



“何か背景があるのかな、  
という感覚はより多くの方  
に持ってほしい。”

成蹊大学  
文学部現代社会学科 教授  
しぶやどもこ  
**澁谷智子**さん

東京大学教養学部卒業後、ロ  
ンドン大学ゴールドスミス校  
大学院社会学部、東京大学  
大学院総合文化研究科で学ぶ。  
専門は社会学。日本における  
ヤングケアラー研究の第一人者。

## 私たちにできること。

### 子どもに寄り添って

### 丁寧に話を聞いてほしい

悩んでいる子どもを支援する  
ために、私たち周りの大人がで  
きることは何でしょうか。市内  
でもご講演いただいた、澁谷智  
子さんにお話を伺いました。

—ヤングケアラーに気付くため  
に持つべき意識は。

例えば、子どもが宿題の締め  
切りを守れなかったとか、学校

に遅刻する、誘ったけど来れな  
いというような時に、そこに何  
か背景があるのかな、という感  
覚はより多くの方に持つてほし  
いと思います。そして、まずは  
子どもの話をよく聞いてほしい。  
それから、親側の話も。その家  
庭の中で、大人だけでは回らな  
くなってしまった事情もあると  
思います。ですので、親など周  
りの大人を責めることは、ヤン  
グケアラーを追い込むことにな  
る場合があります。中立の立場  
で、自分の価値観を押し付けず  
に話を聞くことが大切です。

### 普段から顔の見える 信頼関係を作る

—子どもの接し方について。

子どもも、困っているからと  
いつて、すぐに話をしてくれる  
わけではないと思うんです。そ  
の子が「話してもいいな」って  
思えるような信頼関係をまず作  
ること。ちょっと気に掛けてあ  
げて、毎日おはようって二「ッ  
とするだけでも違うと思います



▲9月13日、栗橋南小学校で  
児童向けにヤングケアラー  
に関する講演（特9ページ  
で紹介）を行った澁谷さん。

### 子どもの目線から 必要な支援を考える

—中には特別扱いを嫌がる子も。

子どものために何かしたい、と  
いう気持ちを強く持っていただ  
くことはすごく大事なことです  
が、それが子どもから見た時にど  
ういう意味を持つのか。助けたとい  
う気持ちが強く出過ぎて、子ども  
からするとその熱さが怖い、とい



うこともあります。その想像力を  
広げないと、気持ちを押し付ける  
ことになって、助けにつながら  
ない時があります。子どもや家庭の  
状況をよく見て、どれぐらいの距  
離感が近づくのか。相手のニーズ  
を把握するためにも、やはり向こ  
うから話してくれるような関係性  
を作ることが大切だと思います。

### 子どもに選択肢を

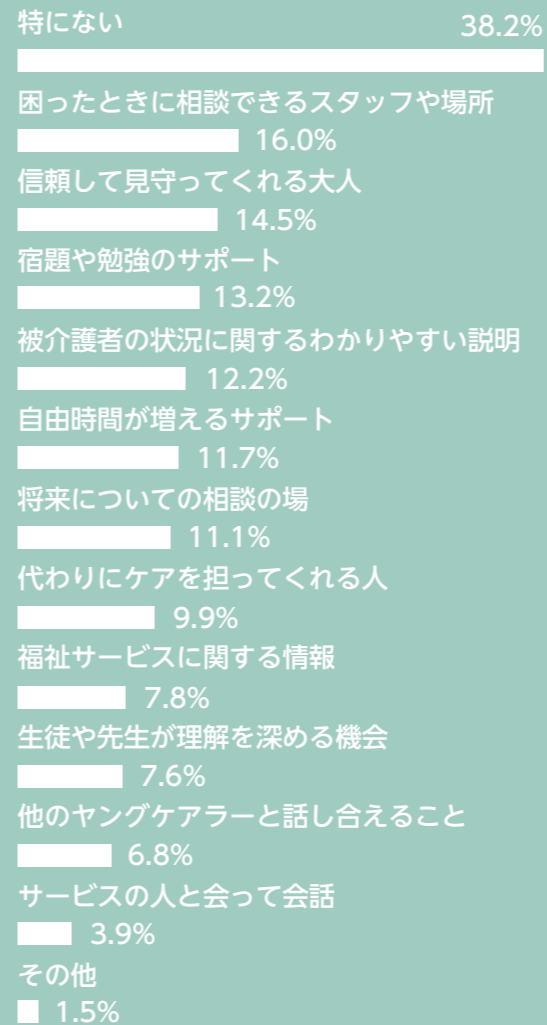
—支援につなげるためには。

子どもが「そっか、そういうこ  
とができるんだ」と思えるような  
選択肢を、子どもに見えるように  
用意してあげるのが、大人の役割  
ではないでしょうか。今は困っ  
ていない子どもでも、状況が変  
わってきたときに、相談できる  
ような場があるということを知  
ってもらうために、日ごろから  
発信することも大事ですね。

## 子どもたちの声を聞く。

一口にヤングケアラーといっても、その実  
態はさまざま。ケアが負担に感じている子も  
いれば、特に不満はないという子もいます。  
サポートしてほしいという子もいます。また、  
そもそもどこからがヤングケアラーなのか線  
引きが難しいと言われることもあります。し  
かし、大切なのは、外から見た負担の多さ  
だけで大人が判断するのではなく、「本人がど  
う思っているか、何を求めているか」を理  
解すること、本人の気持ちを尊重しながら、子  
どもが孤立しないように見守り方を考えるこ  
とではないでしょうか。皆さんは、子どもの  
自由意見を見てどう感じますか。

### 県実態調査より ※複数回答 「ヤングケアラーが望むサポート」



### 県実態調査における 子どもの自由意見（抜粋）

母が入院し重い病気だったため、毎  
日往復2時間かけてお見舞いへ行  
き、家事の6～7割を担っていま  
した。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。

障がい者の兄がいます。周りとは  
少し違いますが、それでも頑張っ  
て生きている兄を見  
ると勇気がもらえます。  
なので、今不安に思ってい  
ることは特にありません。

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のことを教え  
るのは良いことだとは思いますが、変に気  
を遣われると息抜きの場である学校  
までも失ってしまう。

自分がヤングケアラーという存在だったこと  
を初めて知り、少し救われる気持ちでした。

ヤングケアラーの高校生の交流会をして悩み  
を打ち明け相談し合いたい。

学校の先生とかに悩み相談しづらいから、相  
談しやすいような雰囲気をつくってほしい。

負担がないとは言えませんが、何より弟が大  
好きなので、ケアの不満は特にありません。

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、そうい  
う人たちへの関わり方を考えてほしい。

自分の将来が不安です。今、父をすぐに支え  
られるのが自分と祖母だけなので、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。