

ケアラーへの直接支援		ケアしている相手方への直接支援	
1	行政のバックアップのもと、ヤングケアラー支援のボランティア団体を立上げ、料理や買い物などをサポートして負担軽減を図る	1	ヤングケアラー当事者が学校に行っている時間には、ケアしている家族へのサポートが提供される制度づくり
2	子ども食堂のように、ヤングケアラーにとっての気軽な集いの場となる“ヤングケアラー食堂”を普及させる	2	スクールカウンセラーと支援団体との連携体制を強化し、相談があったら早期にケアしている家族へのサポート提供がなされる仕組みづくり
3	ヤングケアラーの自覚を持った人向けの勉強会を定期的に開催する	3	公的サービス（介護・福祉サービス）の制度理解を促す啓蒙活動を充実させ、ケアしている相手方が公的サービスを極力利用できるようにする
4	学外のボランティア団体・支援団体等による定期的な相談会を開催する	4	
5	社会福祉士などの有資格者が公式LINEで相談にのり、ヤングケアラー予備軍の子ども達からサポートをしていく	5	
6	学校で、カウンセラーなどがアンケートやチェックリストを実施、ヤングケアラーに該当するか自己判断できる取組み	6	
7	今後もヤングケアラー相談窓口周知カードを配布し、相談窓口があることを知ってもらう	7	
8	LINEやSNSなど、子どもが活用し易い電話以外の方法による相談窓口を充実させる（相談タッチポイントの充実）	8	
9	ヤングケアラーが担っている家事（掃除・買い物・洗濯等）を代行してくれる仕組みの構築	9	
10	ヤングケアラーの息抜きとなるように、オンラインや自宅のできる、短時間から参加可能な部活動を増やす	10	
11	決まった曜日・時間帯に、学校内で保健師さんやカウンセラーによる個別相談が受けられる仕組みづくり	11	
12	ヤングケアラー同士が繋がり、悩みや知識・工夫策の共有を図れるコミュニケーションアプリを開発・運用	12	
13	ヤングケアラーに限らず、助けを必要としている人と手を差し伸べたい人とをマッチングする公的アプリやSNSを開発・運用	13	
経済的な支援		ケアラーへの理解	
1	お弁当（若しくは調理キット）の料理宅配サービスを提供する（公的補助を入れて無償もしくは低価格で?）	1	道長がヤングケアラーについて学べて、参加者同士で支援策を考える勉強会を各地で実施する
2	経済的な困窮家庭の割合が高いと思われるので、経済的支援をしているボランティア団体への橋渡し支援を実施	2	道徳の授業などで、小学生の頃からヤングケアラーという社会課題を知る授業を行う
3	ヤングケアラーに対して経済面のサポートをしている場所・団体の情報を、子ども達が容易に見つけられるようにSNSで発信する	3	学校内でヤングケアラーと周りに認知されても、同級生が他の生徒と同じように接する（差別しない）マインドセット教育
4		4	小中学生向けのYouTubeなどでドラマやメディアを通じたヤングケアラーの実情の理解と認知の向上
5		5	ヤングケアラー当事者から、生活の実態や悩みを聞ける機会をもっと作っていく
6		6	学校を通じて行政から生徒に対して定期的なアプローチ・調査があり、ヤングケアラー予備軍の段階からその存在を把握する体制づくり
7		7	
8		8	
学業との両立支援策		子どもたち独自で行う支援＋雰囲気づくり	
1	ボランティアで勉強を教える場を充実させて、ヤングケアラーに限らず様々な子どもたちが利用できるようにする	1	疲れている様子の子を見かけたら、話しかけて話を傾けるようにしたい
2	学校の先生以外の人から、手厚く学習指導してもらえるサービスの提供	2	ちょっと上級生がボランティアでヤングケアラーに勉強を教えるスタイルがあったらいいな
3	授業のオンライン配信を行い、ヤングケアラーでも出来る限り通学と同等の授業が受けられる制度づくり	3	放課後の時間を活用し、中高生が主体的に行う勉強会やイベントを企画・開催できたらよい
4	ヤングケアラー同士交流出来るイベントやサロンを充実させて、学業との両立方法のノウハウ共有が図れる仕組みづくり	4	学校内でクラスを超えた交流の機会を作り、気の合う人を見つけやすく相談しやすい人間関係づくりができるだけできるようにしたい
5		5	給食の時間に他のクラスや先生と一緒に少人数で食べる活動があれば、気軽に相談できる相手を見つけられるのかも
6		6	社会的な制度の充実を待たず、わたしたち同級生同士がもっとお互いに積極的な声かけを行なっていく雰囲気になったら救われる人も多いはず
7		7	閉鎖的になりがちな家の事を、もっとオープンにして良い！っていう雰囲気づくりが大切、そしたら家の困りごと相談できるようになる
8		8	生徒会を中心に署名活動を行い、ヤングケアラーに関する授業がされるように活動してみる
9		9	
10		10	