

## ヤングケアラー気づきツール（こども向け）

| 項番 | ヤングケアラー気づきツール（こども向け） 質問項目                                                                                    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | あなたは、（大人の代わりに、）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、家の用事などを日常的にしていますか？                          |
| ①  | （更問）家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事のために、自分のこと（遊びや勉強、部活など）が後回しになることがありますか？                                          |
| 2  | なにか困っていること、心配や不安になったりすることはありますか？（家族のこと、友達関係のこと、勉強のこと、学校のこと（遅刻、早退、欠席など）、将来のこと、生活のこと（食事や睡眠）、お金のこと、何でも）         |
| 3  | 自分のための時間（遊ぶ、勉強する、部活動に参加するなど）がない、または、少ないと感じたりすることはありますか？                                                      |
| 4  | 体調が悪くなったり、疲れてしまったり、こころが苦しくなることはありますか？                                                                        |
| ①  | （更問）食べられなくなったり、眠れないことはありますか？                                                                                 |
| ②  | （更問）逃げ出したい、消えてしまいたいと思うことはありますか？                                                                              |
| 5  | あなたの周りに、あなたの気持ちを理解してくれる人や相談できる人はいますか？                                                                        |
| ①  | （更問）その人に相談したことはありますか？                                                                                        |
| 6  | 家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを一緒にやったり、手伝ってくれる人は周りにいますか？                                                        |
| ①  | （更問）（もし、代わりにやってくれる人がいるのであれば）家族のお世話や気持ちを聞くなどのサポート、家の用事などを誰かに手伝ってもらいたいですか？                                     |
| 7  | （また別の機会に、）あなたのことや家族のこと、家族のお世話などをしてどのように感じているかなどについて、もう少し話をきかせてもらえませんか？何か私たちにできることはないか、一緒に考える時間をもらいたいと思っています。 |