

ヤングケアラー気づきツール（こども向け）

順番	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。

ヤングケアラー気づきツール（大人向け）

項番	ヤングケアラー気づきツール（大人向け）確認項目
1	（18歳未満の子どもや若者が、）以下のような、本来大人が担うと想定されている（通常のお手伝いの範囲を超える）ような家族へのケアや家事を日常的に行っている様子がありますか？
A	障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている（服薬管理やその他の身体介護も含む）。
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（日常的な要望への対応など）。
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・精神疾患など慢性的な病気の家族の世話をしている（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	（認知症や精神疾患などで）目を離せない家族の見守りや声かけなどの気遣いをしている。
F	障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。
G	幼いきょうだいの世話をしている。
H	日本語以外の言葉話す家族や障がいのある家族のために通訳（第三者との会話のサポートなど）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、家族を助けている。
K	その他、子どもの負担を考えたときに気になる様子がある。
2	その子どもが行う上記のような家族へのケアや家事と一緒にしている人や、頼りにできる人がいるように見受けられますか？
3	その子どもは、家族へのケアや家事によって学校（部活含む）に通えていない、または遅刻や早退が多いように見受けられますか（子どもが保育所、認定こども園、幼稚園に所属する場合も含む）？
4	家族へのケアや家事が理由で、その子どもの心身の状況に、心配な点が見受けられますか（元気がない、顔色が悪い、進学を諦めるなどの意欲の低下、外見で気になることがある等）？
5	その子どもが家族に必要以上に気を遣っているように見受けられますか？
6	（1～5の状況を踏まえ）ヤングケアラーの可能性があると考えられる場合は、支援ニーズの確認等のために、子どもの気持ちを確認し、必要に応じて支援につなげることが求められます。その際に他機関の手助けが必要ですか？（子どもの気持ちを確認する際はヤングケアラー気づきツール（子ども向け）やヤングケアラーアセスメントツールの活用をご検討ください）

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、お薬の管理などを行っている。
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行っている。
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？

項目番	ヤングケアラーアセスメントツール質問項目
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？
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ことの影響	
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ことで感じる気持ちや、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こと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)。

<small>こうばん</small> 項番	<small>しづもんこうもく</small> ヤングケアラーアセスメントツール質問項目
C	<small>いえ こと わす</small> 家の事は忘れてゆつくりしたい。
D	<small>じぶん おこな かぞく せわ きもち きく いたえ ようじ へ</small> 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	<small>あそび ぶかつ しゆみ じぶん じかん たの</small> 遊びや部活、趣味など、自分のための時間を楽しみたい。
F	<small>がっこう じゆぎょう しゆくだい しけん がんばりたい じかん</small> 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	<small>じぶん しょうらい ゆめ しんろ そうだん</small> 自分の将来や夢、進路について相談したい。
H	<small>ともだち せんせい まわ ひと いま きもち せいかつ し</small> 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	<small>じぶん おこな かぞく せわ きもち きく いたえ ようじ なかま ひと はな</small> 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、家の用事などを行っている仲間（人）と話したい。
J	<small>かぞく びょうき しょうがい こと を し</small> 家族の病気や障がいを知りたい。
K	<small>せわ きもち きく ひつよう かぞく じょうず せつ かつ せわ ほうほう し</small> 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	<small>じぶん ふたん かる し</small> 自分の負担を軽くできるサービスを知りたい。
M	<small>た</small> その他