

いたばしく  
板橋区 ヤングケアラーに関する実態調査 (高校生世代用)

I. あなたのことについておたずねします。

問1 あなたの年齢を教えてください。

1. 15歳 2. 16歳 3. 17歳 4. 18歳

問2 あなたの性別を教えてください。

1. 男性 2. 女性 3. その他 4. 答えたくない

問3 あなたが現在、一緒に住んでいる家族を教えてください。(離れている家族を除く)

1. 母  
2. 父  
3. 祖母  
4. 祖父  
5. 兄 ( ) 人  
6. 姉 ( ) 人  
7. 弟 ( ) 人  
8. 妹 ( ) 人  
9. その他 ( ) 人

問4 あなたの状況について教えてください。

1. 通学している (通信制高校を含む)  
2. 通学せずに働いている  
3. 通学しながら働いている (定時制高校を含む)  
4. 家で過ごしている (通学せず働いてもない)

問5 問4で「1. 通学している」「2. 通学しながら働いている」と回答した方におたずねします。

あなたの通っている学校について教えてください。

1. 全日制高校  
2. 通信制高校  
3. 定時制高校  
4. その他 ( ) ※入力

問6 問4で「3. 通学せずに働いている」と回答した方におたずねします。

あなたの働き方について教えてください。

- |                           |              |
|---------------------------|--------------|
| 1. 正規雇用                   | 3. 自営業       |
| 2. 非正規雇用（派遣・契約社員、アルバイトなど） | 4. その他（ ）※入力 |

## II. あなたの普段の生活についておたずねします。

問7 問4で「1. 通学している」と回答した方におたずねします。学校生活について教えてください。

① あなたは学校を欠席することがありますか。

- |        |            |          |         |
|--------|------------|----------|---------|
| 1. しない | 2. ほとんどしない | 3. たまにする | 4. よくする |
|--------|------------|----------|---------|

② あなたは学校を遅刻・早退することがありますか。

- |        |            |          |         |
|--------|------------|----------|---------|
| 1. しない | 2. ほとんどしない | 3. たまにする | 4. よくする |
|--------|------------|----------|---------|

③ あなたは放課後やお休みの日に、部活動や塾・習いごとをしていますか。

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

④ あなたの普段の学校生活などにおいて、以下の中であてはまるものはありますか。

（あてはまるものすべてを選択）

- |                         |                          |
|-------------------------|--------------------------|
| 1. 授業中に居眠りすることが多い       | 6. 学校では1人で過ごすことが多い       |
| 2. 宿題や課題ができていないことが多い    | 7. 友達と遊んだり、おしゃべりする時間が少ない |
| 3. 忘れ物や提出物を出すのが遅れることが多い | 8. その他（ ）※入力             |
| 4. 部活動や習いごとなどを休むことが多い   | 9. 特にない                  |
| 5. 保健室で過ごすことが多い         |                          |

問8 問4で「2. 通学せずに働いている」「3. 通学しながら働いている」と回答した方におたずねします。仕事の状況について教えてください。

① あなたは仕事を欠席することがありますか。

1. しない 2. ほとんどしない 3. たまにする 4. よくする

② あなたは仕事を遅刻・早退することがありますか。

1. しない 2. ほとんどしない 3. たまにする 4. よくする

③ あなたの普段の生活などにおいて、以下の中であてはまるものはありますか。

(あてはまるものすべてを選択)

- |                     |                          |
|---------------------|--------------------------|
| 1. 仕事中に居眠りすることがある   | 4. 友達と遊んだり、おしゃべりする時間が少ない |
| 2. 仕事に集中できていないことが多い | 5. 趣味や好きなことをする時間が少ない     |
| 3. 勤務先では1人で過ごすことが多い | 6. その他 ( ) ※入力           |

問9 問4で「1. 通学している」と回答した方におたずねします。

現在、悩んだり困ったりしていることはありますか。(あてはまるものすべてを選択)

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 友達との関係のこと          | 8. 自分と家族との関係のこと       |
| 2. 学校の成績のこと           | 9. 家族同士の間人間関係のこと      |
| 3. 進路のこと              | 10. 病気や障がいのある家族のこと    |
| 4. 部活動のこと             | 11. 自分のために使える時間が少ないこと |
| 5. 学校生活に必要なお金のこと      | 12. その他 ( ) ※入力       |
| 6. 塾や習いごとができないこと      | 13. 特になし              |
| 7. 食費や家賃など生活に必要なお金のこと |                       |

問10 問9で1～12のいずれかを回答した方におたずねします。回答した悩みや困りごとについて、相談

に乗ってくれたり、話を聞いてくれたりする人がいますか。

1. いる 2. いない 3. 相談や話をしたくない

問11 問4で「2. 通学せずに働いている」と回答した方におたずねします。

現在、悩んだり困ったりしていることはありますか。(あてはまるものすべてを選択)

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 1. 友達との関係のこと          | 7. 家族同士の人間関係のこと      |
| 2. 職場での人間関係のこと        | 8. 病気や障がいのある家族のこと    |
| 3. 仕事の内容のこと           | 9. 自分のために使える時間が少ないこと |
| 4. 自分のこれからの生活のこと      | 11. その他 ( ) ※入力      |
| 5. 食費や家賃など生活に必要なお金のこと | 12. 特にない             |
| 6. 自分と家族との関係のこと       |                      |

問12 問11で1～11のいずれかを回答した方におたずねします。回答した悩みや困りごとについて、相談

に乗ってくれたり、話を聞いてくれたりする人がいますか。

- |       |        |               |
|-------|--------|---------------|
| 1. いる | 2. いない | 3. 相談や話をしたくない |
|-------|--------|---------------|

問13 問4で「3. 通学しながら働いている」と回答した方におたずねします。

現在、悩んだり困ったりしていることはありますか。(あてはまるものすべてを選択)

- |                  |                        |
|------------------|------------------------|
| 1. 友達との関係のこと     | 9. 自分のこれからの生活のこと       |
| 2. 学校の成績のこと      | 10. 食費や家賃など生活に必要なお金のこと |
| 3. 進路のこと         | 11. 自分と家族との関係のこと       |
| 4. 部活動のこと        | 12. 家族同士の人間関係のこと       |
| 5. 塾や習いごとができないこと | 13. 病気や障がいのある家族のこと     |
| 6. 学校生活に必要なお金のこと | 14. 自分のために使える時間が少ないこと  |
| 7. 職場での人間関係のこと   | 15. その他 ( ) ※入力        |
| 8. 仕事の内容のこと      | 16. 特にない               |

問14 問13で1～15のいずれかを回答した方におたずねします。回答した悩みや困りごとについて、相談

に乗ってくれたり、話を聞いてくれたりする人がいますか。

- |       |        |               |
|-------|--------|---------------|
| 1. いる | 2. いない | 3. 相談や話をしたくない |
|-------|--------|---------------|

問15 問4で「4. 家で過ごしている」と回答した方におたずねします。

現在、悩んだり困ったりしていることはありますか。(あてはまるものすべてを選択)

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 1. 友達との関係のこと          | 6. 病気や障がいのある家族のこと    |
| 2. 自分のこれからのこと         | 7. 自分のために使える時間が少ないこと |
| 3. 食費や家賃など生活に必要なお金のこと | 8. その他 ( ) ※入力       |
| 4. 自分と家族との関係のこと       | 9. 特にない              |
| 5. 家族同士の人間関係のこと       |                      |

問16 問15で1～8のいずれかを回答した方におたずねします。回答した悩みや困りごとについて、相談

に乗ってくれたり、話を聞いてくれたりする人がいますか。

- |       |        |               |
|-------|--------|---------------|
| 1. いる | 2. いない | 3. 相談や話をしたくない |
|-------|--------|---------------|

Ⅲ. あなたの家庭や家族についておたずねします。

問17 家族の中に、あなたがお世話をしている方はいますか。

1. いる → 問18へ 2. いない → 問27へ

※お世話とは、以下のようなことです。

- 家事（食事の準備や後片づけ、掃除、洗濯、買い物など）
- きょうだいのお世話や保育園などへの送り迎え
- 着替えや入浴、トイレの手伝いなど
- 病院や買い物、散歩に一緒に行き、手助けをする
- 感情面のサポート（愚痴を聞く、話し相手になるなど）
- 見守り（転んだり、危ないことをしたりしないか見守るなど）
- 通訳（日本語の通訳や手話での通訳など）
- 家のお金の管理（お金の使い道を考えたり、支払ったりするなど）
- 薬の管理（薬を飲んだか確認したり、渡したりするなど）
- 通院などのケア（病院への付き添いをしたり、医者が家を訪問したときの対応など）
- 医療的ケア（たんの吸引や経管栄養の管理など）
- 家計のサポート（家計を支えるためにアルバイトをしたり、働いたりすること）

問18 問17で「1. いる」と回答した方におたずねします。

① あなたがお世話をしている方はどなたですか。（あてはまるものすべてを選択）

1. 母 2. 父 3. 祖母 4. 祖父 5. きょうだい 6. その他（ ）※入力

② その方がどのような理由でお世話を必要としているのか教えてください。

(あてはまるものすべてを選択)

- |                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| 1. 高齢（お年寄り）のため       | 7. 依存症のため       |
| 2. 幼い（小さい）ため         | 8. その他の病気やケガのため |
| 3. 認知症のため            | 9. 日本語が苦手なため    |
| 4. 障がいがあるため（身体・知的など） | 10. その他（ ）※入力   |
| 5. 介護が必要なため          | 11. わからない       |
| 6. こころの病気のため         |                 |

③ あなたはその方へのお世話を誰かと一緒にしていますか。（あてはまるものすべてを選択）

- |         |                      |
|---------|----------------------|
| 1. 自分のみ | 6. きょうだい             |
| 2. 母    | 7. 親戚                |
| 3. 父    | 8. 福祉サービス（ヘルパーなど）を利用 |
| 4. 祖母   | 9. その他（ ）※入力         |
| 5. 祖父   |                      |

④ あなたはその方にどのようなお世話をしていますか。（あてはまるものすべてを選択）

- |                          |                         |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. 家事（食事の準備・後片付け、掃除など）   | 8. 家のお金の管理              |
| 2. きょうだいのお世話や保育園などへの送り迎え | 9. 薬の保管や服薬の確認           |
| 3. 着替えや入浴、トイレの手伝いなど      | 10. 病院への付き添いなど          |
| 4. 買い物、散歩と一緒にいき手助けする     | 11. たんの吸引などの医療的なお世話     |
| 5. 感情面のサポート（話し相手になるなど）   | 12. 家計のサポート（家計のために働くなど） |
| 6. 見守り（危険なことをしないか見守るなど）  | 13. その他（ ）※入力           |
| 7. 通訳（日本語や手話での通訳）        |                         |

⑤ お世話を必要としている方は、区が提供するサービス（ホームヘルパーなど）を利用していますか。

- |         |          |          |
|---------|----------|----------|
| 1. している | 2. していない | 3. わからない |
|---------|----------|----------|

⑥ あなたはその方<sup>かた</sup>へのお世話<sup>せわ</sup>をどのくらいしていますか。

1. ほぼ毎日<sup>まいにち</sup> 2. 週<sup>しゅう</sup> 3～5日<sup>にち</sup> 3. 週<sup>しゅう</sup>に1～2回<sup>かい</sup> 4. 1か月に数日<sup>げつ すうじつ</sup> 5. その他<sup>た</sup> ( ) ※入力

⑦ あなたは平日<sup>へいじつ</sup>と土日<sup>どにち</sup>それぞれで、1日何時間<sup>にちなんじかん</sup>くらいその方<sup>かた</sup>へのお世話<sup>せわ</sup>をしていますか。

プルダウンで1時間未満から1時間、2時間…と選択肢を用意し、平日と土日それぞれで回答者が選択

問19 あなたは家族<sup>かぞく</sup>のお世話<sup>せわ</sup>をしていることで、以下<sup>いか</sup>のような経験<sup>けいけん</sup>をしたことはありますか。

(あてはまるものすべてを選択<sup>せんたく</sup>)

- |  |  |
|--|--|
| 1. 友達 <sup>ともだち</sup> と遊 <sup>あそ</sup> べないことがある  | 6. 自分 <sup>じぶん</sup> の時間 <sup>じかん</sup> が取 <sup>と</sup> れない    |
| 2. 部活動 <sup>ぶかつどう</sup> や習 <sup>なら</sup> いごとが思 <sup>おも</sup> うようにできない                                    | 7. 睡眠 <sup>すいみん</sup> が十分 <sup>じゅうぶん</sup> に取 <sup>と</sup> れない |
| 3. 勉強 <sup>べんきょう</sup> する時間 <sup>じかん</sup> がない   | 8. その他 <sup>た</sup> ( ) ※入力                                    |
| 4. 恋愛 <sup>れんあい</sup> をしたくてもできない   | 9. 特 <sup>とく</sup> にない   |
| 5. 学校 <sup>がっこう</sup> や仕事 <sup>しごと</sup> に行 <sup>い</sup> けなかつたり遅刻 <sup>ちこく</sup> や早退 <sup>そうたい</sup> をする |  |

問20 家族<sup>かぞく</sup>のお世話<sup>せわ</sup>をしていることによる、あなた<sup>しんろ</sup>の進路<sup>しんろ</sup>への影響<sup>えいきょう</sup>について教<sup>おし</sup>えてください。

(あてはまるものすべてを選択<sup>せんたく</sup>)

1. 進学<sup>しんがく</sup>を諦<sup>あきら</sup>めて、就職<sup>しゅうしょく</sup>を考<sup>かんが</sup>えている。または、すでにそうした
2. 進学<sup>しんがく</sup>や就職<sup>しゅうしょく</sup>をあきらめて、お世話<sup>せわ</sup>に専念<sup>せんねん</sup>しようと考<sup>かんが</sup>えている。または、すでにそうした
3. 進学<sup>しんがく</sup>先<sup>さき</sup>は、自宅<sup>じたく</sup>から通<sup>かよ</sup>えるところを選<sup>せんたく</sup>しようと思<sup>かんが</sup>えている。または、すでにそうした
4. 就職<sup>しゅうしょく</sup>の際は、自宅<sup>じたく</sup>から通<sup>かよ</sup>えるところを選<sup>せんたく</sup>しようと思<sup>かんが</sup>えている。または、すでにそうした
5. 進路<sup>しんろ</sup>を考<sup>かんが</sup>えるにあたって、特<sup>とく</sup>に影<sup>えい</sup>響<sup>きょう</sup>は受<sup>う</sup>けていない
6. その他<sup>た</sup> ( ) ※入力



問21 あなたはお世話をすることについて、どのようなことを感じていますか。

(あてはまるものすべてを選択)

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1. やりがいを感じている | 5. 精神的につらい     |
| 2. 楽しい        | 6. 時間の余裕がない    |
| 3. 充実している     | 7. 特に何も感じていない  |
| 4. 体力的につらい    | 8. その他 ( ) ※入力 |

問22 あなたが学校や周りの大人に助けてほしいことや、必要としている支援はありますか。

(あてはまるものすべてを選択)

- |                        |                       |
|------------------------|-----------------------|
| 1. 自分の状況を聞いてほしい        | 8. 進路などの将来の相談に乗ってほしい  |
| 2. 家族のお世話について相談に乗ってほしい | 9. 学習のサポートをしてほしい      |
| 3. お世話の仕方などについて教えてほしい  | 10. 家庭への金銭面での支援をしてほしい |
| 4. 家族での相談・話し合いに参加してほしい | 11. 特にない              |
| 5. お世話を代わりにやってくれる人がほしい | 12. 分からない             |
| 6. 自由に使える時間がほしい        | 13. その他 ( ) ※入力       |
| 7. 自由に過ごせる場所がほしい       |                       |

問23 あなたはお世話を必要としている家族のことや、お世話の悩みを誰かに相談したことはありますか。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. ある → 問24へ | 2. ない → 問25へ |
|--------------|--------------|

問24 問23 で「1. ある」と回答した方におたずねします。あなたは誰に相談しましたか。

(あてはまるものすべてを選択)

- |                             |                      |
|-----------------------------|----------------------|
| 1. 家族                       | 8. 相談窓口 (メール、SNS)    |
| 2. 親戚                       | 9. 医師や看護師、その他病院の人    |
| 3. 友達                       | 10. 福祉サービスの人 (ヘルパー等) |
| 4. 学校の先生 (保健室の先生以外)         | 11. 区役所の人            |
| 5. 保健室の先生                   | 12. 子どもなんでも相談        |
| 6. スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー | 13. SNS 上で知り合った人     |
| 7. 相談窓口 (電話)                | 14. その他 ( ) ※入力      |

問25 問23 で「2. ない」と回答した方におたずねします。あなたが相談しない理由を教えてください。

(あてはまるものすべてを選択)

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1. 相談するほどの悩みではない    | 7. 相談しても状況が変わら思えない    |
| 2. 誰に相談するかが分からない    | 8. 相談しても分かってもらえない     |
| 3. 相談できる人が身近にいない    | 9. 自分がかわいそうなどと思われたくない |
| 4. 家族のことを話しにくい      | 10. 悩みはない             |
| 5. 家族のことを知られたくない    | 11. その他 ( ) ※入力       |
| 6. 家族に対して偏見を持たれたくない |                       |

問26 問23 で「2. ない」と回答した方におたずねします。今後、あなたが話したいと思ったときに、お

世話を必要としている家族のことや、お世話の悩みを聞いてくれる人はいますか。

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

問27 問23 で「2. ない」と回答した方におたずねします。今後、あなたが話したいと思ったときに、ど

のような方法で話や相談をしたいですか。

(あてはまるものすべてを選択)

- |          |       |        |        |                |
|----------|-------|--------|--------|----------------|
| 1. 直接会って | 2. 電話 | 3. SNS | 4. メール | 5. その他 ( ) ※入力 |
|----------|-------|--------|--------|----------------|

IV. ヤングケアラーについておたずねします。

ヤングケアラーとは、家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どものことをいいます。



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行っている



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

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration : Izumi Shiga

問28 「ヤングケアラー」という言葉を、あなたはこれまでに聞いたことがありましたか。

- |                      |             |
|----------------------|-------------|
| 1. 聞いたことがあり、内容も知っている | 3. 聞いたことはない |
| 2. 聞いたことがあるが、よく知らない  |             |

問29 問28で「1. 聞いたことがあり、内容も知っている」「2. 聞いたことがあるが、よく知らない」と回答した方におたずねします。「ヤングケアラー」という言葉をどこで知りましたか。

(あてはまるものすべてを選択)

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. テレビや新聞、ラジオ  | 5. イベントや交流会など  |
| 2. 雑誌や本        | 6. 学校          |
| 3. SNSやインターネット | 7. 友達から聞いた     |
| 4. 広告やチラシ、掲示物  | 8. その他 ( ) ※入力 |

問30 ヤングケアラーへの支援を広げていくために必要だと思うことや、あなたがお世話をしていることで困っていること、学校や板橋区に求める支援、要望などがあれば自由に入力してください。

自由入力欄 ※入力