会保障制度のあらましを理解することをねらいとしています。

埼玉県が高校2年生に行ったヤングケアラーの実態調査では、ヤングケアラーがあつたらいいと思うサポートについても調べています。その回答には、「病気や障害のわかりやすい説明」であったり「自分の自由になる時間が増えるようなサポート」ということが挙げられていました。

そこで、本授業の実施にあたっては、日本の社会保障制度の4つの柱「公的扶助」「社会保険」「社会福祉」「公衆衛生」について学習し、それらが生涯にわたり私たちの生活を支える役割を果たしていることを理解できるようにするとともに、今までの社会保障制度の枠組みではカバーしきれなかったヤングケアラーを支える仕組みについて触れることで、これからの社会保障制度を考えていけるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

第3学年 中学校社会科（公民的分野）学習指導案

- 1 単元名 第4章 私たちの暮らしと経済
第4節 財政と国民の福祉 「社会保障の仕組み」
- 2 単元について
- 3 単元の目標
- 4 単元の評価規準
- 5 単元の指導と評価の計画

（省略）

6 本時の学習指導（本時3/4）

（1）目標

- ・我が国の社会保障制度の仕組みについて理解する。 【知識及び技能】
- ・社会保障の基本的な考え方と日本の社会保障制度のあらましを理解したうえでこれからの社会保障制度について、持続可能な観点から考察し、表現する。 【思考力、判断力、表現力等】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本単元では、社会保障制度のあらましを理解することをねらいとしている。日本の社会保障制度の4つの柱「公的扶助」「社会保険」「社会福祉」「公衆衛生」について学習するなかで、この制度が生涯にわたり私たちの生活を支える役割を果たしていることを理解させたい。その中でヤングケアラーについて取り上げる。ヤングケアラーを支える仕組みが現在の社会保障制度の枠組みにないため、自治体独自に施策を行い支援を始めたところである。生徒にとって身近なところにあるヤングケアラーの問題を知り実際の具体的な支援に役立てたい。

（2）展開

時間	学習活動	指導上の留意点（・）評価規準（◇） <評価の観点>（評価方法）
導入 7分	1 前時の学習活動との関連を理解する。 2 本時の課題を確認する。	・財政の役割で学習した国の行う公共サービスの代表である社会保障について学ぶことを確認させる。
	課題 わが国の社会保障制度はどのような仕組みになっているのか。	

展開 33分	3 社会保障の考え方が生まれた歴史的背景を知り現代との違いを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・19世紀の産業革命後、ロンドンの劣悪な環境を正し労働者の生活を保障する制度として社会保障制度が誕生したことを理解させる。 ・現代では安定した生活を送るために自助だけでは限界があることに気づかせる。
	4 自助・共助・公助の考え方を知り、社会保障制度の4つの柱とのかかわりを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・生活上のリスクに対し社会全体でセーフティネットをつくり支える必要があることに気づかせる。 <p>【学習内容】</p> <p>共助の考え（社会保険）、公助の考え（公的扶助、社会福祉、公衆衛生）</p> <p>◇日本の社会保障制度について理解する。 <知識・技能>（机間指導）</p>
	5 ヤングケアラーの事例をもとに社会福祉の実際を知り、これからの社会保障制度について考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・やむを得ない理由で自立が困難となる場合としてヤングケアラーの存在を知り、社会福祉について考えさせる。 ・具体的に支援できる人を考えることで身近な問題であることに気づかせる。
まとめ 10分	6 本時のまとめをする。	<p>まとめ 持続可能な社会保障制度には自分で守る（自助）ことに加え、親密な人同士、仲間・地域が助け合う（互助）、社会保障など組織的に共に支えあう（共助）、困った人を助ける（公助）の仕組みがそれぞれ適切に働くことが大切です。</p>
	7 本時の学習内容を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> ・だれ一人取り残すことのない社会の実現のためによりよい社会や未来の担い手として社会保障制度を考えていくことの大切さを話す。 <p>◇これからの社会保障制度について、持続可能な観点から考察し表現している。 <思考・判断・表現>（ノート観察）</p>



掲載リストに戻る

家族を大切にすることと一緒に、 自分を大切にすることを教える

今まで学校では、家族の一員としてできる仕事に取り組むことや、家族のために頑張ることの素晴らしさについて指導してきました。

一方、ヤングケアラーである児童生徒は、家族のお世話を優先しなければならない環境にあり、右のグラフのように自分自身の生活に様々な影響が出ると言われています。

そこで、家族について考える授業を行うにあたっては、家族を大切にすることと同じくらい自分を大切にすることの大切さについても教え、そのバランスを考える力を身に付けさせることや、バランスが崩れてしまったときに周りの人に助けを求めることのできる力を養うことが重要です。

授業例

[小学校1年生 生活科「いえのしごとをしらべよう」](#)

[小学校3年生 学級活動「家族のことで困ったときは…」](#)

[小学校5年生 道徳科「かけがえのない家族」](#)

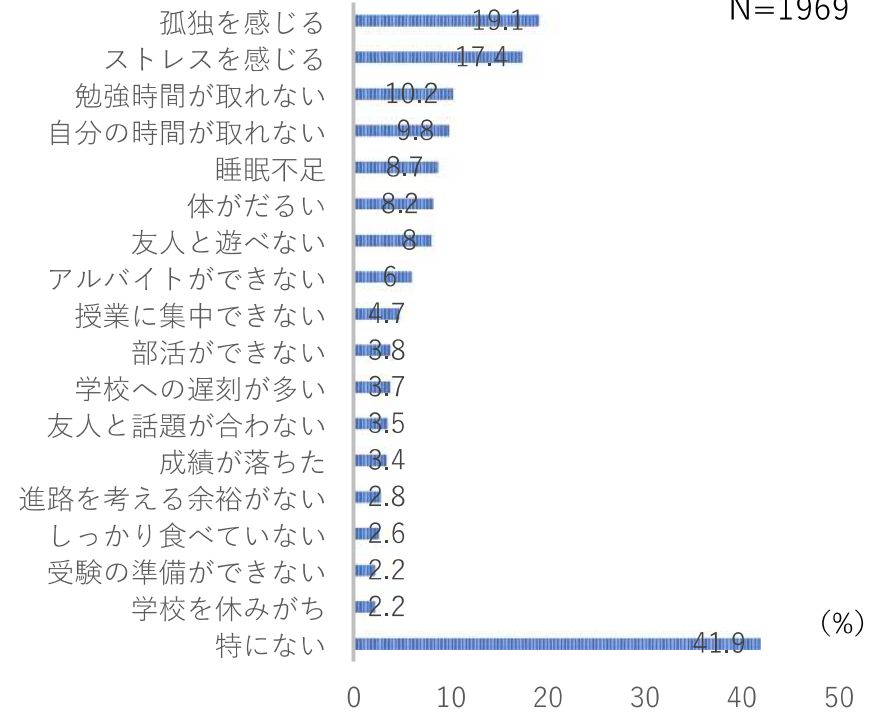
[中学校3年生 道徳科「家族の絆」](#)

[高等学校 福祉科「多職種連携によるチームアプローチ 利用者中心の協働と実践」](#)



家族のケアによる自分の生活への影響（複数回答）

N=1969



「埼玉県ケアラー支援計画のための
ヤングケアラー実態調査」
(令和2年 埼玉県福祉部地域包括ケア課)



掲載リストに戻る

小学校1年生 生活科

題材名「いえの しごとを しらべよう」

<作成委員から>

この授業は、家庭生活にはいろいろな仕事が存在し、その役割を家族みんなで分担していることを知るとともに、自分のできることは積極的に行動しようとする心情を育てることをねらいとしています。

一方、ヤングケアラーである児童は、幼いころから家族のお世話などを当たり前のように担っており、それが日常生活化しているため、自身の生活に影響が出ていたとしてもSOSが出せないと言われています。

そこで、本授業では、家族の一員として家の仕事に挑戦しようとする心情を育てつつ、お手伝いや役割分担の範疇をこえてしまうような「子どもが担うには大きな負担」になったときには家族や教員など身近な大人に相談してよいことを伝え、将来のよりよい家庭生活について考えられるように計画いたしました。

また、この考えは、高学年の家庭科の授業においてもヤングケアラーである児童への配慮として重要であると考えられます。



[指導案はこちら](#)



[掲示資料はこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

小学校生活科学学習指導案

- 1 小単元名 「いえの しごとを しらべよう」(8時間) 第1学年
- 2 単元について
- 3 単元の目標
- 4 単元の評価規準と小単元における具体的評価規準
- 5 指導と評価の計画

(省略)

6 本時の学習指導(本時 2/8)

(1) 目標

- ・家にはいろいろな仕事があり、役割があることに気付いている。

【知識及び技能】

- ・自分の家の仕事について話し合い、自分も挑戦したいという意欲をもつ。

【学びに向かう力、人間性等】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本単元では、家庭生活に関わる活動や、自分自身の生活や成長を振り返る活動を通して、家庭での生活は互いに支え合っていることがわかり、積極的に自分の役割を果たそうとしたり、自分を支えてくれている家族に感謝したりしながら意欲的に生活をしていこうとすることをねらいとしている。

しかし、小学校低学年におけるヤングケアラーの児童は、その自覚がないまま、家族のために「お手伝い」と称して、発達段階にそぐわない家事や家族の世話を日常的に担っている可能性がある。

そこで、本時の授業を行うにあたっては、「家族の一員として役割を果たしたい」「いろいろな家の仕事に挑戦したい」という児童の意欲を尊重しつつ、家の仕事に取り組むときには、児童自身の食事、睡眠、学習、遊びといった基本的な生活習慣に影響が表れないように行うことの大切さも指導する。また本単元を行うにあたっては、家庭の協力が不可欠であるが、児童を取り巻く家庭環境も多様であるため、家の仕事を実践したり、意見交流させたりする際には十分に配慮し、必要があれば児童に個別に声掛けをしたり、話を聞いたりする。

(2) 展開

児童の活動・意識	評価(●)と支援(○)	時間
<p>1 本時の活動を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>いえの人ほどんなしごとをしているか、しょうかいしよう。</p> </div>	<p>○活動内容について把握し、活動の方向性について見通しておく。</p> <p>○教科書に掲載されている、家の仕事の様子の写真を見せながら、前時の活動を想起させる。</p>	3
<p>2 自分の家では、誰がどんな仕事をしているのかをワークシートに書く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・僕の家では、朝ごはんはお母さんが作って、夜はおばあちゃんが作っているよ。 ・お風呂掃除は私とお兄ちゃんがするよ。 ・お父さんが弟を保育園に送っていくよ。 	<p>○前時に児童が発表した家の仕事を短冊にまとめておいたものを掲示し、思い出せるようにする。</p> <p>●家にはいろいろな仕事があり、役割があることに気付いている。</p> <p>【知・技】(ワークシート)</p> <p>○ワークシートの記述から、発達段階にそぐわない仕事を日常的に行っている様子が見られた場合は、個別に声掛けをする。</p>	15
<p>3 カードにまとめたことを発表し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家によって、仕事もやる人も違っているね。 ・大人がたくさん仕事をしているね。 ・子どもがしている仕事もあるんだな。私もできるかな。 	<p>○仕事をやっている人ごとに色を分けて板書し、家族に多くのことをしてもらっていることに気付かせる。</p> <p>○家庭によって、やる仕事や役割が違うことに目を向けさせる。</p> <p>●友達との意見交流を通して、自分も家の仕事に挑戦したいという意欲をもつ。【態】(発言・観察)</p>	17
<p>4 本時の活動を振り返り、自分が挑戦してみたい仕事の見通しをもたせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達がしている仕事を聞いた 	<p>○児童の意欲を称賛する。</p> <p>○次時は家の仕事に挑戦する計画を立てることを確認する。</p> <p>○家の人にやってもよい仕事を聞</p>	10

<p>ら、僕もやってみたくなりました。</p> <p>・お料理をしてみたいな。家の人に聞いてみよう。</p>	<p>いた上で計画を立てることを伝える。</p> <p>○掲示物の絵を見せながら、家の仕事を選ぶ上での注意事項を確認する。</p> <p>・ガスや包丁を使うなど危険を伴う仕事の場合、大人と一緒にいるときに挑戦する。家族に心配をかけてしまう仕事はしない。</p> <p>・自分の食事、睡眠、学習、遊び等の時間が無くなるほど、家の仕事をする必要はない。</p> <p>○自分の生活と家族のための仕事をバランスよく行うことの大切さに気付かせる。</p> <p>○家の仕事に挑戦したり、選んだりする上で不安があるときには、教師に相談し一緒に考えられることを伝える。</p>
--	--

掲示物



掲載リストに戻る



ねむい...



たいへん！ちこくだ



たいちょうが よくないのに・・・



やりたいことがあるのに
じかんがないよ～



[掲載リストに戻る](#)

小学校3年生 学級活動

題材名「家族のことで困ったときには・・・」

<作成委員から>

この授業は、学級活動（2）－ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成 についての授業であり、様々な家族について理解し、現在および生涯にわたって心身の健康を保持増進すると共に、自分や他の生命を尊重していこうとする態度を育てることをねらいとしています。

令和2年に埼玉県が県内の高校に在籍する高校2年生を対象に行った調査では、「ケアをすることで学校生活に影響がある」と回答した生徒のうち、一番多い影響が「ケアについて話せる人がいなくて孤独を感じる」ということでした。孤独や孤立を解消することは、児童の心の健康を保持増進するためにとっても重要であると考えました。

そこで、本授業では、「ヤングケアラー」を題材として、学校のことではなかったとしても悩みや心配事がある場合には、一人で抱えこまずに先生や身近な大人に相談してもよいということが理解できるようにするとともに、教員以外の相談相手として、スクールカウンセラーをゲストティーチャーとして紹介し、児童とつながりがもてるように計画いたしました。

また、身近な大人としては、スクールカウンセラーのほか、地域の民生委員や主任児童委員等の活用も考えられます。



[指導案はこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

第3学年 小学校学級活動(2) 指導案

- 1 題材名 「家族のことで困ったときには・・・」
(ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成)

- 2 題材について
(1) 児童の実態 } (省略)
(2) 題材設定の理由 }

3 第3学年及び第4学年の評価規準

よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
日常生活への自己の適応に関する諸問題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、よりよい生活を送るための知識や行動の仕方を身に付けている。	日常生活への自己の適応に関する諸問題に気付き、解決方法などについて話し合い、自分に合ったよりよい解決方法を意思決定して実践している。	自己の生活をよりよくするために、見通しをもったり、振り返ったりしながら、意欲的に課題解決に取り組み、他者と協力し合ってよりよい人間関係を形成しようとしている。

4 事前の指導 (省略)

5 本時の目標

様々な家族(ヤングケアラー)について理解し、現在および生涯にわたって心身の健康を保持増進すると共に、自分や他の生命を尊重していこうとする態度を育てる。

<ヤングケアラーの扱いについて>

本題材では、様々な家族(ヤングケアラー)について理解し、児童が心身ともに健やかに成長すると共に、自己の健康や安全を保持増進するための確かな行動選択を行うことができることをねらいとしている。その具体的な行動選択の1つとして、悩みや不安な気持ちがあったら一人で抱えこまずに先生や周りの大人に話したり、相談したりできるように指導する。本題材では、具体的な相談相手として「スクールカウンセラー」を紹介する。

ヤングケアラーとは、「家族のために、本来であれば大人がするような家事や家族の世話などを行っている18歳未満の子供のこと」である。中学年という発達段階を考慮して、『ヤングケアラー』とは、家族のためにどんなケアを行っている子供なのか」という理解が進むように具体的なその子どもの姿を示して指導する。

6 展開

段階	児童の活動	指導上の留意点		教材・資料	◎目指す児童の姿(観点) 【評価方法】
		T1 (学級担任)	T2 (SC)		
導入 15分 (つかむ)	1 現在、自分が家庭で担っている仕事(お手伝い)について振り返る。 2 動画「ヤングケアラー編～私たちはヤングケアラーだった～(神谷直樹さん編)」を視聴する。	・事前のアンケート結果を知らせ、子どもが家庭で担う仕事(お手伝い)について様々であるあることを理解できるようにする。 ・神谷さんの置かれていた家庭環境や状況について確かめる。		・アンケート集計表 ・埼玉県ケアラー支援WEB講座の公開動画 ・認知症についての資料	

		<p>【押さえる表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・父子家庭 ・小6から ・認知症だった祖母の介護 ・朝昼晩の食事の準備 ・病院への付き添い ・排泄介助 ・同じ年ぐらゐの他の友達とは違う環境だと感じていた。 						
展開25分 (さぐる)	<p>3 ヤングケアラーについて理解する。</p> <p>ヤングケアラーとは、家族のために、本来であれば大人がするような家事や家族の世話などを行っている18歳未満の子供のことです。</p> <p>めあて ヤングケアラーについて考えよう。 ○自分だったら・・・ ○周りの友達だったら・・・</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングケアラーの定義について知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「ヤングケアラーってなに？」冊子 (P.2,3) 			<p>4 動画を視聴した感想をワークシートに書く。</p> <p>5 ヤングケアラーについて考える。 小グループで「自分だったら・・・」「周りの友達だったら・・・」という視点で話し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングケアラーは、家庭の手伝いとは異なり、子供の補える力を超えるケアをしている18歳未満の子供であることに気付けるようにする。 ・困っていることがあったり、不安な気持ちがあったりするときは、先生や周りの大人に知らせることも必要だと気付けるようにする。 ・ヤングケアラーとしてケアをしている人の中には、「他の人には言わないでほし 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート <p>◎ヤングケアラーや周りにヤングケアラーの友達がいたときに気を付けることを理解している。</p> <p>【知・技】 (観察・発言)</p>

<p>6 小グループで話し合ったことをグループごとに発表し、学級全体で共有する。</p>	<p>い」という人もいるので、周りの友達がそのような状況にある場合は、相手を思いやり慎重に対応したり、声をかけたりできるように理解させる。</p>			
<p>7 スクールカウンセラー（さわやか相談室）の先生の話聞く。</p>	<p>・自分が家族や自分のことなどで、困っていることや話を聞いてもらいたいことがあるときは、心の悩みに対する</p>	<p>体の健康と同様に心の健康もあることを説明する。</p> <p>小さな</p>	<p>・さわやか相談室の掲示</p> <p>・S.Cの先生の来校日の掲示</p>	

	<p>専門家の「スクールカウンセラー（さわやか相談室）」の先生がいることを知らせる。</p>	<p>ことでも悩みや不安な気持ちがあったら一人で抱え込まずに話しに来てほしいことを知らせる。</p>	
--	--	--	--

<p>終末5分 (決める)</p>	<p>8 本時について 振り返る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングケアラーについてわかったことや自分が考えたことを発表させる。 ・困ったときや不安な気持ちがあったときは、先生や周りの大人に知ってもらうための方法があることに気付くとともに、その行動ができるようにする。 ・困ったときや不安な気持ちのときも、決して一人ではないという実感がもてるようにする。 	<p>・振り返りカード</p>	<p>◎ヤングケアラーの抱える困難や大変さに気づき、その問題を解決する方法を自分なりに考え、表現している。</p> <p>【思・判・表】 (振り返りカード・観察・発言)</p>
-----------------------	---------------------------	---	-----------------	--



掲載リストに戻る

小学校5年生 道徳科

主題名「かけがえのない家族」

<作成委員から>

この授業は、家族の中での自分の役割や家族を支えることについて考え、家族の一員として思いやり助け合って、進んで家族の役に立とうとする心情を育てることをねらいとしています。

現在の日本の社会においては「家族のお世話は家族が行う」という考えが根強く残っているため、ヤングケアラーは家族の中で頼られる存在であり、重い負担を担っていたとしても頼れる相手が存在していなかったり、言い出せなかったりすると言われています。

そこで、本授業においては、児童の「家族の中で自分の役割を果たしたい。」「もっと頼ってもいい。」という家族への愛情を尊重しながらも、自分が負担を感じたときには家族以外にも頼れる先があることを知らせるとともに、家族以外の力を借りることも家族のための行動の1つであることが理解できるように計画いたしました。



[指導案はこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

小学校道徳科学学習指導案

- 1 主題名 かけがえのない家族 内容項目【C 家族愛、家庭生活の充実】
- 2 ねらい 家族の中での自分の役割や家族を支えることについて考え、家族の一員として思いやり助け合って、進んで家族の役に立とうとする心情を育てる。
教材名 「ぼくがいるよ」(出典:「みんなの道徳 5年」 学研教育みらい)

- 3 主題設定の理由
(1) ねらいや指導内容について

小学校5学年及び6学年の指導の観点は、「父母、祖父母を敬愛し、家族の幸せを求めて、進んで役に立つことをすること。」である。これは、第1学年及び第2学年の「父母、祖父母を敬愛し、進んで家の手伝いなどをして、家族の役に立つこと。」第3学年及び第4学年の「父母、祖父母を敬愛し、家族みんなで協力し合って楽しい家庭をつくること。」を受けて、中学校での「父母、祖父母を敬愛し、家族の一員としての自覚をもって充実した家庭生活を築くこと。」へと発展する。

家庭は、児童にとって最初に集団生活を学ぶ場である。そして、家庭生活は、児童にとって人間形成の大切な基盤となる。この時期に児童が自分なりにできることで家庭生活に貢献すれば、家族のために役立つ喜びを実感できるようになる。その中で、家族が互いに理解し合ったり、支え合ったりすることの大切さに気づかせる。そして、児童自らが家庭生活におけるかけがえのない家族の一員であることの自覚を深めることによって、家族の幸せを求めて、進んで役に立とうとする態度を育てていくことが大切である。

- (2) これまでの学習状況及び児童の実態について
(3) 教材の特質や活用方法について } (省略)

<ヤングケアラーの扱いについて>

現在、家族の変容が指摘されているが、経済的な格差拡大や少子高齢化などにより、子供が家事をせざるを得ない現状にある家族も少なくない。実際に親が子供の面倒を見ることができない家庭の子供たちは自分で家事をしている。

一方で、本教材は、手術をして料理の味やにおいが分からなくなったお母さんに、もっと「ぼく」を頼ってほしいと思い、家族の食事を作る際に、味付けは「ぼく」がすることを提案するという内容であり、上記のような子供たちの実態と乖離していると捉えることもできる。

そこで、本教材を通し、児童に「家庭生活の充実」について多面的・多角的に考えさせるために、「家庭生活の充実」と「自身の生活の充実」について比較して考えさせたい。その中で、児童の「家族の中で自分の役割を果たしたい」、「もっと頼ってもいい。」という家族への愛情だけでなく、自分自身を大切にすることも重要であると視野が広げられるように展開していく。そして、家事労働を家族の構成員がそれぞれの状況に応じて担う「分担」を考え、誰でも自分の幸せを求めて生きていいのだという考えを深められるよう議論させる。

4 学習指導過程

段階	学習活動 主な発問	・予想される児童の発言	・指導上の留意点 ☆評価の視点	時間
導入	1 「家庭でのお手伝いと自分のことの優先順位」というアンケート結果を示す。 2 本時の課題を確認する。 課題：家族の中での自分の役割や家族を支えることについて考えよう。	お手伝い ・おふろそうじ ・夕食づくりの手伝い。 優先事項 ・宿題 ・習い事 ・ゲーム	・事前にアンケートをとった「家庭でのお手伝いと優先順位」に対する結果を提示する。 ・優先順位が家庭によって違うことを押さえ、ねらいとする価値について問題意識を持てるようにする。	5
展開	3 教材「ぼくがいるよ」を読み、主人公の「ぼく」の家族を思う気持ちについて話し合う。 (1) お母さんが手術後に味とにおいがわからなくなったことになったとき、「ぼく」	登場人物 : ぼく、お母さん、お父さん 条件・状況: 手術をして料理の味やにおいがわからなくなったお母さんに、「ぼく」が味付けをすることを提案した。「ぼく」は、お母さんにもっと頼ってほしいと思った。 ・お母さん、かわいそうだな。 ・これからどうなるのかな。	・道徳的価値を理解させるために、登場人物の行為の背景にある思いについて考えさせる。	5

	<p>はどんな気持ちになったと思いますか。</p> <p>(2)「ぼく」はどんな思いから、料理をお母さんが担当し、味つけを自分がすることを提案したのでしょうか。</p> <p>(3)「ぼくにもっと頼ってもいいよ。」と思ったのは、お母さんに対するどんな思いからでしょうか。</p> <p>〈補助発問〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 何でも頼られてしまったらどうするのだろうか。 <p>(4) 家族の中で、自分のお手伝いの優先順位はどのようになるのだろうか。</p> <p>〈補助発問〉</p> <ul style="list-style-type: none"> アンケートの結果を参考に、今の気持ちの変化をグループ内で伝え合おう。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分にできることはしたいという思い。 自分も家族のために頑張りたいという思い。 家族なのだから、支え合いたいという思い。 お母さんに楽をさせてあげたいという思い。 自分ができる範囲だったら方になれる。 少しならいいけど、いつもやりたいことを我慢しなくてはいけないのはいやだ。 家族を支え合わなければいけないから、1番だと思う。 お手伝いをするのは当たり前だから、一番に優先する。 家族が病気やけがのときは、最優先だけれど、自分のやることも大切だと思う。 まずは、自分のことを優先して、次に家族の手伝いをする。 それぞれが自分のことを優先する。手伝って 	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの場面での「ぼく」の気持ちに共感させる。 家族の大切さを問う。 ☆主人公に自分を投影しながら、お母さんに対する思いを考え、話し合っている。 家族を支えることと自分自身のことの両方について考えを深めていく場につなげていく。 教材を読み終え、アンケート結果の優先順位に触れる。家族の手伝いの順位が変わったかを話し合わせる。 	<p>5</p> <p>7</p> <p>15</p>
--	---	---	---	-----------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> 今日の授業の感想をタブレットに記入する。 	<p>欲しいときには直接頼む。</p> <ul style="list-style-type: none"> どちらも大切だから順位はつけられない。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習アプリの集計機能を活用し、クラスの児童の意見が見られるようにし、様々な意見があることを理解させる。 どの意見も肯定的に捉えさせる。 ☆家族の一員として思いやり、助け合って、進んで家族の役に立とうと考えている。 	
終末	<p>4 お手伝いなど家族に関することで困ったことがあったら周囲の人たちや専門の相談窓口相談することを伝える。</p>		<ul style="list-style-type: none"> 厚生労働省の「子どもが子どもでいられる街に。」を参照する。 プライバシーに配慮するため、ヤングケアラーという言葉は使わない。 	3

5 他の教育活動との関連 (省略)

6 評価の視点

【物事を多面的に考えている様子】

主人公に自分を投影しながら考え、話し合っている。

【道徳的価値についての理解を自分との関わり合いで深めている様子】

家族の一員として思いやり、助け合って、進んで家族の役に立とうと考えている。

7 板書計画

厚生労働省 資料	「ぼくにもっと頼ってもいいよ。」と 思ったのは、お母さんに対する どんな思いからでしょうか。 ・ 家族のためにがんばりたい ・ お母さんに薬をさせたい ・ 家族だから当たり前
相談先紹介 資料	

ぼくがいるよ
家庭での役割
「ぼく」はどんな思いから、
味付けを自分がすることを
提案したのでしょうか。
・ 自分にできる事をしたい

8 参考資料

“子どもが子どもでいられる街に。” 厚生労働省
<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/> (参照 2022-10-25)



掲載リストに戻る

中学校3年生 道徳科

主題名「家族の絆」

<作成委員から>

この授業は、家族の現状や関わり方についての考えを深め、家族の一員としてどのようなことができるのかについて、より良い家族のあり方を探ろうとする心情を育てることねらいとしています。

ヤングケアラーは、家族の見守りや世話をし支えようとする中で、子どもでありながら重い責任を負ってしまったり、話す相手がいなくストレスを抱えてしまったりする場合があります。

そこで、本時の授業を行うにあたっては、ヤングケアラーというものはどういうものなのかということに触れながら、もし自分がその立場になったとき、どのようなことを考え、どう行動するかということを考えられるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

中学校道徳科学習指導案

1 主題名 家族の絆 内容項目【C 家族愛、家庭生活の充実】

- 2 ねらい 家族の現状や関わり方についての考えを深め、家族の一員としてどのようなことができるのかについて、より良い家族のあり方を探ろうとする心情を育てる。

教材名 「一冊のノート」

(出典：新・中学生の道徳「明日への扉3年」学研教育みらい)

3 主題設定の理由

(1) ねらいや指導内容について

本時は、内容項目「家族愛、家庭生活の充実」に関するものである。中学生にとって、生まれてから現在までの間で一番身近な社会集団であるのが家族である。家族の存在があるからこそ、心身ともに成長することができたり、生活が豊かになったりしている。しかし、年齢を重ねるにつれて家族との関わり方や考えが変化していく。特に中学生の年代では、家族以外の交流も増えるなどして家族との時間が減少したり、思春期特有の家族に対する想いも生まれたりするところである。

指導にあたっては、父母や祖父母を敬愛する気持ちをより一層深めることが大切であることから、物忘れが激しくなった祖母に対する主人公の心の変化を通して、家族への想いや関わり方について考えさせることが必要である。また、もし自分が祖母の見守りや世話をしていくこととなったらどのようなことを考えて行動するのかについても、主人公の立場となって自分のことと捉えさせながら考え、家族の一員としての自覚をもって積極的に協力していこうとする態度を育てることが重要である。

(2) これまでの学習状況及び生徒の実態について (省略)

(3) 教材の特質や活用方法について

主人公の「僕」の祖母は物忘れが激しくなっており、家庭生活において困った状況が続いていて、「僕」は弟とともに祖母を非難する日もある。ある日、学校からの帰り道に季節外れの格好をして買い物に出かける祖母に出会う。すれ違う時に何かを話しかけてきた祖母に対して「僕」は友達に気付かれないように知らん顔をして通り過ぎていく。帰宅後、「僕」は祖母に厳しい口調で話をする。その夜、父から祖母の記憶について説明を聞き、父の話に何も答えられなくなってしまう。ある日、「僕」は、祖母のもどかしさや苦悩とともに家族との幸せな日々への感謝について書かれた祖母の日記を読んだが、日記はだんだんと読めない字で書かれていくよ

うになっていた。いたたまれなくなった「僕」は庭で草取りをしている祖母とともに草取りを始めた。

老いていく祖母へ強くなってしまう主人公と祖母とのやりとりの中で、変化していく主人公の心を通して、これまでの成長や生活の中に大切な家族の存在があったことを理解させ、家族の一員としての役割を果たし、より良い家庭生活を送っていくことで家族の絆が深まっていくことについても考えさせたい。

<ヤングケアラーの扱いについて>

ヤングケアラーは、家族の見守りや世話を支えようとする中で、子どもでありながら重い責任を負ってしまったり、話す相手がなくストレスを抱えてしまったりする場合がある。

本時の授業を行うにあたっては、ヤングケアラーというものはどういうものなのかということや「ヤングケアラーってなに？中学生編」を用いて説明していく。もし自分がその立場になったとき、どのようなことを考え、どう行動するかということを考えられるようにする。

4 学習指導過程

段階	学習活動と主な発問	予想される生徒の反応	・指導上の留意点 ☆評価の視点
導入 5分	1 家族とはどのような存在かのアンケートをもとに、現状をつかむ。	<ul style="list-style-type: none"> ・いつも一緒にいる存在。 ・かけがえのないもの。 ・様々なこと言ってくる。 	・事前にアンケートを実施して、家族について考えさせる。
展開 40分	2 教材「一冊のノート」を開き、話し合う。 (1) 友達に気付かれないように、知らん顔をして通り過ぎた時、「僕」はどのような気持ちであったのだろうか。 (2) なぜ、「僕」はおばあちゃんと一緒に草取りを始めたのか。	<ul style="list-style-type: none"> ・恥ずかしい。 ・家族と思われたくない。 ・おばあちゃんは一切何をしているのか。 ・おばあちゃんも苦しんでいるのがわかったから。 ・家族みんなで支えなければと思ったから。 ・僕ができることをやろうと感じたから。 	<ul style="list-style-type: none"> ・周りの目を気にしている「僕」の心の部分を共感させる。 ・自分の老いに対して、苦しんでいるおばあちゃんに理解を示し、かわり方を改めようとする「僕」

	<p>(3) もし、自分がこのようなおばあちゃんの見守りや世話をしなければならぬとき、どのようなことを考えるか。</p> <p>*ヤングケアラーの説明 「ヤングケアラーってなに？中学生編」を用いて、ヤングケアラーについて説明する。</p> <p>(4) 家族との関わり方について振り返ったとき、自分で考えたことや課題だと思ったことについて考える。</p> <p>3 「より良い家庭生活を送るために必要なことは何か」を振り返りシートに記入し、自己を見つめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家族なので支えてあげたい。 ・今まで育ててもらった分を返さなければ。 ・何ができるのか分からない。 ・自分ができるか不安。 <ul style="list-style-type: none"> ・家族の一員として、できることをやっていきたい。 ・家族の大切さやありがたさを感じて生活していきたい。 ・つい家族に対して嫌なことを言ってしまう。 <ul style="list-style-type: none"> ・これまでの生活を振り返り、家族の中での自分の役割を認識し、家族のためという思いをもつことが必要。 	<p>の心の変化をとらえさせる。</p> <p>☆家族との関わりや家庭生活の大切さについて考えを深めている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主人公の立場に立ち、自分のこととしてとらえて考えさせる。 ・ヤングケアラーという立場にある人がいること、そういった人々の考えや悩みがあることを理解させる。
終末5分	4 教師の説話		<ul style="list-style-type: none"> ・家族の大切さについて改めて考えることを示す。

5 他の教育活動との関連（省略）

6 評価の視点

【物事を多面的・多角的に考えている様子】

- ・家族の一員としての役割や、より良い家族のあり方について様々な立場から話し合っている。

【道徳的価値についての理解を自分との関わりで深めている様子】

- ・家族との関わりや家庭生活の大切さについて考えを深めている。

7 板書計画

一冊のノート
◎よりよい家庭生活を送るために必要なことはなにか考えよう

○もし、自分がこのようなおばあちゃんの見守りや世話をしなければならぬとき…

- ・家族なので支えてあげたい。
- ・育ててもらった分を返さなければ。
- ・何ができるのか分からない。
- ・自分ができるか不安。

○家族との関わり方について…

- ・家族の一員として、できることをやっていきたい。
- ・家族の大切さやありがたさを感じた。
- ・家族に対して嫌なことを言ってしまう。

おばあちゃんと一緒に草取りを始め…

- ・おばあちゃんも苦しんでいる。
- ・家族みんなで支えなければ。
- ・僕ができることをやろう。

→

おばあちゃんも「僕」は…

- ・恥ずかしい。
- ・家族と思われたくない。
- ・一体何をしていいの？

「僕」の祖母は物忘れが激しく、困った状況が続いている。そんな時、「僕」は弟とともに祖母を非難することもある



掲載リストに戻る

高等学校 福祉科

題材名「多職種連携によるチームアプローチ 利用者中心の協働と実践」

<作成委員から>

この授業は、各専門職の専門性を理解し様々な立場や役割をふまえ情報を共有し利用者を中心とするよりよいチームアプローチを提供できる実践力を身に付ける事をねらいとしています。

ヤングケアラーの支援にあたっては、様々な機関が連携して支援にあたることの重要性が示されています。フォーマルなサービスやインフォーマルなサービスなど様々なサービスがあるものの、そのサービスの対象は利用者限定されることが多く、ケアを行っているケアラーやヤングケアラーの抱えている課題は見落とされがちでした。

そこで、本時の授業を行うにあたっては、事例を通して当事者の気持ちを考え、課題を抱えているヤングケアラーと利用者を中心とするチームアプローチの在り方について題材として扱い、各専門職として、ヤングケアラーの思いや願いを知り、利用者だけでなく、ケアラーやヤングケアラーといった家族も含めた支援を考える必要性について理解できるように計画しました。



[指導案はこちら](#)



[ワークシートはこちら](#)



[掲載リストに戻る](#)

高等学校福祉科「生活支援技術」学習指導案

1 題材名 「多職種連携によるチームアプローチ 利用者中心の協働と実践」

2 題材設定の理由
3 題材の目標
4 題材の評価規準
5 指導計画

(省略)

6 本時の学習指導 (本時 2/3 時間)

(1) 本時の目標

- ・事例を通して当事者の気持ちに寄り添いながら生活支援の在り方、チームアプローチについて課題を発見し、職業人に求められる倫理観を踏まえ、創造的に解決する力を養う。 【思考・判断・表現】
- ・利用者を中心とした他の職種との協働と実践を踏まえたよりよいチームアプローチについて理解することができる。 【知識・技術】

<ヤングケアラーの扱いについて>

本題材では事例を通して当事者の気持ちを考え、利用者を中心とするチームアプローチの在り方について題材として扱う。

事例では、利用者家族に課題を抱えているヤングケアラーを設定し、各専門職として利用者にとってよりよい支援とはどういったことかを利用者の背景の一つである家族を含めた支援という視点から考え、多くの職種が協働することの意義や目的について理解できるようにする。

また卒業後には専門職を目指す生徒もあり、進路実現をふまえた視点も含めて考えさせたい。

(2) 展開

時間	学習活動	指導上の留意点 (・) 評価規準 (◇) <評価の観点> (評価方法)
導入 15分	1 挨拶	・挨拶、身嗜み、忘れ物の確認を通し、福祉を担う専門職としての心構えをもたせる。
	2 「あったらいいこんなもの」を行う	・生徒がそれぞれ「あったらいい」と思うものを自由に考え発表する活動を通し、考えを自由に表現する雰囲気を醸成する。また、他の生徒の発表を聞くことで様々な考えがあることや新たな視点に気付くことができるようにする。
	3 本時の課題を知る	

課題 よりよいチームアプローチについて考えよう!!

展開 30分	4 ヤングケアラーについての新聞記事を読む	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングケアラー (当事者) の体験についての記事を読み、その家庭の状況や利用者の状況、その家族の心情について理解できるようにする。 ・新聞記事の概要を説明しながら、生徒が家庭の様子をイメージしやすいように補足事項を伝える。
	5 各生徒が感じたことをヤングケアラーへのメッセージとして表す	<ul style="list-style-type: none"> ・事例のヤングケアラーの当時の想いを想像させるとともに、利用者にとって必要な支援や不足している支援について考え、その世帯に関わる専門職として他にどのような職種との連携が必要と考えられるようにする。 ◇事例を通して当事者の気持ちに寄り添いながら生活支援の在り方、チームアプローチについて課題を発見し、職業人に求められる倫理観を踏まえ、創造的に考え表現している。 <思考・判断・表現> (ワークシート) ・机間指導を行い、メッセージがうまく書けない生徒に対しては、対話をしながら考えがまとめられるようにする。
まとめ 5分	6 他の生徒のメッセージを読み、意見交換を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート交換を行い、他の生徒のメッセージを読むことで、様々な職種が支援に関われることに気付かせるとともに、他の職種との協働により利用者にとってよりよい介護を提供することができることを理解させる。 ◇利用者を中心とした他の職種との協働と実践を踏まえたよりよいチームアプローチについて理解することができる。 <知識・技術> (ワークシート、机間指導)
	7 本時のまとめと次時の予告を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・各専門職は利用者を中心としたチームアプローチが基本ではあるが、その家族といった利用者の背景も考えたうえで、様々な職種との連携したサービスを提供することにより、利用者にとってよりよい介護となることについてまとめる。 ・次時の予告をし、見通しをもてるようにする。



掲載リストに戻る

生活支援技術 年 組 番 氏名 月 日 ()

第1編 私たちの暮らしと生活支援 第3節 他の職種の役割と協働
1. 多職種連携によるチームアプローチ

② 利用者中心の協働と実践

(0) 復習

◎チームアプローチ

各職種が目標を共有し、ともに力を合わせて活動すること

(1) あったらしいな こんなもの

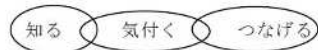
Q. あったらしいな こんなもの

○私の意見

○みんなの意見

(2) 事例紹介 (別紙)

まとめ



「利用者中心」の背景にも目を向け、よりよいチームアプローチを目指す

→○○さんに出会ってよかったと思われる存在を目指す

生活支援技術 年 組 番 氏名 月 日 ()

第1編 私たちの暮らしと生活支援 第3節 他の職種の役割と協働
1. 多職種連携によるチームアプローチ

② 利用者中心の協働と実践

(0) 復習

◎

各職種が目標を共有し、ともに力を合わせて活動すること

(1) あったらしいな こんなもの

Q. あったらしいな こんなもの

○私の意見

○みんなの意見

(2) 事例紹介 (別紙)

まとめ

生活支援技術
事例 ワークシート

月 日 ()
年 組 番 氏名

<事例紹介>

〇〇さん (大学4年生)
現在は軽度の知的障害者の女性3人が暮らすグループホームで調理や清掃のアルバイトをしている。
小学4年生の時に病気の母に代わり、幼いきょうだいの世話や家事を担い始めた。

1. メッセージを送ろう

小学4年生当時の〇〇さんへ

より

2. メッセージを読んで

さんへ

より

さんへ

より



参考資料 リンク集

<文部科学省ホームページ>

[生徒指導提要（改訂版）：文部科学省 \(mext.go.jp\)](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1404008_00001.htm)

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1404008_00001.htm

<厚生労働省ホームページ>

ヤングケアラーについて

<https://www.mhlw.go.jp/stf/young-carer.html>

ヤングケアラーの説明や、相談窓口、サポート団体等の紹介

厚生労働省ヤングケアラー特設サイト「こどもがこどもでいられる街に」

[こどもがこどもでいられる街に。～ヤングケアラーを支える社会を目指して～【厚生労働省】 \(mhlw.go.jp\)](https://www.mhlw.go.jp/young-carer/)

<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/>

説明、資料、動画、情報、相談窓口の紹介

<埼玉県福祉部地域包括ケア課ホームページ>

[ケアラー（介護者等）支援 - 埼玉県 \(saitama.lg.jp\)](https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/kaigosya-kouhou.html)

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/kaigosya-kouhou.html>

ヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなに？」

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/youngcarer-handbook.html>

ヤングケアラーLINE相談

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/youngcarer-line.html>

元ヤングケアラー体験談動画 「私たちは元ヤングケアラーだった」

<https://youtu.be/GoOrYOkQJ00>

埼玉県ケアラー支援計画作成のためのヤングケアラー実態調査

<https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/187028/youngcarer.pdf>



掲載リストに戻る

参考資料

ヤングケアラーハンドブック 「ヤングケアラーってなに？」

県福祉部は、ヤングケアラー支援のため、ヤングケアラー本人はもとより、周りの児童・生徒や教職員の理解の促進とともに、電話、SNSでの相談等を紹介するハンドブック「ヤングケアラーってなに？」を作成しました。

[ヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなに？」 - 埼玉県 \(saitama.lg.jp\)](https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/youngcarer-handbook.html)

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/chiikihoukatukea/youngcarer-handbook.html>

県教育局では、ヤングケアラーハンドブックの説明のポイントなどを示した活用資料を作成し、配布いたしましたので、ハンドブックと合わせて御活用ください。

ヤングケアラーハンドブック

「ヤングケアラーってなに？」活用資料

小学生編

中学生編

高校生編



掲載リストに戻る

ヤングケアラーハンドブックの 活用について（小学生編）



埼玉県教育局市町村支援部人権教育課

この本の活用にあたって

埼玉県ケアラー支援条例では、学校を含むヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関の役割を次のように定めています。

- 1 ヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関は、その業務を通じて日常的にヤングケアラーに関わる可能性がある立場にあることを認識し、関わりのある者がヤングケアラーであると認められるときは、ヤングケアラーの意向を尊重しつつ、ヤングケアラーの教育の機会の確保の状況、健康状態、その置かれている生活環境等を確認し、支援の必要性の把握に努めるものとする。
- 2 ヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関は、支援を必要とするヤングケアラーからの教育及び福祉に関する相談に応じるとともに、ヤングケアラーに対し、適切な支援機関への案内又は取次ぎその他の必要な支援を行うよう努めるものとする。

つまり学校ではヤングケアラーを早期に発見しその実態を把握するとともに、その相談支援及び適切な支援機関へのつなぎを行うことが求められています。

ヤングケアラーについては、児童が自身がヤングケアラーであると認識していなかったり、誰に相談してよいかわからなかったり、そもそも相談相手がいなかったりするなどして顕在化しにくかったり、孤立化してしまったりするといった実態があります。

そこで、ヤングケアラー本人はもとより、周りの生徒や教職員の理解の促進のため、県福祉部地域包括ケア課がヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなに？」を作成いたしました。

県教育委員会といたしましても、本ハンドブックの参考資料を作成いたしましたので御活用ください。

本資料の見方

ページのねらいを
タイトルで示しました。

補足説明を青
枠の吹き出し
で記載してい
ます。

「ヤングケアラー」について知ろう①

このページでは、「ケア」という言葉がどのようなことを示しているのかがわかるようにします。そのケアをしている人がケアラーで、ケアラーの内18歳未満の人がヤングケアラーとされています。

ヤングケアラーってなに？

家族のために、大人がするような家事や家族の世話をしている18歳未満の子供のことです。

「ケア」にはいろんな意味があります

ケアという言葉には、身の回りのお世話、支え、手当てなどの意味があります。

ヤングケアラーがどんな役割を担っているかの例示です。ここにある以外にも「日常的に」家族等のお世話をしていたらヤングケアラーと考えられます。

ヤングケアラーは、家族のためにこんなケアをやっています



病気や障害がある家族のために、家事をしている



日本語が話せない家族や障害のある家族のために通訳している



病気や障害のあるきょうだいや、切いせよだいの世話をしている



病気や障害のある家族の身の回りの世話、通訳、介助をしている



自分が暮せない家族の食守りや英会話などの気づかいをしている



心が不安定な家族の話を聞いて

Point

“大人がするような家事や家族の世話”の捉え方は、児童の家庭環境などにより個人差があります。共通の基準などを決めずに、それぞれの考え方を尊重します。

Point

“日常的に”という部分をしっかりと押さえておくことで、家庭での自分の役割として担っていて、苦しさを感している児童への啓発となると同時に、お手伝いとの違いが明確になります。

指導のポイントを「Point」で示しました。

「ヤングケアラー」について知ろう①

ヤングケアラーってなに？

家族のために、大人がするような家事や家族の世話などを行っている18歳未満の子供のことです。

「ケア」にはいろんな意味があります

ケアという言葉には、身の回りのお世話、気配り、手当てなどの意味があります。

ヤングケアラーは、家族のためにこんなケアをしています



病気や障害がある家族のために、家事をしている



日本語が話せない家族や障害のある家族のために通訳している



病気や障害のあるきょうだいや、幼いきょうだいの世話をしている



病気や障害のある家族の身の回りの世話、看病、介助をしている



目が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



心が不安定な家族の話の話を聞いている

このページでは、“ケア”という言葉がどのようなことを示しているのかがわかるようにします。そのケアをしている人がケアラーで、ケアラーの内18歳未満の人がヤングケアラーとされています。

ヤングケアラーがどんな役割を担っているかの例示です。ここにある以外にも“日常的に”家族等のお世話をしていたらヤングケアラーと考えられます。

Point

“大人がするような家事や家族の世話”の捉え方は、児童の家庭環境や発達の段階などにより個人差があります。共通の基準などを決めずに、それぞれの考え方を尊重します。

Point

“日常的に”という部分をしっかりと押さえておくことで、家庭での自分の役割として担っていて、苦しさを感じている児童への啓発となると同時に、お手伝いとの違いが明確になります。

「ヤングケアラー」について知ろう②

ケアの対象となる人や、その内容は様々です。また、ケアをしている理由も様々です。
この「様々である」ことを理解することが大切です。

Point

ヤングケアラーの担っているケアの内容は多様です。ヤングケアラーか否かの線引きをさせるのではなく、多様であることを理解し、先入観を持ったり、相手のことを決めつけたりさせないことが重要です。

【参考資料】
図表2-1、3-1

ひろゆき先生にヤングケアラーについて聞いてみよう！

ヤングケアラーの日常



そうまさん

ヤングケアラーは誰のために、どんなケアをしているんですか？

そうだね。たとえばお母さんが病気で出来ないから、家族の食事の用意や洗たく、掃除をしたり、認知症のおばあちゃんの身の回りの世話をしたりしているんだよ。



ひろゆき先生



りおさん

どんな理由でケアをしているんですか？

ケアをしている理由は、病気だったり、親が仕事でいそがしかったり、きょうだいに障害があったりさまざまなんだ。自分でケアしたいと思ったヤングケアラーもいるんだよ。



ひろゆき先生

ヤングケアラーの声①

- 私は母が重い病気で入院していたため、毎日往復2時間かけてお見舞いに行き、家事の半分以上を3か月行っていました。
- 親が日本語を話せないことを気にしています。親とうまく話せなかったり、生活習慣が違ったりと、いろいろな悩みがあります。

4

ケアによる学校生活への影響

ヤングケアラーは、家族のケアをすることで学校生活に影響が出ることもあります。

学校生活への影響がないというヤングケアラーが多いです。ただ、ケアのことを誰にも話さなくてさびしかったり、ストレスを感じたりしているヤングケアラーもいます。話すことができる相手がいないと一人で抱え込んでしまうことになりますね。



ひろゆき先生

みんなの周りにも家族のために世話を頑張っているお友だちがいるかもしれないですね。あなたならどんなことができるかな。考えてみましょう。



ひろゆき先生

ヤングケアラーの声②

- 重い病気を抱えている人たちが、気持ちを楽にできるようにいろいろなサポートを作った方がいいと思います。
- ケアをしている人の中には、「他の人には言わないでほしい」という人もいると思う。

5

ケアの負担などもありますが、ここでは「相談相手がいない。」など、ヤングケアラーの孤立・孤独化について目を向けさせ、下段の「自分にできること」を考える活動に結びつけます。

Point

自分自身の生活と家族のお世話のバランスを保っているヤングケアラーもいます。その一方で、負担が大きくなってしまっているヤングケアラーもいます。友達が悩みを抱えていたら自分自身には何ができるのか考えさせることで、ヤングケアラーの孤立や孤独化の防止となります。

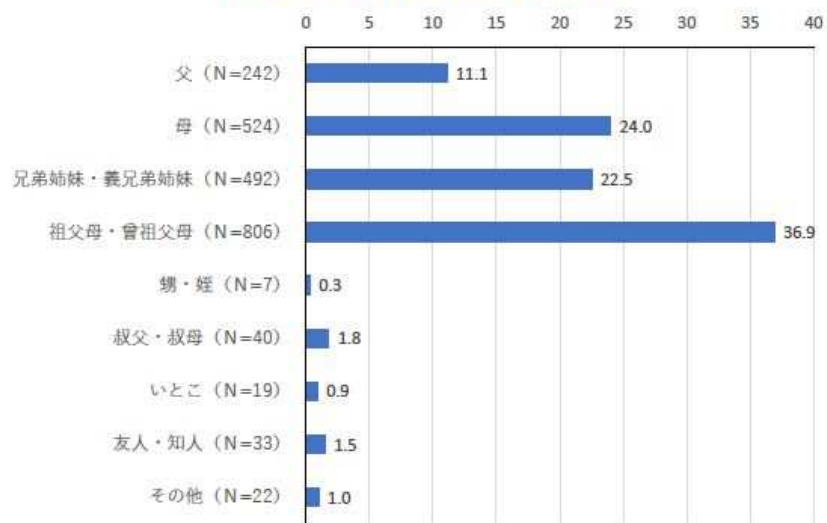
【参考資料 図表2-1 図表3-1】

2-1 被介護者の続柄

●被介護者(N=2,185)の、ヤングケアラーとの関係(続柄)をみると、「祖父母・曾祖父母」(N=806)が36.9%と最も高く、次いで「母」(N=524)が24.0%、「兄弟姉妹・義兄弟姉妹」(N=492)が22.5%、「父」(N=242)が11.1%の順であった。

図表2-1. 被介護者の続柄(複数回答)

単位：%



注)本集計は被介護者数(2,185人)に対して行っている。

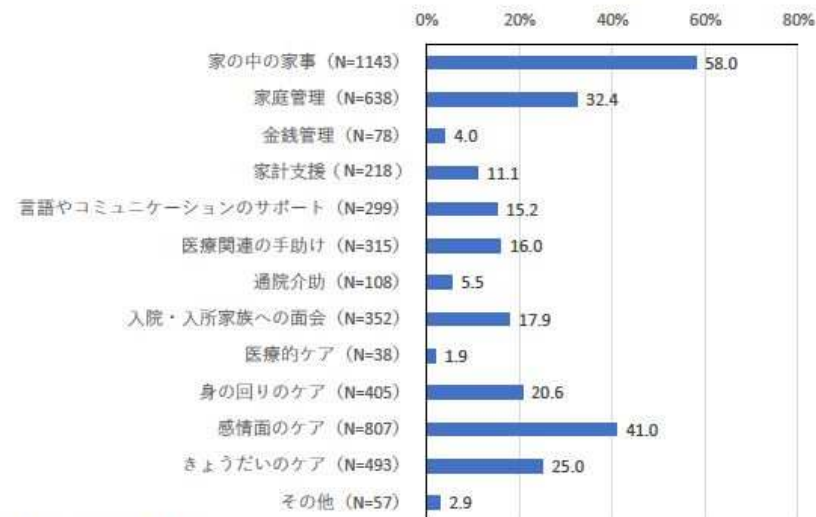
© 2020 Saitama Prefecture. All Rights Reserved.

3-1 ヤングケアラーが行っているケアの内容

●ヤングケアラーが行っているケアの内容(N=1,969)をみると、「家事(食事の用意・後片付け・洗濯・掃除など)」(N=1,143)が58.0%と最も高く、次いで「感情面のケア(その人のそばにいる・元気づける・話しかける・見守る・外に連れ出したりするなど)」(N=807)41.0%、「家庭管理(買い物・家の修理仕事・重いものを運ぶなど)」(N=638)32.4%、「きょうだいのケア」(N=493)25.0%の順であった。

図表3-1. ヤングケアラーが行っているケアの内容(複数回答)

単位：%



注)本集計はヤングケアラー本人(1,969人)に対して行っている。

© 2020 Saitama Prefecture. All Rights Reserved.

相談について

相談をすること自体に大きなハードルを感じる児童もいます。スクールソーシャルワーカーやスクールカウンセラー、児童委員や民生委員などをゲストティーチャーとして授業で活用するなど児童と接点をもたせることも考えられます。また、11ページの相談先一覧も併せて御紹介ください。

頼れる大人に話してみよう

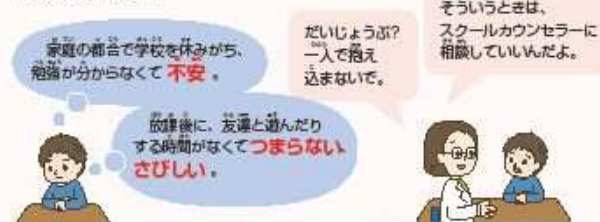
あなたが大切な家族の世話をしていることは、とても素晴らしいことです。家族や周りの大人も感謝しています。しかし、あなたにとって、勉強や友達と遊ぶことも大切なことです。悩みや不安な気持ちがあったら、一人で抱え込まないで、先生や周りの大人に話をしてみてください。



この他にもきっと、あなたの周りにはあなたの抱いに寄り添い、共感し、一緒に考えてくれる大人がいます。

スクールカウンセラーにも相談できるよ

心の悩みに対する専門家です。みなさんの話を聞いて、心に寄り添ってくれます。また、みなさんの心の悩みについて、保護者や先生にもアドバイスしてくれます。



スクールソーシャルワーカーもいるよ

自分だけではどうすることもできない家庭環境の悩みに対して、助けてくれる専門家です。



スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーは、先生を通じてみなさんの相談をお受けしています。まずは、先生に相談してみてください。相談をお待ちしています。

Point

困った時に相談できる人がたくさんいることを伝え、普段から困った時に頼れる相手を見つけておくようにする。

伝えたい事カード

悩みごとの記録になるので、授業など他人の目につく場所での活用はしないでください。自分が使ってみようかなと思ったときに使えるように、持ち帰ってから使うように指示します。

Point

6ページ、7ページの活動が終わった後に説明してください。家族のことなどで悩みを抱えた時、相談しようかどうか迷ったときには記録しておき、相談しようと思ったときに、相手に渡すなどして活用できます。

困ったときに大人に知ってもらうために

困っていることや不安な気持ちなどは整理しておくといいでしょう。先生や周りの大人に知ってもらうために、伝えたいことカードを使ってください。

伝えたいことカードの使い方・書き方

記入例(おもて面)

伝えたいことカード

私が、ケアをしているのは、
お母さんと弟 です。

● ケアの内容

- 障害があるので、料理、洗濯、家のまうじを手伝っている。
- 弟の補習を手伝っている。
- お母さんの話を聞いている。

● 伝えたいこと

友だちとゲームで遊びたい。
宿題をやる時間がないときに、あごを片付けたい。
お母さんの具合が悪くなった時、どうしたらいいかわからない。
(うらにも書いてね)

ケアをしている人、ケアの内容(2~3ページのイラストを見てね)、伝えたいことを、確認して書いておきましょう。

また、カードのうら面には、困ったときに伝えたい相手や連絡先を書いておきましょう。

このカードに書いた内容を言葉にして伝えても、切り取って渡してもいいですよ。左の記入例を参考にしてください。

記入例(うら面)

伝えたいことカード

● 困ったこと、気持ちや伝えたい相手は、誰ですか?
担任の○○先生
ヘルパーの○○さん

● 相手の連絡先、電話番号を教えてください。
03-1234-5678

● 困ったことや伝えたいことを書いてください。
自分の名前

キリトリ

伝えたいことカード

私が、ケアをしているのは、
_____ です。

● ケアの内容

● 伝えたいこと

(うらにも書いてね)

キリトリ

伝えたいことカード

私が、ケアをしているのは、
_____ です。

● ケアの内容

● 伝えたいこと

(うらにも書いてね)

キリトリ

相談先

✂️ キリトリ

伝えたいことカード

● 困ったこと、気持ちを伝えたい相手は、誰ですか？

● 相手の連絡先 電話番号などを書いてね。わからなければ書かなくていいよ

書きたくない時は書かなくていいよ

自分の名前

✂️ キリトリ

伝えたいことカード

● 困ったこと、気持ちを伝えたい相手は、誰ですか？

● 相手の連絡先 電話番号などを書いてね。わからなければ書かなくていいよ

書きたくない時は書かなくていいよ

自分の名前

✂️ キリトリ

悩んだ時は相談してね

もし、周囲に話を聞いてくれる大人がいなくても、みなさんの悩みを聞いてくれる相談先はたくさんあります。迷わず相談してください。

SNS・メールで相談

☐ 埼玉県ヤングケアラーチャンネル
月～金 11:00～20:00 (祝日・年末年始12/29～1/3を除く)
右の二次元コードを読み取るか、LINEで検索して友だちに追加



☐ 親と子どもの悩みごと相談@埼玉
月～金 9:00～21:00 土、日、祝 9:00～17:00(年末年始を除く)
右の二次元コードを読み取るか、LINEで検索して友だちに追加



✉ よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活等に関するメール相談
soudan@spec.ed.jp 返信は平日9:00～17:00

電話で相談

☎ 子どもスマイルネット いじめ、友達、学校、親、どんなことでも
048-822-7007 毎日10:30～18:00 (祝日・12/29～1/3を除く)

☎ よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活の悩み
#7300 または **0120-86-3192** 毎日24時間

☎ 児童相談所相談専用ダイヤル 子どもの福祉に関する相談
0120-189-783 毎日24時間
虐待かもと思ったら、児童相談所虐待対応ダイヤル「189」へ

子供の居場所など

地域のボランティアの方々による「子ども食堂」、「学習支援教室」などがあります。地域の居場所を探してみましょう。



このほかにも、話を聞いてくれる相談先はたくさんあります。埼玉県のホームページで紹介しているので確認してみてください。



Point

相談先についての情報提供です。児童への情報提供や、相談を受けた際の案内窓口として活用してください。

ヤングケアラーについて知ろう

ねらい ヤングケアラーについて知り、身の回りにヤングケアラーがいたときにどのように行動したらよいか考えられるようにする。

関連する教科等	家庭科【A（1）～（3）】、特別活動【学級活動（3）】、総合的な学習の時間【福祉・健康】
---------	--

時間	内容	指導上の留意点（○）	準備
導入 5分	1 あいさつ		ハンドブック
	2 ヤングケアラーの概念について確認する。	○家庭には様々な仕事があることを理解する。 ○ヤングケアラーについて知っているか質問し、ハンドブック2ページの上の部分を使って、日常的に大人がするような家族等の世話を担っている子供（18歳未満）がヤングケアラーであることを確認する。	
展開 35分	3 課題を知る	ヤングケアラーについて知り、ヤングケアラーである友達のために自分にできることを考えよう。	ハンドブック
	4 ヤングケアラーが担っているケアの内容や生活への影響について知る。	○ヤングケアラーが担っている世話について、具体的な例示についてハンドブックP.2～P.5を読みながら確認する。 ○P.4を確認した時点で生活への影響について考えさせ発表させる。 【予想される児童の反応】 ・塾や習い事に参加できない ・前題をやる時間がない ・友達と遊べない ・テレビを観る時間がない	
	5 友達が家族のケアのことで悩みを持っていたら、友達としてどんなことができるか考える。	○考えがまとまらない児童には、自分が悩みを抱えたときに、周りの友達にどうして欲しいか考えることで、友達への関わり方を考えられるようにする。 ○ワークシートに記入させるなどして、まとめて結びつく考えを把握しておく。	
	6 考えたことを発表する。	○それぞれの考えを尊重しながら、まとめて結びつけるようにする。	
まとめ 5分	7 まとめ	周りにヤングケアラーである友達がいるときには、友達の話をしっかり聞き、相手の考えを理解するなど相手に寄り添うことが大切です。	
	8 あいさつ		

指導案の例になります。
授業づくりの参考に御活用ください。



掲載リストに戻る

ヤングケアラーハンドブックの 活用について（中学生編）



埼玉県教育局市町村支援部人権教育課

この本の活用にあたって

埼玉県ケアラー支援条例では、学校を含むヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関の役割を次のように定めています。

- 1 ヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関は、その業務を通じて日常的にヤングケアラーに関わる可能性がある立場にあることを認識し、関わりのある者がヤングケアラーであると認められるときは、ヤングケアラーの意向を尊重しつつ、ヤングケアラーの教育の機会の確保の状況、健康状態、その置かれている生活環境等を確認し、支援の必要性の把握に努めるものとする。
- 2 ヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関は、支援を必要とするヤングケアラーからの教育及び福祉に関する相談に応じるとともに、ヤングケアラーに対し、適切な支援機関への案内又は取次ぎその他の必要な支援を行うよう努めるものとする。

つまり学校ではヤングケアラーを早期に発見しその実態を把握するとともに、その相談支援及び適切な支援機関へのつなぎを行うことが求められています。

ヤングケアラーについては、生徒が自身がヤングケアラーであると認識していなかったり、誰に相談してよいかわからなかったり、そもそも相談相手がいなかったりするなどして顕在化しにくかったり、孤立化してしまったりするといった実態があります。

そこで、ヤングケアラー本人はもとより、周りの生徒や教職員の理解の促進のため、県福祉部地域包括ケア課がヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなに？」を作成いたしました。

県教育委員会といたしましても、本ハンドブックの参考資料を作成いたしましたので御活用ください。

「ヤングケアラー」について知ろう①

ヤングケアラーがどんな役割を担っているかの例示です。ここにある以外にも“日常的に”家族等のお世話をしていたらヤングケアラーと考えられます。

Point

“日常的に”という部分をしっかりと押さえておくことで、家庭での自分の役割として担っていて、苦しさを感している児童生徒への啓発となると同時に、お手伝いとの違いが明確になります。

幼いころからケアの役割を担うことで、子供自身が当然のことと思いついてしまったり、潜在化してしまうという傾向があります。

ヤングケアラーとは

本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などのケアを日常的に行っている18歳未満の若者のことです。

ヤングケアラーは、家族のためにさまざまなケアを担っています。

- | | | | |
|---|---|---|---|
|  | <input type="checkbox"/> 病気や障害がある家族に代わり、家事をしている |  | <input type="checkbox"/> 病気や障害のある家族の身の回りの世話をしている |
|  | <input type="checkbox"/> 家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている |  | <input type="checkbox"/> 心が不安定な家族の話の話を聞いている |
|  | <input type="checkbox"/> 病気や障害のあるきょうだいの世話や見守りをしている |  | <input type="checkbox"/> がん・難病など慢性的な病気のある家族の看病をしている |
|  | <input type="checkbox"/> 目が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 |  | <input type="checkbox"/> 家計のために働いて、病気や障害のある家族を助けている |
|  | <input type="checkbox"/> 日本語が話せない家族や障害のある家族のために通訳している |  | <input type="checkbox"/> 病気や障害のある家族の入浴やトイレの介助をしている |

病気や障害、高齢や幼いなどの理由で、家族のだれかが見守りや世話を必要とし、それを支える人手が十分でない時には、子どもであっても、重い責任を負って、家族を支えています。

埼玉県が県内高校2年生に行ったヤングケアラー実態調査では、回答者の**4.1%**(約25人に1人)の生徒がヤングケアラーであることが分かりました。また、回答者のうち**75%**は高校生になる前にケアを始めています。

ヤングケアラーの日常①

日ごろから家族のケアを行っているヤングケアラーの日常は、どんな様子が見てみましょう。

ヤングケアラーは家族のだれをケアしているんですか？

そうですね、例えば病気のお母さんに代わって、食事の用意とか洗濯や掃除をしたり、認知症のおばあちゃんの身の回りの世話をしたりしています。



食事の用意や洗濯、掃除もケアになるんですか？



他にも親が仕事でいそがしくて、弟や妹の面倒をみていたり、親と一緒に障害のあるお兄さんやお姉さんの世話をしているヤングケアラーもいるんですよ。

埼玉県ヤングケアラー実態調査結果の解説①

- ✓ ヤングケアラーがケアをしている相手は、母が最も多く、その他は多い順に祖母、弟・妹、祖父、父、兄・姉となっています。
- ✓ ケアの内容は、家の中の家事(食事の用意、後片付け、洗濯、掃除など)、感情面のケア(その人のそばにいる、元気づける、話しかける、見守るなど)、家庭管理(買い物、重いものを運ぶなど)が多いようです。その他にも、介助や家族のために通訳をするなど、さまざまなケアを行っています。

Point

高齢者の介護に次いで多いのが母親のケアです。ケアの対象も、その内容も様々であることを理解することが大切です。

【別添 図表2-1、図表3-1参照】

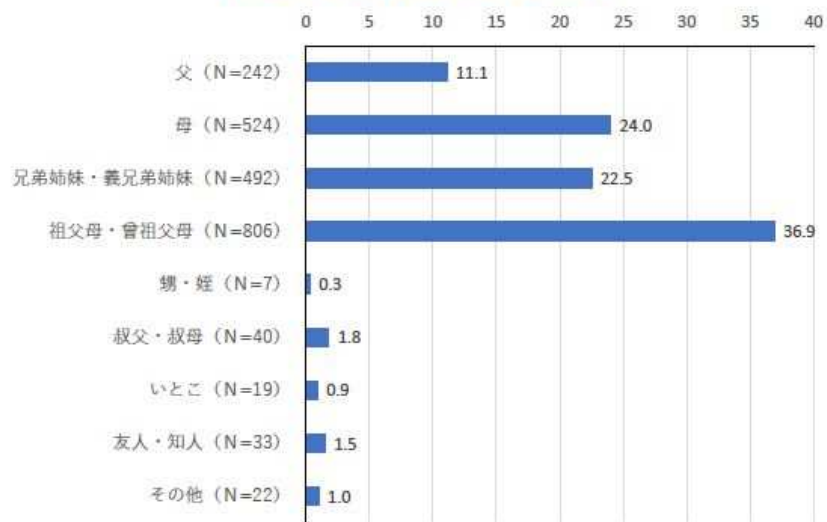
【別添 図表2-1 図表3-1】

2-1 被介護者の続柄

●被介護者(N=2,185)の、ヤングケアラーとの関係(続柄)をみると、「祖父母・曾祖父母」(N=806)が36.9%と最も高く、次いで「母」(N=524)が24.0%、「兄弟姉妹・義兄弟姉妹」(N=492)が22.5%、「父」(N=242)が11.1%の順であった。

図表2-1. 被介護者の続柄(複数回答)

単位：%



注)本集計は被介護者数(2,185人)に対して行っている。

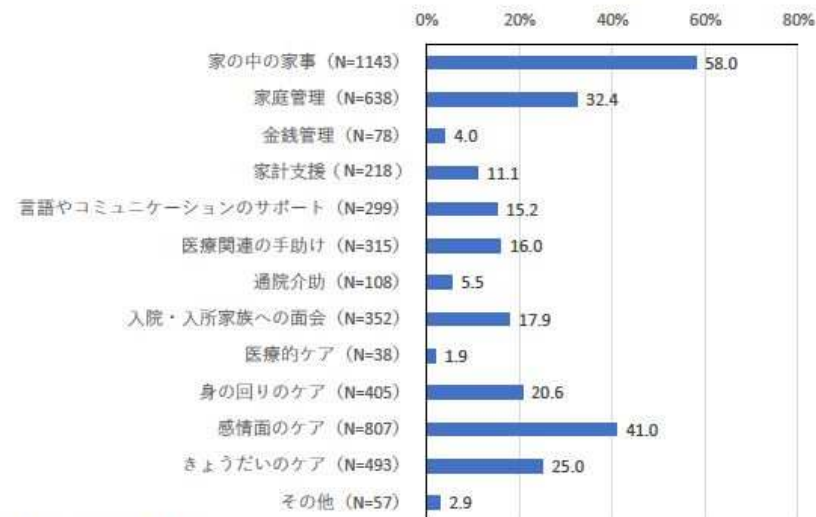
© 2020 Saitama Prefecture. All Rights Reserved.

3-1 ヤングケアラーが行っているケアの内容

●ヤングケアラーが行っているケアの内容(N=1,969)をみると、「家事(食事の用意・後片付け・洗濯・掃除など)」(N=1,143)が58.0%と最も高く、次いで「感情面のケア(その人のそばにいる・元気づける・話しかける・見守る・外に連れ出したりするなど)」(N=807)41.0%、「家庭管理(買い物・家の修理仕事・重いものを運ぶなど)」(N=638)32.4%、「きょうだいのケア」(N=493)25.0%の順であった。

図表3-1. ヤングケアラーが行っているケアの内容(複数回答)

単位：%



注)本集計はヤングケアラー本人(1,969人)に対して行っている。

© 2020 Saitama Prefecture. All Rights Reserved.

「ヤングケアラー」について知ろう②

ヤングケアラーの日常②

学校の宿題や、部活動とか、友達と遊んだりする時間はあるんですか？



どうしてケアをしているんですか。

学校生活と両立しながら家族のケアをしているヤングケアラーが多いよ。でも、中には長い時間ケアを行っているヤングケアラーもいます。自分の時間が取れないかもしれないね。



ケアをしている理由は、親が仕事でいそがしかったり、病気だったり、兄弟姉妹に障害があったりさまざまです。自分でケアをしたいと思ったヤングケアラーもいますよ。

埼玉県ヤングケアラー実態調査結果の解説②

- ☑ ヤングケアラーがケアに使っている時間は、学校のある平日では1時間未満が最多ですが、4人に1人は2時間以上ケアをしています。例えば家族のためにアルバイトで働いたり、家族に代わって幼い弟や妹の世話をしています。
- ☑ 学校のない休日になると、約4割のヤングケアラーが2時間以上ケアをしています。
- ☑ ケアをしている理由は、そのほかにも、ひとり親家庭であるため、祖父母の病気や加齢・入院のため、親が日本語を話せないため、他にケアをする人がいないためなど、非常に多岐にわたっています。

ヤングケアラーの声

日ごろから家族のケアを担っているヤングケアラーのみなさんの声を集めてみました。さまざまな思いを抱えながら学校生活を送っていることが分かります。

大変だったこと

- 私は毎月期間が入院しており重い病気であったため、毎日2時間かけてお見舞いへ行き、家事の大半を担っていました。勉強への負担が大きかったです。
- 親が日本人でないことがコンプレックスに思ったりすることもあります。親とうまく話せなかったり、人との生活習慣がちがったり、親せきの人と来た時に会話できなかったり、さまざまな悩みがあります。みんなと同じ生活を送りたいです。
- 私は中学2年生からヤングケアラーでした。ストレスを感じることも多く、休めた日があったりもします。
- 家族の悩みがケアをやらなくてはならないが、時間が重なって適切なケアが難しくなってしまう。
- 自分の将来が心配です。この先就職や結婚などどう行動すべきか全く分かりません。

サポートして欲しかったこと

- もっと周りの人の理解を深めることができる機会を設けたり、支援をしてくれる環境を整備するべきだと思います。
- 少しでも重い病気を抱えている人達が気持ちを楽にできるように色々なサポートを作った方がよいと思います。
- 私の母が倒れた時、先生は私を助けてくれました。しかし、それがあってプレッシャーでした。そういう人たちの関わり方も考えてほしい。
- 学校の先生に悩みを相談しづらいから、相談しやすい機関を作してほしい。
- ケアをしている人の中には、「同じにはまらないでくれ」という人もいます。

周囲からの対応で嬉しかったこと

- 障害者の兄の将来の不安やごちそうを聞いてくれて少し落ちついた。

「特別扱いや情けをかけられるのではなく普通に接してほしい。」という意見が多数あります。一方、「相談相手が欲しい。」という意見もあります。そのニーズにも個人差があります。

Point

ヤングケアラー＝「大変」「かわいそう」というイメージが先行しがちですが、自分自身の生活と家族のお世話のバランスを保っているヤングケアラーもいます。偏った先入観をもたせないようにすることが大切です。

Point

ヤングケアラーのニーズは多様です。まずは、よき理解者になることが重要です。そのためにも普段から頼ったり頼られたりできる人間関係を構築しておくことが大切です。

友達から相談を受けたらどのようにしたらよいか考えよう

Point

ケアによる学校生活への影響も様々です。多様であることを理解し、「大変である」というように一様に思い込まないことが大切です。

約半数が「影響なし」と答えています。本当に負担がない場合もありますし、負担であっても日常化しているため“当たり前のこと”と考えるしまっている事などが考えられます。

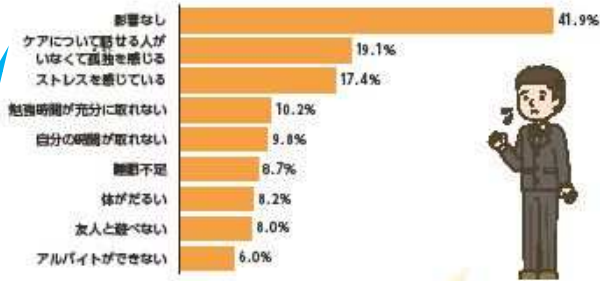
Point

相談相手がいないという回答が約25%あります。「もし自分だったら誰に相談できそうか」考えさせておくのも大切です。

ケアによる学校生活への影響と相談相手

ヤングケアラーは、家族のケアに時間を費やすことで、学校生活への影響も出ています。

学校生活への影響（抜粋）（複数回答）



学校生活への影響がないというヤングケアラーが一番多かったですが、ケアについて話せる人がいなくて孤独を感じていたり、ストレスを感じていたりするヤングケアラーもいます。話せる相手がいないと一人で抱え込んでしまうことになります。

ケアに関する悩みや不満を話せる相手の有無と相手の内訳（抜粋）（複数回答）



ケアに関する悩みや不満を話せる人がいないヤングケアラーがいます。また、家族以外の話し相手で最も多いのは友人です。

家族の世話をがんばっているあなたへ

いそがしい学校生活の中、大切な家族の世話をがんばっていることは素晴らしいことです。家族も周りの大人もきっと感謝しています。

それでも、友達と遊びに行きたい、部活動に参加したい、勉強や宿題をやる時間を確保したい、やりたいことがたくさんあって、時には家族の世話をすることがつらいと思うのは自然なことです。

家族の世話のこと、家族との関係、学校生活、将来の進路のことなど、自分一人では解決できない悩みを抱え込んだり、一人で解決しようとがんばり続けることはとても大変なことです。自分の気持ちを他の人に話すことはとても勇気のいることだと思いますが、あなたの悩みを聴き、共感してくれる大人は必ずいます。

この冊子を読んで、自分の気持ち、悩みを周りの大人や大切な友人に話してみてください。きっとあなたの話を聴いてくれるはずですよ。

家族の世話をがんばっている友人に あなたならどんなことができますか？

もし、あなたの友人が家族の世話をがんばっているとしたら、そのことで友人が悩みを抱えながら生活していたとしたら、あなたは友人にどんなことができるでしょうか。

この冊子を通して、「ヤングケアラー」のことを知ってもらいたいと思います。すぐそばにいる友人であるあなただからできることがきっとあります。みんなで考えてみましょう。

6ページのグラフと関連して、身近な友達がケアのことで悩んでいたら、自分が相談されたら何ができるか生徒自身に考えさせてみて下さい。

相談先①

Point

相談先についての情報提供です。
6ページの相談相手を考えた後の資料として活用できます。

まずは、じっくり聞くということ、そして、いつもと変わらない関わりを続けることが大切です。5ページの「ヤングケアラーの声」ももう一度確認してみてください。

信頼できる周囲の大人に話してみよう

ヤングケアラーのみなさんにとって、信頼できる大人はいますか？
自分の悩みや不安を抱えきれなくなる前に、だれかに話してみませんか？

話を聞いてもらいたくなったら…
あなたの周りには話を聞いてくれる大人たちがいます。

- 担任の先生、部活動の顧問、養護教諭、その他の学校の先生
- スクールカウンセラーさんやスクールソーシャルワーカーさん
- 家族のケアに関わっているケアマネジャーさんやヘルパーさん など
- 子ども食堂や学習支援教室のスタッフさん
- 主任児童委員さん、民生委員・児童委員さん

この他にもきっと、あなたの周りにはあなたの思いに寄り添い、共感し、一緒に考えてくれる大人がいます。

友人から相談を受けた時、どうする？

まずはじっくり話を聞き、
本人の思いを受け止めましょう。



だれかの助けが必要な場合は、本人の考えを尊重しながら、信頼できる大人への相談を勧めましょう。

スクールカウンセラーとは？

心理に関する専門家です。みなさんとのカウンセリングを通して心のケアをしています。みなさんの心のケアについて、保護者や教職員にもアドバイスをしています。

家庭の都合で学校を休みがち、希望する進路が実現できるか不安。

だいたいどうぶ？
一人で抱え込まないで。

そういうときは、
スクールカウンセラーに相談していいんだよ。

勉強や部活をしたり、友達と遊んだりする時間がなくて
つらい、さびしい。

スクールソーシャルワーカーとは？

家庭と福祉等の関係機関との橋渡しをして、自分だけではどうすることもできない家庭環境の悩みの改善に向けて、支援をしています。

家事の手伝い、介護、弟、妹の世話、全部自分でやらなくちゃ、やるのが当たり前だよ…

みんな味方だよ。頼っていいんだよ。

家庭

学校

学校や自分の進路は、
がまんしなくちゃ…

そういうときは、
スクールソーシャルワーカーに相談していいんだよ。

スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーは、先生を通じてみなさんの相談をお受けしています。まずは、先生に相談してみてください。相談をお待ちしています。

各学校の活用状況に合わせて紹介してください。

相談先②

Point

相談先についての情報提供です。
児童生徒への情報提供や、相談を受けた際の案内窓口として活用してください。

悩んだ時の相談先

もし、周囲に話を聞いてくれる大人がいなくても、みなさんの悩みや不安を聞いてくれる相談先があります。

電話相談

📞 子どもスマイルネット いじめ、友達、学校、親、どんなことでも

048-822-7007 毎日10:30~18:00 (祝日・12/29~1/3を除く)

📞 よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活の悩み

#7300 または **0120-86-3192** 毎日24時間

📞 児童相談所相談専用ダイヤル 子どもの福祉に関する相談

0120-189-783 毎日24時間

虐待かもと思ったら、児童相談所虐待対応ダイヤル「**189**」へ

このほかにも、話を聞いてくれる相談先はたくさんあります。
埼玉県のホームページで紹介しているのを確認してみてください。



市町村の相談窓口と福祉サービスも利用できます

市町村では、高齢者、障害者、児童、生活困難など、さまざまな福祉分野の支援をしています。

福祉サービスを利用してケアの負担を減らしたい時は、みなさんがお住まいの市町村の窓口にご相談してみましょう。

自分で問い合わせることが難しい場合は、まずは周りの大人に相談してみましょう。



SNS・メール

📱 埼玉県ヤングケアラーチャンネル

月~金 11:00~20:00 (祝日・年末年始12/29~1/3を除く)
二次元コードを読み取るか、LINEで検索して追加



📱 親と子どもの悩みごと相談@埼玉

月~金 9:00~21:00 土、日、祝 9:00~17:00(年末年始を除く)
二次元コードを読み取るか、LINEで検索して追加



📱 SNS教育相談 悩みや不安、どんなことでも

月~金 17:00~22:00

LINE相談専用アカウントの登録が必要です。(学校で入手してください)
県内中学校・義務教育学校(後期)・高等学校・特別支援学校に在籍する生徒(中・高)が対象 ※さいたま市立学校在籍の方は、「さいたま市SNSを活用した相談窓口」があります。詳しくは、学校で配布される案内カード等を確認してください。

✉️ よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活等に関するメール相談

soudan@spec.ed.jp 返信は平日9:00~17:00

子供の居場所など

地域のボランティアの方々による「子ども食堂」、「学習支援教室」などがあります。
地域の居場所を探してみましょう。



指導案の例になります。
授業づくりの参考に御活用ください。

ヤングケアラーについて知ろう

ねらい ヤングケアラーについての理解を通し、現代社会の状況について理解する。

関連する教科等 社会科【公民的分野A(1)】、特別活動【学級活動(3)】、総合的な学習(探究)の時間【福祉・健康】

時間	内容	指導上の留意点(○)	準備
導入 5分	1 あいさつ		
	2 家族のお世話の経験について考える。	○自身の家族等をお世話した経験について考える。 ○ほとんどの生徒が経験したことがあることを確認する。	
	3 ヤングケアラーについて知る	○日常的に家族等の世話を担っている子供(18歳未満)をヤングケアラーであることを確認する。	ハンドブック P.2
展開 25分	4 課題を知る なぜ、子供であっても家族などのお世話を担っているのか考えよう		ハンドブック P.2 P.3
	5 ヤングケアラーが担っているケアについて知る	○ヤングケアラーが担っている世話について、ハンドブック2ページ、3ページで確認する。	
	6 課題解決を図る ・自力解決 ・グループ協議	○家庭の事情は様々であり、家庭や保護者の批判にならないように配慮する。 ○個人で考えたことを、グループで共有し、意見交換をする。 ○単に、一人一人の発表で終わらせるのではなく、出てきた考えについて、意見が交換できるようにする。	
10分	7 各グループで協議した内容を発表する。	○背景として以下の3点が考えられることを理解させる ・高齢者の人口が増えていること ・核家族化が進んだこと ・共働き家庭が増えたこと	
まとめ 5分	7 まとめ 子供が家族のケアを担う背景には、少子高齢化、核家族化、共働き家庭の増加などの社会の状況の変化があります。		
	8 あいさつ		



掲載リストに戻る

ヤングケアラーについて知ろう2

ねらい ヤングケアラーについての理解を通し、これからの社会の在り方について考える。

関連する教科等 社会科【公民的分野A(1)】、特別活動【学級活動(3)】、総合的な学習(探究)の時間【福祉・健康】

時間	内容	指導上の留意点(○)	準備
導入 5分	1 あいさつ		
	2 現代の社会的な状況について確認する。	○現代の社会的状況を確認する。 ・少子高齢化社会が進んでいる ・核家族化が進み一家庭の構成人数が少なくなっている。 ・女性の社会進出が進み、共働き家庭が増えている。 ○現状として紹介し、それがネガティブなことにならないように配慮する。	
展開 25分	3 課題を知る ヤングケアラーの生活について知り、これからの社会の在り方について考えよう		ハンドブック P.4 P.5
	4 ヤングケアラーの日常について知る。	○ヤングケアラーの日常生活や、思いについてハンドブック4ページ、5ページで確認する。 ○社会的な状況の変化と、ヤングケアラーが担っている役割について結びつけて考えられるようにする。	
	5 課題解決を図る ・自力解決 ・グループ協議	○社会の変化についての批判にせず、現状を踏まえた社会の在り方について考えられるようにする。 ○個人で考えたことを、グループで共有し、意見交換をする。 ○単に、一人一人の発表で終わらせるのではなく、出てきた考えについて、意見が交換できるようにする。	
10分	6 各グループで協議した内容を発表する。	○「家族のお世話は家族で行うのが当たり前とするような先入観や固定概念にとらわれず、現在の家庭の状況にあった社会づくりが必要であることに気付かせる。	
まとめ 5分	7 まとめ 社会の状況の変化により、家族の世話は家族で行うということが難しい家庭が増えている。人々が共に支え合う社会づくりが大切です。		
	8 あいさつ		

ヤングケアラーハンドブックの 活用について（高校生編）



埼玉県教育局市町村支援部人権教育課

この本の活用にあたって

埼玉県ケアラー支援条例では、学校を含むヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関の役割を次のように定めています。

- 1 ヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関は、その業務を通じて日常的にヤングケアラーに関わる可能性がある立場にあることを認識し、関わりのある者がヤングケアラーであると認められるときは、ヤングケアラーの意向を尊重しつつ、ヤングケアラーの教育の機会の確保の状況、健康状態、その置かれている生活環境等を確認し、支援の必要性の把握に努めるものとする。
- 2 ヤングケアラーと関わる教育に関する業務を行う関係機関は、支援を必要とするヤングケアラーからの教育及び福祉に関する相談に応じるとともに、ヤングケアラーに対し、適切な支援機関への案内又は取次ぎその他の必要な支援を行うよう努めるものとする。

つまり学校ではヤングケアラーを早期に発見しその実態を把握するとともに、その相談支援及び適切な支援機関へのつなぎを行うことが求められています。

ヤングケアラーについては、生徒が自身がヤングケアラーであると認識していなかったり、誰に相談してよいかわからなかったり、そもそも相談相手がいなかったりするなどして顕在化しにくかったり、孤立化してしまったりするといった実態があります。

そこで、ヤングケアラー本人はもとより、周りの生徒や教職員の理解の促進のため、県福祉部地域包括ケア課がヤングケアラーハンドブック「ヤングケアラーってなに？」を作成いたしました。

県教育委員会といたしましても、本ハンドブックの参考資料を作成いたしましたので御活用ください。

本資料の見方

ページのねらいを
タイトルで示しました。

補足説明を青
枠の吹き出し
で記載してい
ます。

ヤングケアラーがどんな役割を担っているかの例示です。ここにある以外にも“日常的に”家族等のお世話をしていたらヤングケアラーと考えられます。

Point
“日常的に”という部分しっかりと押さえておくことで、家庭での自分の役割として担っていて、苦しさを感じている児童生徒への啓発となると同時に、お手伝いとの違いが明確になります。

「ヤングケアラー」について知ろう①

ヤングケアラーとは

本来大人がすると思われているような家事や家族の世話などのケアを、日常的に行っている18歳未満の若者のことです。

ヤングケアラーは、家族のために様々なケアを担っています。

 <input type="checkbox"/> 食料や掃除がある程度に 行わり、家事をしている	 <input type="checkbox"/> 親族や療養のある家族の 身の回りの世話をしている
 <input type="checkbox"/> 家族に代わり、幼いきょう だいの世話をしている	 <input type="checkbox"/> 心が不安定な家族の話を 聞いている
 <input type="checkbox"/> 親族や療養のあるきょう だいの世話を引き受けている	 <input type="checkbox"/> がん・難病など慢性的な 病気の家族の看護をしている
 <input type="checkbox"/> 母が働かない家族の食料の 買い付けなどの役割を担 っている	 <input type="checkbox"/> 家族のために働いて、親 族や療養のある家族を助 けている
 <input type="checkbox"/> 日本酒が好きな母や、 療養のある家族のために 調剤している	 <input type="checkbox"/> 親族や療養のある家族の 入浴やトイレの介助をして いる

病気や障害、高齢や忙しいなどの理由で、家族の誰かが支守りや世話を必要とし、それを成える人手が十分でない時には、子どもであっても、重い責任を負って、家族を支えています。

埼玉県が県内高校生に行ったヤングケアラー実態調査では、同世代の
4.1% (約2人に1人)の生徒がヤングケアラーであることが分かりました。

ヤングケアラーの日常①

日頃から家族のケアを行っているヤングケアラーの日常は、どんな様子が
見えてみましょう。

ヤングケアラーは家族の世話を
ケアしている、では？

そうだが、例えば病気の母さんに代
わって、食事の用意とか洗濯や掃除をし
たり、お風呂のお湯をかけるなどの世
話をしている。



自分の用事や友達、仲間ら
ケアになるんでは？



他にも親が仕事でなくて、母や姉
の世話をしていたり、誰か一緒に療養
のあるお父さんやお母さんの世話をし
ているヤングケアラーがいるんですよ。

埼玉県ヤングケアラー実態調査結果の解説①

- ヤングケアラーがケアをしている相手は、母が最も多く、その他は多岐にわたる。祖母、祖父、父、兄弟も含まれています。
- ケアの内容は、食の中身の準備・食事の用意、お風呂、洗濯、掃除などの、家族世話を（その人のそばにいる、元気づける、話しかける、見守るなど）、家族世話を（買い物、薬の世話を）などが多いようです。その他にも、介護や療養のために通院があるなど、様々なケアを行っています。

Point
高齢者の介護に次いで多いのが母親のケアです。ケアの対象も、その内容も様々であることを理解することが大切です。
【別添 図表2-1、図表3-1参照】

指導のポイントを
「**Point**」で示
しました。

「ヤングケアラー」について知ろう①

ヤングケアラーがどんな役割を担っているかの例示です。ここにある以外にも“日常的に”家族等のお世話をしていたらヤングケアラーと考えられます。





Point

“日常的に”という部分をしっかりと押さえておくことで、家庭での自分の役割として担っていて、苦しさを感じている児童生徒への啓発となると同時に、お手伝いとの違いが明確になります。

ヤングケアラーとは

本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などのケアを日常的に行っている18歳未満の若者のことです。

ヤングケアラーは、家族のために様々なケアを担っています。

	<input type="checkbox"/> 病気や障害がある家族に代わり、家事をしている		<input type="checkbox"/> 病気や障害のある家族の身の回りの世話をしている
	<input type="checkbox"/> 家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている		<input type="checkbox"/> 心が不安定な家族の話を聞いている
	<input type="checkbox"/> 病気や障害のあるきょうだいの世話や見守りをしている		<input type="checkbox"/> がん・難病など慢性的な病気の家族の看病をしている
	<input type="checkbox"/> 目が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		<input type="checkbox"/> 家計のために働いて、病気や障害のある家族を助けている
	<input type="checkbox"/> 日本語が話せない家族や障害のある家族のために通訳している		<input type="checkbox"/> 病気や障害のある家族の入浴やトイレの介助をしている

病気や障害、高齢や幼いなどの理由で、家族の誰かが見守りや世話を必要とし、それを支える人手が十分でない時には、子どもであっても、重い責任を負って、家族を支えています。

埼玉県が県内高校2年生に行ったヤングケアラー実態調査では、回答者の**4.1% (約25人に1人)**の生徒がヤングケアラーであることが分かりました。

ヤングケアラーの日常①

日頃から家族のケアを行っているヤングケアラーの日常は、どんな様子か見てみましょう。

ヤングケアラーは家族の誰をケアしているんですか？

そうだね、例えば病気のお母さんに代わって、食事の用意とか洗濯や掃除をしたり、認知症のおばあちゃんの身の回りの世話をしています。



食事の用意や洗濯、掃除もケアになるんですか？



他にも親が仕事で忙しくて、弟や妹の面倒をみていたり、親と一緒に障害のあるお兄さんやお姉さんの世話をしているヤングケアラーもいるんですよ。

埼玉県ヤングケアラー実態調査結果の解説①

- ヤングケアラーがケアをしている相手は、母が最も多く、その他は多い順に祖母、弟・妹、祖父、父、兄・姉となっています。
- ケアの内容は、家の中の家事(食事の用意、後片付け、洗濯、掃除など)、感情面のケア(その人のそばにいる、元気づける、話しかける、見守るなど)、家庭管理(買い物、重いものを運ぶなど)が多いようです。その他にも、介助や家族のために通訳をするなど、様々なケアを行っています。

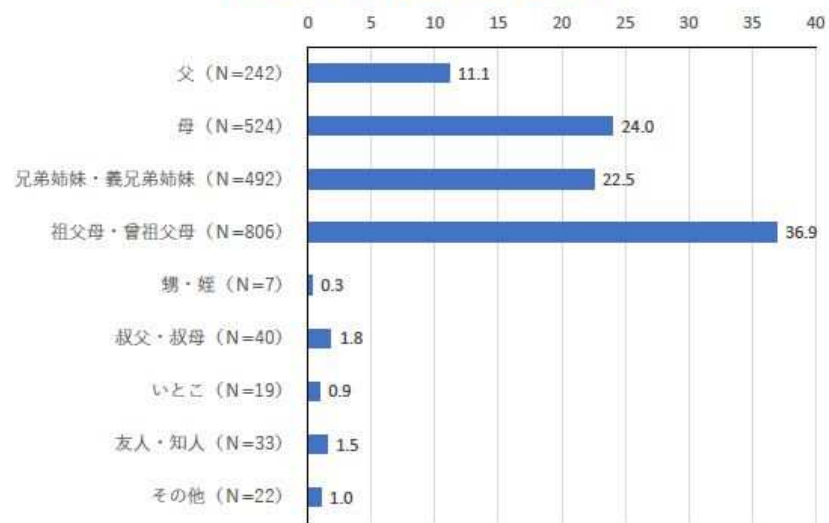
【別添 図表2-1 図表3-1】

2-1 被介護者の続柄

●被介護者(N=2,185)の、ヤングケアラーとの関係(続柄)をみると、「祖父母・曾祖父母」(N=806)が36.9%と最も高く、次いで「母」(N=524)が24.0%、「兄弟姉妹・義兄弟姉妹」(N=492)が22.5%、「父」(N=242)が11.1%の順であった。

図表2-1. 被介護者の続柄(複数回答)

単位：%



注)本集計は被介護者数(2,185人)に対して行っている。

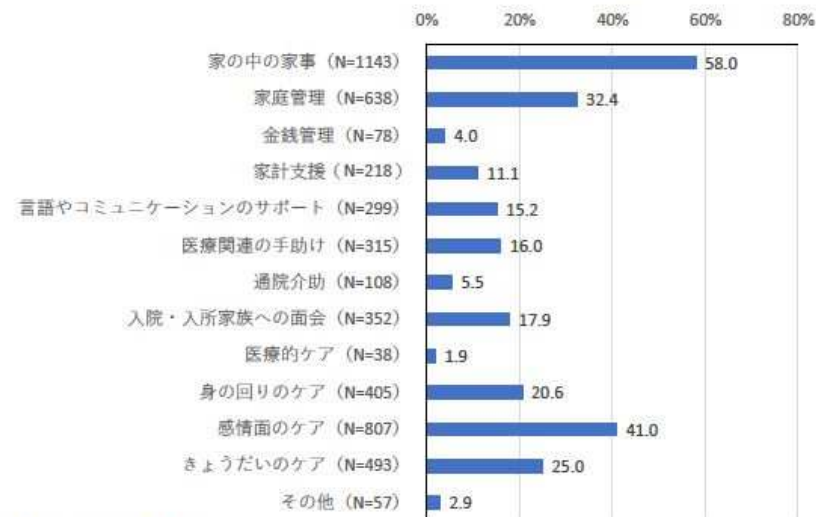
© 2020 Saitama Prefecture. All Rights Reserved.

3-1 ヤングケアラーが行っているケアの内容

●ヤングケアラーが行っているケアの内容(N=1,969)をみると、「家事(食事の用意・後片付け・洗濯・掃除など)」(N=1,143)が58.0%と最も高く、次いで「感情面のケア(その人のそばにいる・元気づける・話しかける・見守る・外に連れ出したりするなど)」(N=807)41.0%、「家庭管理(買い物・家の修理仕事・重いものを運ぶなど)」(N=638)32.4%、「きょうだいのケア」(N=493)25.0%の順であった。

図表3-1. ヤングケアラーが行っているケアの内容(複数回答)

単位：%



注)本集計はヤングケアラー本人(1,969人)に対して行っている。

© 2020 Saitama Prefecture. All Rights Reserved.

「ヤングケアラー」について知ろう②

ヤングケアラーの日常 ②

学校の宿題や、部活動とか、友達と遊んだりする時間はあるんですか？

学校生活と両立しながら家族のケアをしているヤングケアラーが多いよ。でも、中には長い時間ケアを行っているヤングケアラーもいます。自分の時間が取れないかもしれないね。



学校の宿題や、部活動とか、友達と遊んだりする時間はあるんですか？

どうしてケアをしているんですか。

ケアをしている理由は、親が仕事で忙しかったり、病気だったり、兄弟姉妹に障害があったり様々です。自分でケアをしたいと思ったヤングケアラーもいますよ。

埼玉県ヤングケアラー実態調査結果の解説 ②

- ヤングケアラーがケアに使っている時間は、学校のある平日では1時間未満が最も多ですが、4人に1人は2時間以上ケアをしています。例えば家族のためにアルバイトで働いたり、家族に代わって幼い弟や妹の世話などを行っています。
- 学校のない休日になると、約4割のヤングケアラーが3時間以上ケアをしています。
- ケアをしている理由は、そのほかにも、ひとり親家庭であるため、祖父母の病気や加齢・入院のため、親が日本語を話さないため、他にケアをする人がいないためなど、非常に多岐に渡っています。

Point
ヤングケアラー＝「大変」「かわいそう」というイメージが先行しがちですが、自分自身の生活と家族のお世話のバランスが保てているヤングケアラーもいます。偏った先入観をもたせないようにすることが大切です。

ヤングケアラーの声

日頃から家族のケアを担っているヤングケアラーの皆さんの声を集めてみました。様々な思いを抱えながら学校生活を送っていることが分かります。

大変だったこと

- 私は3ヶ月間母が入院しており重い病気であったため、毎日夜寝る時間かけてお見舞いへ行き、家事の大半を担っていました。勉強への負担が大きかったです。
- 親が日本人でないことがブレンデッドに思ったりすることもあります。親と上手く話せなかったり、人との生活習慣が違ったり、親戚の人が来た時に会話できなかったり、様々な悩みがあります。みんなと同じ生活をしたいです。
- 私は中学2年生からヤングケアラーでした。ストレスを感じることも多く、休めた日でもこの悩みがあります。
- 家族の誰かがケアをやらなくてはならないが、時間が重なって誰か一人になってしまったり。
- 自分の将来が心配です。この先就職や結婚などどう行動すべきか全くわかりません。

サポートして欲しかったこと

- もっと周りの人の理解を深めることができる機会を設けたり、サポートしてくれる環境を整備するべきだと思いました。
- 少しでも重い病気を持っている人達が気持ちよく過ごせるような色々なサポートを作った方がいいと思います。
- 私の母が入院した時、先生は私を勇気づけてくれました。しかし、それがなくなってプレッシャーでした。そういう人たちへの関わり方を考えてほしい。
- 学校の先生に悩みを相談しづらいため、相談しやすい環境を作るしてほしい。
- ケアをしている人の中には、「周知には言わないでほしい」という人もいます。

周囲からの対応で嬉しかったこと

- 障害者の兄の将来の不安や悩みを聞いてくれて少し落ちついた。

「特別扱いや情けをかけられるのではなく普通に接してほしい。」という意見が多数あります。一方、「相談相手が欲しい。」という意見もあります。そのニーズにも個人差があります。

Point
ヤングケアラーのニーズは多様です。まずは、よき理解者になることが重要です。そのためにも普段から頼ったり頼られたりできる人間関係を構築しておくことが大切です。

友達から相談を受けたらどのようにしたらよいか考えよう

Point

ケアによる学校生活への影響も様々です。多様であることを理解し、「大変である」というように一様に思い込まないことが大切です。

約半数が「影響なし」と答えています。本当に負担がない場合もありますし、負担であっても日常化しているため“当たり前のこと”と考えてしまっている事などが考えられます。

Point

相談相手がいないという回答が約25%あります。「もし自分だったら誰に相談できそうか」考えさせておくのも大切です。

ケアによる学校生活への影響と相談相手

ヤングケアラーは、家族のケアに時間を費やすことで、学校生活への影響も出ています。

学校生活への影響（抜粋）（複数回答）



学校生活への影響がないというヤングケアラーが一番多かったですが、ケアについて話せる人がいなくて孤独を感じていたり、ストレスを感じていたりするヤングケアラーもいます。話せる相手がいないと一人で抱え込んでしまうこととなります。

ケアに関する悩みや不満を話せる相手の有無と相手の内訳（抜粋）（複数回答）



ケアに関する悩みや不満を話せる人がいないヤングケアラーがいます。また、家族以外の話し相手で最も多いのは友人です。

家族の世話を頑張っているあなたへ

忙しい学校生活の中、大切な家族の世話を頑張っていることは素晴らしいことです。家族も周りの大人もきっと感謝しています。

それでも、友達と遊びに行きたい、部活動に参加したい、勉強や宿題をやる時間を確保したい、やりたいことがたくさんあって、時には家族の世話をすることがつらいと思うのは自然なことです。

家族の世話のこと、家族との関係、学校生活、将来の進路のことなど、自分一人では解決できない悩みを抱え込んだり、一人で解決しようと頑張りが続けることはとても大変なことです。自分の気持ちを他の人に話すことはとても勇気のいることだと思いますが、あなたの悩みを聴き、共感してくれる大人は必ずいます。

この冊子を読んで、自分の気持ち、悩みを周りの大人や大切な友人に話してみてください。きっとあなたの話を聴いてくれるはずです。

家族の世話を頑張っている友人に あなたならどんなことができますか？

もし、あなたの友人が家族の世話を頑張っているとしたら、そのことで友人が悩みを抱えながら生活していたとしたら、あなたは友人にどんなことができるでしょうか。

この冊子を通して、「ヤングケアラー」のことを知ってもらいたいと思います。すぐそばにいる友人であるあなただからできることがきっとあります。みんなで考えてみましょう。

6ページのグラフと関連して、身近な友達がケアのことで悩んでいたら、自分が相談されたら何ができるか生徒自身に考えさせてみて下さい。

相談先①

Point

相談先についての情報提供です。
6ページの相談相手を考えた後の資料として活用できます。

まずは、じっくり聞くということ、そして、いつもと変わらない関わりを続けることが大切です。5ページの「ヤングケアラーの声」ももう一度確認してみてください。

信頼できる周囲の大人に話してみよう

ヤングケアラーの皆さんにとって、信頼できる大人はいますか？
自分の悩みや不安を抱えきれなくなる前に、誰かに話してみませんか？

話を聞いてもらいたくなったら…
あなたの周りには話を聴いてくれる大人たちがいます。

- 担任の先生、部活動の顧問、養護教諭、その他の学校の先生
- スクールカウンセラーさんやスクールソーシャルワーカーさん
- 家族のケアに関わっているケアマネジャーさんやヘルパーさん など
- 子ども食堂や学習支援教室のスタッフさん
- 主任児童委員さん、民生委員・児童委員さん

この他にもきっと、あなたの周りにはあなたの思いに寄り添い、共感し、一緒に考えてくれる大人がいます。

友人から相談を受けた時、どうする？

まずはじっくり話を聞き、
本人の思いを受け止めましょう。

誰かの助けが必要な場合は、本人の考えを尊重しながら、信頼できる大人への相談を勧めましょう。

スクールカウンセラーとは？

心理に関する専門家です。皆さんとのカウンセリングを通して心のケアをしています。皆さんの心のケアについて、保護者や教職員にもアドバイスをしています。

家庭の都合で学校を休みがち、
進級・卒業できるか**不安**。

大丈夫？
一人で抱え
込まないで。

そういうときは、
スクールカウンセラーに
相談していいんだよ。

勉強や部活をしたり、友達
と遊んだりする時間がなくて
つらい 寂しい。

スクールソーシャルワーカーとは？

家庭と福祉等の関係機関との橋渡しをして、自分だけではどうすることもできない家庭環境の悩みの改善に向けて、支援をしています。

家事の手伝い、介護、弟、妹の世話、全部自分でやらずに、やるのが当たり前だよ…

みんな味方だよ。頼っていいんだよ。

家庭

学校

学校や自分の進路は、
がまんしなくちゃ…

そういうときは、
スクールソーシャルワーカーに
相談していいんだよ。

スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーは、先生を通じて皆さんの相談をお受けしています。まずは、先生に相談してみてください。御相談をお待ちしています。

各学校の活用状況に合わせて紹介してください。

相談先②

Point

相談先についての情報提供です。
児童生徒への情報提供や、相談を受けた際の案内窓口として活用してください。

悩んだ時の相談先

もし、周囲に話を聞いてくれる大人がいなくても、皆さんの悩みや不安を聞いてくれる相談先があります。

電話相談

子どもスマイルネット いじめ、不登校、学校、親、どんなことでも

048-822-7007 毎日10:30~18:00 (祝日・12/29~1/3を除く)

よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活の悩み

#7300 または **0120-86-3192** 毎日24時間

児童相談所相談専用ダイヤル 子どもの福祉に関する相談

0120-189-783 毎日24時間

虐待かもと思ったら、児童相談所虐待対応ダイヤル「**189**」へ

このほかにも、話を聞いてくれる相談先はたくさんあります。
埼玉県のホームページで紹介しているのを確認してみてください。



市町村の相談窓口と福祉サービスも利用できます

市町村では、高齢者、障害者、児童、生活困窮など、様々な福祉分野の支援をしています。

福祉サービスを利用してケアの負担を減らしたい時は、皆さんがお住まいの市町村の窓口にご相談してみましょう。

自分で問い合わせることが難しい場合は、まずは周りの大人に相談してみましょう。



SNS・メール

埼玉県ヤングケアラーチャンネル

月~金 11:00~20:00 (祝日・年末年始12/29~1/3を除く)
二次元コードを読み取るか、LINEで検索して追加



親と子どもの悩みごと相談@埼玉

月~金 9:00~21:00 土、日、祝 9:00~17:00(年末年始を除く)
二次元コードを読み取るか、LINEで検索して追加



SNS教育相談 悩みや不安、どんなことでも

月~金 17:00~22:00
LINE相談専用アカウントの登録が必要です。(学校で入手してください。)
県内中学校・義務教育学校(後期)・高等学校・特別支援学校に在籍する生徒(中・高)が対象 ※さいたま市立学校在籍の方は、「さいたま市SNSを活用した相談窓口」があります。詳しくは、学校で配布される案内カード等を確認してください。

よい子の電話教育相談 いじめ、不登校、学校生活等に関するメール相談

soudan@spec.ed.jp 返信は平日9:00~17:00

子供の居場所など

地域のボランティアの方々による「子ども食堂」、「学習支援教室」などがあります。
地域の居場所を探してみましょう。



ヤングケアラーについて知ろう

ねらい 児童生徒及び教職員に「ヤングケアラー」について正しく理解できるようにする。

関連する教科等 公民【C 持続可能な社会づくりの主体となる私たち】、福祉
特別活動【学級活動(3)】、総合的な探究の時間【福祉・健康】等

時間	内容	指導上の留意点(○)	準備
導入 5分	1 あいさつ		
	2 家族のお世話の経験について考える。	○自身の家族等をお世話した経験について考える。 ○ほとんどの生徒が経験したことがあることを確認する。	
	3 ヤングケアラーについて知る	○日常的に家族等の世話を担っている子供(18歳未満)をヤングケアラーということを確認する。	
展開 25分	4 課題を知る なぜ、子供であっても家族などのお世話を担っているのが考えよう		
	5 ヤングケアラーが担っているケアについて知る	○ヤングケアラーが担っている世話について、ハンドブック2ページ、3ページで確認する。	P.2 P.3
	6 課題解決を図る ・自力解決 ・グループ協議	○家庭の事情は様々であり、家庭や保護者の批判にならないように配慮する。 ○個人で考えたことを、グループで共有し、意見交換をする。 ○単に、一人一人の発表で終わらせるのではなく、出てきた考えについて、意見が交換できるようにする。	
10分	7 各グループで協議した内容を発表する。	○背景として以下の3点が考えられることを理解させる ・高齢者の人口が増えていること ・核家族化が進んだこと ・共働き家庭が増えたこと	
まとめ 5分	8 まとめ 子供が家族のケアを担う背景には、少子高齢化、核家族化、共働き家庭の増加などの社会の状況の変化があります。		
	9 あいさつ		

ヤングケアラーについて知ろう2

ねらい ヤングケアラーについての理解を通し、これからの社会の在り方について考える。

関連する教科等 公民【C 持続可能な社会づくりの主体となる私たち】、福祉
特別活動【学級活動(3)】、総合的な探究の時間【福祉・健康】等

時間	内容	指導上の留意点(○)	準備
導入 5分	1 あいさつ		
	2 現代の社会的な状況について確認する。	○現代の社会的状況を確認する。 ・少子高齢化社会が進んでいる ・核家族化が進み一家庭の構成人数が少なくなっている。 ・女性の社会進出が進み、共働き家庭が増えている。 ○現状として紹介し、それがネガティブなことにならないように配慮する。	
展開 25分	3 課題を知る ヤングケアラーの生活について知り、これからの社会の在り方について考えよう		ハンドブック P.4 P.5
	4 ヤングケアラーの日常について知る	○ヤングケアラーの日常生活や、思いについてハンドブック4ページ、5ページで確認する。	
	5 課題解決を図る ・自力解決 ・グループ協議	○社会的な状況の変化と、ヤングケアラーが担っている役割について結びつけて考えられるようにする。 ○社会の変化についての批判にせず、現状を踏まえた社会の在り方について考えられるようにする。 ○個人で考えたことを、グループで共有し、意見交換をする。 ○単に、一人一人の発表で終わらせるのではなく、出てきた考えについて、意見が交換できるようにする。	
10分	6 各グループで協議した内容を発表する。	○「家族のお世話は家族で行うのが当たり前とするような先入観や固定概念にとらわれず、現在の家庭の状況にあった社会づくりが必要であることに気付かせる。	
まとめ 5分	7 まとめ 社会の状況の変化により、家族の世話は家族で行うということが難しい家庭が増えている。人々が共に支え合う社会づくりが大切です。		
	8 あいさつ		

指導案の例になります。
授業づくりの参考に御活用ください。



掲載リストに戻る

ヤングケアラー授業デザインキット作成委員会

【指導者】

※ 所属や役職は令和4年4月1日現在になります。

氏名	所属・役職等			
森田 久美子	立正大学	社会福祉学部	社会福祉学科	教授
上原 美子	埼玉県立大学	保健医療福祉学部	共通教育科	教授

【委員】

氏名	所属・役職等	
千葉 圭介	北本市立南小学校	主幹教諭
刈谷 良嗣	吉見町立吉見中学校	主幹教諭
井口 涼子	狭山市立南小学校	教諭
鳥谷部 真世	幸手市立幸手小学校	教諭
山本 和樹	秩父市立荒川西小学校	教諭
岩田 哲哉	上里町立上里中学校	教諭
鈴木 峻	宮代町立前原中学校	教諭
森 典子	川口市立芝中学校	教諭
松本 光平	県立杉戸高等学校	教諭
柳澤 志萌	県立誠和福祉高等学校	教諭

【事務局】

氏名	所属・役職等	
塩崎 豊	人権教育課	課長
有賀 弘一	人権教育課	副課長
田中 稔浩	人権教育課	指導主事
早野 裕之	人権教育課	指導主事



[掲載リストに戻る](#)