

## ケアラー（ヤングケアラー）に関する意識調査

### 【調査目的】

「ケアラー」とは、高齢や障がい、病気などにより援助を必要とする家族や身近な人に対して、無償で介護や看護、日常生活上のお世話をしている方のことです。また、本来大人が担うと想定されている家事などを日常的に行っているこどもをヤングケアラーといいます。

ケアラー（ヤングケアラー）は、仕事や学業との両立や自分の時間が取れないなど様々な負担があるにも関わらず、社会的に十分に理解されているとは言えず、悩みを抱えたまま生活している方が多くいると思われます。

本県では、ケアラー支援条例を都道府県では4番目となる令和4年10月に制定し、令和6年3月にはケアラー支援推進計画を策定しており、本年度からはこの推進計画に基づいて様々な取組を実施しております。そこで、県政モニターの皆様、ケアラー（ヤングケアラー）に関する認識や、県民への啓発を含めケアラー支援のあり方などについて御意見を伺い、今後の施策検討の参考といたします。

【調査担当課】 福祉保健部 長寿社会課

【調査期間】 令和7年1月6日～1月25日

【調査対象】 ながさきWEB 県政アンケート全モニター（347名）

【回答状況】 回答者 244名（回答率 70.3%）

※回答は、項目ごとに小数点以下第2位を四捨五入しているため、項目ごとの合計が100%にならない場合があります。

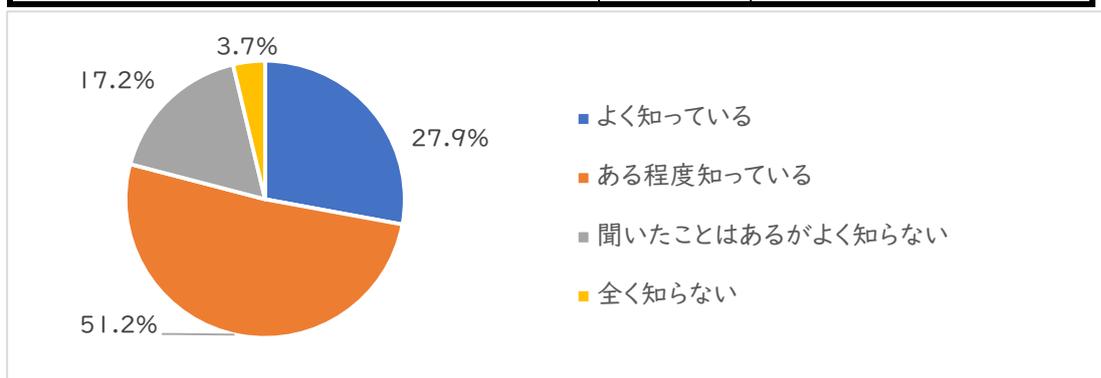
#### ◆回答者の年齢構成

年齢	人数	構成比
10代	8	3.3%
20代	11	4.5%
30代	52	21.3%
40代	59	24.2%
50代	62	25.4%
60代	29	11.9%
70代以上	23	9.4%
合計	244	100%

## 【調査結果】

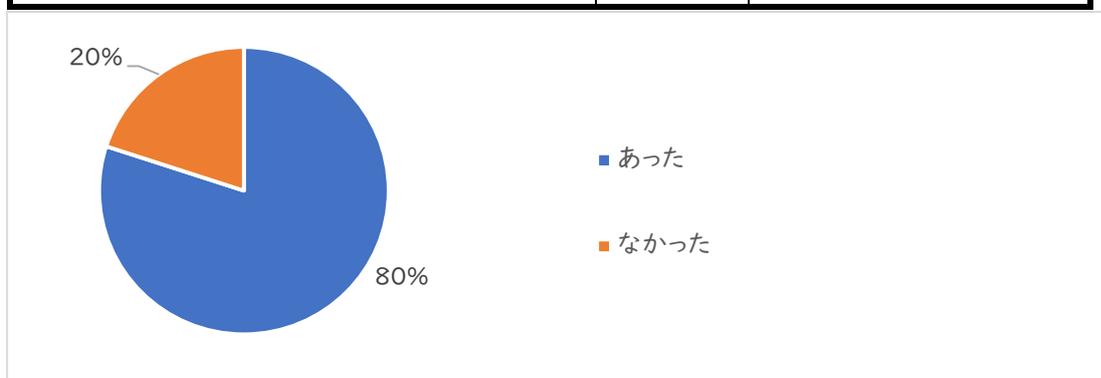
Q1. あなたは「ケアラー」という言葉を知っていますか。

選択肢	人数	構成比
よく知っている	68	27.9%
ある程度知っている	125	51.2%
聞いたことはあるがよく知らない	42	17.2%
全く知らない	9	3.7%
合計	244	100.0%



Q2. この1年間のうち、あなたは「ケアラー」という言葉を見たり聞いたりしたことがありましたか。 ※Q1 で「よく知っている」「ある程度知っている」「聞いたことはあるがよく知らない」と回答した方が対象

選択肢	人数	構成比
あった	188	80%
なかった	47	20%
合計	235	100.0%



Q3. あなたは「ケアラー」という言葉をどこで見たり聞いたりしましたか。(複数回答可) ※Q2で「あった」と回答した方が対象

選択肢	人数	構成比
テレビ・ラジオ	142	75.5%
インターネット(SNS)	84	44.7%
新聞	82	43.6%
市町広報誌	31	16.5%
県広報誌	29	15.4%
その他の広報誌やポスター・リーフレット	26	13.8%
家族や親族、知人からの情報	22	11.7%
勤務している(いた)職場	19	10.1%
書籍	12	6.4%
県が主催するシンポジウム・講演会・セミナー	7	3.7%
県以外が主催するシンポジウム・講演会・セミナー	6	3.2%
その他	2	1.0%

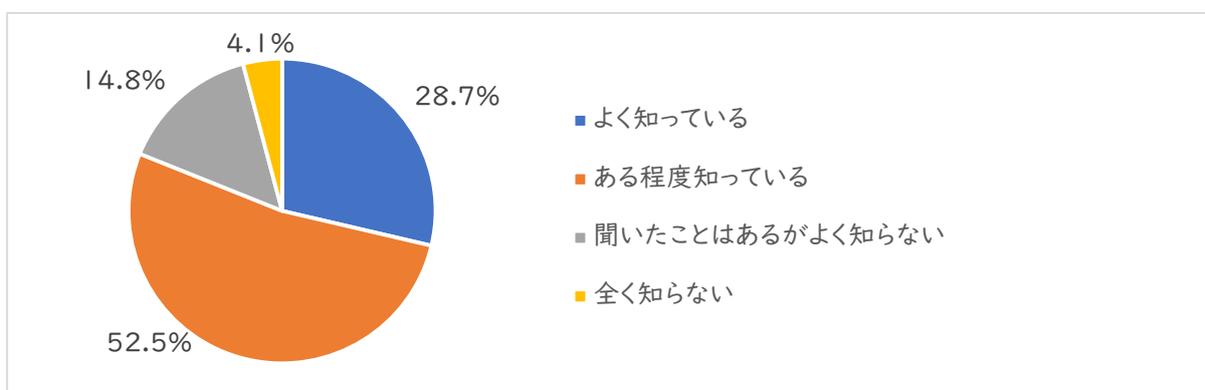
※構成比は、回答者数(188)に対する割合

<その他の回答>

- ・大学の講義
- ・学校の授業

Q4. あなたは「ヤングケアラー」という言葉を知っていますか。

選択肢	人数	構成比
よく知っている	70	28.7%
ある程度知っている	128	52.5%
聞いたことはあるがよく知らない	36	14.8%
全く知らない	10	4.1%
合計	244	100.0%



Q5. この1年間のうち、あなたは「ヤングケアラー」という言葉を見たり聞いたりしたことがありましたか。 ※Q4 で「よく知っている」「ある程度知っている」「聞いたことはあるがよく知らない」と回答した方が対象

選択肢	人数	構成比
あった	195	83.3%
なかった	39	16.7%
合計	234	100.0%



Q6. あなたは「ヤングケアラー」という言葉をどこで見たり聞いたりしましたか。  
(複数回答可)

※Q5で「あった」と回答した方が対象

選択肢	人数	構成比
テレビ・ラジオ	147	75.4%
インターネット(SNS)	90	46.2%
新聞	86	44.1%
その他の広報誌やポスター・リーフレット	29	14.9%
市町広報誌	27	13.8%
県広報誌	26	13.3%
勤務している(いた)職場	22	11.3%
家族や親族、知人からの情報	19	9.7%
書籍	14	7.2%
県以外が主催するシンポジウム・講演会・セミナー	5	2.6%
県が主催するシンポジウム・講演会・セミナー	5	2.6%
その他	3	1.5%

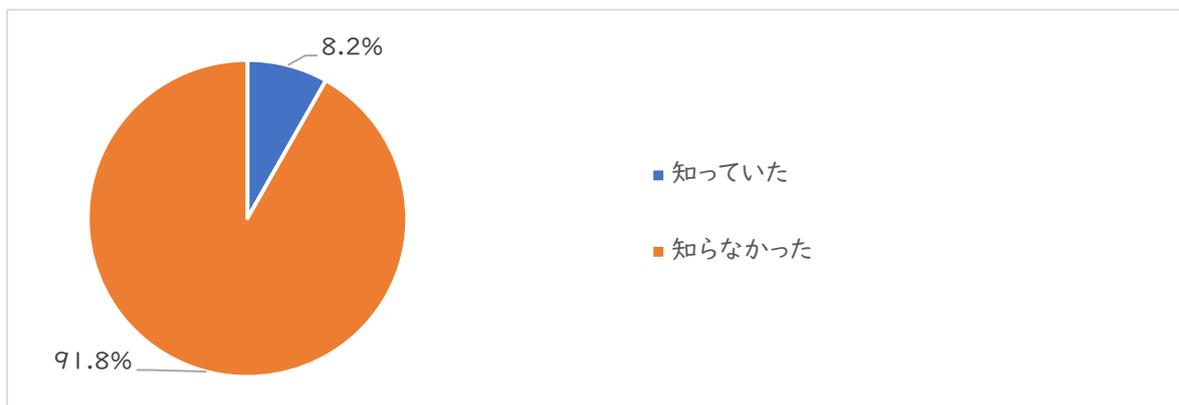
※構成比は、回答者数(195)に対する割合

<その他の回答>

- ・学校の授業
- ・大学の講義
- ・大学の入試問題

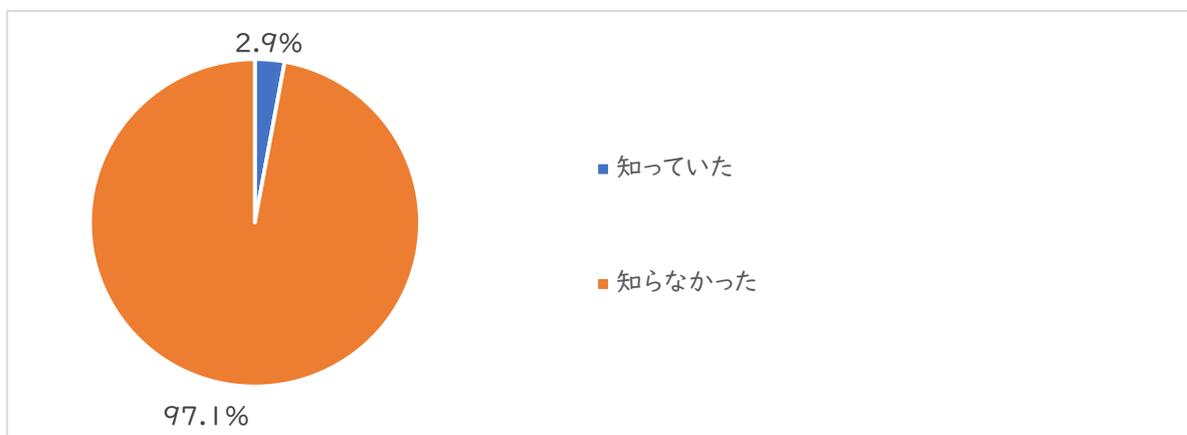
Q7. あなたは「長崎県ケアラー支援条例」を知っていますか。

選択肢	人数	構成比
知っていた	20	8.2%
知らなかった	224	91.8%
合計	244	100.0%



Q8. あなたは、11月が「長崎県ケアラー支援月間」であることを知っていますか。

選択肢	人数	構成比
知っていた	7	2.9%
知らなかった	237	97.1%
合計	244	100.0%



Q9. 11月が「長崎県ケアラー支援月間」であることをどこで見たり聞いたりしましたか。(複数回答可) ※Q8で「知っていた」と回答した方が対象

選択肢	人数	構成比
県のホームページ	5	71.4%
県が開催したシンポジウム	2	28.6%
インターネット(SNS)	1	14.3%
新聞	1	14.3%
県が作成したウェットティッシュ	0	0%
ラジオ	0	0%
その他(具体的に)	1	14.3%

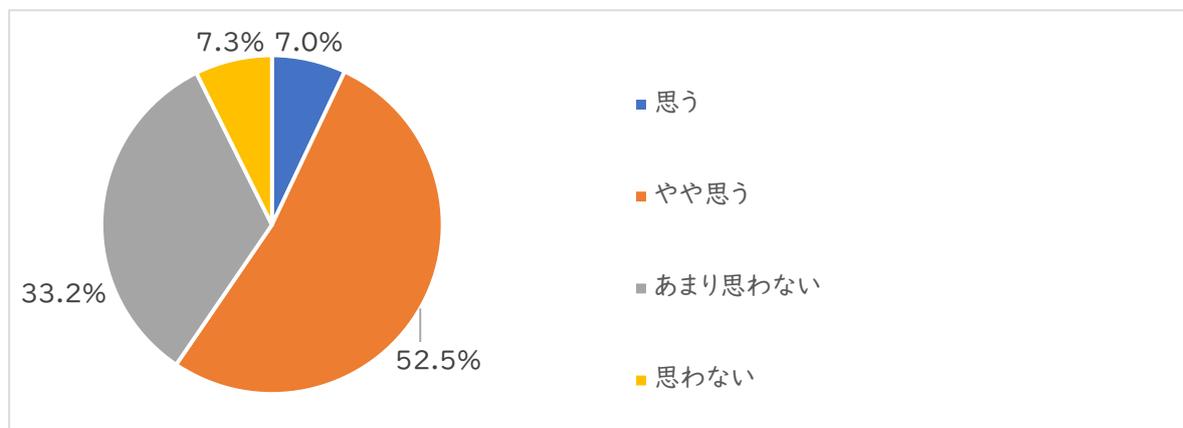
※構成比は、回答者数(7)に対する割合

<その他の回答>

・職場

Q10. 今後、ケアラー・ヤングケアラーについて知る機会があったら、参加してみたいと思いますか。

選択肢	人数	構成比
思う	17	7.0%
やや思う	128	52.5%
あまり思わない	81	33.2%
思わない	18	7.3%
合計	244	100.0%



Q11. ケアラー支援に関して、「あなたがお住まいの地域の次の相談支援機関（相手）について、所在地又は連絡先を知っているものを全て選択してください。（複数回答可）

選択肢	人数	構成比
下の選択肢の全てを知らない	96	39.3%
長崎県ヤングケアラー・ケアラー総合案内窓口	20	8.2%
県のこども・女性・障害者相談支援センター	67	27.5%
福祉事務所	65	26.6%
市町の児童相談窓口	72	29.5%
生活困窮者自立相談支援機関（福祉事務所、社会福祉協議会等）	29	11.9%
地域包括支援センター	72	29.5%
民生委員（児童委員）	57	23.4%

※構成比は、回答者数（244）に対する割合

Q12. 次の相談支援機関（相手）について、あなたが実際にお世話のこと等について相談したことがあるところを全て選択してください。（複数回答可）

選択肢	人数	構成比
下の選択肢の全てを利用したことがない	226	92.6%
長崎県ヤングケアラー・ケアラー総合案内窓口	0	0%
県のこども・女性・障害者相談支援センター	3	1.2%
福祉事務所	5	2.0%
市町の児童相談窓口	3	1.2%
生活困窮者自立相談支援機関（福祉事務所、社会福祉協議会等）	0	0%
地域包括支援センター	10	4.0%
民生委員（児童委員）	4	1.6%

※構成比は、回答者数（244）に対する割合

## 自由意見

Q13. お世話のこと等について、どのような条件が整えば相談しやすくなるか教えてください。

### ●主なご意見

#### ■相談時間

- ・相談方法や相談時間に制限がなかったら相談しやすくなると思います。
- ・24時間、相談したい時につながるチャットなどあれば、気軽に相談などできていいのではないかと思う。
- ・時間や曜日を拡大して欲しい。

#### ■相談方法

- ・手軽にラインや、インスタがあると目にも留まりやすいし、メッセージも送りやすいと思う。
- ・高齢者の相談支援に携わっていますが、孫世代がヤングケアラーとしてどこに相談したらいいか分からずに困っているケースもあるようです。学校などでも周知されるといいと思います。学校や部活のある日、時間帯以外にも相談できる時間外や休日の相談先があるといいと思います。また電話が苦手な子も多いので、ラインやチャット、メールなど手段がいくつかあるといいと思います。
- ・匿名でも受けてもらえる
- ・郷長や民生委員、知り合いや利用者を通して、紹介されると信用できるので、相談しやすいと思う。まずは、メールで連絡できると安心。
- ・相談という堅苦しさをなく、ちょっと立ち寄って世間話をするようなところがあり、相談員の人とも顔見知りになれば、相談もしやすくなると思う。また学校などでも相談窓口があるといい。相談後に改善出来るサポートの見える化やヤングケアラーとはどういったものか、それは助けられることだということをもっと周知したらいいと思う。小さい時からお世話し続けているとそれが当たり前と相談するという思考にならない子どもも多いと思う。

#### ■相談員の対応

- ・秘密厳守で、相談者の話をゆっくり聞いてくれることが大事だと思います。
- ・相談者からではなく支援機関の方から「何か困っていませんか？」と踏み込んでもらった方が相談しやすいと思います。
- ・対象者の自宅に話を聞きに訪問してくれる。相談できる場がある事を知る機会がある。チャットなどで気軽に相談ができる。

・相談を受け付ける窓口担当者のスキルアップ

### ■体制

・学校（特に担任や保健室の先生）と地域の自治会や隣近所の連携がもっと密になればと思う。役場は窓口がたくさんあっても自らが窓口にアクセスするのは難しいように思う。役場内の統括部所を明確にし、学校や地域を能動的に後押しするような仕組みが必要に思う。

・まず、真っ先に相談し、解決する機関はどこなのか。機関どうし横の連絡は万全か、たらい回しにならないように願いたい。

・ワンストップな相談受付体制。

### ■地域

・現状を他人に話すことに壁があります。専門職の方も大事ですが、身近にいる知っている方というポイントも高く感じられます。各自治協議会の主要ポジションの方へのアドバイスやセミナーをしてキーになる人が育つといいと思います。

・ヤングケアラーは接する社会が狭いため、社会的にどういう相談窓口があるか知らないで一人で抱え込んでいることが多いと思う。そこでやはり地域の大人が手を差しのべ、相談に乗るか、相談窓口を紹介するのが必要となってくる。まず民生委員や地域包括支援センターでヤングケアラー対象者が地域にどのくらいいるのか把握することが大切であろう。対象者の事情もそれぞれ違うであろうから、それぞれどういう支援ができるのか、地域を巻き込んでの支援が必要ではないだろうか。

・以下の項目すべてに当てはまることだと思うが、ケアラーの問題は地域社会の連携・関わりが疎遠になっていることによる弊害のひとつではないかと考えます。行政による支援施策はありがたいし必要なものと考えますが、地域の結びつきが希薄な現代社会においては思ったような成果が得られないのではないかと感じています。支援施策の充実とともに地域社会の結びつきを取り戻す社会づくりにも力を入れていただきたいです。

### ■周知・啓発

・ヤングケアラーは、自分自身がそうだという意識が低い。もっと情報を与えて自分もそうなんだと分からせる所から始めてほしい。その上で学校で相談して良いんだと思わせるよう、誰からもわかりやすい・秘密を守ってくれるという相談窓口を設けてあげると良いかと思う。

- ・大人が大人をケアするときは、病院などで知らせてくれますが、病院に行っていない大人や家で家族のケアをしている子どもは支援先が分からないと思う。どのような条件を整えばというのは、支援があることすら分からない人には難しく、その状況にない私は想像ができません。支援という言葉も分からないのかも。どのように力になってくれるのか、どのように生活が変わるのか、今の状況と具体的な違いを知らせてくれるもの、読みやすい、興味がもてるものを目に見える形で知らせる。ケアしている方自身がケアしている自覚があるのかも疑問。
- ・具体的にどういう事例がケアラーに当たって、相談していいことなのか、相談したら、どういった支援を受けられるのか、費用がどれくらいかかるのかわからないと、自分にとっては当たり前のことなので、相談していいことかわからない。保険が多少なりと効くとは思いますが、それなりに費用は発生するだろうから、それがネックになるのではないかと思う。
- ・単に相談先を啓発するだけではなく、改善に繋がった事例等も一緒に啓発することが必要と思われる。相談して良いかどうかを迷うと思うので、同じような境遇の事例があれば、一步を踏み出しやすい。また、行政としてケアラーの把握に努めたり、行政から当事者へ直接リーチできれば、不安の軽減に繋がるのではないか。
- ・福祉事務所やこども女性相談センターなどへの相談は、生活保護やDVなどのイメージも強く、少しハードルが高く感じてしまう。また、「このくらいのことで…」と思ってしまう方も多いと思うので、気軽に相談できる雰囲気や情報があればいいかもしれない。

#### ■ヤングケアラー

- ・実際ケアしてる子ども達に相談窓口があること、相談していいことを知ってもらうことが大事なので、小学校や中学高校で講話を開いたり、相談して改善されたケースが記述されたリーフレットを全校生徒に配って漏れのないようにしてはどうか。また実際にケアしてる子ども達は時間もお金もないだろうから、身近な場所で直接話す機会があることが大切だと思うので、担当者が出張相談窓口として各学校を回るとか。無駄打ちが多くなるかもしれないけど、そのなかで1件でも相談を受けることができたなら、その子どもにとっては その出張相談窓口がなければ救われなかったのだろうし。
- ・学校でヤングケアラーについての教育(どういう場合が該当するか)があり、ヤ

ングケアラー本人が学校の先生に相談し、先生が機関に相談してくれるのがスムーズだと思います。ヤングケアラーがいる家庭の大人が行政に相談する可能性は低そうだし、ヤングケアラー自身も若齢なので自分で機関に相談することは稀だと思うためです。また第三者から見ると、「よくお手伝いしている子」との判別が難しそうなので、近隣住民など第三者からの通報もしにくいと思われます。

- ・自分の置かれている状況がヤングケアラーと呼べるものか把握できていない子どもたちもいるだろう。また、親にしてみても子どもに頼っているとは分かっている、このくらいの状況で他人に頼るのはどうなのかと支援の声をあげられない人もいよう。こんな支援を行っています!という情報が町の広報誌にでもあれば良いのかもと思う。
- ・学校や子ども食堂などからの連携が必要ではないかと思う。本人から相談することは難しいように感じる。
- ・学校などで子どもたちに講話し、周知することが大切だと思います。当事者はそれが普通であり、相談するようなことではないと思っていることがあるので、聞き取り調査などでそのような家庭がないか把握し、個別に声をかけていく必要があると感じます。

#### ■その他

- ・ケアラーの意味を知る、自分が当てはまってないかを知る(チェック表等があると気軽に出来そう)、相談場所が身近にあれば相談しやすいと思う(ヤングケアラーだと学校のカウンセラーの先生等)。
- ・ケアラー当事者が所属する、学校であれば教職員なり、勤務先であれば所属長なりが、対応するのがベストと思う。したがって、学校や企業・団体等に、こうした事情を抱える学生や従業員・職員等が居るのではないかというアンテナを常に張っておくよう指導することが必要である。
- ・相談内容例があるとその内容について相談しやすい。

Q.14 あなたの身近にケアラー（ヤングケアラー）がいた場合に、どのようなことができそうか、具体的にお書きください。

●主なご意見

■話を聞く（相談に乗る）。

- ・実際、身近に仕事をしながら認知症の母親を介護している知り合いがおり、心身共にかなり疲労しているようなので、介護での愚痴や辛いこと等の話を聞いてあげたり、アドバイスをしたり地域包括センターへの相談を勧めたりしています。ちょっと耳を傾けて相手の話を聞いてあげること位ならいつでもできそうです。
- ・様々な人生経験がある大人の方のお話相手は自信がありませんが、もし、誰かに話を聞いてほしいと思う子供さんがいて、本来は学業に専念したいのにできない不満や悩みを(学校に通うだけで精一杯…友達と遊べない…色々想像します)話してくれる事を黙って聞くことはできそうです。

■相談先や資源を教える

- ・コミュニケーションをとり、声かけをしていく。仲良くなれば、相談できるところを紹介する。仲良くなれなければ、児童相談所などに自分が相談し、見守りなど出来ないか聞いてみる。
- ・今回のアンケートで相談所がたくさんあることを知ったので、相談所を紹介することはできると思う。手が離せない時は買い物したいものを聞いて買ってくることもできると思う。
- ・何をどう助けてあげられるかわからないので、専門的な機関や人を紹介できたり、身近に情報があると教えてあげたりできるので、常々目につくところ（広報誌）に気軽に相談できるような書き方で載せていて欲しいです。

■代わりに（一緒に）相談（連絡）する

- ・自分もできることがあれば手伝う。市や県の相談窓口を探して、一緒に相談に行く。
- ・まずは状況確認を実施し、関係機関への相談と連絡。簡単には、上記内容のことはできるが実際は見つけること自体難しい。ヤングケアラーについて関心を持ち続けて行きたい。
- ・相談に乗ることはもちろん、相談役につなぐことはできるのではないかと思う。また、ヤングケアラーに限るのかもしれないが、勉強支援はできるのではないかと思う。

### ■自身の経験や専門性を活かした支援をする

- ・介護の経験があるので、話を聞いてあげること。代わりに買い物に行ったり、子どもを預かったりして、自分の時間を作ってあげたい。

### ■生活を支援する、経済的支援をする

- ・ケアラーとの関係性や距離感にもよるが、まず何をお手伝いできるか尋ねる。小さなお子さんを短時間お預かりすることや、お会いする度におかずなど差し入れることはできる。そして、必要だと感じた場合は行政などを頼るよう提案する。
- ・あまり時間がなく物理的なお手伝いなどはできないので、急ぎではない物を買って届けたり自分の生活のついでのような形であればできると思う。

### ■ケアラーの仕事との両立を支援する

- ・自分自身はケアラーではないのですが、子どもがまだ1歳と小さく、仕事が終わったらすぐに保育園のお迎えに行かなければならないため、時短で勤務させてもらったり、終業後の残業はなるべくしないように配慮してもらっています。ケアラーのみなさんにも、そのような就業時間を自由に調整できるような制度があったらいいと思います。
- ・親切心だけではできない。会社でそういった支援時の休み(有給)とかないとできない。

### ■地域での支援

- ・地域のもっと身近なところに集まれる場所が必要だと思います。ケアラー・ヤングケアラー共に相談できる状態にない方が多くおられ、相談に来られてリフレッシュされる方は居られますが、根本的な環境改善につながることは個人では難しいと痛感しています。地域コミュニティーが大事だと思いますが、コーディネーター育成と拠点づくりまでできていない現状です。各団体で連携したいところですが、手段などの支援が欲しいところです。
- ・まずはあいさつなどの声かけや近所の子供を通じた地域行事への誘いができるかもしれません。
- ・自分が子供のころに同級生にヤングケアラーがいた。その当時にはどう対応してよいかわからなかったが、子どもから他の親に相談ができるような地域での関係づくりも必要かと思う。

## ■その他

- ・気にはなるけれど、お節介!と言われそうな気がして声もかけられないかと思う。
- ・実際に周りにいないので、何ができるのか想像がつかないが、何かしらやることをやっていきたい。
- ・何も出来ないだろうと思います。何か手を差し伸べたくても相手がある事ですのでこちらから声かけは出来ないのではないのでしょうか。何かの支援をお願いされれば出来る事はしてあげたいとの思いは十分あります。支援って言葉では簡単ですが実際の行動に対しては躊躇してしまいます。
- ・子どもだったら、相談に乗ったり、学校なりに相談して適切な支援につながれるかもしれないと思う。一般の方だと他人が関わっていくのはなかなか難しいかも。学校で、第一次の窓口になってもらえたらとても助かると思う。(先生方もお忙しいのは重々承知しているので欲は言えないが)あと、子ども食堂などそういった施設に民生委員さんなどが定期的に来てくれたらケアラーの状況に気づけて支援につながる場合もあるのではないかと思う。
- ・突然、こちらが相談機関に電話していいかが難しい。家庭のことに踏み入れてはいけないものもあり、はじめの一步が難しいと思う。少しでも気づきがあれば電話しても良いという(守秘で)手軽さがあるといいのでは。

Q.15 県民の皆様、ケアラー及びヤングケアラーのことについて知っていただき、ケアラー支援の必要性について理解をいただくために、ご提案いただけることがありましたら具体的にお書きください。

●主なご意見

■新聞やテレビを通じた情報発信

- ・マスプロモーションが一番ではないでしょうか。単発の短い番組を作成（密着取材）して、定期的に放送するとか。
- ・私はたまたまニュース番組の特集でヤングケアラーのことを知ったので、もっとメディアで取り上げる機会があればいいと思います。
- ・テレビをみる時間が長いので、定期的にそのような番組放送があって、カウンセラー等専門家の方、将来その道に進みたい教育・福祉系で学んでいる学生さんのご意見や、県民の街角インタビューの声を聴くのは、みんなと一緒に考えてみようという気持ちになると思います。
- ・TV や新聞、SNS などでも知らせていく。県内のヤングケアラーがどれくらいいるかなど具体的な数字で知らせたり、実情などを講演会など行って知らせていくなど。

■自治体広報誌等による情報発信

- ・どのようなことがケアラーの定義なのか、イラストなども交えたポスターを学校や公的機関に張り出したり、定期的にビラを配布する。
- ・広報誌などで特集を組んで、事例などを元に皆さんにまず知ってもらうことが必要。多分、身近にそういった人がいないと興味なくスルーされてしまう。ただ事例などあるとまた知ってもらえるかなと思う。
- ・県の広報誌に個別のケアラーの実情を発信することで、同じ事情を抱えている人の精神的な負担を軽減し、必要性の理解に繋がる。
- ・中央公民館でポスターを観ました。とてもわかりやすく、一目見て目を引く内容でした。(自分が子どもの教育や支援に興味があるからかもしれませんが…)そういうのを、学校や公共施設、スーパーなどに掲示して貰えたらと思いました。

■SNS による情報発信

- ・とにかく情報発信だと思う。SNS、ネット、テレビ、たくさん耳にする状況を作る。
- ・TV や SNS で発信をする。相談場所など詳しいことまで情報を記載してもら

えるとわかりやすいかなと思う。

- ・ヤングケアラーがどの程度の割合で長崎県に存在し、どのような支援を必要としているのかを事前調査した上で、正確な情報を実数値をつけて発信していくことが大事であると思う。また、SNS を利用することも大事で、中高年も SNS なしには、生活できない状況になっている。そのため、そのようなインターネットを介する媒体も利用しながら、実施していくべきであると考えている。

#### ■学校を通じた情報発信

- ・小学生の頃とかいじめについてのフリーダイアルの紙とかを配布されたのは結構印象に残っているのでそういうのをケアラーでも配布できたら周知してもらえきっかけになると思う。
- ・認知活動をより広く活発にする。学校に講演に行く等。
- ・小学生ならほぼ使用している ChromeBook を活用する。それにプロモーションビデオを配信し各学校で定期的に 5 分だけでも授業前に流してもらえば、均一的に県内の小学生の頭の片隅には残ると思う。学んでおけば子供たちが成長しても、ヤングケアラーという存在があることは知識として残ると思う。
- ・特に子供はその生活が当たり前で、自分がヤングケアラーだとは気づきにくいと思う。学校の授業でも取り上げ、当事者だけでなく周りの子供達にも周知させる事で変わっていくのではないかなと思う。

#### ■その他

- ・インパクトのある短時間プロモーションビデオを作りピースタのサッカーの試合の時に 2 万人くらい見ている時に何度か繰り返し流して大人数に一気に周知。
- ・普及啓発のイベント開催。
- ・長崎県ケアラー支援条例や長崎県ケアラー支援月間、どちらも全く聞いたことなく、特にそのような条例があったことを知り驚きました。多分多くの県民が知らないのではないかと思います。内容や活動等をもっとアピールする必要があるような気もしました。
- ・以前、高齢の方にヤングケアラーのことを話す機会があった。「幼い弟や妹の面倒を上の兄や姉がみるのは当然ではないか?」「家事を親に代わり手伝うのは当然ではないか?」という返答があった。現在では昔とは違った深刻な状況に置かれている方々の存在を知って頂き、支援の必要性を理解してもらうことも大事だと思う。

- ・相談を受けても助言をすることはなかなか難しいです。専門の相談先の周知徹底が何より大切だと思います。
- ・あらゆる機会を通して広報していくことが重要だと思います。具体的事例と支援による改善などがあると理解がさらに進むと感じます。
- ・必要としている人は情報を得られる環境にない可能性がある為、その周りの人が情報提供ができる知識を得て、手を差し伸べられるようにする。
- ・自治会または公民館単位で支援センターの方にケアラーのことについて話をしてもらう。
- ・役場内の統括部所を明確にし、ここを中心に能動的に活動できるようにし、縦割りのしくみから脱却することが必要ではないでしょうか。
- ・今は子供たちも習い事を行うことが増えてきており、子ども会を離れていく方が多いため、地域でのつながり方も薄れている。地域の中でもっと頼りやすい雰囲気作りができるように、地域でのヤングケアラーについてのイベントごとを増やしていくのもよいかと思う。
- ・ケアラーの方達は、自分だけで溜め込んで相談するのが中々難しい気がしますので、地域の方同士でもどういう方が住んでいて家族構成がどうなっているか等わかっておく事も大事だと思います。地域の方と専門機関の方で情報をしっかり共有して、電話でもいいのでいつでも困った時には助けを求めて良いんだよ。と言う言葉掛けをしながら、何度も家を訪ねたりすれば、ケアラーの人も少しずつ心を許して相談してみようかなという気持ちになって行くのではないかなと思います。
- ・支援が必要な人たちを社会全体で支えることが当たり前になることが必要だと思います。ケアラーと言われる人たちだけで抱える問題ではないと思うのでそういうことを啓発する必要があると思います。
- ・しなければいけない、ではなくどの子供も自由であっていいということをもっと皆が知るべき。病院での付き添いなどで積極的にヒアリングしてあげるなど、まわりの大人が関心をもたないといけない。

Q.16 今後のケアラー・ヤングケアラー支援施策に対して期待することやご意見、ご要望などありましたら、ご自由にお書きください。

● 主なご意見

■ 情報発信

- ・まず自身がヤングケアラーだということを認識できる環境や啓発を引き続き実施してほしい。そして、助けを求められる社会にしなければならない。ヤングケアラーの子どもは進学率が低い傾向にあるため置かれた環境によって進学ができない状況にはなってはならない。どのような環境においても等しく進学や学べる機会が制限されない社会に近づくように支援を続けてほしい。
- ・もしかしたら自分がケアラー、ヤングケアラーと認識していない場合もある。どんどん発信して認識してもらおう。決して恥ずかしいことでもない。
- ・身近にいないので何が必要なかわからない。当事者だった事のある方の体験談や支援して欲しかった事をまとめ発信していく機会を増やしていく事が大事ではないかと思う。

■ 相談しやすい環境づくり

- ・高齢化社会が進む中、ますますケアラー、ヤングケアラーも増えてくるのではないかと思います。しかし、その中にはいろいろな事情で誰かに相談することを躊躇ったり、難しいと思ったりする人も少なくないと思います。そのような方々にも気軽に相談できる雰囲気のある施策になることを期待します。
- ・考えれば考えるほど色々な壁にぶつかる難しい支援だと思いました。ケアラー本人が、自分の家のことを知ってもらって助けが必要、支援してもらおうと決断できる安心感が大事だと思いました。

■ 生活・経済支援

- ・県や市町村が連携した支援（物資、家事の手伝いなど）が充実してほしいです。あとは誰もが手助けの声を上げられる社会になってほしいです。
- ・私自身も近い時期にケアラーになると思います。正直他人に頼ることは苦手です。金銭支援が一番です。
- ・昔は家族で力をあわせて支援する事が多かったのですが、最近はケアラー、ヤングケアラーという言葉が出て来て、家族の協力と言う感じでなくケアラーやヤングケアラーは良くないイメージとして感じられます。でもそうならざるを得ない世の中でもあり、例えば高齢者でもお金がないから施設に入れず、家族が仕事を辞めて介護する。母子家庭も増えており、母親がしっかり働か

ないと生活が厳しいので子供達ができる家事をする等…全ては収入が少ない問題に直結しているのでは無いでしょうか…

- ・家事代行サービスなどを格安で利用できる支援制度などの充実を期待します。

#### ■支援を行う人材

- ・職員のスキルが上がっていない。
- ・介護現場の人材不足は深刻な問題。ケアラーがいた場合、ヘルパーなどの利用は一人暮らしの方と比べると優先度が低くなってしまい、利用を控えざるを得ないため、結果としてケアラーへの負担軽減に繋がらない。
- ・介護士などのお仕事をされている方々の報酬、福利厚生をもっと充実させることで人員を確保することが、誰もが安心して暮らせる社会になると思います。

#### ■ヤングケアラー

- ・ヤングケアラーが少しでもホッとしたり、自分の時間を持つという子ども達が普通に過ごしている時間を持てるようにと願います。
- ・ヤングケアラーについては学校で把握出来ないものか？学校から行政に情報が行けばいいなと思う。
- ・ヤングケアラーについては特に学校からの情報が重要だと思われます。教職員に対する研修の充実を望みます。

#### ■地域

- ・ケアラーとかヤングケアラーという言葉がなくなるくらい、近隣住民が家族のように協力しあえる世の中になることを期待します。
- ・ネットの記事では見るけど、実際身近にいない(家庭内のことが多いので外からは見えづらい)ので、なかなか支援がいきづらい部分だと思う。ご近所づきあいや地域の目などが大切ではないかと思う。

#### ■その他

- ・障害、高齢者、生活困窮、ヤングケアラーなど複合した多問題ケースの解決に繋がるような施策づくり。
- ・ケアラーやヤングケアラーになる前に未然に対処できる施策を期待しています。長崎は高齢化や過疎化が進んでいると聞きます。なぜ、ケアラーやヤング

ケアラーになる人がいるのか。昔からあることなのに孤立する人が増えているのか、そこから問題を考えると解決に向かうのではと思います。

- ・介護施設をもっと入りやすくすると家族の負担が減るのではないかと思います。
- ・多様化の社会と言われ、共働きで食事や登園支援を食育や経験以上の負担を子ども同士で行っていたり。塾や遊びのアクティビティができないヤングケアラーや介護負担でリフレッシュ時間が取れずに空回りしている様子を見ると大切な事業だと思っています。範囲も広く根本的な環境改善は大変かと思っています。社会の最小単位は家庭という事もありますので難しい中の対策よろしくをお願いします。
- ・福祉、学校、医療関係などは学べば知識はあるが、大人になると学ぶ機会も減ってくるので、効率的に周知したいなら子供のうちからだと思う。