

## 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、と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
<b>I あなたの家族について</b>	
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）。
<b>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</b>	
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？

<small>こうばん</small> 項番	ヤングケアラーアセスメントツール <small>しつもんこうもく</small> 質問項目
②	(家族が病 <small>かぞく</small> 気 <small>びょうき</small> や障 <small>しょう</small> がい <small>がい</small> を持つ場合の更 <small>も</small> 問 <small>ばあ</small> い <small>さい</small> ら <small>ら</small> い) お世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> や気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> を <small>き</small> 聞 <small>き</small> くなどのサポ <small>ひつ</small> ー <small>ぽう</small> ト <small>りゆう</small> が必要 <small>ひつ</small> な理由 <small>りゆう</small> について、お世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> やサポ <small>ひつ</small> ー <small>ぽう</small> ト <small>りゆう</small> が必要 <small>ひつ</small> な家族 <small>かぞく</small> と話 <small>はな</small> したことはありますか？
7	この先 <small>さき</small> も今 <small>いま</small> と同じように家族 <small>かぞく</small> のお世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> や気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> を <small>き</small> 聞 <small>き</small> くなどのサポ <small>ひつ</small> ー <small>ぽう</small> ト <small>りゆう</small> 、家 <small>いえ</small> の用事 <small>ようじ</small> などを続 <small>つづ</small> けること <small>こと</small> に不安 <small>ふあん</small> がありますか？
8	お手伝 <small>てつだ</small> い <small>ひつ</small> が <small>よ</small> うな家族 <small>かぞく</small> のお世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> や気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> を <small>き</small> 聞 <small>き</small> くなどのサポ <small>ひつ</small> ー <small>ぽう</small> ト <small>りゆう</small> 、家 <small>いえ</small> の用事 <small>ようじ</small> などについて、あなた <small>いっしょ</small> と一緒に <small>いっしょ</small> にしている家族 <small>かぞく</small> や親戚 <small>しんせき</small> 、頼 <small>たよ</small> りにできる人 <small>ひと</small> はいますか？
<b>Ⅲ 家族<small>かぞく</small>のお世<small>せ</small>話<small>わ</small>や気<small>き</small>持<small>ち</small>を<small>き</small>聞<small>き</small>くなどのサポ<small>ひつ</small>ー<small>ぽう</small>ト<small>りゆう</small>、家<small>いえ</small>の用事<small>ようじ</small>などをすること<small>こと</small>の影響<small>えいぎょう</small></b>	
9	家族 <small>かぞく</small> のお世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> や気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> を <small>き</small> 聞 <small>き</small> くなどのサポ <small>ひつ</small> ー <small>ぽう</small> ト <small>りゆう</small> 、家 <small>いえ</small> の用事 <small>ようじ</small> などをすること <small>こと</small> で感 <small>かん</small> じる気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> や、体調面 <small>たいちようめん</small> で気 <small>き</small> になることがあれば教 <small>おし</small> えてください。 A ストレス <small>かん</small> を感じる。 B ひとりぼっち <small>かん</small> だと感じる。 C 家 <small>いえ</small> から逃 <small>に</small> げ出 <small>だ</small> したいと思 <small>おも</small> ったり、泣 <small>な</small> きたくなるほど、こころ <small>くろ</small> が苦 <small>くる</small> しくなることがある。 D 自 <small>じ</small> 分 <small>ぶん</small> のことをあまり気 <small>き</small> にかけることができなくなる。 E 身体 <small>からだ</small> に合 <small>あ</small> いが悪 <small>わる</small> いところがある(身体 <small>からだ</small> が痛 <small>いた</small> い、頭 <small>あたま</small> が痛 <small>いた</small> いなど)。 F 気 <small>き</small> 分 <small>ぶん</small> がすぐれないことが多い。 G 十分 <small>じゅうぶん</small> に睡眠 <small>すいみん</small> をとれていない。 H 食 <small>しょく</small> 欲 <small>よく</small> がでない。 I その他
9 ①	消 <small>き</small> えてしまいたいと思 <small>おも</small> うことはありますか？
10	家族 <small>かぞく</small> のお世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> や気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> を <small>き</small> 聞 <small>き</small> くなどのサポ <small>ひつ</small> ー <small>ぽう</small> ト <small>りゆう</small> 、家 <small>いえ</small> の用事 <small>ようじ</small> などをすること <small>こと</small> であなた <small>せい</small> の生活 <small>せいかつ</small> にどのような影 <small>えい</small> 響 <small>ぎょう</small> があるかを教 <small>おし</small> えてください。
A	学 <small>がっこう</small> 校 <small>がく</small> を休 <small>やす</small> んだり、遅 <small>ち</small> 刻 <small>こく</small> してしまうことがある。
B	疲 <small>つか</small> れて学 <small>がっこう</small> 校 <small>がく</small> に行 <small>い</small> きたくない/行 <small>い</small> きたなくなつた(学 <small>がっこう</small> 校 <small>がく</small> 生活 <small>せいかつ</small> に悩 <small>なや</small> みや不安 <small>ふあん</small> がでてきた、などを含 <small>ふく</small> む)。
C	勉 <small>べん</small> 強 <small>きやう</small> や趣 <small>しゆみ</small> 味 <small>あそ</small> びなど、自 <small>じ</small> 分 <small>ぶん</small> のための時 <small>じ</small> 間 <small>かん</small> がない(足り <small>た</small> りない)と感 <small>かん</small> じる(お世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> をし始 <small>はじ</small> めてから減 <small>へ</small> つた、を含 <small>ふく</small> む)。
D	家 <small>かぞく</small> 族 <small>ぞく</small> で過 <small>す</small> ぐす楽 <small>たの</small> しい時 <small>じ</small> 間 <small>かん</small> (家 <small>かぞく</small> 族 <small>ぞく</small> で出 <small>で</small> かける、家 <small>かぞく</small> 族 <small>ぞく</small> で話 <small>はな</small> すなど)が少 <small>すく</small> ないと思 <small>おも</small> う(お世 <small>せ</small> 話 <small>わ</small> をし始 <small>はじ</small> めてか <small>へ</small> ら減 <small>へ</small> つた、を含 <small>ふく</small> む)。
E	その他
<b>Ⅳ 「こうなりたい・したい」と思<small>おも</small>うこと</b>	
11	あなたが「こうなりたい・したい」と思 <small>おも</small> うことを教 <small>おし</small> えてください。
A	(いよりも) 健 <small>けん</small> 康 <small>こう</small> になりた。
B	ストレスや不安 <small>ふあん</small> な気 <small>き</small> 持 <small>ち</small> をなくしたい(減 <small>へ</small> らしたい)。

<small>ごうばん</small> 項番	<small>しつもんこうもく</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 さいぽーと いえ 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 しゅみ など 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 じゅぎょう しゅくだい 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 まわりのひと いま きもち せいかつ</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 おなじように かぞく せわ きもち きく さいぽーと いえ ようじ などをしてい</small> <small>る 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 のこと を知り</small> <small>たい。</small>
K	<small>せわ きもち きく さいぽーと ひつよう かぞく じょうず せつ かつ せわ ほうほう</small> <small>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</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