

ヤングケアラーアセスメントツール

項番	ヤングケアラーアセスメントツール質問項目
I あなたの家族について	
1	あなたが一緒に住んでいる家族を教えてください。
2	お世話や気持ちを聞くなどのサポートが必要な家族はどなたですか？
3	お世話や気持ちを聞くなどのサポートが必要な家族の状況を、わかる範囲で教えてください（病気や障がいの状況、幼いなど）。
II 家族（病気や障がいのある家族、高齢の家族、幼いきょうだいなど）のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などについて	
4	家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などとして、普段、どのようなことをしていますか。
A	障がいや病気のある家族のお風呂やトイレの手伝い、お薬の管理などをしている。
B	障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている（頼まれごとをするなど）。
C	買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。
D	がん・難病・心の病気などの家族のお世話をしている（話を聞く、寄り添うなどの対応、病院への付き添いなどを含む）。
E	（認知症や心の病気などで）目を離せない家族の見守りや声かけをしている（心配したり、気にかけている場合を含む）。
F	障がいや病気のあるきょうだいのお世話や見守りをしている。
G	幼いきょうだいのお世話をしている。
H	日本語以外の言葉を話す家族や障がいのある家族のために通訳（他の人と話をするときの手伝い）をしている。
I	アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。
J	家計を支えるために働いて、家族を金銭的に支えている。
K	その他
5	学校のある日に、家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などはどれくらいしていますか。 1日あたりのおおよその時間を教えてください。
①	（更問）休日の場合はどうですか？
②	（更問）家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事をする頻度はどれくらいですか？（毎日、週/月に何日程度など）
6	家族へのお世話や気持ちを聞くなどのサポートはいつからしていますか？（小学生になるより前、小学生/中学生/高校生の頃など）
①	（家族が病気や障がいを持つ場合の更問）家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポートが必要な理由や家族の体調などについて、周りの大人から、わかりやすく話してもらったことがありますか？
②	（家族が病気や障がいを持つ場合の更問）お世話や気持ちを聞くなどのサポートが必要な理由について、お世話やサポートが必要な家族と話したことはありますか？
7	この先も今と同じように家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを続けることに不安がありますか？

項番	ヤングケアラーアセスメントツール質問項目	
8		お手伝いが必要な家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などについて、あなたと一緒にしている家族や親戚、頼りにできる人はいますか？
Ⅲ 家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などをするものの影響		
9		家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などをするもので感じる気持ちや、体調面で気になることがあれば教えてください。
	A	ストレスを感じる。
	B	ひとりぼっちだと感じる。
	C	家から逃げ出したいと思ったり、泣きたくなるほど、こころが苦しくなることがある。
	D	自分のことをあまり気にかけることができなくなる。
	E	身体に具合が悪いところがある（身体が痛い、頭が痛いなど）。
	F	気分がすぐれないことが多い。
	G	十分に睡眠をとれていない。
	H	食欲がでない。
	I	その他
9	①	消えてしまいたいと思うことはありますか？
10		家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などをするものであなたの生活にどのような影響があるかを教えてください。
	A	学校を休んだり、遅刻してしまうことがある。
	B	疲れて学校に行きたくない/行きたくなくなった（学校生活に悩みや不安がでてきた、などを含む）。
	C	勉強や趣味、遊びなど、自分のための時間がない（足りない）と感じる（お世話を始めてから減った、を含む）。
	D	家族で過ごす楽しい時間（家族で出かける、家族で話すなど）が少ないと思う（お世話を始めてから減った、を含む）。
	E	その他
Ⅳ 「こうなりたい・したい」と思うこと		
11		あなたが「こうなりたい・したい」と思うことを教えてください。
	A	（いよりも）健康になりたい。
	B	ストレスや不安な気持ちをなくしたい（減らしたい）。
	C	家の事は忘れてゆっくりしたい。
	D	自分が行っている家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを減らしたい。
	E	遊びや部活、趣味など、自分のための時間を楽しみたい。
	F	学校の授業や宿題、試験をがんばりたい（がんばるための時間がほしい）。
	G	自分の将来や夢、進路について相談したい。
	H	友達、先生や周りの人に、今の気持ちや、生活について知ってほしい。
	I	自分と同じように家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などをしている仲間（人）と話したい。

項番		ヤングケアラーアセスメントツール質問項目
	J	家族の病気や障がいのことを知りたい。
	K	お世話や気持ちを聞くなどのサポートが必要な家族への上手な接し方やお世話の方法を知りたい。
	L	自分の負担を軽くできるサービスを知りたい。
	M	その他