

新闻热点
にゅーすのことば
ニュースの言葉

“年轻的照顾者” ヤングケアラー

所谓“年轻的照顾者”，是一个由英文单词“ヤング”（年轻）和“ケアラー”（照顾别人（家中病人、老人等）的人）组合成的词。

要问这说的是什么样的人，所谓“年轻的照顾者”就是指在家中负担起本该是由大人承担的家务以及照顾家人的责任的年龄大致在 18 岁以下的孩子们。

在日本，几年前就开始听说这个词了。尤其是在 2021 年 4 月政府对“年轻的照顾者”进行了第一次实际调查，其结果暴露了问题的严重性，这才作为一个社会问题被认识到，进而听到的机会也就多了起来。

根据实际调查的结果，初中二年级的学生中有 5.7%（相当于 17 人中有 1 个人）、小学六年级的学生中有 6.5%（约 15 人中有 1 个人）的人回答说“有正在照顾着的家人”。此外，回答“有正在照顾着的家人”的初中二年级的学生当中，甚至还有 10% 的孩子每天照顾家人的时间超过了 7 个小时以上。

那么，被看作是年轻的照顾者的孩子们，为了照顾家人每天都要做些什么呢？他们做的主要是以看护病人和承担家务居



多，包括代替有残疾或是生病的父母买东西、做饭、洗衣服、打扫家等等要做所有的家务；代替父母照顾年幼的弟弟妹妹；照顾需要看护、守护的家人；因为家人不能工作，所以为了补贴家用去外面打工劳动。此外，为日语不是第一语言的家人在各种生活场面做翻译的孩子们等也被纳

「ヤングケアラー」とは、英語の「ヤング (YOUNG)」（若い）と「ケアラー (CARER)」（世話する人）を組み合わせた言葉だ。

どのような人のことを言うかという、本来なら大人が担うような家族内の仕事や世話を担っている、概ね 18 歳以下の子ども達のことを指す。

日本でも数年前からこの言葉を聞くようになったが、特に 2021 年 4 月に国が「ヤングケアラー」について初の実態調査を行った結果、事の深刻さが明るみに出て、一つの社会問題として認識されるようになり、より一層耳にするようになった。

実態調査の結果によると、中学 2 年生の 5.7%（17 人に一人に当たる）が、また小学 6 年生においては 6.5%（約 15 人に一人）が「世話をしている家族がいる」と答えている。また、中学 2 年生で家族の世話をしていると答えた中には、一日 7 時間以上ケア（世話）をしている子どもも 1 割いた。

では、ヤングケアラーとみなされる子どもたちは日々家族にどんなケアを行っているのだろうか。主なものとしては介護や家事が多く、障害や病気のある親の代わりに買い物、料理、洗濯、掃除などの家事全般をしていたり、親に代わって幼い兄弟姉妹の世話をしていたり、介護や見守りが必要な家族の世話をしていたり、家族が働けないので家計を助けるために労働していたりする。そして日本語が第一言語ではない家族のために、あらゆる生活場面で通訳をしている子ども等も、厚労省のヤングケアラーの定義に含まれている。

このヤングケアラーたちは家族の世話のために、通常なら確保されるべき子どもとしての時間を

入了厚生劳动省的年轻的照顾者的定义之中。

这些年轻的照顾者们，为了照顾家人，在很多场合下都失去了通常的情况下作为一个孩子必须要被确保的时间。就是在调查问卷中，也反映出了这个问题。作为“想做却不能做的事”，第一是“没有自己的时间”，第二是“没有时间做作业和学习”，第三是“不能和朋友一起去玩”、“没有充足的睡眠时间”，作为第四以下的回答，有“不得不改变毕业后的去向选择”，“不能去学校”等等。作为年轻的照顾者，不能优先考虑自己的生活，这就意味着剥夺了孩子们的身心的健康成长以及为将来积蓄力量的青少年时期的重要的时光。其中也有自身的健康受损，或是导致不去上学的事例。那么，要说是那些给孩子们添加负担的父母不好，也并非如此。父母们也想自立也想用心抚养孩子们，但是由于种种原因导致他们心有余而力不足。

下面为大家介绍从《朝日新闻》连载的有关年轻的照顾者报道中的两个事例的摘要。

有位在一个单亲家庭中作为三兄妹中老大的 15 岁的少年（初中二年级），因为患有精神疾病的母亲住进了医院，照顾弟弟和妹妹的事情就落在了少年的肩上。

有时姥姥会来帮忙，但是有发展障碍的弟弟和妹妹的上下学也需要有人接送，比较费时间。就这样，少年渐渐地不去上学了，少年从早到晚

整天都在忙着照顾弟弟和妹妹，自己的事情就放到了第二位。少年的母亲没有把自己生病的事告诉孩子的班主任老师，而是说是少年自己想休息的。少年也说“把妈妈和弟弟妹妹的事告诉老师也没有用”，所以家里的事什么也没说。这之后，在唯一一直去的一家民间的学习支援教室少年第一次说出了妈妈和弟弟妹妹的事，这才获得了需要的支援，一年后终于又可以去上学了。



失っている場合が多い。アンケートでも、「やりた
いけどできないこと」として、1位「自分の時間が取
れない」、2位「宿題や勉強の時間が取れない」、
3位「友人と遊べない」「睡眠が十分に取れない」、
4位以下として、「進路の変更を余儀なくされた」、
「学校に行けない」などがあがった。ヤングケアラー
として自分を優先できない生活は、心身の健全
な成長や将来に向けての力を蓄える青少
年期の大切な時間を奪っている。中には自らの
健康を損なったり不登校につながったりするケ
ースもある。では、子どもに負担をかけている親が悪
いのかというと、親も自立して子育てをやりたくて
も十分にできない事情を抱えているのだ。

以下「朝日新聞」の連載記事からヤングケアラー
の事例を2例、要約して紹介する。

母子家庭で3人兄弟の長男である15歳のあ
る少年（中2）は、精神疾患がある母親が入
院し、残された弟と妹の世話がその肩にかか
ってきた。祖母が時に協力してくれたが、発達
障害のある弟と妹は学校への送り迎えも必要で
手がかった。そして少年は徐々に不登校になり、
少年の日常は弟と妹の世話に明け暮れ、自分のこ
とは二の次の生活になった。母親は学校の担任に
も自分の病気のことは話さず、少年の希望で学校
を休んでいると告げる。少年も「親きょうだいのこと
を学校の先生に言っても意味がない」と家庭の事
情は何も話さなかった。その後唯一通っていた民
間の学習支援教室で初めて母やきょうだいのこと
を話すことができ、支援につながって1年後登校
できるようになった。

ネパールから来て通信高校に通うある男子生
徒は、親が日本語がほとんど話せないので祖母の
病院の付き添いをしているが、医師の説明の通
訳は命にかかわる問題だけに、自分の通訳で祖母

有位就读于函授高中的来自尼泊尔的男生，因为父母几乎都不会说日语，所以他陪着祖母去医院看病。正因为医疗翻译会涉及到患者的生命安危，这位男生说一想到要是由于自己的翻译给祖母造成了生命的危险该怎么办，就害怕得不行。从平常的行政手续到自己学校的三者面谈都要由自己做翻译这样的状况，这对一个高中生来说负担太重了。必要的时候，就是请假缺课也有不得不去帮着做翻译的情况。

像这样，在年轻的照顾者中，也有选择放弃了自己的升学希望，优先考虑家里的事，自己去打工在经济上帮助家里的孩子。

因为年轻的照顾者们照顾的对象都是家人或是亲戚，于里于外都会被看作是理所当然的事，所以他们也就很容易成为看不到的存在。这样一来，长期作为年轻的照顾者生活下来的结果就是，当要照顾的对象不在的时候，即使已经到了成年人的年龄，也可能孤立于他人与社会，失去自立能力。

从调查结果来看，回答正在照顾着家人的初中二年级的学生中，对于就自己所处的状况是否向什么人咨询过的问题，有 67.7% 的人回答说“没有”。作为没有向其他人咨询的理由，有 74.5% 的人认为“这不算是要向什么人咨询的烦恼”，其他还有“即使是咨询也不会觉得状况会有什么改变”、“家里的事很难说出口”、“不知道要向什么人咨询”、“不想让别人对自己的家人有偏见”等的回答。从中可以看出即使是平常觉得有负担，多数人也会认为家庭的问题只能作为不得不承受的重负唯有忍耐。

正因如此，处于这种状况下的孩子们，往往都是一个人在承受着各种压力，很容易被孤立。所以，需要积极地开展工作来发现这些难以浮出水面的“年轻的照顾者”的问题。

政府决定把从 2022 年起的三年定为着手集



の命を危うくしてしまったらどうしようと、怖くてたまらなかったという。日頃の行政手続きや自分の学校の三者面談の通訳まで全てこなさなければならぬという状況は、高校生には荷が重い。必要に迫られると学校を休んでも行かねばならないこともある。

このようにヤングケアラーの中には自分の進学を諦め、家族の用事を優先し、自分はアルバイトで経済的に家族を支えるといった選択をする子どももいる。

ヤングケアラーは、世話をする対象が家族や親族であるがゆえに、内外から当然のことと見られ、見えない存在になりがちである。そして長年ヤングケアラーとしての時間を過ごした結果、その対象の家族がいなくなった時、成人年齢に達したとしても、人や社会から孤立して自立する力を持ってなくなっていることもある。

調査結果を見ても、家族の世話をしているという中学 2 年生のうち、自分の置かれている状況について誰かに相談したことがあるかという問いに対して、67.7% が「ない」と答えている。相談しない理由としては 74.5% が「誰かに相談するほどの悩みではない」と考えており、その他に「相談しても状況が変わるとは思えない」「家族のことは話しにくい」「誰に相談するのが良いかわからない」「家族に対して偏見を持たれたくない」等の回答で、日々負担を感じていても家族の問題は抱えざるを得ない事柄として受忍している様子が見受けられる。

それゆえにこのような状況に置かれた子どもたちは、一人でストレスを抱えて孤立しがちである。従ってなかなか表面化しにくいこの「ヤングケアラー」を発見するための積極的な働きかけが求められている。

国は 2022 年度からの 3 年間で、この「ヤングケ

中解决“年轻的照顾者”问题的期间，并且决定支持地方政府的相关对策。

有的地方政府为 30 岁以下的年轻的照顾者开设了咨询窗口。据说福利方面的专家们无论是政府还是民间都与其携手展开咨询活动。在制定了支援年轻的照顾者的条例的埼玉县，曾经的年轻的照顾者到初中、高中去谈自己的经历，尝试着在学生以及校方中扩大对这个问题的理解，并且也开始实施了在线烦恼咨询。为了方便年轻的孩子们的利用，有的地方政府还开设了利用 LINE(ライン)来受理咨询。

关心这个问题的人、现在正在为这个问题烦恼的人，请试着向自己所在地区的地方政府咨询吧。请家人们为了孩子、也请孩子们为了自己，不要一个人独自承受烦恼，主动发出求救的“SOS”吧。此外，社会方面也必须创造出能够接受“SOS”的环境。(B)

[咨询网站]

- 厚生劳动省网站“打造出让孩子可以像孩子一样成长的市区”

<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/>

全国儿童咨询所一览表、日本精神保健福利协会“儿童和家庭的咨询窗口”、当事者团体以及家庭会等

- 其他

一般社団法人连奏 (legato) 大田“在线咨询”(文件翻译、咨询、就学/学校生活支援)

中文对应：周四：10:00-17:00

http://www.legatoota.jp/service_onlineconsultation.html

「アラー」問題に対する集中的な取り組み期間と定め、自治体の施策の後押しをすることを決めた。

ある自治体では、30 歳までの若いケアラー対象の相談窓口を設けた。福祉の専門家が官民間問わず連携して相談にあたる。ケアラーの支援条例を制定した埼玉県では、元ヤングケアラーが中学校や高校で経験を話して、生徒や学校側に理解を広げる試みを行ったり、オンラインで悩み相談ができる会も始めた。若い子どもたちが利用しやすいようにLINEで相談を受け付ける自治体も出てきた。

関心のある人、今悩みを抱えている人は、自分の住んでいる地域の自治体に問い合わせしてみよう。

家族は子どものために、子どもは自分自身のために、抱え込まずに「S O S」を出そう。また、社会の方も「SOS」を受け止められる環境を整えていかなければならない。(B)

[相談先サイト]

- 厚生労働省 H P 「子供が子供でいられるまち街に」 <https://www.mhlw.go.jp/young-carer/>
- 全国の児童相談所一覧や日本精神保健福祉協会「子どもと家族の相談窓口」、当事者グループや家族会等

- その他
- 一般社団法人レガートおおた「オンライン相談」(文書通訳、相談、就学・学校生活支援)
- 中国語対応：木曜日：10:00-17:00

http://www.legatoota.jp/service_onlineconsultation.html