

①若者に対するインタビュー 【調査概要】

- 東京都内に住む18歳からおおむね30歳代までに相当する若者50名以上の意見を聴取する。
 - 都内の若者の居場所、若者ケアラー支援団体等に依頼をしインタビューを実施。
 - 10月10日時点で、若者の居場所に集う若者9施設55名、若者ケアラー10名（4団体）、計65名にインタビュー済み。

場所	想定属性・対象者	区部（所在地）（ヒアリング人数）	市町村部（所在地）（ヒアリング人数）
公共の若者フリースペース・子ども若者総合支援センター等	地域の居場所に集う若者	<ul style="list-style-type: none"> 希望丘青少年交流センター「アップス」（世田谷区）（5名） 子ども若者応援フリースペース（品川区）（7名） 青少年健康センター茗荷谷クラブ（文京区）（5名） まごころドーナツ（中野区）（6名） 	<ul style="list-style-type: none"> 武蔵野プレイス（武蔵野市）（13名※） 八王子市若者総合相談センター（4名）
民間事業者の提供する居場所		<ul style="list-style-type: none"> サンカクキチ（豊島区）（5名） 	
夜間の居場所			<ul style="list-style-type: none"> 夜のユースセンター（立川市）（5名） 青少年の居場所Kiitos（調布市）（5名）
若者ケアラー向けの当事者の会、ピアサポート等	ケアラー、元ケアラー、支援者	<ul style="list-style-type: none"> 一般社団法人ケアラーアクションネットワーク協会 ご紹介の当事者（5名） 一般社団法人ヤングケアラー協会 ご紹介の（元）当事者兼支援者（3名） 江戸川ベースnappaからの紹介 当事者（1名） 一般社団法人日本ケアラー連盟 ご紹介の当事者（1名） 	

※武蔵野プレイスは、個人インタビューであれば辞退するがグループであれば協力できる、という申し出が複数人からあったためグループヒアリングも2回実施した。

①若者に対するインタビュー 施設概要 調布市 青少年の居場所 Kiitos

- 居場所がなかったり、生きづらさを抱えたりしている子供～若者の居場所。
- 一人一人に向き合い、居場所・食事提供、就労、一人暮らしや自立に向けた支援も実施。



事業所名	Kiitos（キートス） - 青少年の居場所
運営法人	NPO法人 青少年の居場所Kiitos
所在地	東京都調布市佐須町4-2-18
基本情報・特徴	<ul style="list-style-type: none">• 青少年の居場所づくりおよび支援事業• 利用者のカウンセリングおよび相談事業• 利用者の自立支援事業及び関連団体とのネットワーク構築事業• 青少年の保護者の相談事業 <ul style="list-style-type: none">• 状況に応じ、生活保護申請や世帯分離の支援等、踏み込んだ支援も実施。
主な対象者	中学生から30歳までの子ども・若者
開催日	月・火・水・木・土 11:00～ (休室日：日曜、金曜、第3月曜)
利用料	無料

ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
5名	20～24歳：男性1名、女性1名 25～29歳：男性1名、女性1名 30～34歳：男性1名

①若者に対するインタビュー 施設概要 立川市 夜のユースセンター

- 「若者と社会をつなぐ」をミッションに子ども・若者を支える認定NPO法人育て上げネットの設置する居場所。
- 食事の他、好きなことをしたり、ぼんやりする場所を提供し、ゆるやかなつながりを目指している。

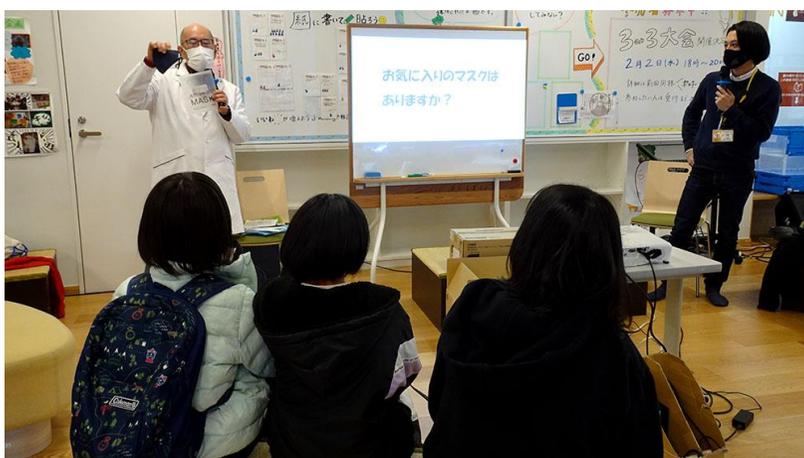


事業所名	夜のユースセンター
運営法人	育て上げネット
所在地	東京都立川市高松町2-9-22 生活館ビル1F
基本情報・特徴	一般の支援機関では“相談”や“グループワーク”といった支援プログラムが用意されていますが、ここでは具体的な活動内容を提示せず、それぞれが好きに時間を使うことができます。さらに、食事や生活物資を提供し、継続的な社会関係の構築を目指しています
主な対象者	—
開催日	毎週土曜日 18時～21時
費用	参加者ごとに料金が異なります。夕飯は無料です。 <ul style="list-style-type: none">育て上げネットプログラム利用者（無料）プログラム卒業生（1,000円/回）一般の方（1,000円/回）
ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
5名	18-19歳：女性1名 20-24歳：男性1名 25-29歳：2名（その他、不明） 不明：1名

出所：孤独な夜を照らす光。若者たちの居場所・夜のユースセンター担当者インタビュー | 育て上げネット 広報チーム (note.com)、若者のための夜の居場所を「行ってみたい」と思われる場所へ機能拡充 - 日本財団助成事業 | 認定NPO法人育て上げネット (sodateage.net)

①若者に対するインタビュー 施設概要 世田谷区 希望丘青少年交流センター「アップス」

- 世田谷区の気軽に使える若者のためのフリースペース。
- 楽しい食卓プロジェクト、就労支援プログラム、ダンスや音楽のフェス等も実施。



事業所名	希望丘青少年交流センター 愛称「アップス」
運営法人	公益財団法人児童育成協会
所在地	東京都世田谷区船橋6-25-1-3F
基本情報・特徴	いつでも、気軽に使える若者のためのフリースペースとして開設されました。一人で気軽に、友人との交流の場に、大きなイベントや小規模のワークショップなどにもお使いいただけます。勉強・遊び・音楽・スポーツ・料理など利用の仕方は人それぞれ。予定なく、ふらりと来られる方も大歓迎です。
主な対象者	39歳までの若者が中心
開館時間	9時～22時 (原則として、小学生は18時まで。中学生は20時まで) 休館日：毎月第3火曜日(ただし、その日が休日に当たるときは、その直後の休日でない日) 年末年始(12月29日～1月3日)、10月の第3日曜日(全館設備点検)
費用	無料(一部実費負担)
ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
5名	25-29歳：男性2名、女性1名 30-34歳：男性2名

①若者に対するインタビュー 施設概要 武蔵野市 武蔵野プレイス ティーンズスタジオ

- 終日青少年専用のスペース。スタッフがラウンジ内の青少年の活動を見守りながら玩具の貸出等を実施。
- 友達同士でおしゃべり、飲食、ゲーム、一人で読書や勉強をする等、さまざまな利用ができる。



事業所名	武蔵野市立 ひと・まち・情報 創造館 武蔵野プレイス
運営法人	公益財団法人 武蔵野文化生涯学習事業団
所在地	東京都武蔵野市境南町 2-3-18
基本情報・特徴	武蔵野プレイス地下2階ティーンズスタジオには、青少年※専用の「スタジオラウンジ」や卓球やボウリングができる「オープンスタジオ」があります。また、楽器演奏、ダンス、演劇、調理、工作等さまざまな活動ができるスタジオもあります。 (貸出施設は、土日祝日及び、夏冬春休み期間中は青少年のみが利用可能)
主な対象者	青少年※ (20歳になった年の年度末までの方)
開催日	9:30~22:00 (休館日：毎週水曜 (祝日と重なる場合は開館し翌日休館)、年末年始、図書特別整理日)
費用	- (スタジオを借りる場合は有料)

ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
13名 (うち、グループインタビュー2回 グループ①：6名(18歳-19歳 男性)、 グループ②：5名(18歳-19歳3名、 20代前半1名、30代後半1名))	18-19歳：男性6名、女性4名 20-24歳：男性1名 25-29歳：女性1名 35-39歳：男性1名 ※支援者兼利用者も含む

①若者に対するインタビュー 施設概要 サンカクキチ

- 親や身近な大人を頼れない15～25歳くらいまでの若者が孤立せず、自立にむかえるよう、若者の社会参画を応援するサンカクシャが運営する居場所。
- 若者が安心して過ごせる場、地域の大人と交流できる居場所「サンカクキチ」。シェアハウス「サンカクハウス」利用者も集う。



サンカクキチ



ヨルキチ

事業所名	サンカクキチ・ヨルキチ
運営法人	特定非営利活動法人サンカクシャ
所在地	東京都豊島区上池袋4丁目
基本情報・特徴	ゲームや漫画がたくさんあり夕食も無償提供、社会人が仕事もできるコワーキングスペースも併設。ゲーミングPC8台を備えたeスポーツ施設もあり、自由にゲームをすることができます。ヨルキチは夜に行く場所がない若者のために、サンカクキチを夜通し開放。ゲーミングPC や漫画、ボードゲーム、簡易ベッドや寝袋もあり、温かいご飯と飲み物、家のようにくつろげる空間を提供しています。
主な対象者	—
開催日	サンカクキチ：毎週水曜・木曜・土曜 14時～21時 ヨルキチ：毎月第2・第4金曜日 21:00～翌朝まで
費用	—
ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
5名	20～24歳：男性4名、女性1名

①若者に対するインタビュー 施設概要 品川区 子ども若者応援フリースペース

- 学校から離れている、仕事から離れている、生活に困っている、ひとりぼっちなど、フリースペースはだれでも気軽に立ち寄れる、子ども・若者とその家族の「居場所」。

品川区子ども・若者応援事業 **oyaoya**

おや親カフェ

「学校に行きたくないな」という親が子どもをどう受け止めますか？声をかけますか？似たような立場の保護者同士でおしゃべりをすれば、気持ちが悪くなくなり、何か糸口が見つかるかもしれません。子育てのこと、生活のことなどリラックスして自由に語り合いませんか？不安を予放す気持ちで、気軽に参加してください。飲み物を用意しております。

対象 登校しふりや不登校のお子さんの保護者

2024年度日程

小学生保護者対象	2024年 4/9 5/14 6/11 7/9	2024年 4/16 5/28 6/25 7/16
中学生保護者対象	9/3 10/8 11/12 12/3	9/10 10/15 11/19 12/10

参加の際はHPや電話でご確認ください。2023年 1/14 2/4 3/4 2023年 5/21 2/18 3/11

申込み QRコード、メール (kodomowakamono.net@gmail.com)、電話 (03-6421-5471) でお申し込みください。

品川区子ども・若者応援事業 **osyaberi**

2024 おしゃべり座談会

隔月土曜日開催

子どもや若者はさまざまな困難に直面しており、かれらを支える家族も、先の見えないう不安をたくさん抱えていると思います。「おしゃべり座談会」は、子どもや若者にかかわる大人たちが、それぞれの抱える不安や問題などを、自由に語り合う小さな場です。

対象 子ども若者にかかわる大人(保護者・支援者・他)

2024年度日程

5/11、7/13、9/14、11/9、1/11、3/8

参加の際はHPや電話でご確認ください。

申込み QRコード、メール (kodomowakamono.net@gmail.com)、電話 (03-6421-5471) でお申し込みください。

事業所名	子ども若者応援フリースペース
運営法人	一般社団法人子ども若者応援ネットワーク品川
所在地	東京都品川区西品川1-16-2ファミリー西品川
基本情報・特徴	フリースペースでは、専門性をもつスタッフが常駐し、グループ活動や個別相談を実施。 みんなで食事をつくったり、おしゃべりをしたり、ちょっと運動したり、そして時には一人でのんびりしたり……。安心して、自分らしくいられるスペースを、みんなで一緒につくっている。
主な対象者	子ども・若者とその家族
開催日	月曜日～金曜日 10:00～19:00 (祝日、年末年始除く)
費用	無料

ヒアリング協力者数	7名
ヒアリング協力者の属性	18-19歳：男性1名 20-24歳：男性1名 25-29歳：男性2名 30-34歳：男性3名

①若者に対するインタビュー 施設概要 公益社団法人青少年健康センター 茗荷谷クラブ

- ひきこもりや発達障害など、生きづらさを抱える20～40代の方を対象に、1987年から“居場所”活動を中心に、社会参加に向けての土台作りを行っている。



社会とつながっていくため多様な支援を行います

事業所名	茗荷谷クラブ
運営法人	公益社団法人 青少年健康センター 茗荷谷クラブ
所在地	東京都文京区小日向4-5-8 三軒町ビル306
基本情報・特徴	『来ているだけでよくなる居場所』として、利用者のニーズに合わせ、開室時間の異なる『ほっとスペース』と『ゆったりスペース』を実施しています。また『上手なコミュニケーションとは？』として、主に発達障害の方を対象に『SSTグループ』も実施しています。
主な対象者	20～40代の方
開催日	ゆったりスペース 月 18時半～20時半 火 随時 ほっとスペース 水 10時半～12時半, 金 14時～16時 火 随時 SSTグループ 水 14時～16時, 金 10時半～12時半 火 随時
費用	ゆったりスペース 6,000円 ほっとスペース 24,000円 SSTグループ 24,000円 ※ 参加した月のみ料金が発生 ※ 文京区、台東区、千代田区在住者は半額、利用開始3か月分は無料。

ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
5名	20～24歳：男性2名、女性1名 25～29歳：男性1名 35～39歳：男性1名

①若者に対するインタビュー 施設概要 八王子市若者総合相談センター

- 「こんなことをやってみたい」「人と話すのが苦手」といったことのほか、不登校や学校中退、ニートやひきこもり、失業など、社会生活を営む上での様々な悩み事の相談ができる、無料のワンストップ相談センター。サードプレイスでは、様々なプログラム活動を行っており、一人では得られない経験を積むことができる。
- 八王子若者サポートステーションを併設しており、就労面も含め社会的自立に向けて一体的に支援を行っている。

01

プログラム活動

ボードゲームや工作など、人と話すのが苦手でも楽しみながら気軽に参加できる活動があります。詳しくは毎月のスケジュールをご覧ください。予約制です。

02

ボランティア活動

定期的に室内で行う作業から、地域に飛び出してたくさんの人と関わるイベントまで、色々なボランティアをしています。予約制です。

03

サークル活動

誰かと一緒にやってみたいことを発信する掲示板があります。興味のある人同士で集まって活動することができます。

04

オープンスペース

いきなり集団に入っていくのは不安な方や、自由に過ごしたい方のためのフリースペースです。開所時間内にいつでも来ていただけます。

事業所名	八王子市若者総合相談センター
運営法人	NPO法人青少年自立援助センター
所在地	東京都八王子市東町3-10 山善ビル 3・4階
基本情報・特徴	若者（おおむね39歳まで）を対象とした、無料のワンストップ相談センターです。サードプレイスでは人や地域と関わる様々なプログラム活動を提供しています。自分のリズムで自由に過ごせるフリースペースもあります。
主な対象者	八王子市内在住・在勤・在学中の義務教育終了以降の15歳～39歳までの方、またはご家族の方
開催日	火曜日～土曜日 10：00～18：00
費用	無料

ヒアリング協力者数	ヒアリング協力者の属性
4名	25－29歳：男性1名、女性1名 30－34歳：男性1名 35－39歳：女性1名

①若者に対するインタビュー 施設概要 中野区 まごころドーナツ

- フラットと立ち寄り、気になるプログラムに参加したり自分なりの利用ができるフリースペース。
- コミュニケーションできる「リビングスペース」と一人で過ごせる「マイスペース」がある。



リビング
スペース

マイ
スペース

リビングスペース

さまざまなコミュニケーションが生まれるスペースです。プログラムの実施場所にもなります。

マイスペース

勉強や読書、パソコン作業などを一人でじっくり行うことができるスペースです。

事業所名	中野区若者フリースペース「まごころドーナツ」
運営法人	NPO法人文化学習協同ネットワーク
所在地	東京都中野区中央1-41-2 みらいステップなかの4階 (中野区子ども・若者支援センター)
基本情報・特徴	フリースペースでの過ごし方、利用スケジュールは自由に決められます。フリースペース利用のふりかえりや今後の使い方などについて、スタッフと定期面談にて話します。皆さんのニーズに合わせて他機関の紹介なども行っています。
主な対象者	中野区在住・在学・在勤の義務教育終了後～39歳の方
開催日	火曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く） 11:30～19:00 ※毎月2回、不定期で閉所日あり
費用	無料 ※プログラムによって材料費や交通費がかかる場合あり
ヒアリング協力者数	アンケート協力者の属性
6名 (+2名アンケートのみ)	18～19歳：女性2名 25～29歳：男性1名 30～34歳：男性1名、女性1名 35～39歳：男性1名、女性1名、その他1名

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・ 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

居場所を知ったきっかけ

※1 ユニバーサル/ポピュレーション：全ての子ども・若者を対象とする居場所

※2 ターゲット/ハイリスク：特定のニーズを持つ子ども・若者を主な対象（利用者の制限有）とする居場所 定義：子ども家庭庁ホームページより

ヒアリングまとめ

【共通】

- ・ 学校からの紹介
- ・ 友人や家族の紹介
- ・ 自分で検索して（インターネット、SNS）。（居場所（土地名）などの検索）
- ・ たまたまインターネットで見かけて（SNS、記事、広告）

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所※1】

- ・ たまたま通りがかった。
- ・ 隣接の体育館に来た時に見つけて
- ・ 図書館、駅のポスターで見ても
- ・ 在宅フリーランスだったため、仕事のできるリーススペースを探して

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所※2】

- ・ 引きこもり状態だったが、友人に連れてきてもらった
- ・ 自治体の相談機関からの紹介。ネットで居場所を検索しても出てこなかった（「寮付きアルバイト」等で検索）
- ・ 児童相談所からの紹介
- ・ スクールカウンセラーからの紹介
- ・ 就労支援等の他の事業で事業者につながっていたことからの紹介
- ・ 相談できる場所を自分で調べてlineで連絡を取って来た
- ・ 住まいがない状況で、インターネットで検索して
- ・ 引きこもり相談ダイヤル、区役所からの紹介
- ・ 病院（精神科）のソーシャルワーカーからの紹介

意見の要約

- ・ 自分から検索して知って足を運ぶ、通りがかりやインターネット等でたまたま見かけた、友人や家族、学校、支援機関、自治体からの紹介を受けた 等

要望

- ・ インターネット等で情報を検索しやすくしてほしい
- ・ 自分で探さなくても情報が入ってくるようにしてほしい（目立つ場所のポスター、SNSなど）

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

居場所の好きなところ

ヒアリングまとめ

【共通】

- ・安心、気負わず居られる
- ・いつでも誰かがいて話せる
- ・子供から若者までコミュニケーションできる。（利用者、職員）
- ・ゲームをしながら交流できる
- ・趣味ができる（音楽等も）
- ・予約なしで利用できる
- ・年代が近い。大人の目が気にならない
- ・この場所を通じて友人が出来た
- ・夜遅くまで開いている（22時ごろ）

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】

- ・無料、気軽に行ける
- ・便利な立地
- ・Wi-Fiがある
- ・図書館や自習室と異なり、話したり食事もできる
- ・児童館と異なり、若者まで対象

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】

- ・自由、なにをしてもいい、無理になにかをしなくてもいい
- ・いい距離感、混みすぎしていない
- ・境遇の近い仲間がいるので、重い話も気軽な話もできる、否定されない、干渉されない
- ・向き合って一緒に考えて助けてくれる
- ・人と話す、ゆっくり横になる、自分が気負わずいられて、安心していられる
- ・総合相談等を予約するまではいかない、悩みまでいかないことを話することができる
- ・実家、母、友達のようなスタッフ
- ・おいしいご飯、あたたかいご飯が食べられる
- ・職業体験もできる
- ・プログラムがある
- ・田んぼ体験等、自然と触れ合える機会がある

意見の要約

- ・無料で、気軽にいつでもいける、自由にすごせる
- ・プログラムがある、ゲームなど交流したい時に参加しやすいツールがある
- ・予約不要ですぐに話を聞いてくれる、来たら誰かと話せる安心感がある
- ・実家や友人のように話がしやすい、親身になってくれるスタッフがいる
- ・あたたかい食事が食べられる 等

要望

- ・仕事の後に来れるよう、夜まで開いているとよい
- ・夜に相談したくなるので夜まで開いているとよい
- ・食事提供があるとよい
- ・プログラムがあるとよい

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

居場所になりやすい場所

ヒアリングまとめ

【共通】

- ・家や家族のような安心感
- ・親のようで友達感覚のスタッフ
- ・悪い人が居ない
- ・落ち着いている、でも飲食やおしゃべりもできる
- ・様々な選択肢があって、自分の好きな過ごし方ができる
- ・ハードルが高くない、自由に出入りできる、予約不要
- ・趣味ができる（音楽、ゲーム、漫画アニメ、絵・工作等）
- ・イベントが多くある
- ・あたたかい雰囲気
- ・家や職場等から近い
- ・学校からは遠いほうがいい
- ・年代の近いスタッフ
- ・スタッフの年代や性別は気にならない

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】

- ・開放的な空間で、静かでゆっくり過ごせる
- ・楽しい、遊ぶものがある
- ・緑、自然がある
- ・自習室や図書館はおしゃべりや飲食ができないのでちょっとちがう

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】

- ・自分が居てもいいと思える場所
- ・自然体でいられる
- ・好きなものを肯定される、尊重しあえる場所
- ・楽しく交流できる
- ・先入観なく接してくれる人や感覚の合う仲間がいる場所
- ・壁にぶち当たった時に、学校帰りや仕事帰りによれる
- ・職員が変わらない（自治体の相談機関は異動がある）
- ・初対面でも他人同士を感じさせない。スタッフ感も感じさせない
- ・家から近い（特に学生の場合は徒歩・自転車圏内、親から許しが出る距離）
- ・食事提供がある

意見の要約

- ・家や家族のような安心感、あたたかい雰囲気があって、自分が居てもいいと思える場
- ・重い話も日常の話もできる、なにかあったときや仕事帰りにも立ち寄れる夜遅くまで開いている場
- ・会話や飲食もできる場
- ・家の近くだと親にも行くことを許してもらいやすい、交通費がかからないので行きやすい

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・ 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

悩み

ヒアリングまとめ

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】

- ・ 進路のこと ・恋愛、結婚 ・特にない

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】

- ・ 家族のこと、家族との関係性 ・対人コミュニケーション ・自分の体調 ・自分の存在意義 ・人生
- ・ 食事 ・家賃が高い ・一人暮らし、家から物理的に離れるためのこと
- ・ 家族のことから日々の中でもパニックになってしまうことがある。自分のことを話して一緒に考えてくれるところがあるといい。
- ・ 仕事、経済的なこと（障害や特性、これまでの境遇からの心理面等が影響）。仕事の見つけ方、情報、どんな仕事が合うか。
- ・ 将来の不安、自立のこと、仕事のやる気が出ない、続かない。過去のトラウマを引きずっており、やりたいことがわからない ・大学の単位が取れない
- ・ 体調を崩しても仕事を休めない、頼れるところがない。でもここでは頼れる
- ・ 18歳になって児童養護施設をでなきゃいけないのがきつかった
- ・ 生活の中で困っていることは今具体的には思い浮かばない。漠然と困っていることはある気がするが具体的にはまだわからない。

意見の要約

- ・ 過去の困難を起因として、やりたいことがわからない、自分の存在意義、将来のこと
- ・ 仕事や学業をしないといけないと思いつつ動けない、就職できない、仕事に対人関係等で続かない、体調で仕事が続かない
- ・ 家族との関係性、一人暮らしのための準備、食事や住まいの確保
- ・ 困っていることがわからない

要望

- ・ 児童養護施設退所後のフォロー
- ・ 仕事の見つけ方、どんな仕事があるかの情報、どんな仕事が自分に合うかをサポートしてほしい
- ・ 過去のトラウマを引きずっておりやりたいことがわからない、働く意欲の回復、気持ちの面をサポートしてほしい
- ・ 何がやりたいか・将来のこと、悩みを一緒に考えてほしい

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・ 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

相談相手

ヒアリングまとめ

【共通】

- ・ 友人 ・居場所のスタッフ

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】

- ・ 友人 ・家族

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】

- ・ 家族には相談できない ・精神科の主治医
- ・ ケースバイケースで相談する人が変わっている。人間関係における悩みであれば、違うコミュニティの人に相談する。その他体調に関しては医師、看護師に聞く、家族のことは居場所のスタッフ、仕事のことは家族や居場所のスタッフ・友人に聞いている
- ・ 解決しなそうなので相談しない。信頼はしてるが信用はしていない
- ・ 無職になったときの支援窓口の紹介がほしい。自分で探さないといけないのは大変だった。道筋が見えれば動けるが0から1がづらい

意見の要約

- ・ 相談相手は、友人、居場所のスタッフ 等
- ・ 家族には相談できない
- ・ 悩みによって相談相手を変えている人もいる
- ・ 過去の経験から、言っても解決しないと思い、相談しない

要望

- ・ 無職になったときの支援窓口の紹介をしてほしい

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

居場所で提供してもらって嬉しいサポートや設備、ほかに欲しいサポートや設備

ヒアリングまとめ	居場所で提供してもらって嬉しいこと	他に欲しい支援やサポート
【共通】 <ul style="list-style-type: none">インターネット環境、充電器 がある	【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】 <ul style="list-style-type: none">気持ちのはげ口や今後どうしていくかを一緒に考えてくれる少しの進歩も大きな進歩ととらえて褒めてくれるのがありがたい職業復帰の段階的な支援があるといい。就職のとき、ハロワークの情報を職員が集めてくれて、家から通いやすいなど、相談に乗ってくれて助かった家庭環境が原因にある場合は、世帯分離、生活保護、戸籍閲覧制限等の手続きの同行サポート、一人暮らし・引っ越しのサポート	【共通】 <ul style="list-style-type: none">ゲームやイベント、体験活動（陶芸、ものづくり）があると良い静かなゾーン、にぎやかなゾーンに分かれているとよい 【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】 <ul style="list-style-type: none">様々なタイプの職員がいるとよい目安箱の設置 ・フリードリンク（持参水筒に入れる式でもいい） 【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】 <ul style="list-style-type: none">チャットやLINEで相談できるようにしてほしい個別に話せるような部屋があるとよい家出した人が泊まれる場所が交通費のかからない範囲にあると良い食事の充実 ・プログラムの充実仕事後などに来れるように、夜や休日開いていてほしい、区外の人も利用できる

意見の要約

- インターネット環境
- 将来を一緒に考える、職業復帰の段階的支援
- 対象者の状況に応じて必要な手続きのサポート（世帯分離、生活保護、戸籍閲覧制限等の手続きの同行サポート、一人暮らし・引っ越しのサポート）

要望

- プログラム等の充実 ・ライン等の気軽な相談ができる
- 職業復帰の段階的支援 ・用途に応じて様々な部屋があると良い
- 身近な場所で夜間や休日に利用したい
- 相性の良い人が見つかるように様々なタイプの職員配置

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・ 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

東京都、身近な公的機関や支援機関に求めること【居場所に関して】

ヒアリングまとめ

【共通】

- ・ 居場所を多くしてほしい。・いざというときに来れる場所は多いほうがいい
- ・ もっとこういう居場所の存在が有名になるといい ・今ある居場所が続いてほしい ・居場所に対する経済的支援（居場所が続くように）
- ・ いますぐ社会復帰したい人と、まずは落ち着きたい人がいるので、居場所を分ける ・「大人になる狭間」の若者の支援団体があまりないので、増えるとよい
- ・ 特に独り身の人に、心の支え、居場所があるといい。一人暮らしで休みの日誰とも話せないのも。
- ・ 一人だと孤独、リアルで交流できる場所が足りない。コロナ以降孤立を感じている人が多いのでは。ネットよりリアルがいい。若者向け食堂などがあるといい
- ・ ショッピングセンターのトイレに貼ってある「ここナビ 東京」のポスターに、トイレ使用者がコメントを書き込んで会話が成立しているものがあった。そういうコミュニケーション、はけ口のあり方もある

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】

- ・ 障害者やグレーゾーンの若者も気軽に行けて安全に過ごせる場所 ・個人の抱える問題は重かれ軽かれ、どんな人であってもふらっときて話せるこういう場所があるとよい
- ・ 高3は悩みが多いので、ストレスを吐き出せる人がいるといい。友達みたいな関係で経験値のある人に話せたらいい ・息抜きしながら勉強できる場所が欲しい

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】

- ・ しんどくなったら抜け出して来れる逃げ場 ・息抜きできる場所 ・親に監視等されている場合の対応（親にばれず上手く繋がる仕組み）
- ・ 年齢層広く、食べるご飯、物理的・精神的に生きていくのが難しい人のサポート ・働く意欲回復の支援
- ・ 仕事体験の機会（発達障害のある人向けも含め） ・貧困ビジネスと、ちゃんとしている事業者の違いがわかるといい ・精神疾患の人が行ける施設、居場所の拡充

意見の要約

- ・ 個人の抱える問題は重かれ軽かれ、どんな人であってもふらっときて話せるこういう場所があるとよい
- ・ コロナ以降一人だと孤独を感じリアルで交流できる場所が足りないため、居場所数の増加。いざというときに、しんどくなったら抜け出して来れる逃げ場は多いほうがいい。
- ・ 今ある居場所が続いてほしい、居場所の存在が有名になるといい
- ・ 障害者やグレーゾーンの若者も気軽に行けて安全に過ごせる場所、貧困ビジネスでないか確認できるような情報提供
- ・ 物理的・精神的に生きていくのが難しい人のサポート、働く意欲回復や、仕事体験の機会の提供

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・ 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

東京都、身近な公的機関や支援機関に求めること【その他】

ヒアリングまとめ

【ユニバーサル/ポピュレーション寄りの居場所】

- ・ 大学生になって急に税金の仕組みなどがわからず教えてもらいたい

【ターゲット/ハイリスク寄りの居場所】

- ・ 自立支援対象の拡充（カウンセリング、医療等）
- ・ 児童養護施設では早くから自立を求められる。18歳を超えて頼れない。こういう居場所があると救われた
- ・ 給付がないと生きていけない 無料で学べる大学（都立大）はありがたい ・人間関係の接し方の支援（SSTを受けても、実際にはうまくいかない）
- ・ 実際に役に立つ職業訓練（ハローワークのものよりも実践的なもの） ・地域の企業と求職者をつなげてほしい。選択肢が見えるといい
- ・ 求人幅が広がってほしい（障害者雇用は職種等が限定されている。） ・給料を上げてほしい
- ・ 緑が欲しい。気分が落ち着く。公園が少ない
- ・ 一人暮らしに困らない様々な情報が欲しい。ネットは情報過多で取捨選択が難しい。一人暮らしについて情報交換したり、相談する場があれば良い
- ・ 皆が安心して生きていける土台が欲しい
- ・ 子育て等のライフスタイルに応じた支援情報一覧（部署に合わせた情報提供ではなく、人のライフステージに応じて必要な情報が一覧でまとまっているもの）
- ・ ただの就労支援ではなく、誰でも参加できる。インクルーシブ教育の社会人版（インクルーシブを誤解している人側も参加でき、コミュニケーションすることで誤解を解く）
- ・ ネット文化で、共通の話題がないので、共通の話題を見出しやすくする場があるといい（スポーツ、本、ゲーム等）
- ・ 色々な考え・生き方があるのでそれを実現できるような環境を作してほしい

意見の要約

- ・ 児童養護施設退所後の一人暮らしや就職のサポート、自立支援の充実 ・公園などの緑が欲しい
- ・ 人間関係を構築するためのコミュニケーション支援、実際に役に立つ職業訓練
- ・ 求人幅の増加や、地域の企業と求職者をつなげる等して就職を支援
- ・ ライフスタイルに応じた支援情報の発信
- ・ 多様な価値観や生き方を認め合う環境の整備、社会人向けインクルーシブ教育（多様な人が交流する中で自然と理解する機会）

①若者に対するインタビュー【居場所の若者 意見全体まとめ】

- ・ 居場所の若者インタビューにおける、全施設の結果まとめは以下の通り。

トー横について思うこと

ヒアリングまとめ

【客観的にみた意見】

- ・ トー横にくる子は他者を求めている。・「家出」が理由で行く居場所という意味では、この居場所もトー横も同じ
- ・ 居場所が無く、近い人と集まるのがあの場所と思う。自分も通い始めてこない居場所があることを知ったので、知る機会と、場所と、人が必要だと思う
- ・ トー横の若者は特殊性があると思う。キラキラしたイメージを趣向する人向けの居場所があればよいのではないか
- ・ 自分は引きこもるタイプだったが、居場所がなくて誰かとかかわりたくて行くタイプもいるかと思う ・熱中できる、やりたいことを見つける支援
- ・ 食事や宿付きの仕事の提供 ・自分が問題対象になるといやがると思うので、別の問題解決に参加してもらう
- ・ 親からの圧や虐待を受けている子もいると思う。親の金銭的な問題もある。
- ・ 大人と気軽にフランクに話せると、子供・若者も心を開いて頼れるのではないか。悩みをちょっとでも話せれば大きなことにはつながらないと思う
- ・ 精神的な問題を抱えている子（自傷行為等）も多いと思うので、心理カウンセラー等の専門的な相談もできた方がよい。あとは、病院に通えない子もいると思うので同行サポートも必要になると思う ・自分には遠い存在で、考えたことは無かった

【歌舞伎町・トー横周辺に以前いたことがある人の意見】

- ・ 居場所がほしいなら「若者の居場所」のようなところがあればよいが、トー横に来る人が何を求めてトー横に行っているかによる
- ・ 他の人間に対し疑いの目がある。この人、本当に私を助けてくれるかな、と思う。警戒心を持つ。ケースワーカーでも堅いと思う。リーダー格の人がまともな人であれば、その人経由でやっていくとうまくいくかもしれない
- ・ トー横の環境に来てみると、正常の判断ができていない。夜のネオンもキラキラしている、オーバードーズの影響、寝ていないし、ゆっくりできていない。
- ・ 大人がいない方が楽しい。コミュニティが狭いので、コミュニティ内の他者の目があり、支援の場所があったとしても行けない。何話したの？とまわりから陰口言われる。簡単に入出入りできる場所ならいけるかもしれない ・トー横で気軽に話しかけてくれる大人（ある建物の警備員）がいてありがたかった

意見の要約

- ・ トー横に来る人が何を求めてトー横に行っているかの把握 ・居場所に行った際に仲間から陰口をたたかれないような居場所など、若者のニーズに合わせた設計
- ・ 他にも居場所があることの周知、食事や住まい付きの仕事やボランティアの機会提供、継続的な関係性づくりにより、大人への不信感の払しょく。
- ・ 熱中できることや参画を通じ達成感を得てもらう
- ・ 安心できる居場所の提供。

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り

ケアラー同士の会などを知ったきっかけ

ヒアリングまとめ

【共通】

- ヤングケアラーの言葉は、ニュースで見てたまたは知った
- ネットで検索（「ヤングケアラー 支援」などのワード）
- ツイッターで見かけて

【精神疾患や病気の母のケア】

- ケアラー向けの会があることはなんとなく聞いたことはあるが、参加したことは無い
- ケアしていた時は知らなかった。ケアが終わってからニュースでヤングケアラーの言葉を知って、自分もあてはまったと思った。もうケアラーではなかったが、ケアラーに何かできないかと調べる中で、当協会の立ち上げを知り、SNS等で連絡し、参加した

【障害のあるきょうだいのケア】

- 親からの紹介（母が大人のケアラーの会に参加していて、中高生ケアラー向けの会を開催することを知って、中学生の時に初めて参加した。）
- 高校生の時に塾の先生からの紹介

【複数人のケア（父母きょうだい、祖母・母 等）】

- 2019年の神戸のケアラーの介護殺人の事件のニュースを見たときに、自分とそっくりだと思った。自分の中で解消できないもやもやがたくさんあった。元ケアラーになったが、自分の責任として、若い世代の助けになりたいと思った。

意見の要約

- ニュース等を機に「ヤングケアラー」「ケアラー」の言葉を知って、「ヤングケアラー」「ケアラー」自分があてはまるかもしれないと思い、そこから支援団体等を検索して連絡を取った
- インターネット（ニュース、SNS）等でたまたま見かけた
- 家族や周囲の大人から紹介を受けた
- ケアラー向けの会があることはなんとなく聞いたことはあるが、参加したことは無い

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り
ケアラー支援団体の利用状況、ケアラー同士の会等に参加して嬉しいこと

ヒアリングまとめ

【共通】

- なにかあったときに、似たようなことの経験者に聞けるつながりが出来たこと

【障害のあるきょうだいのケア】

- かけこみ寺、どうにもならなくなった怒りをどうしたらいいか話せる
- 将来自分もあたるであろう壁をのりこえた人から、話が聞けて、イメージがついてありがたかった
- 経験してきた状況は似ているので、口だけでなく共感してもらえる
- ケアのことだけでなく日常のことも友達感覚で話せる

意見の要約

- 似た状況を経験している人たちが集まっており、共感してもらえる
- ケアのことだけでなく日常のことも友達感覚で話せる
- 将来自分もあたるであろう壁をのりこえた人生の先輩から話が聞ける、イメージがつく
- 「もしも」のときの頼り先・連絡先ができた

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り

悩みを相談できる相手、相談できない場合はその理由、どんな人に相談したいか

ヒアリングまとめ

【共通】

- 仲がいい子に相談しても、同じ立場ではないのでわからないので相談しにくい

【精神疾患や病気の母のケア】

- 友人にも相談しなかった。唯一、高校で同じくケアラー（親が病気）の友達とは、相談というより共感しあっていた
- 自身の引きこもり相談の面談時（月1回程度）に状況を相談したり、友人に近況として軽く話す程度

【障害のあるきょうだいのケア】

- ケアしていると大々的に言うわけではないので、きょうだい特別支援学校等にいるあいだは周りにもきょうだい児がいたが、特に社会人になって、同じ境遇の人を見つけにくい
 - 親には話せない。親と子では立場が違うので理解してもらえない

【複数人のケア】

- 不眠のケア対象者に毎晩起こされて自分も疲弊していた時に、大学の保健センターや学生支援課でカウンセリングや相談にのってもらっている
- 大人に期待していなかった。学校の先生に話しても、話しても解決にならない、むしろ状況が悪くなる、なぜか自分が責められるので話さない
- 大学で、教授に初めて自分のことを話せた。今は、大学を中退してしまったが、何人か年の離れた人に話せる。年上だと相手もいろいろ経験してきていることもあって、話しやすい

意見の要約

- 友人にも相談しにくい、当事者しか理解できない部分なのでケアを経験している人にしか相談できない
- 親と一緒にきょうだいのケアをしている場合も、親と子では立場も視点が違うので、親には相談しても理解してもらえない
- 自分の健康面から、大学の保健センターや学生支援課に相談
- 大人に相談しても状況が悪くなる経験から、相談はしない
- 人生の経験値の多い大人には相談しやすい

① 若者に対するインタビュー 【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り。前提として、ケアの状況は一人一人異なる。
 - 物心ついた時からのきょうだいのケア、親や祖父母の進行性の病気、突然の病気等により、それまでの生活とのギャップや精神的負担、物理的な負担も異なる。またケア対象者の状況や、一緒にケアをしている人の状況によっても負担に波があることもある。
 - ケアの相手が親、祖父母、きょうだい、一緒にケアする相手がいるか等、福祉サービスの利用有無等でもケアの負担が異なる。

ケアの状況

ヒアリングまとめ

【精神疾患や病気の母のケア】

- 母の突然の病気で10年間ケア。ケアの内容は、排泄介助や入浴介助、医師と母のパイプ役。一時期父も精神疾患の時期があった
- 精神疾患の母親のケア。自分は一度独立していたが、数年前から母親の体調が悪化して、現在は同居で家事全般と感情面のサポート等

【障害のあるきょうだいのケア】

- 障害のあるきょうだいの起床～デイサービスへの送り出し。母と分担しているが、大学の長期休み中は自分が毎日担当。母のような役割
- 障害のあるきょうだいの通院付き添い（現在一人暮らしのため、実家に帰った時のみで、両親が主にケアしている）
- 身体・視覚・知的障害のあるきょうだいの施設への送り出し・お迎え、朝晩のトイレの介助、土日（終日）見守りサポート。母と一緒にケア

【複数人のケア】

- 両親の離婚を期に、精神疾患の母の感情面のサポートと家事、弟の面倒。その後、父に引き取られたが、父方の認知症の祖母のケア。父は仕事でいないので自分が主たる介護者。いまは祖母が施設入所し物理的なケア負担はなくなった
- 母（精神疾患）、父（発達障害・精神疾患）のケア。夫婦喧嘩の仲裁、感情面のサポート、妹のお世話等。大学生の時に父の症状がひどくなり同居が難しいと感じ親戚に状況を伝えて一人暮らしにした
- 依存症・引きこもりのきょうだい、精神疾患・発達障害のきょうだい、精神疾患の母の感情面のサポート、家族間の取り持ち。ケアによる睡眠不足及び精神的負担により、自身も精神科に通院中

意見の要約

- 精神疾患の母の感情面のサポート、家事。一度独立していたが、母親の体調が悪化して、現在は同居でケア。
- 障害のあるきょうだいのデイサービスの送り出しや家の中でのサポート、見守り、介助
- 認知症の祖父母の介護 ・家族間の仲の取り持ちや仲裁、サポート

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り

ケアをしていることで、不安なことや悩み

ヒアリングまとめ

【精神疾患や病気の母のケア】

- ケア当時は、ケアが何十年も続くこと、それにより自分が結婚出産できるかの不安、家庭としてのケアに係る経済的心配
- 母が出来ないことが増えてきており、家事など負担感が増している。家事や世話をするといつの間にか1日が終わってしまうような状況が悩み
- 母親の状態。体調が悪く、毎日の感情の浮き沈みが激しいので自分の体力も消耗してしまう

【障害のあるきょうだいのケア】

- 両親がいなくなってからの不安。施設に入れるのか。親と将来のことについて話しにくい
- 結婚の不安（結婚のときに、家族に障害者がいると負担に思う人もいるので） ・友人や恋愛関係で、きょうだいのことを話すタイミング
- 経済的な不安
- ケア対象者の将来に対して漠然とした不安を抱えている人は多い。弟の世話を将来することを考えて福祉職を選んだり、土日の時間をケアのために確保したりしている人が多い
- 親亡き後、自分が365日24時間介護をすることに対する不安・限界を感じている（きょうだいの事は大好きだが、仕事もしなければならず現実的に限界があると思っている）。きょうだいは全盲のため、一般的な施設では楽しんで過ごせないかもしれない

【複数人のケア】

- 一人暮らし出来るかの不安（ケアが続く状況では家を出られない） ・結婚。幸せにできないのではないかと相手への申し訳の無さがある
- ケアは終わったことと思っていたが、ケアに対するわだかまりはまだある
- 就職してから、仕事と介護の両立のため仕方なく上司に初めてケアのことを話したが、20代男性がケアしていることを理解されなかった
- 現在は、一人暮らしで両親の病気も落ち着いているが、自分自身にダメージが残っている。当手を振り返るためにも、専門医にかかろうと決めて、その時の状況・気持ちを整理しようと思っている

意見の要約

- ケアによる心身の負担、自分の時間が取れないこと ・経済的な不安
- 将来のこと、ケアが続くことによる結婚や一人暮らし出来るかの不安
- 両親亡き後のきょうだいのケアのこと、きょうだいの将来のこと
- ケアが終わった後も自分自身にダメージ、ケアに対するわだかまりが残っている ・ケアをしていることの理解を得られない

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り

本当はやりたいこと、あきらめたこと

ヒアリングまとめ

【精神疾患や病気の母のケア】

- 進路についての悩み。1つ上のレベルにチャレンジしようとも考えず、はじめから挑戦をしようとは思わなかったため相談もしなかった

【障害のあるきょうだいのケア】

- (両親は、きょうだいのことは気にせずやりたい道に行けるように応援してくれた。)

【複数人のケア】

- 大学進学はしたが家庭のことで大学を休学、中退した。退学した後の生活やその後の進路を考えると、周りとは違う道をたどることになるので戸惑いがあった

意見の要約

- ケアのことを考えて進路を悩んでいる、はじめから挑戦をしようとは思わなかった
- ケアの影響で、大学を休学、中退した

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り

若者ケアラー向けに欲しいサポート

ヒアリングまとめ

【精神疾患や病気の母のケア】

- ケアが終わった後自分の存在意義は何だったのだろうと考えた。ケアが終わって身体的には楽になったはずだが喪失感があり、新しいことを始めるモチベーションを持ってない
- 母親は通院先の精神科など相談先があるが、ケアしている側である自分が対象のサポートが充実していない。どこに相談していいのかわからない。相談先や支援窓口などの情報提供、負担軽減の方法や解決策を教えてもらいたい
- スクールカウンセラーは自分にとってどんなメリットがあるかがわかったらよかった。担任も心配はしてくれていたが、SCや他の支援者の紹介等は無かった

【障害のあるきょうだいのケア】

- 特別支援学校を通じた、きょうだい児のつながりづくり（地元や年齢の近いつながり） ・特別支援学校やその先生に対する支援の周知
- 忙しいケアラーの目に入る情報提供、SNS広告等

【複数人のケア】

- 実質の介護者は自分だが、ケアマネジャーからみた主介護者は父で、情報提供が自分に来ず、聞いても教えてもらえず不信感があった
- 「伴走支援」は必要。本質的な自己理解の支援をしないといつまでも引きずる ・夜間土日もあるチャット相談
- 対処療法的にキャリア斡旋、理解醸成、就職支援、専門職側のスキルアップ、家事支援は必要だが、もやもやした経験を言語化する作業が難しい。自分も5年かけても終わっていない。カウンセリングよりコーチングの領域 ・意思決定を一緒にしてくれる人。たとえば医師のSNS相談
- 家の中だと外部の目が入らない。家の問題をどう解決するかをとりまとめて、土足で家のことにふみこんでくれる支援。カウンセリングは受けているが、自分がカウンセリングに行っても自宅に帰ってきてトラブルが起きたら解決しないといけなのは自分。訪問で実際のトラブルをその場で解決してほしい
- 幼馴染が妹を連れ出してくれるのは助かった ・気分の浮き沈みが激しい母の相手をするのが気持の消耗が激しいので、家にこもりがちな母が行けるコミュニティがあると良い

意見の要約

- ケアが終わったあとの喪失感をフォローしモチベーションを持つためのサポート。伴走支援、過去の経験をひもとき前向きに持っていくための支援
- ケアラーのためのサポートが充実していない。相談先や支援窓口などの情報提供、負担軽減の方法や解決策の提示
- 家庭に訪問し、外部の目が入らない家の中・家族の状況を把握し解決してくれる支援
- きょうだいのケアの場合には、地元で小さい頃からのケアラーのつながりづくり、身近で相談できる相手づくりや、学校経由の情報提供
- 誰かがケア対象者を見てくれて、もしくはケア対象者の行き場があって、ケアラーがケアから離れられる時間を作る ・夜間、土日もあるチャット相談

①若者に対するインタビュー【若者ケアラー 意見全体まとめ】

- 若者ケアラーインタビューにおける、結果まとめは以下の通り

公的機関や東京都に求めるサポート

ヒアリングまとめ

【精神疾患や病気の母のケア】

- 母親のケア先の提案と、ケア先の中継してくれるような人がいると良い
- ケアを担う若手が増えていて自分以外にもこんな状況の人がいるということを知った。30分、10分でも良いので気軽に話ができる場があってほしい

【障害のあるきょうだいのケア】

- 自分が当事者だと思っていないので、ケアラー、きょうだい児の会を知らない人が多い ・18歳以上でも実家暮らしの場合の緊急相談・通報先の周知
- 世の中のきょうだい児に対する目が変わるとよい。自分にとっては普通のことをかわいそうという目で見られるのも嫌
- 居場所作り。本人も家族も楽しめる、解放される場所、その時だけはケアの事を考えずに純粋に楽しめる場所づくり。ケアラー本人にとっては悩みを聞いて欲しいという気持ちはありつつも、「いじめの対象になりたくない」「周りに知られたくない」などの不安の方が大きいため、「ヤングケアラーの集い」という名目を全面に押し出したものではなく、相談会ではないところに目的を置いたポジティブで楽しいイベント・場作りをしてもらえると参加しやすくなる

【複数人のケア】

- 身体介護と違って精神疾患の場合話を聞くのがどうしても家（家族）になってしまうので、精神疾患、引きこもりの人への訪問相談
- 宅食。家事代行も自分としてはありがたいが、母が家に人を入れるのを嫌がる
- 福祉の制度は難しく、周囲に聞いても教えてもらえず、使えたのに使えていない福祉サービスがあったかもしれない
- 支援者や周りの人が適切に理解してレベルが上がっていかないと、本質的にケアラーが救われることは無い。心理職などに相談して傷つく言葉を受けて二次被害にあっている人もいる ・ケアラーの相談窓口として自治体で児童相談所等が紹介されているがハードルが高い。 ・退学してしまっただけからは、相談先も自分で探して自分から足を運ばないといけないという点も大変だった。自ら探せる人は一部で、探せない人も多いと思うので、日常の中で話せる機関があればいい

意見の要約

- 自分が当事者だと思っていないので、ケアラー、きょうだい児の会を知らない人が多い
- 身近な場所にハードルの低い若者ケアラーの相談先、話す場、もしくはケアの事を考えずに純粋に楽しめる居場所があるといい、そのような場の情報提供をしてほしい
- 心理士等、支援者のヤングケアラー・ケアラーに対する理解度向上
- 自分が使える福祉サービスの周知
- 物理的な家事負担等を削減できる宅食や家事代行