

もくじ

はじめに… 2



●巻頭マンガ

小さい弟の世があるから（ナギの場合）…… 6

おばあちゃんが認知症に（ハルトの場合）…… 7

お母さんが病気になって（ひなたの場合）…… 8

毎日ねむくてたまらない（リツの場合）…… 9

「こども基本法」を知っていますか？…… 10

わたしはヤングケアラー？…… 12

ヤングケアラーがしていること…… 14

家族の世話をしている子どもはどれくらいいるの…… 16

ヤングケアラーの気持ち①

家族はこれからどうなっちゃうの？…… 18

ヤングケアラーの気持ち②

やりたいこともあきらめなきゃいけない？…… 20

だれにも相談できない…… 22

味方になってくれるおとなもいるの？…… 24

子どもの権利だから社会が助けてくれる…… 26

家族の世話を休んでもいいし、あそんでもいいんだ…… 28

ヤングケアラーをささえる輪…… 30

もし友だちがヤングケアラーだったら…… 32

自分も、ヤングケアラーになるかもしれない…… 33

きみの居場所を見つけよう…… 34

「子どもの権利条約」を知ろう…… 36

教えて！「こども基本法」…… 38



この本の見方

この本は、
いくつかのパートに
わかれています。

6 ページから 9 ページまで

身近な事例を
4 つのマンガで
しょうかい
しています。

10 ページから 33 ページまで

絵を大きくあつかった、
見開きで 1 テーマの
ポイント解説です。
24 ページでひとつの流れに
なっています。

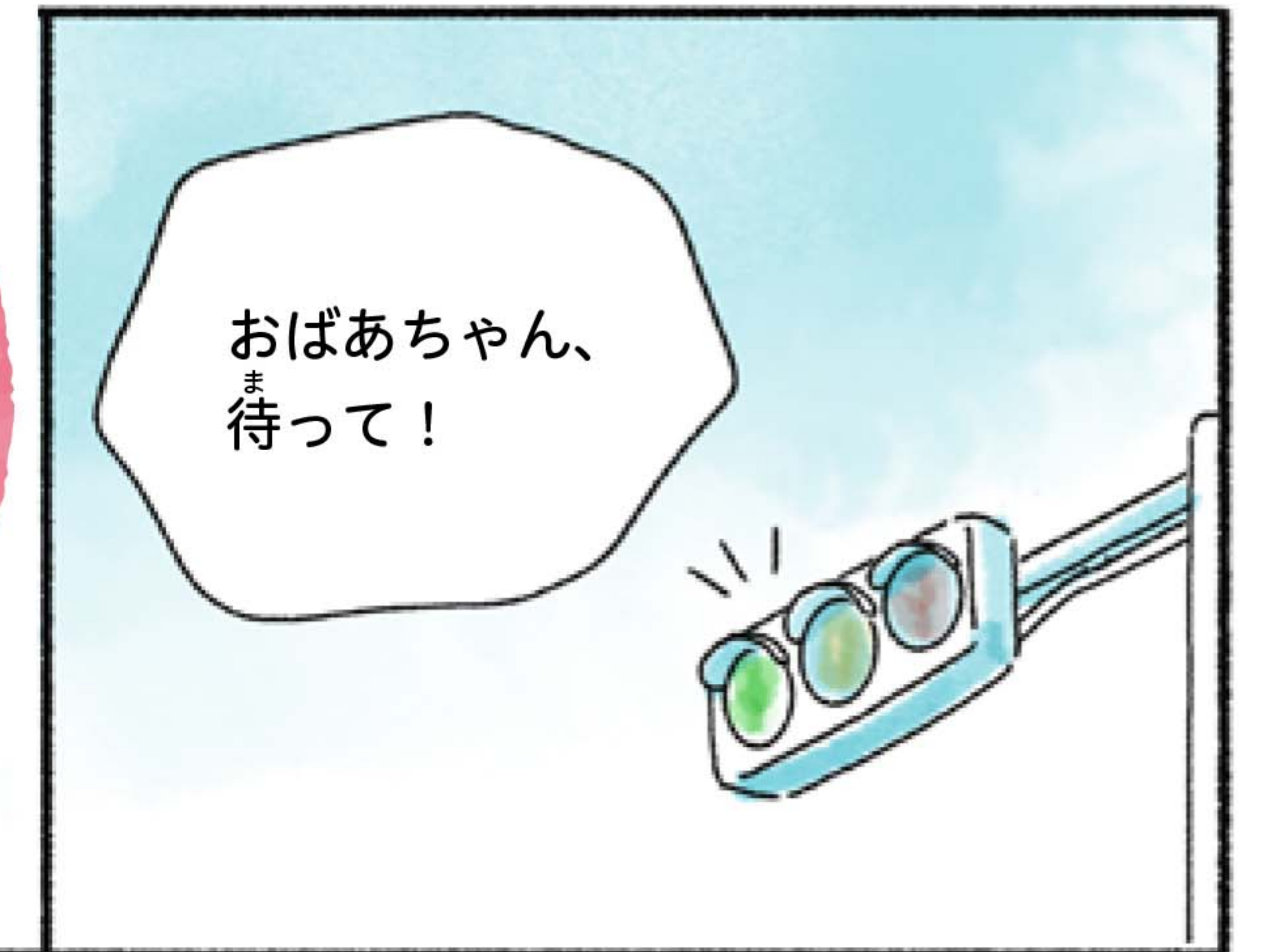
34 ページから 39 ページまで

情報のページです。
相談場所のしょうかい、
「子どもの権利条約」のしょうかい、
「こども基本法」のしょうかい、
などがあります。

小さい弟の
世話があるから
ナギの場合



おばあちゃんが
認知症に
ハルトの場合



わたしはヤングケアラー？

「ヤングケアラー」という言葉をきいたことがありますか？

お手伝いはいいことだけど

みなさんは家で料理やそうじ、せんたくをしたり、きょうだいの世話をしたりすることはありますか？

お手伝いをして家の人を助けること、家族を気にかけることは、とても大切です。けれども、家事や家族の世話をすることで、宿題をする時間やあそぶ時間がなくなったり、そのことをつらく感じたりしていませんか？



トピック

ヤングケアラーとは

こども家庭庁では、「本当はおとながするべきとされている家事や家族の世話を、毎日のようにおこなっている子ども」を、ヤングケアラーとしています。

まだ子どもだけど家族を助けなきゃ

家事や家族の世話は、おとなでなければむずかしいこともあります。家の事情でそれを子どもがしていることがあります。こうした子どもたちは「ヤングケアラー」とよばれています。

家族の世話をする子どもはむかしからいました。親孝行だね、と言われてたり、近所の人などが助けてくれたりすることもありましたが、子どもがつらい思いをしても、それが問題にされることはありませんでした。友だちとあそびたい、学校の勉強をしたい、休みたい、ねむりたい、こうした子どもにとって当たり前のこと（＝子どもの権利）が守られていないということに、社会が気づいたのは最近のことです。

