旭川市ヤングケアラー実態調査 結果報告書

令和８年３月
旭川市

目　次

第１章　調査の概要..... 1
１　調査の目的..... 1
２　調査の概要..... 1
⑴　調査対象
⑵　調査期間
⑶　調査方法
⑷　調査内容
⑸　分析方法
３　調査対象年齢..... 3
４　用語の定義..... 3
５　本調査の性質..... 4

第２章　調査結果..... 5
１　ヤングケアラーの生活実態..... 5
⑴　ケアの対象者
⑵　ケアの内容
⑶　ケアの頻度・期間
⑷　ケアを担っていた時期
⑸　まとめ
２　本人の認識と支援につながるまでの経緯..... 6
⑴　本人の認識
⑵　周囲による把握の状況
⑶　支援につながった契機
⑷　まとめ
３　ケアによる負担と生活への影響..... 8
⑴　ケアによる身体的負担
⑵　ケアによる心理的負担
⑶　ケアが生活に及ぼす影響
⑷　家庭環境とケアに及ぼす影響
⑸　まとめ
４　学校生活及び進路選択への影響..... １０
⑴　学校生活への影響
⑵　進路選択への影響

⑶　学校による把握と支援
⑷　まとめ
５　相談状況及び実施された支援内容.....１２
⑴　相談相手の有無及び相談状況
⑵　相談できなかった理由
⑶　実施された支援内容
⑷　まとめ
６　関係機関連携と課題.....１４
⑴　関係機関（学校・福祉・医療等）との連携及び支援導入の課題
⑵　情報共有及び制度の課題
⑶　まとめ
７　今後必要とされる支援.....１５
⑴　経験者が必要と感じた支援
⑵　支援者が必要と感じた支援
⑶　まとめ

第３章　旭川市のヤングケアラー支援の基本的な考え方.....１８
１　本調査で明らかになったヤングケアラーの実態.....１８
２　支援上の課題と特徴.....１８
３　今後必要とされる支援と施策上の示唆.....１９

謝辞.....２１

第１章　調査の概要

１　調査の目的

本調査は、旭川市におけるヤングケアラーの実態を把握し、今後の支援体制の構築及び施策検討の基礎資料とすることを目的として実施した。

近年、家族の介護、家事、精神的支え等を日常的に担うこども・若者、いわゆる「ヤングケアラー」への支援の必要性が社会的に認識されつつある。

厚生労働省及び文部科学省では、令和２年度に全国の中学生・高校生等を対象とした調査を実施し、一定数のこどもが家族の世話等を担っている可能性があることが明らかになった。また、令和５年に発足したこども家庭庁においても、ヤングケアラーへの支援は重要な課題の一つとされており、関係省庁が連携しながら取組が進められているところである。

北海道においても、児童生徒等を対象としたヤングケアラーに関する実態調査が実施されており、令和７年度の調査では、小学生の約６．０％、中学生の約４．０％、高校生の約３．０％が「家族の世話をしている」と回答している。また、大学生においては、約１割（１２．９％）がこれまでに家族のケアを担った経験があると回答している。

こうした結果から、ヤングケアラーの存在は特定の地域に限られた問題ではなく、北海道内の各地域においても起こり得る課題であり、本市においても同様の状況が存在することを前提として、地域の実情に即した実態把握及び支援の在り方を検討する必要がある。

本調査では、過去において家族のケアを担っていた経験を有する元ヤングケアラー（以下「ヤングケアラー経験者」という。）及びヤングケアラー支援に関わる関係機関職員（以下「ヤングケアラー支援者」という。）へのインタビュー調査を通じて、ケアの実態、本人の認識、支援につながるまでの経緯、実施された支援内容、関係機関の連携状況等を把握し、支援上の課題及び今後必要とされる支援の方向性について整理した。

２　調査の概要

⑴　調査対象

本調査では、ヤングケアラー経験者及び支援者を対象として聞き取り調査を実施した。

表１　調査対象者の属性（ヤングケアラー経験者）

略称	対象者の属性	ケアを担っていた時期	ケアの対象者・主なケア内容
経験者Ａ	３０代	小学生～成人	両親（身体介助、精神的ケア）、きょうだいの世話、家事
経験者Ｂ	２０代	中学生の時	きょうだいの世話、家事

表２　調査対象者の属性（ヤングケアラー支援者）

略称	対象者の属性	支援対象者	ケアの対象者・主なケアの内容
支援者Ｃ	地域包括支援センター職員	高校生	祖母の身体介助、家事
支援者Ｄ	児童センター支援員	１７歳	父の身体介助、家事
支援者Ｅ	児童センター支援員	高校生	きょうだいの世話、家計支援
支援者Ｆ	子ども総合相談センター相談員	高校生	きょうだいの世話
支援者Ｇ	子ども総合相談センター相談員	１９歳	きょうだいの世話、家事
支援者Ｈ	子ども総合相談センター相談員	小学生（低学年）	母の身体介助、家事
支援者Ｉ	子ども総合相談センター相談員	高校生	家事、母の精神的ケア
支援者Ｊ	子ども総合相談センター相談員	中学生	金銭管理、母の精神的ケア
支援者Ｋ	中学校教諭	中学生	きょうだい・甥の世話、家事
支援者Ｌ	小学校教諭	小学生（高学年）	きょうだいの世話、家事

⑵　調査期間

令和７年１０月から令和８年１月まで

⑶　調査方法

本調査では、北海道が令和７年度に実施した量的調査を補完し、ヤングケアラーの生活実態や支援につながるまでの経緯、関係機関による支援の状況等を具体的に把握するため、質的調査（インタビュー調査）を実施した。

ヤングケアラーは家庭内の出来事として外部から把握されにくく、人数や割合等の量的把握のみでは、ケアの具体的内容や生活への影響、支援につながるまでの経過等を十分に把握することが難しいとされている。

そのため、本調査ではヤングケアラー経験者及び支援者に対し、半構造化面接[1]によるインタビュー調査を行った。なお、質的調査においては対象者数の多寡よりも、個々の経験や状況を丁寧に把握することが重視されることから、本調査では聞き取り内容の分析を通じて共通する状況や支援上の課題の整理を行った。

⑷　調査内容

インタビュー調査の主な質問項目は、次のとおりである。

1　事前に用意した質問に沿って対話を進めつつ、相手の回答に応じて柔軟に質問を追加したり深堀りする調査手法のこと。

表3　インタビュー調査における質問項目

ヤングケアラー経験者への質問項目	ヤングケアラー支援者への質問項目
① ケアの対象者及び内容、担っていた期間や頻度 ② ヤングケアラーであることの認識の有無 ③ ケアをしていた当時に感じていたこと（大変だったこと等）。 ④ ケアによる学校生活及び進路への影響 ⑤ 相談相手や場所の有無及び相談状況 ⑥ 受けた支援の有無、有効だった支援、あると良かった支援	① 支援者対象者におけるケアの対象者及び内容、担っていた期間や頻度 ② 支援につながったきっかけ及び支援対象者自身によるヤングケアラーであることの認識の有無 ③ 支援対象者がケアをしていた際に、感じていたと思われること（大変だったこと等）。 ④ ケアによる学校生活及び進路への影響 ⑤ 行った支援内容 ⑥ 関係機関との連携状況及び感じた課題 ⑦ 今後必要と感じた支援

⑸　分析方法

得られたインタビュー内容について逐語録を作成し、質的データ分析の手法を用いてヤングケアラーの実態及び支援上の課題について整理、分析を行った。

3　調査対象年齢

本調査におけるヤングケアラーの対象は、概ね１８歳未満の学童期から青年期にかけて家族のケアを担っていた者とした。

義務教育期及び高校在学期に相当する年齢層においてケアを担うことは、学業、友人関係、進路選択等の発達過程に大きな影響を及ぼす可能性がある。また、家庭内の役割としてケアを担っていても、本人や周囲が問題として認識しにくく、支援につながりにくい傾向があることが指摘されている。

そのため、本調査では成人期以降の介護者とは区別し、成長・発達過程にある時期にケアを担っていた経験に着目して調査を行った。

4　用語の定義

本報告書において「ヤングケアラー」とは、本来大人が担うと想定される家事、介護、看病、きょうだいの世話、情緒的支援等を日常的に担っているこども・若者を指し、調理、洗濯、掃除、買物等の家事、通院の付き添いや身体介護、育児、情緒的支援、金銭管理等を「ケア」に含めるものとした。なお、本人が自らをヤングケアラーと認識しているか否かにかかわらず、実態として家族のケアを担っている場合を調査対象とした。

５　本調査の性質

本調査は質的調査であり、調査対象者の人数が限られていることから、結果をもって旭川市全体の実態として数量的に断定しようとするものではない。また、抽出した調査対象者は既に何らかの支援や関係機関との接点を有しているケースが中心であり、支援につながっていない潜在的なヤングケアラーの実態については十分に把握できていない可能性がある。さらに、本人の記憶に基づく語りをもとにしているため、当時の状況が主観的に再構成されている側面にも留意が必要である。

第２章　調査結果

１　ヤングケアラーの生活実態

⑴　ケアの対象者

ヤングケアラーがケアしていた対象は、父母、祖父母、きょうだい等、主に同居家族であった。特に、親の病気や死亡、ひとり親家庭等、保護者や家庭の状況により、こどもが家族内のケア役割を担うケースが多くみられた。また、ケア対象が途中で変化する事例も確認された。

⑵　ケアの内容

ケアの内容は、家事、育児、身体介護、医療的ケア、情緒的支援、金銭管理等、多岐に渡っていた。調理や掃除、洗濯といった日常的な家事に加え、通院の付き添いや入浴介助、きょうだいの世話、さらには家計管理の一部を担う事例もみられた。また、きょうだいに対する情緒的ケアや、家庭内の関係を維持しようと工夫する様子も語られている。

⑶　ケアの頻度・期間

ケアは一時的なものではなく、日常的かつ長期間に及ぶケースが多かった。「ほぼ毎日」と表現される事例が複数みられ、数年間にわたって継続していたケースも確認された。

⑷　ケアを担っていた時期

ケアを担い始めた時期は、小学校低学年から高校生まで幅広い状況が確認されたものの、比較的早い段階から始まっている事例が複数認められた。学齢期と重なってケアを担うことにより、学校生活や日常生活に影響が及んでいる様子が語られている。

⑸　まとめ

ヤングケアラーの生活実態には、家族を主なケア対象とし、日常生活全般に及ぶ多様なケアを、低年齢期から日常的かつ長期間にわたり担うという生活実態が形成されやすい構造がみられた。（「身近な家族を対象としたケア」「多様かつ包括的なケア内容」「低年齢期からの長期的なケアの継続」）

これは、親の病気や死亡、ひとり親家庭等の保護者や家庭の状況により、家庭内でケア役割が発生していることに加え、家事、育児、金銭管理等の家庭機能の一部をこどもが代替せざるを得ない状況が背景にあることを示している。また、ケアは一時的なものにとどまらず、「ほぼ毎日」「数年にわたる」形で継続しており、学齢期と重なって担われることにより、生活の一部として固定化している実態が確認された。

このことから、ヤングケアラーの生活実態は外見上把握されにくい一方で、日常生活及び学齢期の生活に継続的な影響を及ぼす可能性があることが示唆される。

そのため、家庭状況や生活実態を早期に把握し、ケア負担の軽減や生活環境の調整を図る支援を段階的に導入する必要性が示唆される。

主な発言例

⑴　ケアの対象者

「そうですね、ケアの対象は祖母です。」（支援者）
「ケアしていた人は、母です。」（支援者）
「父さんが亡くなって、今度はお母さんのケア。」（経験者）

⑵　ケアの内容

「病院に行ってちょっと面倒見たりとか、医療的ケアの手伝いしてみたりとか。」（経験者）
「家の家事ですね。買い物、調理、全部って感じです。」（支援者）
「ミルクを飲ませるところとか、おむつを変えるところも全部、ほぼこの子が育ててるって感じです。」（支援者）
「主に金銭管理です。一緒にお母さんと払います。支払いまでやります。」（支援者）
「きょうだいはママって泣いていて、それを見るのもすごく辛かった。」（経験者）
「鍋にしてみんなで食べたらコミュニケーションが生まれるかなとか考えていました。」（経験者）

⑶　ケアの頻度・期間

「ほぼ毎日です。」（支援者）
「最終的には２年半くらいやってたんじゃないかなと思います。」（支援者）
「（母親が亡くなって７、８年）ずっと、この子たちがお父さんのお世話をしている感じです。」（支援者）
「今も現在進行形でやってるし、終わりが見えない。」（支援者）

⑷　ケアを担っていた時期

「支援につながった時は、まだ２年生でした。」（支援者）
「多分、小２くらいからです。」（支援者）
「学校（小学校）も行かずにいた。」（経験者）
「遊ぶ時間とか、勉強する時間がなくなっている。」（支援者）

２　本人の認識と支援につながるまでの経緯

⑴　本人の認識

多くの事例において、本人は当時、自身の置かれている状況を「ヤングケアラー」として認識していなかった。ヤングケアラーという概念自体を知らなかったり、家庭

内で担っている役割を「当たり前のこと」「仕方のないこと」と受け止めている状況がみられた。また、当時は問題として認識できず、大人に成長した後に振り返って初めてヤングケアラーに該当していたことに気付く様子も語られている。

⑵　周囲による把握の状況

本人が自ら相談することは少なく、周囲の大人や関係機関が状況を把握したことを契機として支援につながるケースが多かった。把握の経路としては、学校、保育園、児童センター、医療機関、福祉事業所、地域住民等、多様な関係者が関与していた。

これらの事例は、本人の困難は家庭内にとどまらず、学校や地域生活の場面において周囲が違和感を抱くことで初めて表面化する場合が多いことを示している。

⑶　支援につながった契機

把握後、実際に支援が開始された契機としては、家族の状態悪化や本人の心身不調、危機的な出来事が挙げられる。特に、こども本人の希死念慮や自殺企図、親の入院等、緊急性の高い事象をきっかけに支援介入が行われた事例が複数みられた。

これらの事例は、支援が本人の早期の訴えによって開始されるというよりも、深刻化・顕在化した問題への対応として導入される傾向が強いことを示している。

⑷　まとめ

支援につながるまでの経緯として、ヤングケアラー本人は自身の置かれている状況を課題として認識しにくく、周囲が偶発的に状況を把握した場合に、初めて支援につながる構造がみられた。（「本人による状況認識の困難さ」「周囲による把握の契機と経路」「支援につながった直接的契機」）

これは、本人が家庭内で担っているケア役割を日常的なものとして受け止め、負担や困難を問題として捉えにくい状況にあることに加え、本人からの相談や支援要請が行われにくい傾向があるためである。その結果、学校、保育所、医療機関、地域住民等の周囲の関係者が、生活上の変化や心身の不調等を契機として状況を把握し、支援の対象として認識される事例が多くみられた。

また、支援開始の契機としては、家族の状態悪化、本人の心身不調、希死念慮、親の入院等、緊急性の高い事象が挙げられており、早期段階での把握よりも、問題が顕在化した後に支援が導入される傾向が強いことが示された。

これらの状況は、本人の自己認識や自発的な相談のみに依拠した把握方法には限界があることを示している。

そのため、学校や地域、関係機関において、日常的な関わりの中から生活上の負担や変化を把握する視点を共有するとともに、本人の思いを十分に汲み取りながら、周囲の気付きを起点として早期に支援につなぐ体制の整備が必要とされる。

主な発言例

⑴　本人の認識

「ヤングケアラーなんて言葉も最近ですし、自分がそうだっていう認識はなかったです。」（経験者）

「これが当たり前だと思っていて。」「感覚が麻痺していて。」（経験者）

「本人は分からないんですよね。当たり前のようにやってたんでね。」（支援者）

「本人は支援が必要とか、ヤングケアラーという意識はないと思います。」（支援者）

「生きるのに必死で、その後で振り返ってみたら、ヤングケアラーかなって。」（経験者）

⑵　周囲による把握の状況

「親族の方が保育園に相談して、そこから連絡が入った。」（支援者）

「学校や児童センターから情報提供があった。」（支援者）

「状況を知って心配したデイサービス事業者からご連絡があったことからですね。」（支援者）

「同級生の親御さんから、学校に相談がありました。」（支援者）

⑶　支援につながった契機

「祖母が介護保険を使いたいということで相談に来たのが、支援につながったきっかけです。」（支援者）

「学校のメールに『死にたい』と書いたことがきっかけでした。」（支援者）

「自殺未遂したことにより、支援が入った。」（支援者）

「母がオーバードーズして入院したことがきっかけ。」（支援者）

3　ケアによる負担と生活への影響

⑴　ケアによる身体的負担

ヤングケアラーが担うケアは、睡眠不足や慢性的な疲労等、身体的な負担を伴う場合がある。支援者からは、ケアや家庭状況により十分な休息が確保できず、日常的に疲労が蓄積している様子が語られている。

担っているケアの内容や家庭の状況によっては、ケア役割の継続により十分な睡眠や休息が確保できない状況が生じ、身体的負担が慢性化する可能性が示された。

⑵　ケアによる心理的負担

ケアを担うことにより、不安や自責感、罪悪感等の心理的負担が生じている事例が確認された。家庭状況や保護者の状態に対する不安を抱えている場合も多い一方、相談することに対する葛藤を抱える場合もあった。また、家庭状況を自分の責任として受け止めてしまう状況や、心理的負担が深刻化した結果として、精神的な不安定さや

自殺念慮が生じている事例も確認された。経験者からは、相談できる人や場所が分からず、不安を抱えながら状況に対処していたという発言もみられた。

このように、相談先に関する情報不足や相談行動への心理的なハードルにより、外部の支援につながりにくい状況が生じている可能性が示された。

⑶　ケアが生活に及ぼす影響

ケア役割は、学校生活や友人関係等、日常生活にも影響を及ぼしている。支援者からは、学校生活や交友関係の時間が制限されている状況が指摘され、生活リズムの乱れや学習環境の不足等も確認された。さらに、自分の希望よりもケアを優先せざるを得ない状況も見られており、ケア役割が日常生活の時間配分や生活機会に影響を与えていることが示された。

⑷　家庭環境とケアに及ぼす影響

ヤングケアラーの負担の背景には、家庭環境の不安定さや家族関係の状況が大きく関係している。

経済的困難による生活基盤が不安定な状況や、保護者の依存症や家庭内における親子関係の緊張等、家庭環境の不安定さがみられる事例もあった。また、親族とのつながりが弱く、家庭外に頼りにくい状況の中で、こどもが家族を支える役割を担う状況も確認された。

⑸　まとめ

ケアによる負担は、家庭環境が不安定な中でこどもが家族を支える役割を担い、その役割を当然のものとして受け止めながらケアを継続することにより、身体的負担、心理的負担、生活への影響が生じる構造がみられた。（「家庭環境と役割構造」「ケア役割の内面化」「支援からの孤立」「身体的・心理的負担」「生活への影響」）

これは、家庭の生活基盤の不安定さや保護者機能の低下、経済的困難等の状況下で、こどもが家族を支える役割を担わざるを得ない状況が生じていることに加え、家族を支えたいという思いや相談することへの罪悪感等により、ケア役割を当然のものとして受け止める傾向が背景にあると考えられる。また、相談先や支援に関する情報が十分に得られないことや、家庭外の支援につながりにくい状況により、困難を抱えながらも外部に相談できず、家庭内で問題を抱え込む状況が生じていることも示唆された。

その結果、睡眠不足や慢性的疲労等の身体的負担、過度な不安や自責感等の心理的負担が生じるとともに、学校生活や友人関係等日常生活の機会が制約される状況が複合的に生じていると考えられる。

このことから、ヤングケアラーの支援においては、本人の負担の把握だけでなく、本人のケア役割に対する思いや、家庭を取り巻く環境、家族関係の状況を含めた生活全体を把握するとともに、ケア役割が過度な負担とならないように軽減を図る支援や生活基盤の安定化を目的とした支援を的確に導入する必要性が必要と示唆される。

主な発言例

⑴　ケアによる身体的負担

「睡眠時間が 3 時間から 4 時間しか取れていない。」（支援者）
「体がつらいという訴えがありました。」（支援者）
「朝、起きられなくて午前中、学校に行けなかったこともあったって。」（支援者）

⑵　ケアによる心理的負担

「（不安だったことは）母親が帰ってこないことですね。」（経験者）
「家庭の状況は全部私が悪いと思っていました。」（経験者）
「助けてほしい気持ちはあったんですけど、親を裏切る感じがして相談できなかったです。」（経験者）
「包丁を胸に当てたこともありました。」（経験者）
「相談先もわからないし、情報からも遮断されているので、不安でした。」（経験者）
「環境的に相談できる人や場所がなかったです。」（経験者）

⑶　ケアが生活に及ぼす影響

「学校を早退しなきゃならなかったり、友達と遊ぶ時間もなかったり。」（支援者）
「友達と遊ぶのを断ってる。」（支援者）
「義務教育もまともに受けられる環境じゃなかった。」（支援者）
「本当は遊びたいけど、お父さんのために買い物に行かなきゃ。」（支援者）

⑷　家庭環境とケアに及ぼす影響

「電気とかガスとか水道とかどんどん止まっていくし。」（経験者）
「（保護者の）パチンコ依存にも一時すごく悩んでて。」（支援者）
「親戚等ともあまりつながっていない。」（支援者）
「困っていても自分たちで何とかしようとする。」（支援者）

4　学校生活及び進路選択への影響

⑴　学校生活への影響

ヤングケアラーの学校生活には、家庭内のケアや家庭状況の影響により、様々な負担が生じていることが確認された。まず、家庭内の不安や心理的負担により登校が難しくなったり、不登校傾向や欠席が生じる事例がみられた。また、ケアによる疲労や生活リズムの乱れにより、体調不良や欠席が続く場合も確認された。

一方で、登校を継続している場合でも、学習時間の確保が難しい、部活動等学校活動への参加が制限されるなど、学校生活に影響が生じている状況がみられた。さらに、遅刻や忘れ物が多い、慢性的な疲労がみられるなど、学校生活の安定性が低下してい

るケースも確認された。

また、家庭の事情により友人と過ごす時間が少なくなるなど、こどもとしての生活が制限されている状況もみられた。

⑵　進路選択への影響

ヤングケアラーの進路選択においては、家庭の経済状況やケア負担等の影響により、進学や将来の選択肢が制約される状況が確認された。学校にかかる費用を本人が負担している事例や、進学に必要な費用を確保できない状況があり、進学を選択肢として十分に考えられない場合がみられた。また、家族の生活を支えることを前提として進路を考えているケースや教員の助言により、進学につながった事例もみられた。

⑶　学校による把握と支援

ヤングケアラーの状況は、学校において把握されにくい場合もあった。登校が継続され学業も一定程度維持されている場合、家庭内でのケアや生活上の困難が学校側に十分認識されていないケースがみられた。また、欠席が多い場合でも、その理由が十分に把握されていない場合もある。一方で、福祉サービスや地域の支援が導入されたことで学習時間の確保や生活の安定につながった事例も確認された。

⑷　まとめ

ヤングケアラーの学校生活及び進路において、登校や学業が一定程度維持されている場合に負担が見えにくい状況がある一方、ケアや家庭状況により学校生活が不安定になりやすく、さらに進路選択の制約が生じる構造が確認された。（「学校生活への見えにくい影響」「学校生活の不安定化」「進路選択の制約」）

これは、登校や学業自体は維持されている場合でも、家庭内でケア役割を担うことにより疲労の蓄積や生活リズムの乱れ、学習時間の不足等が生じやすい状況にあることに加え、家庭状況への不安や生活上の負担により、欠席や不登校傾向、学校活動への参加制限等が生じる場合があること、さらに家庭の経済状況や家族を支える役割意識の影響により進学を十分に検討できない状況が背景にあることを示している。

その結果、学校生活を継続している場合であっても、疲労の蓄積や学校生活上の困難が生じているほか、家庭状況や経済的要因が進路選択に影響を及ぼしている可能性があると考えられる。

このことから、学校においては登校状況や学業成績だけではなく、生活背景や家庭状況を含めた視点から状況を把握するとともに、ケアが過度な負担となっている場合には、関係機関と連携しながら学習支援や進路支援を含めた支援体制を整備する必要性が示唆される。

主な発言例

⑴　学校生活への影響

「気持ちが安定しなくて、学校に行かないで過ごしていたようなこともありました。」（支援者）

「週明けに休みがちになることがありました。」（支援者）

「部活も頑張りたいけれど、時間がなくて参加が難しい。」（支援者）

「勉強する時間が取れないという訴えがありました。」（支援者）

「あんまり友達と遊ぶっていうことがなかったです。」（経験者）

⑵　進路選択への影響

「大学進学を選んだりするっていう選択は難しかったのかなと思います。」（経験者）

「高校出たその先なんて考えられる状況ではなかったです。」（支援者）

「高校に入ってすぐアルバイトして、学費を全部自分で払っていました。」（経験者）

「卒業したら、下の子を引き取って、自分が育てるって言っていて。」（支援者）

⑶　学校における把握と支援

「学校では、普通のお子さんですよという話でした。」（支援者）

「本当に体調不良だったのかは分からないけど、欠席が多かった。」（支援者）

「家事支援が入って勉強する時間を確保できた。」（支援者）

5　相談状況及び実施された支援内容

⑴　相談相手の有無及び相談状況

経験者の語りからは、日常的に相談できる相手が乏しく、友人等の限られた相手にのみ部分的に相談していた状況がみられた。相談行動は主に同世代の友人に限定されており、周囲の大人や支援機関、学校関係者といった公的・専門的な相談先にはつながりにくい状況が示唆された。

⑵　相談できなかった理由

相談に至らなかった背景として、支援への不信感や不安、相談先に関する情報不足が挙げられた。また、相談することによって不利益が生じるのではないかという懸念も確認された。相談への心理的ハードルが高いことに加え、相談窓口や支援制度に関する情報の不足が、相談行動を抑制する要因となっていた可能性がうかがえる。

⑶　実施された支援内容

支援者の語りからは、ヤングケアラー本人のみならず、家族全体を対象とした支援が組み合わせて実施されていた状況が確認された。具体的には、介護サービスや福祉サービスの支援導入のほか、家事支援等、家庭環境を調整する支援が多様に実施され

ていた。また、子ども食堂や保育サービス等、こどもの生活や社会参加を支える支援につなげた事例も見られた。

直接的な支援に加え、個別ケース検討会議[2]の実施や関係機関との連携のほか、本人や保護者への傾聴、定期的な面談等、心理的支援や継続的な見守りが行われていた。

⑷　まとめ

相談・支援の状況において、相談につながりにくい状況と、支援導入後に家庭全体を対象とした多様な支援が実施されている状況が併存する構造がみられた。(「相談相手の限定性」「相談先の認知不足と相談不安」「生活・家庭支援の導入」「多機関連携による支援調整」)

これは、本人が自身の状況を客観的に認識しにくいことに加え、相談先に関する情報不足や相談への不安感や不利益への懸念、現状や将来への諦めの感情等により、支援機関や大人への相談行動が抑制されていることを示している。

一方で、支援が導入された後には、介護・障害福祉サービスや家事支援等による家庭生活の支援、本人や家族への心理的支援、関係機関による支援調整などが実施されており、家庭内の負担軽減や生活環境の安定につながっている状況が確認された。

このことから、ヤングケアラー支援においては、本人からの相談や支援要請のみに依拠するのではなく、学校や地域、関係機関による日常的な関わりの中から状況を把握し、早期に支援につなぐ体制を整備するとともに、生活支援、家族支援、心理的支援及び支援調整を組み合わせた包括的な支援を実施していく必要性が示唆される。

主な発言例

⑴　相談相手の有無及び相談状況

「ちょろっと友達に言ったりとかはありました。」(経験者)

「親友にはちょっとだけ話していました。」(経験者)

「大人にはほとんど言えなかったです。」(経験者)

⑵　相談できなかった理由

「誰も助けてくれないんじゃないかと思っていました。」(経験者)

「相談先もわからなかったです。」(経験者)

「警察沙汰になると思っていました。」(経験者)

⑶　実施された支援内容

「食事をとっていない傾向があったので、子ども食堂につなげました。」(支援者)

「家事支援に入ってもらい、料理を教えてもらいました。」(支援者)

2　支援が必要な個人や家庭に対し、関係機関が情報を共有し、具体的な支援方針・役割分担・緊急度等を話し合う協議の場

「家事支援が入るようになってから、変わったなって。」（支援者）
「訪問看護も入れて、お母さんの精神的なケアもしてもらいました。」（支援者）
「定期的に本人の思いを聞き取るようにしています。」（支援者）

6　関係機関連携と課題

⑴　関係機関（学校・福祉・医療等）との連携及び支援導入の課題

関係機関との連携においては、多機関による会議や調整がうまくいっている事例がある一方、機関ごとに支援の視点等が異なることから、支援の方向性が統一されず、連携が円滑に進まない事例もあった。

また、本人や保護者が支援の必要性を感じていない、あるいは行政等の支援に対して拒否的である場合、関係機関が連携しても支援導入に至らない状況がみられた。

さらに、支援導入が一度うまくいかなかった場合、その後の支援につながりにくくなる傾向も指摘されている。

⑵　情報共有及び制度の課題

関係機関との連携においては、情報共有の困難さや、連携の仕組み不足への指摘があった。

また、制度利用に当たっては、障害者手帳の交付の有無や障害者計画相談支援の利用等、一定の条件を満たさなければ支援につながらない仕組みが、支援を分断させたり、役割分担を複雑化させている実態も確認された。

⑶　まとめ

関係機関の連携が円滑に進む事例がある一方、支援が進まない要因として、関係機関間における支援方針や役割認識の不一致、本人・家族の支援受容の困難さ、情報共有及び制度上の制約が、連携を通じた支援が円滑に進みにくい状況を作り出す構造がみられた。（「支援方針や役割認識の不一致」「本人・家族の支援受容の困難さ」「情報共有及び制度上の制約」）

これは、学校、福祉、医療等の各機関がそれぞれの専門的立場から支援を行っているものの、支援が円滑に進みにくい場合には、包括的な支援方針が形成されにくい状況が生じていたり、本人や家族が支援の必要性を認識していない、あるいは行政等の支援に対して不安や抵抗感を抱いている状況が背景にあることを示している。また、個人情報の取扱いや制度上の要件により、必要な情報共有や支援導入が制約されることが、連携を通じた支援を困難にする要因となっていると考えられる。

このことから、関係機関間で支援方針や役割分担をあらかじめ整理・共有するとともに、本人・家族の理解を促す働きかけを行いながら、情報共有を可能とする仕組みづくりや調整機能が発揮される連携体制を構築する必要性が示唆される。

主な発言例

⑴　関係機関（学校・福祉・医療等）との連携状況及び支援導入の課題

「定期的に面談したり、会議をしたりしています。」（支援者）
「連携の中で、大きな課題は特になかったです。」（支援者）
「みんなの意識の統一がなかったです。」（支援者）
「同じ市の部署同士でも、考え方が違っていました。」（支援者）
「学校だけで突破するのは厳しいと感じています。」（支援者）
「こどもたち自身が支援を受けたいと思っていないというか、必要だと感じていないです。」（支援者）
「行政につなごうとしても、本人たちが嫌がると、なかなか支援につなげるのは難しいです。」（支援者）
「学校が前面に出すぎると、お母さんとの関係が悪くなってしまうのが難しいです。」（支援者）

⑵　情報共有及び制度の課題

「学校としてもデリケートな案件なので、個人情報の関係で、情報共有が難しいです。」（支援者）
「医療の方に働きかけられるような仕組みがもっとあれば安心だと思います。」（支援者）
「障害者手帳がないと支援につながらないところがあって。」（支援者）
「計画相談がつかないとグループホームに入れないという条件もありました。」（支援者）

7　今後必要とされる支援

⑴　経験者が必要と感じた支援

経験者の語りからは、当時の状況において、心理的な支援や相談機関につながることが大きな意味を持っていたことが示された。特に、相談機関や医療機関において気持ちを受け止められた経験等が、本人の心理的な負担を和らげることにつながったという語りもあり、専門機関による支援の有効性が示された。

一方で、当時は自ら相談機関にアクセスすることが難しかったという語りもあり、本人からの相談を待つだけでは支援につながりにくい状況があることが示唆された。また、学校等でヤングケアラーという概念を知る機会があればよかったという意見や、当事者の体験を聞く機会の有効性についての語りもみられ、早期の周知・啓発の重要性も示された。

⑵　支援者が必要と感じた支援

支援者の語りからは、ヤングケアラー支援を進めるうえで、関係機関の連携体制や支援制度の整備、早期発見の仕組みの構築など、多様な課題が指摘された。まず、支援者間における認識の統一や共通理解の必要性が挙げられており、関係機関がそれぞれの立場で支援を行う中で、支援の方向性や役割分担を共有することの重要性が指摘されている。また、会議の調整機能や情報共有の仕組みなど、連携を支える具体的な体制整備の必要性についても言及された。

さらに、家庭の課題が複合的である場合には、こども本人だけでなく、保護者への支援や家庭全体への支援が必要であるとの認識が示された。特に、家事支援や生活支援、金銭管理支援等の生活基盤を支える支援が不足している場合、その負担がこどもに集中する可能性について指摘されている。

また、こどもの心理的ケアや居場所の確保、日常的に相談できる場所の必要性など、本人が安心して過ごせる環境づくりの重要性についても言及された。加えて、制度が分野ごとに分かれていることにより支援が届きにくい状況があるとの指摘もあり分野横断的な支援体制の構築の必要性が示された。

⑶　まとめ

今後必要とされる支援として、経験者及び支援者双方の語りから、心理的支援や相談機会の確保、家庭への生活支援、関係機関の連携体制の整備等に関する複数の課題が示された。（「本人への直接的支援」「家庭への支援」「支援体制の整備」）

これは、ヤングケアラーの生活実態として、家庭内の家事や育児、介護等の役割を担うことで、本人の生活や心理面への影響が生じていることに加え、ケア負担には家庭の生活基盤の不安定さが大きく関係していること、また支援を行う上での制度上の課題等が背景にあることを示している。

このことから、本人の心理的ケアや相談機会の確保などの直接的支援に加え、家庭内のケア負担を軽減する生活支援や保護者支援を充実させるとともに、学校や福祉、医療、地域等の関係機関が連携し、早期の気付きと支援につながる体制を整備していくことが重要である。

主な発言例

⑴　経験者が必要と感じた支援

「（気持ちを）受け止めてくれたから進んだのかなと思います。」（経験者）

「アウトリーチしてもらった方がよかったかもしれないです。」（経験者）

「『あなたは悪くない』って言ってもらえました。」（経験者）

「授業でヤングケアラーを知ることが出来ればよかったです。」（経験者）

「当事者の話を聞けたら親近感が湧いたと思います。」（経験者）

⑵　支援者が必要と感じた支援

「支援者間での意識の統一が必要だと思います。」（支援者）

「個人情報を共有できる仕組みがあった方がいいと思います。」（支援者）

「家事が回らないので、家事支援が重要だと思います。」（支援者Ｉ）

「気付いた人がきちんと福祉につなげられる知識を持つことが必要だと思います。」（支援者）

「ヤングケアラー本人に直接届く支援が必要だと思いました。」（支援者）

「いよいよ限界になってから支援につながるのでは遅いと思います。」（支援者）

「社会とつながる場所は大事だと思います。」（支援者）

「本人が気付かない、発信できないＳＯＳを出せる場所が必要だと思います。」（支援者）

第３章　旭川市のヤングケアラー支援の基本的な考え方

１　本調査で明らかになったヤングケアラーの実態

本調査により、旭川市におけるヤングケアラーの生活実態と支援状況について、次の点が明らかとなった。

第一に、ヤングケアラーが担うケアの対象は、主に親やきょうだい、祖父母等の身近な家族であり、家庭の状況に応じて対象が変化することもあることが確認された。ケア内容は、家事、育児、身体介護、医療的ケア、情緒的支援、金銭管理等多岐にわたり、日常生活全般に及ぶ多様な役割を低年齢期から長期間にわたり担っている事例がみられた。これらは、家庭内での役割固定化や家庭を支える役割意識と結びつき、学業や遊びといったこども本来の生活時間に影響を与える構造となっていた。

第二に、本人は当時の状況を「ヤングケアラー」として認識していないことが多く、支援に至るまでには、学校や関係機関による把握が支援につながる重要な契機となっていた。支援開始は、危機的な出来事や家族の状態悪化等、深刻化した段階で導入される傾向が強いことが確認された。このことは、本人による申出のみに依存した支援把握には限界があることを示している。

第三に、相談や支援につながりにくい構造が存在していた。相談相手は友人等同世代に限定される傾向にあり、公的・専門的な相談先へのアクセスは乏しかった。また、支援導入後には心理的支援や家庭環境を調整する支援が効果を示す事例が確認されており、複合的支援の重要性が示された。

第四に、ケア役割は学校生活や進路選択にも影響を及ぼしていた。登校や学業が一定程度維持されている場合でも、疲労の蓄積や学習時間の不足、学校活動への参加制限等が生じている事例が確認された。また、家庭の経済状況や家族を支える役割意識の影響により、進学等の進路選択が制約される状況もみられた。

２　支援上の課題と特徴

調査結果から、ヤングケアラー支援においては以下の課題と特徴が明らかとなった。まず、早期把握の困難さが存在する。本人が状況を自覚していない場合が多く、日常生活上の困難が表面化しにくいことから、学校や地域、関係機関による日常的な観察と情報共有の仕組みが不可欠である。

また、本人が相談先を知らないことや、相談による不利益への懸念等により、公的・専門的相談機関へのアクセスが乏しい状況も確認された。相談先の周知や相談しやすい環境整備も重要な課題である。

次に、関係機関間の連携・情報共有の課題である。ケア状況や生活環境に関する情報は、学校・福祉・医療等複数の機関に分散しており、単独での把握や対応には限界がある。効果的な支援を行うためには、多機関連携と情報共有の体制整備が必要である。

さらに、本人と家庭への継続的支援の必要性も指摘される。単発の支援だけでは、生活基盤や心理的負担に持続的な変化をもたらすことは難しく、家庭の状況や本人の成長

過程に応じた継続的な支援が求められる。

3　今後必要とされる支援と施策上の示唆

本調査により明らかとなったヤングケアラーの実態及び支援上の課題を踏まえ、今後必要とされる支援の方向性と施策上の示唆について整理する。

⑴　ヤングケアラーの早期把握・発見体制の強化

本調査結果から、ヤングケアラーは家庭内での役割が日常化していることにより、自身を「支援が必要な存在」と認識していない場合が多いことが示された。そのため、困難が深刻化するまで周囲が気付きにくく、支援につながるまでに時間を要する傾向がみられる。また、遅刻・欠席の増加、学習への集中困難、疲労感の蓄積等は、家庭内でのケア負担と関連して生じている可能性があり、早期把握の重要な手がかりとなり得る。

このことから、学校をはじめ、福祉・医療機関、地域関係者等の日常的な関わりの中での気付きを共有する仕組みを強化するとともに、教職員らがヤングケアラーの特徴や背景を理解し、適切に関係機関につなぐ体制整備が求められる。さらに、福祉部門や医療機関等と連携し、家庭状況を含めた多面的な視点による早期把握体制を構築することが重要である。

⑵　学校・福祉・医療等の関係機関の連携強化

ヤングケアラー支援においては、家族の疾病や傷害による介護、生活困窮等、様々な背景が重なっており、多機関による支援が行われることが多い。関係機関間において役割分担や支援の中心機関が明確でない場合、支援が円滑に進まない状況が生じることもある。

このため、ヤングケアラー支援においては、各機関の役割を整理した上で、支援や調整を担う主体を明確化し、連携体制を構築することが不可欠である。また、要保護児童対策地域協議会の活用等により個人情報保護に配慮しつつ、必要な範囲で情報共有を行う仕組みを整備することにより、切れ目のない支援の実現が期待される。

⑶　本人支援と家族支援を一体的に行う支援体制の必要性

ヤングケアラーの問題は、本人のみの問題ではなく、家庭全体の生活基盤や養育環境と密接に関連している。

そのため、本人への心理的支援や学習支援に加え、被介護者への介護サービス導入や家事支援等、家庭環境そのものを調整する支援を一体的に実施することが重要である。本人支援と家族支援を切り分けるのではなく、相互に関連づけながら支援を行う体制整備が求められる。

⑷　当事者の声を踏まえた支援のあり方

当事者は、自身の状況を「当たり前」と受け止め、相談することにためらいを抱いている場合が多い。

そのため、支援においては、本人の話を丁寧に受け止め、「否定されない」「責められない」経験を通じて、安心して支援につながることができる関係づくりが重要である。また、支援制度や相談先に関する情報提供を、本人の理解や状況に応じてわかりやすく行うことが求められる。

⑸　継続的・包括的な支援体制の構築に向けて

ヤングケアラーの課題は一時的なものではなく、長期化・固定化する傾向がある。そのため、単発的な支援にとどまらず、ライフステージの変化に応じて支援内容を調整しながら継続的に関わる体制の構築が重要である。特に、進学・就職等の節目において支援が途切れないよう、関係機関が連携して支援を継続する仕組みが必要である。

謝　辞

本調査の実施にあたり、インタビューにご協力いただいた皆様には、ご多忙の中、貴重なお話をお聞かせいただきましたことに心より感謝申し上げます。とりわけ、ご自身の経験や日々の支援の実態について率直に語っていただいたことは、本調査においてヤングケアラーの置かれている状況を理解するうえで、非常に重要な示唆を与えていただくものでした。

また、本調査の実施に際し、関係機関の皆様には、調査の趣旨をご理解いただき、対象の紹介や調査実施に向けた調整等において多大なるご協力を賜りました。ここに深く御礼申し上げます。

本報告書が、ヤングケアラーの実態への理解を深めるとともに、関係機関の連携による支援の充実や、こどもが安心して生活できる環境づくりに向けた取組の一助となることを願っております。

最後に、本調査にご協力いただいたすべての皆様に、改めて厚く御礼申し上げます。

旭川市ヤングケアラー実態調査 結果報告書

発行年月　令和８（２０２６）年３月
問合せ先　旭川市子ども総合相談センター
　　旭川市１０条通１１丁目
電話番号　０１６６－２６－５５００