

# いっしょに探そっ！

～ヤングケアラーって何だろう？～



作:S.H/O.G/おおはしまやな

みんなは、お家<sup>うち</sup>でお手伝い<sup>てつだ</sup>をしていますか？

お手伝い<sup>てつだ</sup>をすることで、みんなのお家<sup>うち</sup>の人<sup>ひと</sup>もとても助かる<sup>たす</sup>し、  
みんなができる<sup>ふ</sup>ことも増えていくので、とても良い<sup>よ</sup>ことだと  
おもいます。

でも、自分<sup>じぶん</sup>では「お手伝い<sup>てつだ</sup>」だと思<sup>おも</sup>っていること<sup>なか</sup>の中に、  
ひょっとしたら、本当<sup>ほんとう</sup>は大人<sup>おとな</sup>がするべきことがあるかもしれ  
ません。

例えば、お手伝い<sup>てつだ</sup>の時間<sup>じかん</sup>が長<sup>なが</sup>すぎて、夜寝<sup>よる</sup>る時間<sup>ね じかん</sup>が遅<sup>おそ</sup>くなっ  
ていたり、家で宿題<sup>しゅくだい</sup>をする時間<sup>じかん</sup>がなくなっていたりしていま  
せんか？

やす<sup>やす</sup>ひ<sup>ひ</sup>ともだち<sup>ともだち</sup>あそ<sup>あそ</sup>じかん<sup>じかん</sup>じぶん<sup>じぶん</sup>す<sup>す</sup>  
お休みの日<sup>ひ</sup>に、友達<sup>ともだち</sup>と遊ぶ<sup>あそ</sup>時間<sup>じかん</sup>や自分の好きな<sup>じぶん</sup>ことをする  
時間<sup>じかん</sup>はありますか？

おな<sup>おな</sup>いっしょ<sup>いっしょ</sup>あそ<sup>あそ</sup>ともだち<sup>ともだち</sup>なか<sup>なか</sup>  
同じクラスの一<sup>いっしょ</sup>緒<sup>あそ</sup>に遊<sup>あそ</sup>んでいるお友達<sup>ともだち</sup>の中<sup>なか</sup>にも、  
ミミ太<sup>たくん</sup>君<sup>くん</sup>のよう<sup>ひと</sup>な人<sup>ひと</sup>はいないかな、と考<sup>かんが</sup>えながら、  
このマンガ<sup>よ</sup>を讀<sup>よ</sup>んでみてください。



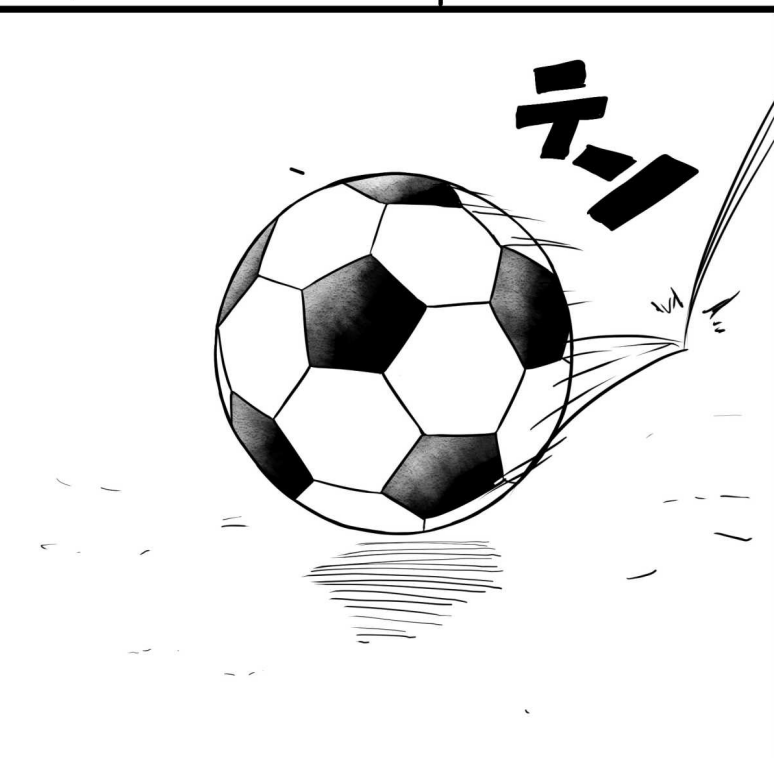


はい！  
分かりません！



もー！  
もりた  
森田さん  
ったら！

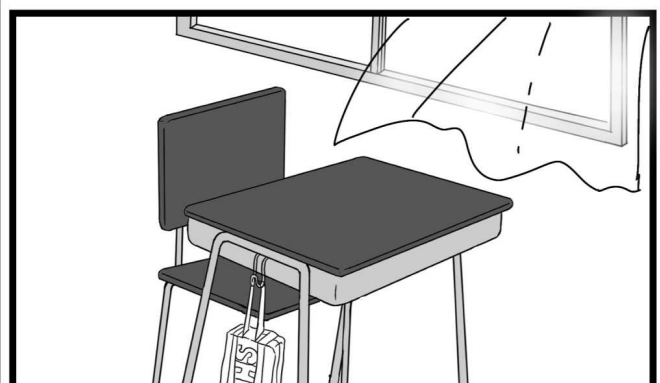
ワハハ



ネー



今日も  
人気者  
だなく  
うち！



ごごよじ  
午後4時



サキちゃん  
すげー!

かキヤ  
ただいまー!



ごごろくじ  
午後6時

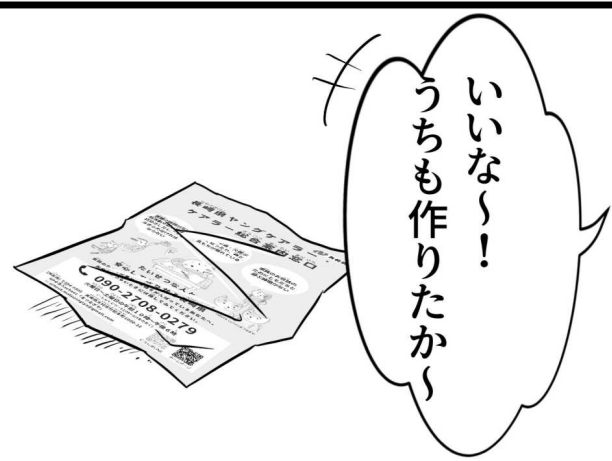
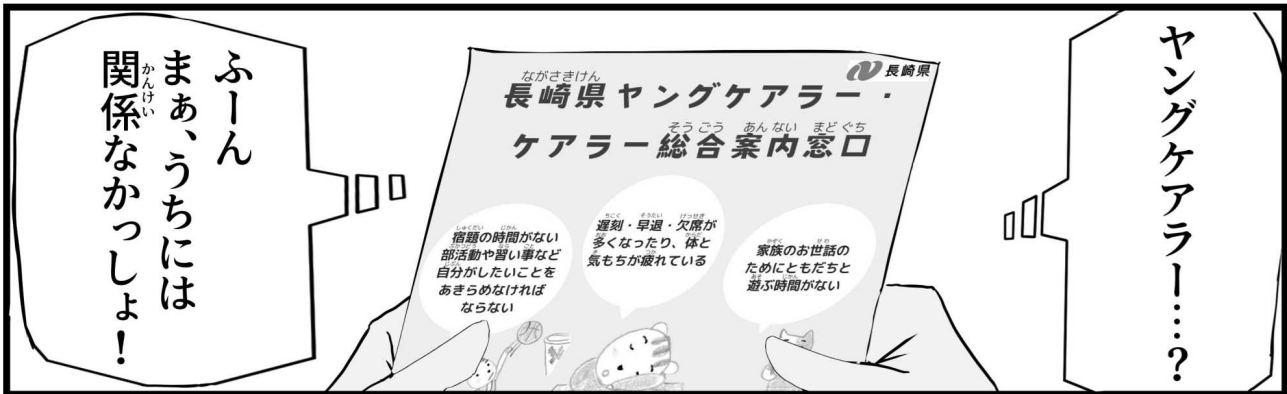
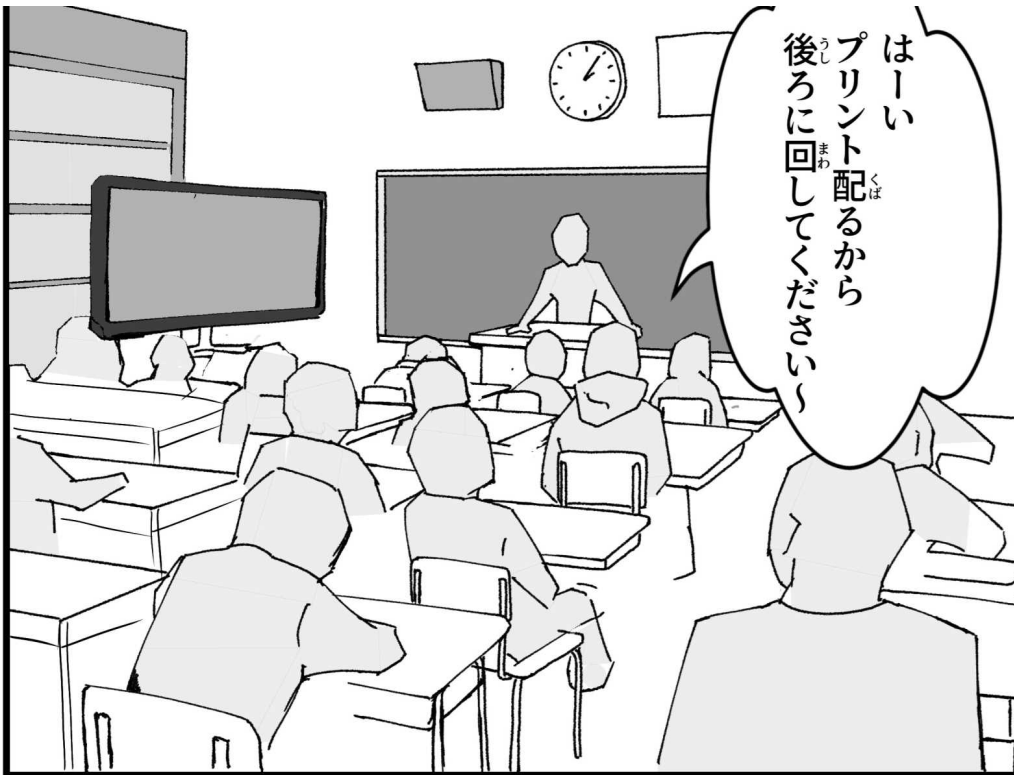
おかえりー!



ごごしちじ  
午後7時



ごごろくじはん  
午後6時半





他に紙は〜…



げっ…  
破けた!

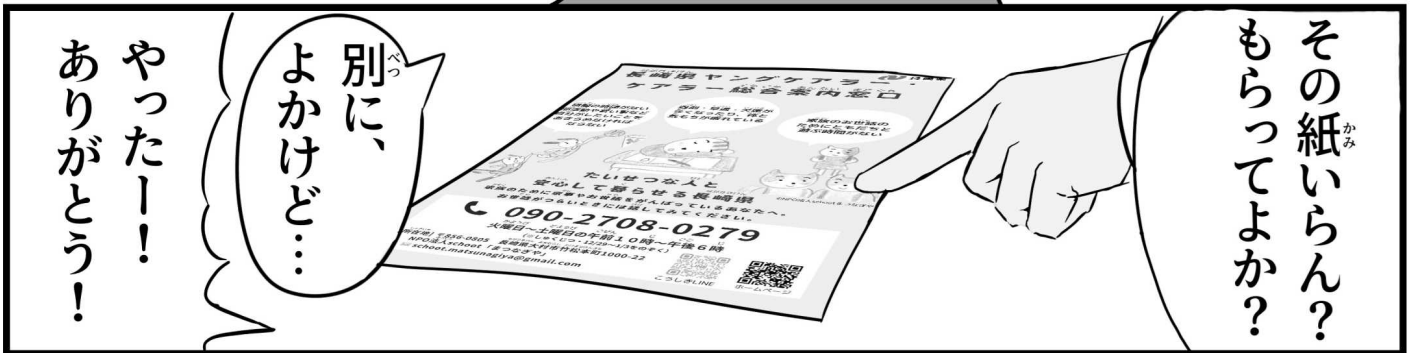
ビリッ



あ!



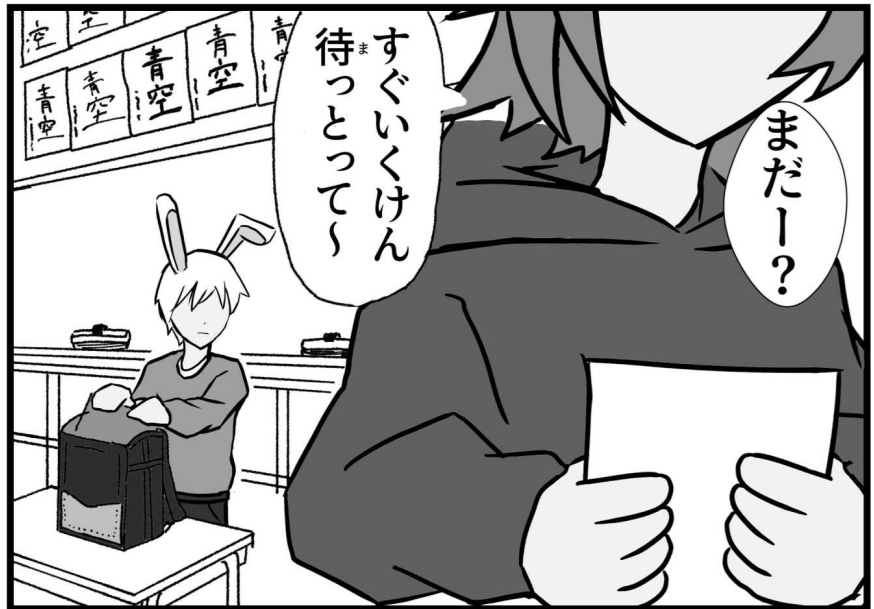
川村くん!



その紙いらん?  
もらってよか?

別に、  
よかけど…

やったー!  
ありがとう!

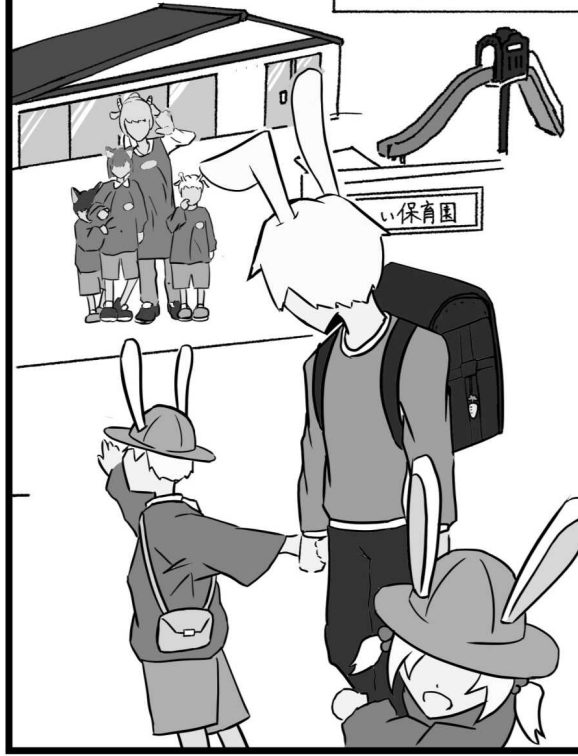


まだー?

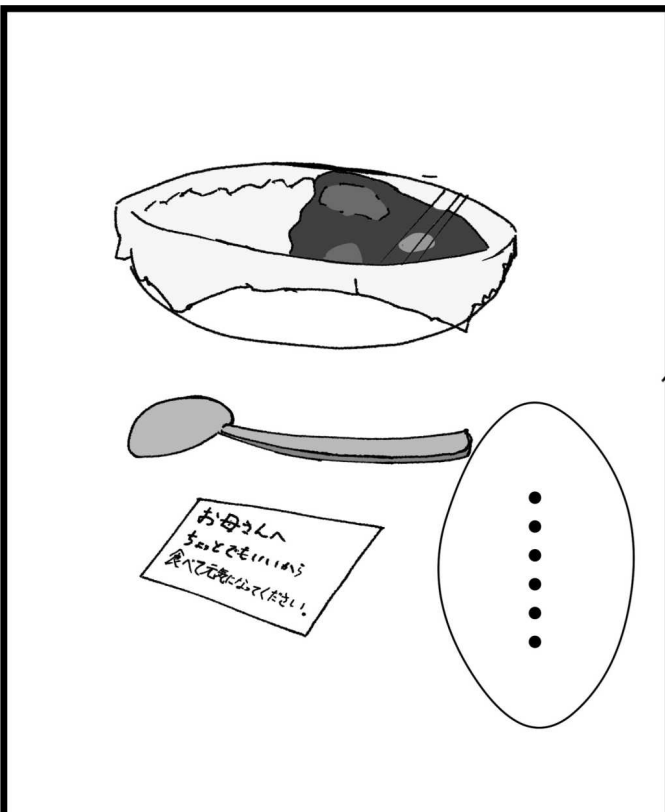
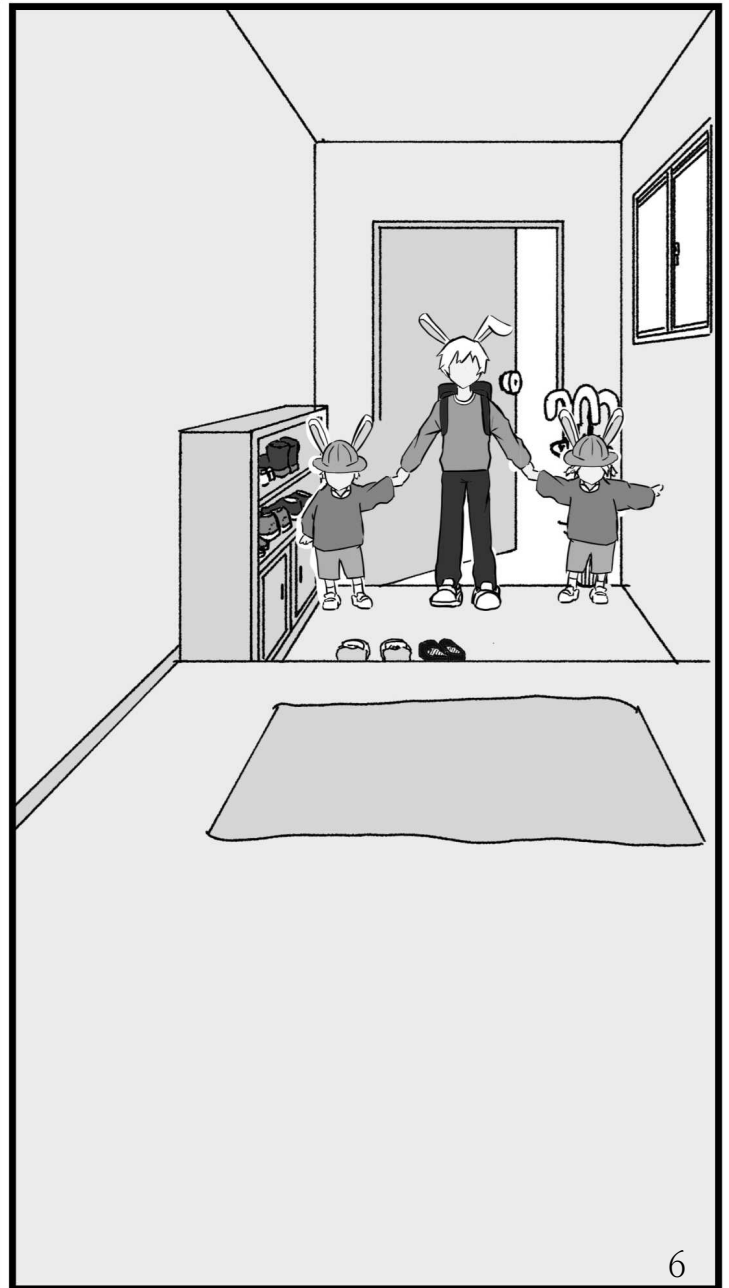
すぐいくけん  
待っとって〜

青空  
青空  
青空  
青空

ごごよじ  
午後4時



ごごよじ  
午後5時



ゴッゴ



お母さん、  
ただいま…



おかえり…

具合はどがん？  
晩ご飯食べれそう？

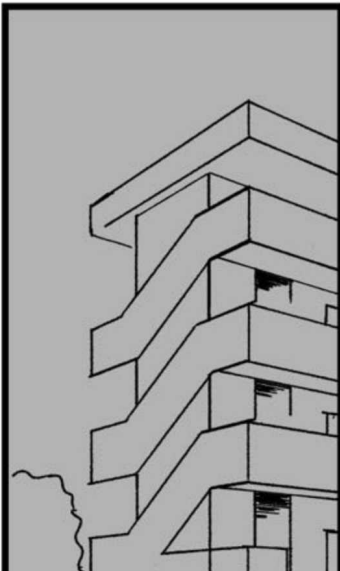
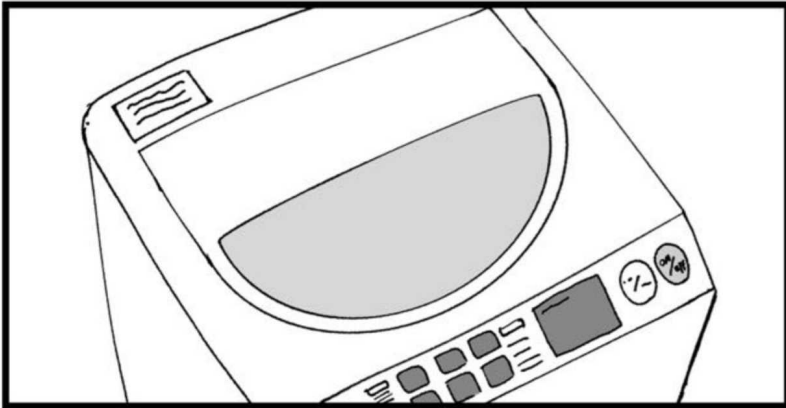
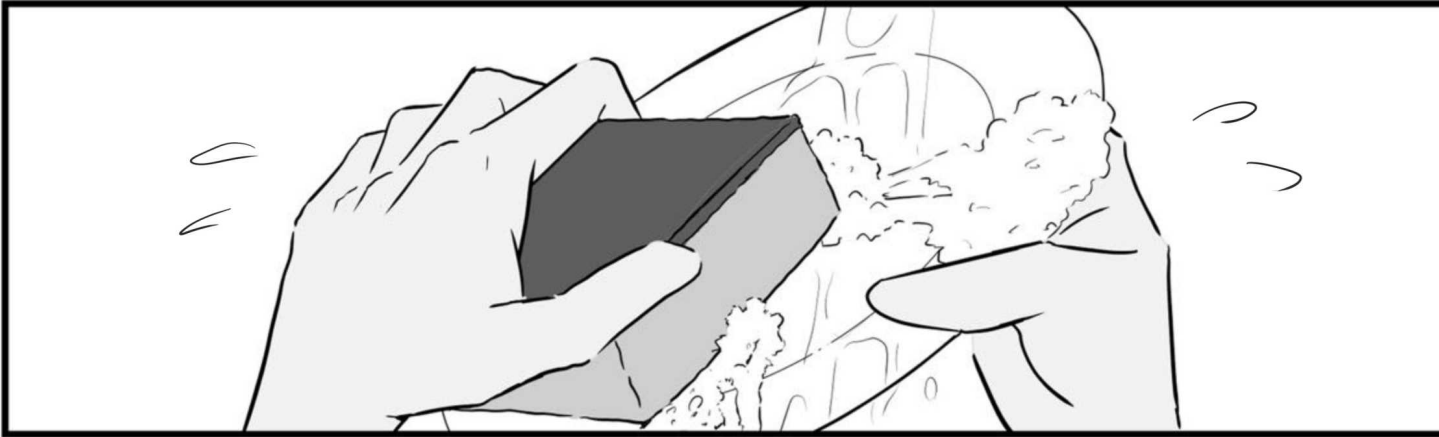
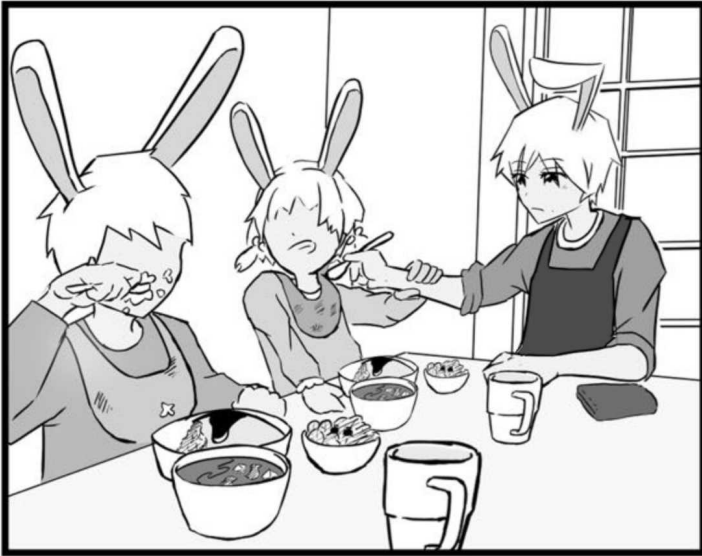


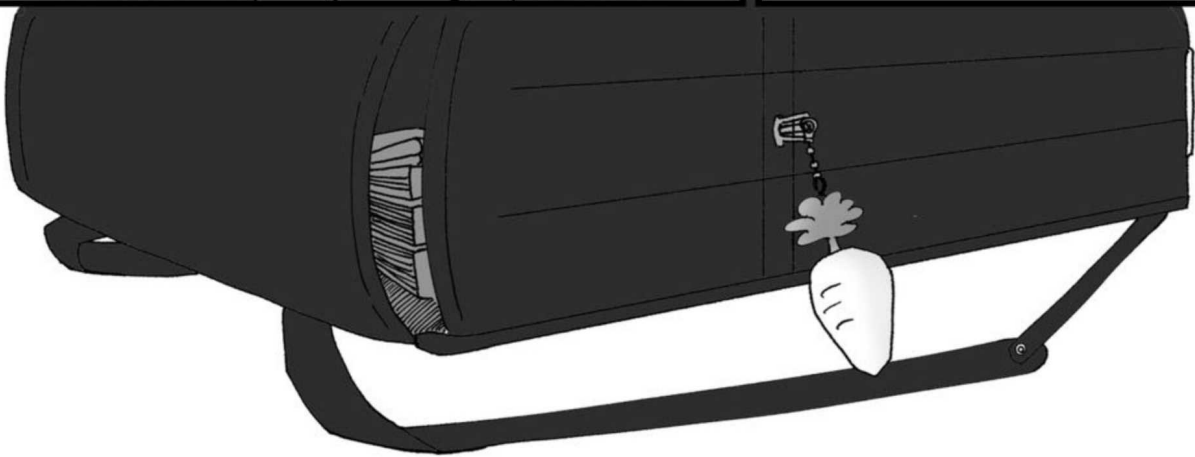
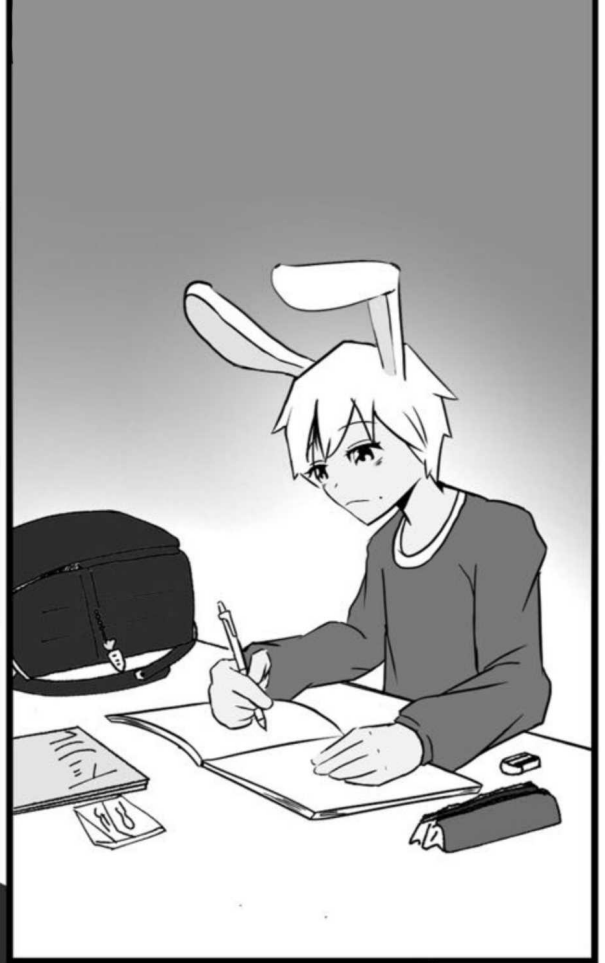
まだちよつと食欲ない  
からいらないわ…  
ごめんね…

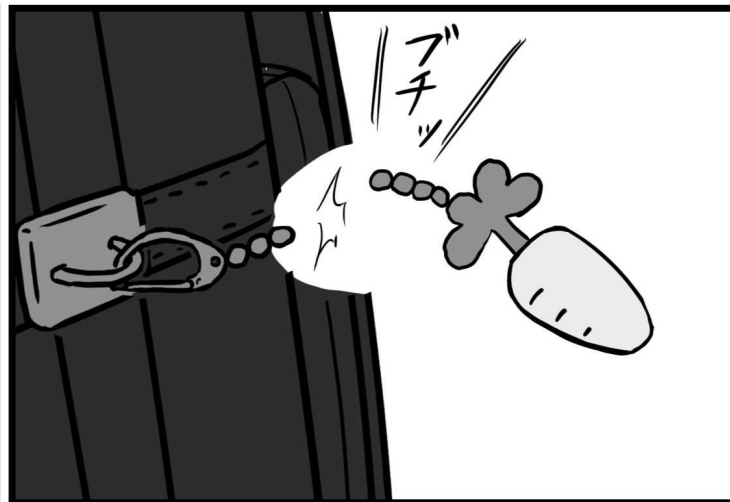


ううん！家のことは  
僕に任せて、お母さんは  
ゆっくり休んで、早く元気  
になってね！













ガサッ

ない

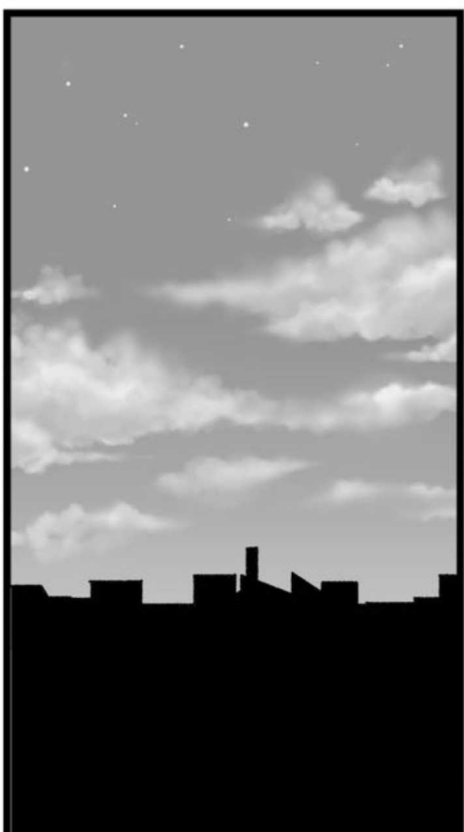
あった？



時間なくな  
ちやうよー



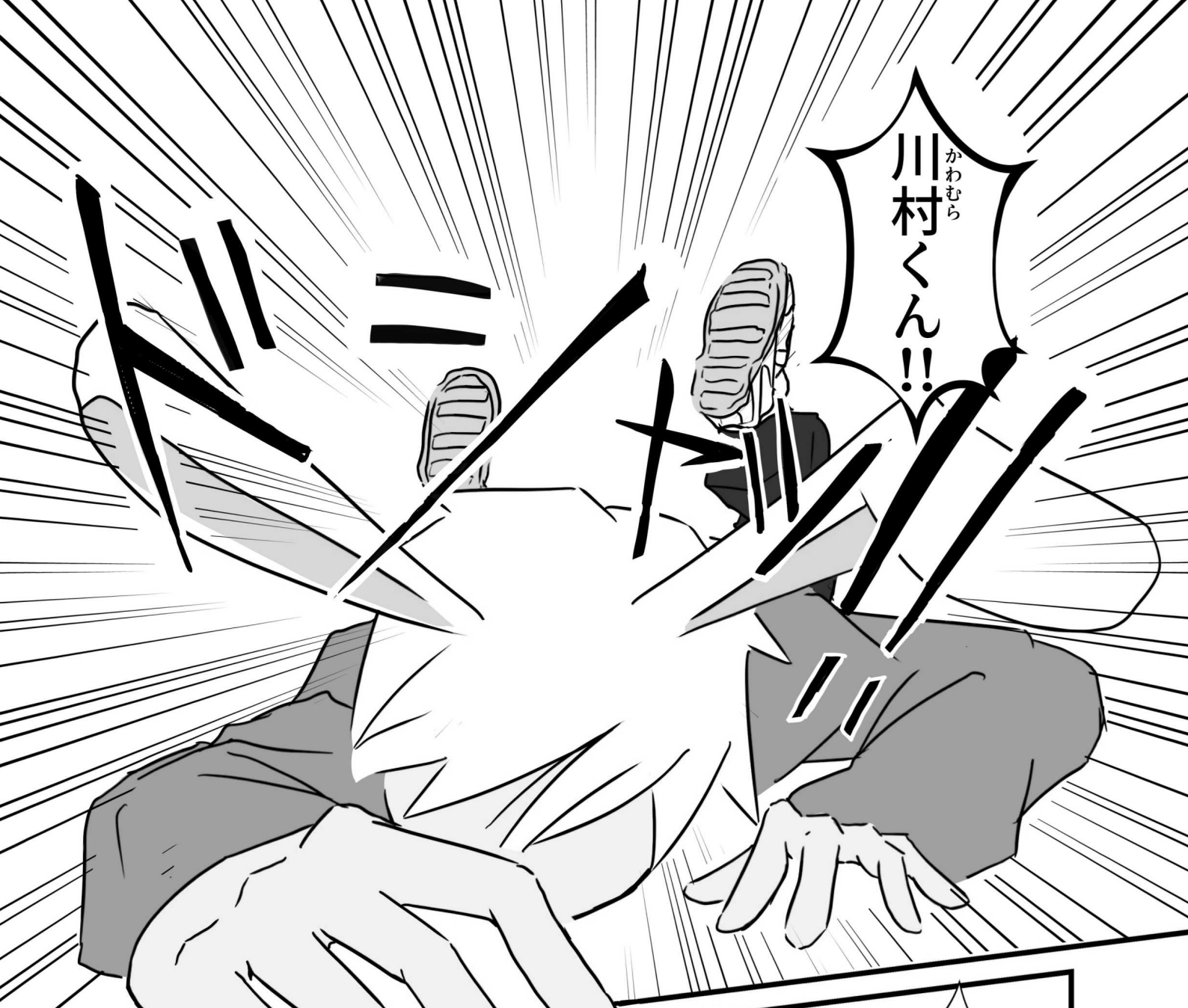
おい、  
もう行こーぜ



かわむら  
川村くん、  
ほんとう  
本当ごめんね…







かわむら  
川村くん!!



だ、  
大丈夫!?  
だいじょうぶ

ガァァァァ...



え...?

もう...  
いやだ...

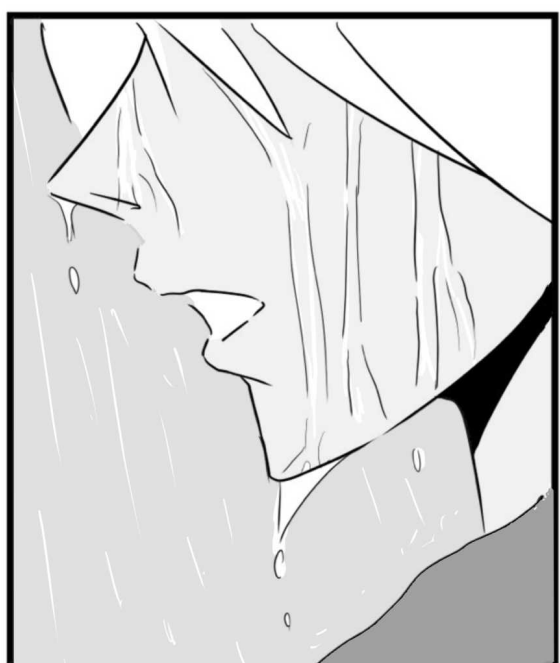


タタタタ



!?

もういやだ!!



かっ  
かわむら  
川村くん...?

なんでッ...  
僕ぼくばかり...

…あのキーホルダー、  
昔お母さんからもらった  
大切なものなんだ…

!!

うち…お父さんいなくて  
お母さんは…少し前から  
元気がなくなっていて、ずっと  
家で寝込んで…



僕が何とかせんばって  
一生懸命家のこと  
頑張ってる…

弟たちの世話も


ごはんの準備も

掃除も

洗濯も…

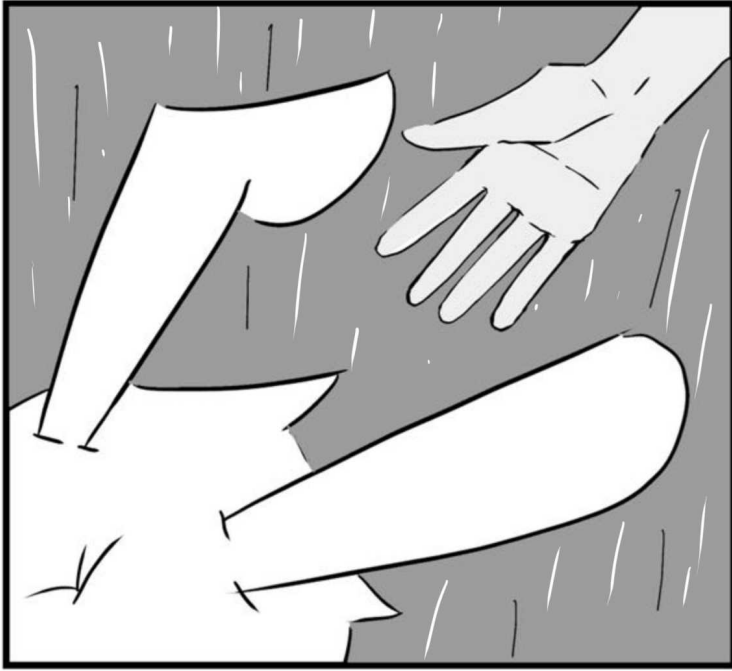
全部…ツ!!

でも…ツ!!



でもお母さんかあを助たすけたい  
のに、うまくいかないこと  
ばあそっかりだし…友達ともだちと  
遊あそぶ時間じかんもないし…

僕ぼくだほんとうって…  
本当ほんとうは…



かわむら  
川村くん

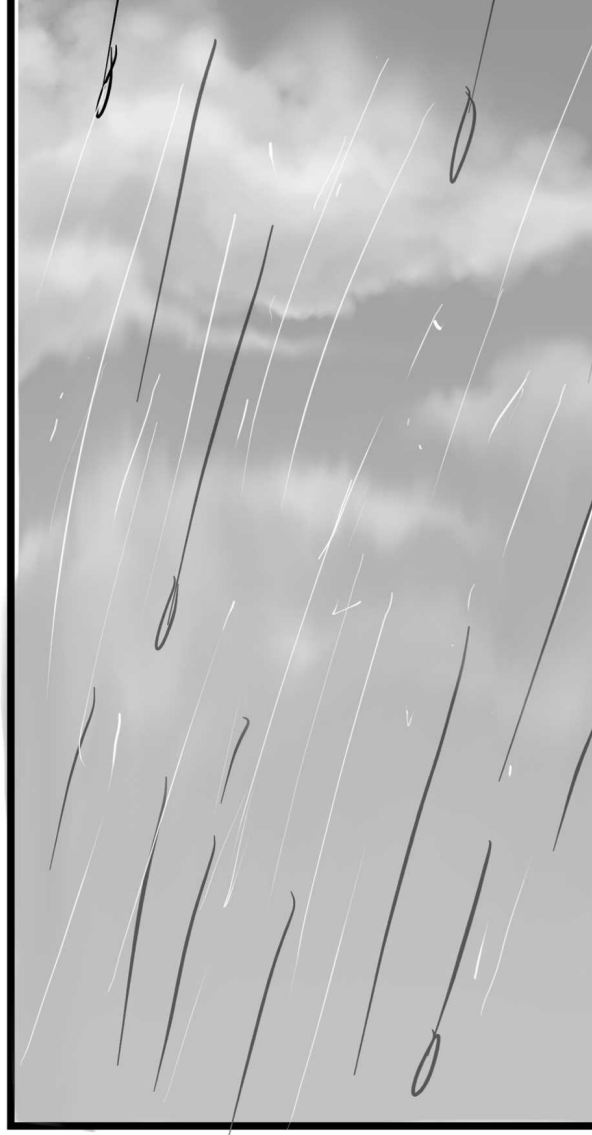


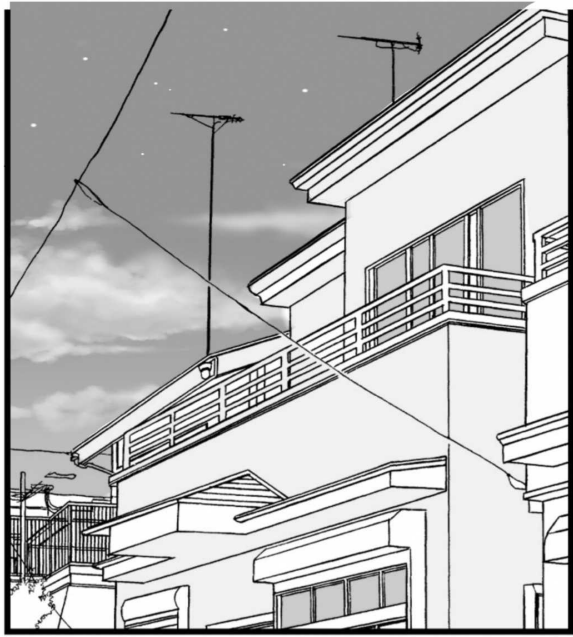
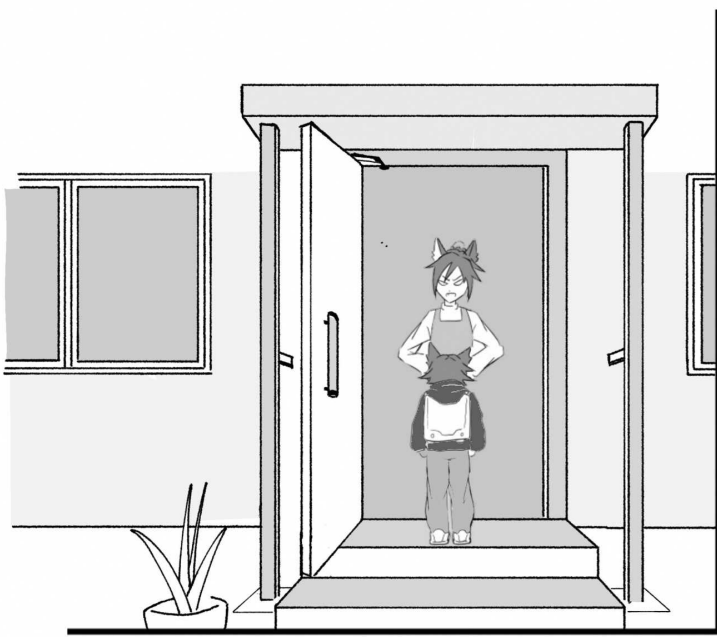
一緒に  
さが  
探そう……！

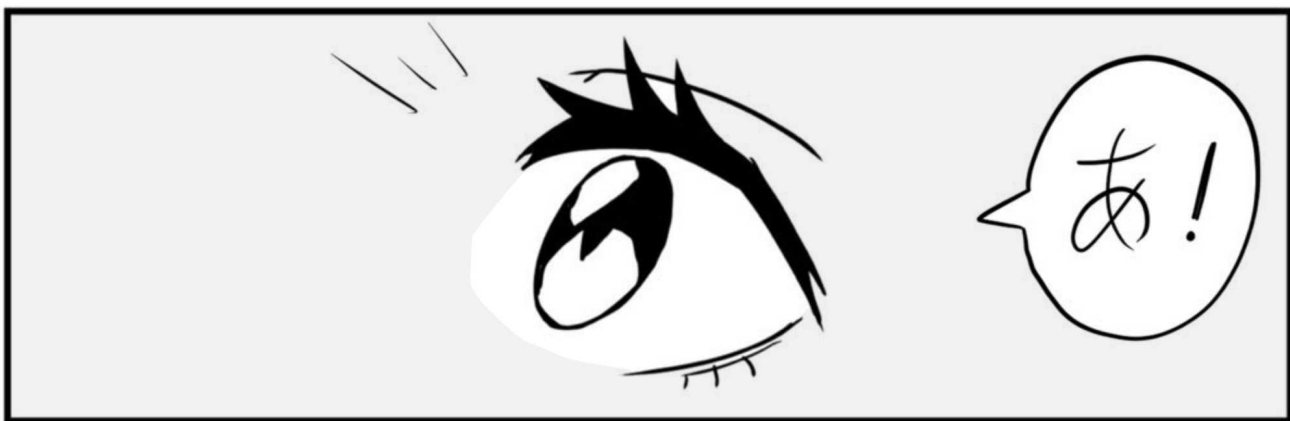


……うん











あつた!

これだ...!!



これ、  
渡そうと思っ  
て

森田さん、  
どうしたの？



川村くん！



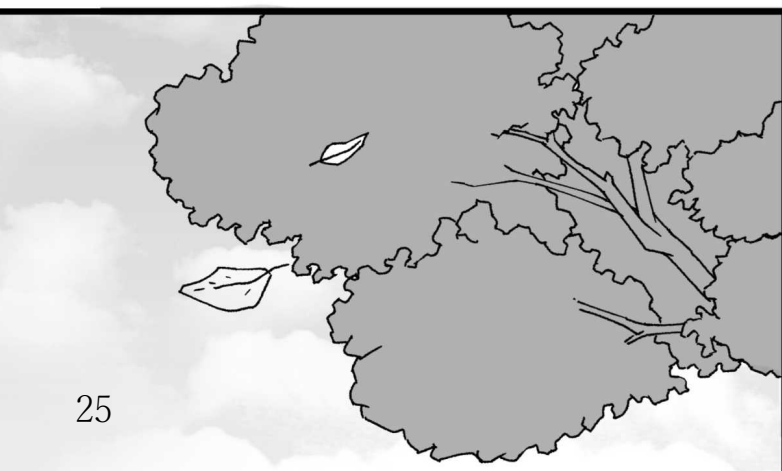
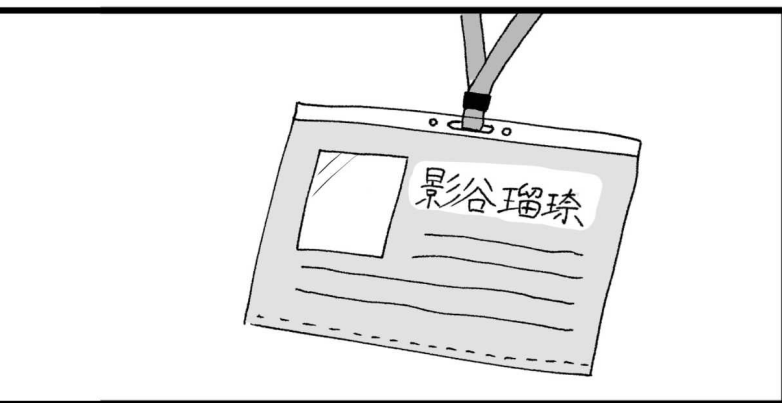
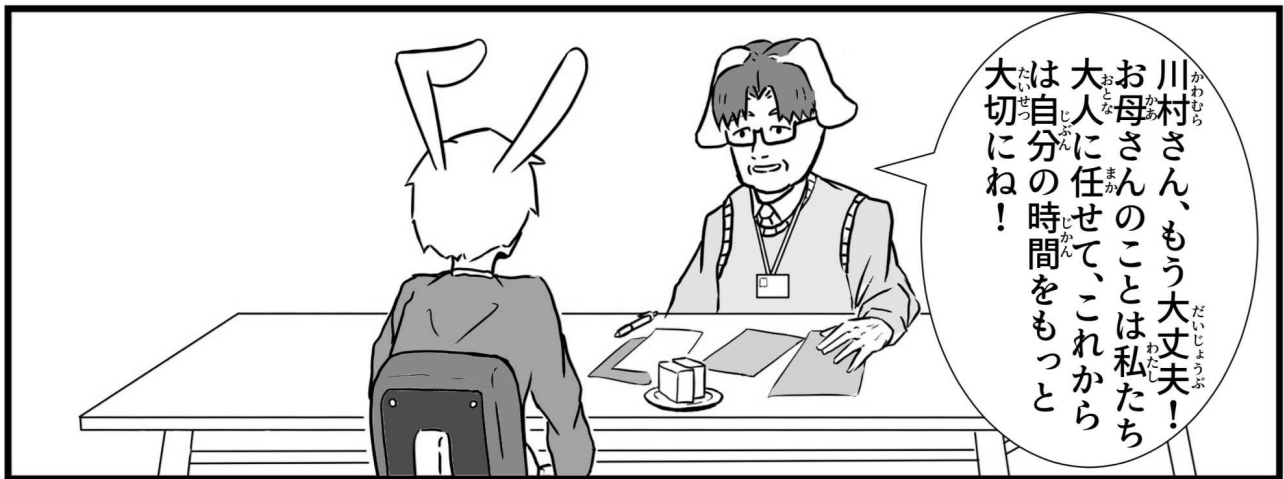
はいっ！！

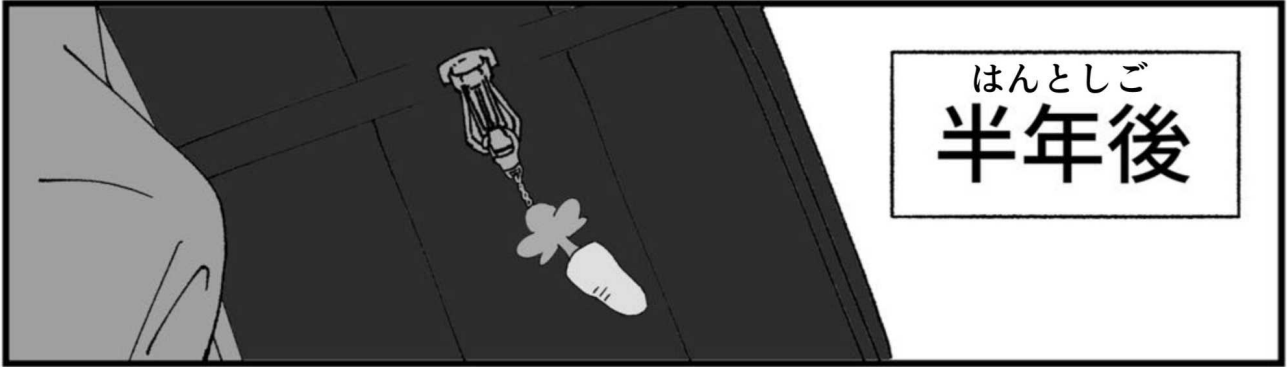
ヤングケアラーって言って、  
料理とか洗濯とか本当は大人が  
するような大変なお仕事を毎日  
1人で頑張りすぎてる子のことで、  
川村君ももしかしたら…って



電話だけでも  
してみよう…？







はんとしご  
半年後

ミニ太<sup>た</sup>くーん!



ええ、  
いってらっしゃい  
ミニ太<sup>た</sup>...

あ！サキちゃんたちだ！  
ちよつと一緒<sup>いっしょ</sup>に  
遊<sup>あそ</sup>んでくる！



うん！



行ってきます！

ミミ太君は、お母さんのお世話だけでなく、  
弟や妹のお世話まで、とっても頑張っていましたね！

でも、お家のことを頑張りすぎて、  
少し心がつらくなっているようにも見えました。

もし、みんなが家族のお世話で大変だなと思うことが少しでもあれば、学校の先生や近くの大人に相談してみましよう。  
何かいいアドバイスがもらえるかもしれません。

直接相談することが不安だなと思ったときは、  
となりのページにある「長崎県ヤングケアラー・ケアラー  
総合案内窓口」でメールやSNSの相談もできます。

大切な家族と同じように、  
自分自身のことも大切にしてくださいね。

ながさきけん  
**長崎県 ヤングケアラー**

そうごう あんない まどぐち  
**ケアラー総合案内窓口**

しゅくだい じかん  
**宿題の時間がない**  
ぶかつどう なら こと  
**部活動や習い事など**  
じぶん  
**自分がしたいことを**  
**あきらめなければ**  
**ならない**

ちこく そうたい けっせき  
**遅刻・早退・欠席が**  
おお からだ  
**多くなったり、体と**  
き つが  
**気もちが疲れている**

かぞく せわ  
**家族のお世話の**  
**ためにともだちと**  
あそ じかん  
**遊ぶ時間がない**



ひと  
**たいせつな人と**  
あんしん く ながさきけん  
**安心して暮らせる長崎県**

©NPO法人schoolまつなぎや

かぞく かじ せわ  
**家族のために家事やお世話をがんばっているあなたへ。**  
せわ はな  
**お世話がつらいときには話してみてください。**

 **090-2708-0279**

かようび どのようび ごぜん じ ごご じ  
**火曜日～土曜日の午前10時～午後6時**

(※しゅくじつ・12/29～1/3をのぞく)

しよざいち  
[所在地] 〒856-0805 ながさきけん おおむらし たけまつほんまち  
長崎県大村市竹松本町1000-22

ほうじん  
NPO法人school「まつなぎや」

✉ school.matsunagiya@gmail.com



こうしきLINE



ホームページ

# ヤングケアラーとその家族を支える社会を目指して。

## ヤングケアラーとは

ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものことをいいます。



しょうがい びょうき かぞく  
障害や病気のある家族  
に代わり、買い物・  
料理・掃除・洗濯  
などの家事をしている



かぞく か おさな  
家族に代わり、幼い  
きょうだいの世話を  
している



しょうがい びょうき  
障害や病気のある  
きょうだいの世話や  
見守りをしている



め はな かぞく  
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



にほんご はな  
日本語が話せない  
家族や障害のある  
家族のために通訳  
をしている



かけい ささ  
家計を支えるために  
働いて、障害や病気  
のある家族を助けて  
いる



やくぶつ  
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



なんびょう せいしんしっかん  
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



しょうがい びょうき  
障害や病気のある  
家族の身の回りの  
世話をしている



しょうがい びょうき  
障害や病気のある  
家族の入浴やトイレ  
の介助をしている

# ヤングケアラーが直面する問題

家事や家族のお世話の責任や負担が重くなると、子どもたちに  
さまざまな影響が出る可能性があります。

## 学校生活への影響

遅刻・早退・欠席が増える、  
勉強の時間が取れない、  
部活動ができない等



## 進路への影響

家族のケアを行うため、  
希望する進学先や就職先を  
断念せざるを得ない等



## 友人関係への影響

友人と遊ぶ時間がないため、  
交友関係を築きにくく、  
孤立しやすい等



ながさきだいがく まんがけんきゅうかい  
長崎大学漫画研究会のメンバーより皆さんへ

0 G : 今回、小学生向けのヤングケアラー漫画の制作にあたり、長崎県こども家庭課の皆さまをはじめ、長崎県立佐世保北中学校・高等学校の生徒様、また関係各所の皆さんにご協力いただきました。心より感謝申し上げます。

S.H : 初めて漫画制作のお手伝いをさせていただきました。  
この漫画を通して、読者の皆さまにヤングケアラーについてより深く理解していただき、今後の支援や助けにつながれば嬉しいです。

おおはしまなや :

漫画制作の機会をいただき、誠にありがとうございました。  
今回の経験を活かし、より良い作品づくりに努めてまいります！

ヤングケアラー広報啓発漫画

## いっしょに探そっ！ ～ヤングケアラーって何だろう？～

---

2026年3月

漫 画 長崎大学漫画研究会（S.H、O.G、おおはしまやな）

協 力 ソラさん（元ヤングケアラー）

企 画 長崎県 福祉保健部 こども政策局 こども家庭課

ヤングケアラーに関する意見交換会にご協力いただいた長崎県立佐世保北中学校・高等学校の皆様にも感謝申し上げます。