

ネットを見るならここから

Adachi ちゃりネット

ヤングケアラー、ステップファミリー、発達障がい、不登校…。足立区内で多様な子どもの育ちを見守り、「お互い様」でゆるくつながって助け合える社会を目指して、様々な活動をしている人・団体のネットワークです。



ホームページ



LINE

日本ケアラー連盟



介護が必要な人をケアする人たちを、社会全体で支えるしくみ作りに向けて活動している団体です。調査研究や啓発活動、ヤングケアラー支援の実現などに取り組んでいます。

ヤングケアラーのみなさんへ 子ども情報ステーション



ヤングケアラーを応援するウェブサイトです。精神科の看護師＋医師を中心としたプロジェクトチームがつくっています。特別な絵本のリストなど、役立つ情報が満載です。

こんな人がヤングケアラーです



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



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



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている



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



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気のある家族の看病をしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



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

ヤングケアラーってなに？



近年、「ヤングケアラー」という立場が様々な場面で注目されるようになり、当事者の若者たちが抱える困難や複雑な想いが浮彫になってきています。ヤングケアラーを知り、彼らに寄り添うための情報をまとめたブックリストです。

足立区立竹の塚地域学習センター・図書館

ヤングケアラーを知る本

ヤングケアラーとは、大人が担うようなケア責任を引き受けている18歳までの子どものこと。このことばが日本で知られるきっかけになった本と、ヤングケアラー自身のことばで綴られた本を紹介します。

『ヤングケアラー 介護を担う子ども・若者の現実』

澁谷智子/著 中央公論新社

ISBN 978-4-12-102488-6



ヤングケアラーが、同世代の子どもたちと同じような機会や経験を得るために必要なサポートとは何でしょう？日本や世界に先駆けて支援を行うイギリスでの取り組み、著者によるヤングケアラーへのインタビューなどを紹介する、理解を深める1冊です。

『ヤングケアラー わたしの語り』

澁谷智子/編 生活書院

ISBN 978-4-86500-118-1



ヤングケアラーの経験を持つ7人が、これまでの生活や感じた思いを自分の言葉で綴った本。単なる美談でも、苦労話でもない、生の記録です。他人の人生を生きることはできません。しかし、「家族のケアをする」とはどのようなことか、当事者の声から見えてくるものがあります。

ケアラーの想いを知る物語

ケアラー当事者やその周りにいる人の視点から描かれた物語です。家族に対する複雑な想い、家庭環境が周りとは違うという孤独感、自分の時間が作れない辛さなど、登場人物の抱える生きづらさを想像し、共感することは、ヤングケアラー当事者の内面を知る一助となるのではないのでしょうか。

『ウィズ・ユー』

濱野京子/著 中田いくみ/装画・挿画 くもん出版

ISBN 978-4-7743-3078-5



中学3年生の悠人は、夜の公園で朱音と出会う。彼女が病気の母親と幼い妹の面倒を見て、授業や友達との会話についていけなくなっていると悠人は知る。ヤングケアラーの少女と家族関係にわだかまりのある少年の恋愛小説です。

『52 ヘルツのクジラたち』

町田そのこ/著 中央公論新社

ISBN 978-4-12-005298-9



52 ヘルツのクジラとは、同類とは違う周波数で鳴くため、声が仲間に届かないクジラのことです。本作には、若者ケアラー、トランスジェンダー、虐待など様々な困難で傷ついた人々が登場します。その魂の救済と再生を描き、多数の共感を集めて、2021年度「本屋大賞」を受賞しました。

子どもが自分で選べる情報

『家族のこころの病気を子どもに伝える絵本』

プルサルハ/著 ゆまに書房

シリーズ全4冊

1巻 ISBN 978-4-8433-4112-4



親がうつ病・統合失調症・アルコール依存症になった際の子どもの心情や子どもへの病気の伝え方、家族全員で病気に向き合う様子の一例が子ども目線でやさしく描かれている絵本です。子どもをサポートする大人の方も手に取ってほしいシリーズです。

‘悲しいけど、青空の日’ 親がこころの病気になった子どもたちへ



精神疾患の親をもつ子どもに、病気が自分のせいではないことや、他人に相談してもよいことを語りかける絵本の動画です。動画内では実際に相談できる連絡先を紹介しています。

生きる冒険地図



毎日の生活をサバイバルするための「工夫と知恵」がまとめられた、イラストブックのweb版です。「家の中のことをどこまで話す？」「危険な大人を見分ける」など、本の情報の一部が公開されています。