

# ヤングケアラーの孤立・孤独を防ぐための 「ゆるやかなつながりの仕組み」の創出 ～メタバースを活用した交流の場の開発・実装～

宮本 恭子\*

## Creating a 'Flexible Connection System' to Prevent Isolation and Loneliness Among Young Carers: Development and Implementation of Interaction Spaces Utilizing the Metaverse

MIYAMOTO Kyoko

### 【要旨】

本研究では、子どもが「潜在的な介護力」に組み込まれて、孤独・孤立化することのないよう、ヤングケアラーの発生要因・機序を解明し、予防的対策を検討することを目的としている。鳥根県が実施した「鳥根県子どもの生活実態調査」の二次分析結果より、ヤングケアラーは安心して過ごせる居場所を求めていることが明らかになった。そこで、ヤングケアラーが孤独・孤立に陥る状況を防ぎ、支援者や当事者同士でゆるやかにつながるための社会的仕組みを創出するために、メタバース（仮想空間）を活用した交流の場を開発した。メタバースを活用した交流の場には、これまで交流の場への参加をためらっていた「潜在的に交流の場への参加意欲のあるヤングケアラー」が参加するなど、当事者が参加したいと思う交流の場の選択肢を拡げる可能性が確認できた。

キーワード：ヤングケアラー、孤独・孤立、居場所、メタバース

Keywords : Young carers, loneliness and isolation, places to belong, metaverse

### 1. 研究目的

家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者を「ヤングケアラー」という。「見えないケアラー」とも呼ばれ、どう発見するかが最初の課題とされる。ヤングケアラーについては、支援体制の強化等の対策を進めてきている

が、ヤングケアラーへの支援について法律上明確な根拠規定が設けられていなかった。

ヤングケアラーへの関心が高まるなか、家族の介護や世話に追われる「ヤングケアラー」の支援を明文化した改正子ども・若者育成支援推進法が2024年6月5日、参院本会議で可決・成立した。国や自治体が支援に努める対象として明記することで、相談窓口の整備

---

\* 鳥根大学法文学部法経学科

などを促す狙いである。ヤングケアラーは法律上の定義がなく、国内では18歳未満の子どもと位置づけるのが主流だった。だが、家族のケア負担の影響は18歳以上になっても続くため、政府はおおむね30代までを含む子ども・若者育成支援推進法で法制化することで、18歳以上の若者にも切れ目なく支援を続けることを明確にした。改正法は、ヤングケアラーを「家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者」と定義している。

ヤングケアラーの存在は、イギリスでの調査によって明らかになりかつ研究は先行している。2005年ころから先行するイギリスでの研究を紹介する形で、日本でもヤングケアラーの研究が始まった<sup>1)</sup>。日本では近年、「ケアラーのケア」（介護者支援ともいう）に注目が当たる中で、その一つの側面であるヤングケアラーにも注目が集まっている。2010年には一般社団法人日本ケアラー連盟が設立され<sup>2)</sup>、実態調査や各種調査などが行われるなどの活動も進みだした。

全国の実態調査を踏まえ、政府も積極的な支援策を打ち出した。有効な支援策を考えるために、行政だけでなくヤングケアラー当事者や元ヤングケアラー、民間の支援団体などの声が反映される機会も多く見受けられるようになった。こうして、官民を挙げての具体的な支援策が一気に進みつつあるが、ヤングケアラーにどのような支援を届ければよいのか、どのような支援策が効果的なのか、まだまだ手探りの状態である。今はまだ「とにかくやってみよう」の段階であるが、「やってみてどうか」という、現状で実施されている支援策がヤングケアラーの負担をどの程度軽減しているのか、その有効性についての本格的な検証は始まったばかりであり、今後の課

題である。

加えて、最も重要であるのは、そもそも“なぜ、子どもが介護者になっているのか”、“なぜ、ヤングケアラーが生み出されるのか”、という原因や背景要因を明らかにし、その処方箋を提示することであり、“新たなヤングケアラーを生まない”、という予防的な視点からのアプローチではないだろうか。しかしながら、この点については政府を含め学術的な調査研究は未着手である。このような問いこそが、ヤングケアラーにとって『真』に必要な対策と言えよう。

本研究の目的は、子どもが「潜在的な介護力」に組み込まれて、孤独・孤立化することのないよう、ヤングケアラーが支援者や当事者同士でゆるやかにつながるための社会的仕組みを創出することにある。この目的を達成するために、島根県が実施した「島根県子どもの生活実態調査」の二次分析結果<sup>3)</sup>を基に、ヤングケアラーが孤独・孤立に陥る状況を防ぎ、支援者や当事者同士でゆるやかにつながるための交流の場を創出する。

## 2. 「令和6年度島根県子どもの生活に関する実態調査」結果

島根県のヤングケアラーの現状を、「令和6年度島根県子どもの生活に関する実態調査」の二次分析を基に把握する。

### 2.1 「令和6年度島根県子どもの生活に関する実態調査」の目的

次世代を担う子どもたちが、生まれ育った環境に左右されることなく、健やかに育ち、夢や希望、意欲にあふれ自立した人間へと成長することができる社会づくりに向けて、子どもの貧困対策における効果的な支援のあり

方を検討するための基礎資料を得るため、県全体の子どもの生活実態や学習環境等について調査を行った。

## 2.2 調査時期

令和6年5月である。

## 2.3 調査方法

学校を通じて配布・しまね電子申請サービスへの入力または郵送での回収。調査票は、児童・生徒が回答する「子ども票」と保護者が回答する「保護者票」から構成され、子どもと保護者それぞれがWEB上でしまね電子申請サービスを利用して記入の他、個別に封かんしたものを封筒に入れ、一式を鳥根県健康福祉部地域福祉課へ返送する形での回収も実施した。

## 2.4 調査対象

調査対象は、鳥根県内の学校に通学している小学5年生・保護者5,820人、中学3年生・保護者5,749人、高校2年生・保護者6,505人である。有効回答数、有効回答率は、小学5年生1,606人(27.8%)・保護者2,058人(35.6%)、中学2年生1,366人(23.4%)・保護者1,857(31.8%)、高校2年生1,388(22.9%)・保護者1,771(29.3%)であった。

## 2.5 分析方法

本調査では、個票データを申請者が入手し、「家族の中にあなたがお世話をしている人は

いますか。」「の質問に対して、「いる」と回答した者を「ヤングケアラー」、「いない」と回答した者を「非ヤングケアラー」として抽出し、各質問項目とクロス集計を行った。

## 2.6 結果

### 2.6.1 鳥根県のヤングケアラーの状況(表1)

家族の中にあなたが世話をしている家族が「いる」と回答したのは、小学生で14.6%、中学生で9.8%、高校生で7.6%であった。

### 2.6.2 心の健康状態

「この1週間はどんな1週間だったか、あてはまる番号を選んでください。」の質問について、ヤングケアラーと非ヤングケアラーの回答状況の違いを分析した。以下の表2～表7に示すように、ヤングケアラーは非ヤングケアラーと比べ、精神面での不調を感じている者が多い傾向にある。また、独りぼっちの気がしている者も多い傾向にあり、孤独を感じているヤングケアラーも多い傾向にあることが示唆された。

#### 1) 生きていても仕方がないと思った

生きていても仕方がないと回答したのは、「いつもそうだ」と「時々そうだ」について、ヤングケアラーで6.7%、19.4%、非ヤングケアラーで3.6%、14.0%であった。ヤングケアラーは非ヤングケアラーと比べ、生きていても仕方がないと思っている者が多い傾向にある。

#### 2) こわい夢を見た

こわい夢を見たと回答したのは、「いつも

表1 世話をしている家族の有無

	いる	いない	回答なし	合計
小学5年生	235人(14.6%)	1,355人(83.1%)	36人(2.2%)	1,606人
中学2年生	134人(9.8%)	1,199人(87.8%)	33人(2.4%)	1,366人
高校2年生	106人(7.6%)	1,236人(89.0%)	46人(3.3%)	1,388人

そうだ」と「時々そうだ」について、ヤングケアラーで4.8%、40.4%、非ヤングケアラーで3.2%、32.6%であった。ヤングケアラーは非ヤングケアラーと比べ、こわい夢を見る者が多い傾向にある。

3) 独りぼっちの気がした

独りぼっちの気がしたと回答したのは、「いつもそうだ」と「時々そうだ」について、ヤングケアラーで4.6%、24.6%、非ヤングケアラーで3.9%、21.6%であった。ヤングケア

ラーは非ヤングケアラーと比べ、独りぼっちの気がすると感じている者が多い傾向にある。

4) とても悲しい気がした

とても悲しい気がしたについて。「いつもそうだ」と「時々そうだ」と回答したのは、ヤングケアラーで3.6%、28.0%、非ヤングケアラーで3.1%、25.9%であった。ヤングケアラーは非ヤングケアラーと比べ、とても悲しい気がしたと感じている者が多い傾向に

表2 生きていても仕方がないと思った

	いつもそうだ	時々そうだ	そんなことはない	無回答	合計
ヤングケアラー	32 6.7%	92 19.4%	330 69.5%	21 4.4%	475 100.0%
非ヤングケアラー	137 3.6%	526 14.0%	2,917 77.4%	190 5.0%	3,770 100.0%

表3 こわい夢を見た

	いつもそうだ	時々そうだ	そんなことはない	無回答	合計
ヤングケアラー	23 4.8%	192 40.4%	242 50.9%	18 3.8%	475 100.0%
非ヤングケアラー	121 3.2%	1,229 32.6%	2,275 60.3%	145 3.8%	3,770 100.0%

表4 独りぼっちの気がした

	いつもそうだ	時々そうだ	そんなことはない	無回答	合計
ヤングケアラー	22 4.6%	117 24.6%	318 66.9%	18 3.8%	475 100.0%
非ヤングケアラー	148 3.9%	813 21.6%	2,646 70.2%	163 4.3%	3,770 100.0%

表5 とても悲しい気がした

	いつもそうだ	時々そうだ	そんなことはない	無回答	合計
ヤングケアラー	17 3.6%	133 28.0%	306 64.4%	19 4.0%	475 100.0%
非ヤングケアラー	116 3.1%	975 25.9%	2,506 66.5%	173 4.6%	3,770 100.0%

ある。

5) とてもよく眠れた

とてもよく眠れたと回答したのは、「いつもそうだ」と「時々そうだ」について、ヤングケアラーで45.5%、42.3%、非ヤングケアラーで50.6%、38.9%であった。ヤングケアラーは非ヤングケアラーと比べ、よく眠れたと感じている者が少ない傾向にある。

6) 泣きたいような気がした

泣きたいような気がしたと回答したのは、「いつもそうだ」と「時々そうだ」について、ヤングケアラーで5.9%、39.2%、非ヤングケアラーで4.5%、34.7%であった。ヤングケア

ラーは非ヤングケアラーと比べ、泣きたいような気がしている者が多い傾向にある。

2.6.3 大人たちにしてほしいこと (表8)

「あなたが、大人たちにしてほしいことはなんですか。以下の中からあてはまる番号を3つまで選んでください。」について、ヤングケアラーと非ヤングケアラーの回答状況の違いを分析した。ヤングケアラーは非ヤングケアラーと比べ、家や学校以外で、自由に安心して過ごせる場所をつくってほしいという回答が多かった。孤独を感じているヤングケアラーにとって、家や学校以外で自由に安心

表6 とてもよく眠れた

	いつもそうだ	時々そうだ	そんなことはない	無回答	合計
ヤングケアラー	216	201	46	12	475
	45.5%	42.3%	9.7%	2.5%	100.0%
非ヤングケアラー	1,906	1,468	333	63	3,770
	50.6%	38.9%	8.8%	1.7%	100.0%

表7 泣きたいような気がした

	いつもそうだ	時々そうだ	そんなことはない	無回答	合計
ヤングケアラー	28	186	249	12	475
	5.9%	39.2%	52.4%	2.5%	100.0%
非ヤングケアラー	171	1,307	2,216	76	3,770
	4.5%	34.7%	58.8%	2.0%	100.0%

表8 大人たちにしてほしいこと

	病気になる時に安心して診てもらえるようにする	病院にかかった時のお金や、学校でかかるお金を少なくする	幼稚園や保育所に、色々な人と触れ合ったり、様々なことを体験する	学校でしっかりと学力を身につける	家や学校以外で、自由に安心して過ごせる場所をつくる	親が仕事を早く帰ったり、仕事を休みやすくする	公園などみんなが使う場所の段差をなくしたり、トイレを広くするなど、だれでも使いやすくする	安全で安心して暮らせるように通学路や公園などに防犯カメラをつけたり、交差点安全教室を行う	児童虐待を未然に防ぎ、病院に連れて行ったりしないなど)	家族と暮らせない子どもが生活できる場所をつくる	障がいのある子どもが家や家の近くで生活できるようにする	その他	特になし	わからない
ヤングケアラー	96	101	32	90	102	90	57	50	63	43	36	14	55	42
	26.0%	27.4%	8.7%	24.4%	27.6%	24.4%	15.4%	13.6%	17.1%	11.7%	9.8%	3.8%	14.9%	11.4%
非ヤングケアラー	693	718	228	730	632	671	372	388	526	307	215	82	290	258
	27.3%	28.3%	9.0%	28.8%	24.9%	26.5%	14.7%	15.3%	20.8%	12.1%	8.5%	3.2%	11.4%	10.2%

して過ごせる居場所を確保することの必要性が示唆された。

### 3. 「ゆるやかなつながりの仕組み」の創出の意義

島根県の子どもの生活実態調査の分析結果から、ヤングケアラーは精神面の不調を抱える者が多く、自由に安心して過ごせる居場所を求めていることが明らかになった。国もヤングケアラーについて、国や自治体による支援の対象として法律に明記し、対応の強化につなげていく方針を決めた（令和6年6月12日施行）<sup>4)</sup>。国のヤングケアラー支援体制強化事業には、ヤングケアラーの居場所のひとつとして、ヤングケアラー同士が悩みや経験を共有し合うオンラインサロンの設営運営事業が推進されている。しかし、オンラインサロンの参加者数は全国的に低調である<sup>5)</sup>。

ヤングケアラーが自由に安心して過ごせる居場所のひとつとして、ヤングケアラー同士が交流できるつながりの仕組みが求められているが、十分に開発されているとは言い難い。そこで本研究では、当事者が参加したいと思う交流の場の選択肢を拡げ、交流の場への参加のハードルを下げるために、メタバース（仮想空間）を活用したオンラインサロンを開発・実装した。

これによって、これまで参加をためらっていた「潜在的に参加意欲があるヤングケアラーや元ヤングケアラーら」が、相談や支援、交流につながるための選択肢を拡げることを目指した。このような支援は、ヤングケアラー支援の新たな方策となるだけでなく、交流の場への多様なニーズに応えることができる点でも意義が大きいと考えられる。

## 4. メタバース（仮想空間）を活用した交流の場の開発・実装

### 4.1 背景・目的

メタバースを活用した交流の場を開発するために、しまねソフト研究開発センター<sup>6)</sup>と連携したシステム環境整備や、申請者が代表を務める一般社団法人ヤングケアラーサロンネットワーク<sup>7)</sup>を中心とする民間団体と連携・協働し、この介入手法の導入と概念検証を実践した。

### 4.2 メタバース（仮想空間）の定義<sup>8)</sup>

メタバースとは、多人数が参加可能で、参加者がその中で自由に行動できるインターネット上に構築される仮想の三次元空間である。ユーザーはアバターと呼ばれる分身を操作して空間内を移動し、他の参加者と交流する。ゲーム内空間やバーチャル上でのイベント空間が対象となる。

### 4.3 メタバース（仮想空間）のメリット・デメリット<sup>9)</sup>

メタバースは仮想空間上に現実世界と同じような体験を得られる空間を作り出す。そのため、例えば音楽フェスなどでは自宅にいながら臨場感を味わえるなどのメリットがある。また、外出する必要がない。新たなユーザー体験やビジネスの創出のチャンスもある。現場に行かなくても臨場感が得られる。Z世代、ゲーマーなどのヤングケアラー・若者ケアラーへの適応性があるのではないかと考える。デメリットとして、メタバースの注意点として、環境を構築するための技術やコストの負担が挙げられる。その他にも、インターネットを活用するため、セキュリティ対策は欠かせない。

## 5. メタバースを活用したオンラインサロンの実装

### 5.1 運営・参加者

本企画では、メタバースプラットフォーム「Meta Life」<sup>10)</sup>を活用した相談・交流イベントを実施した。参加費は無料、要事前申し込みはGoogle formを活用した。開催時間は1時間程度とした。参加対象は、仕事や勉強をしながら介護しているヤングケアラー・若者ケアラーとした。参加方法は、匿名かつ顔出し不要とした。広報は、下記のチラシ(図1、図2)を作成し、鳥根県内の関係機関やSNSで全国に発信した。WEB広告の表示人数は509,581人、リンクのクリック数は286であった。

当日の運営スタッフは、メタバースパーク開発を委託した事業者のスタッフと、企画者、企画者の大学のゼミ生2名が担当した。4月17日に運営スタッフ全員でリハーサルと事前打ち合わせを行った。

メタバース会場構成は、交流スペース、ヤングケアラーに関する情報コーナー、個別相談ブース、休憩スペースを整備した。当日のタイムスケジュールは、全員で20分程度の交流タイムを持ち、参加者同士のアイスブレイク、ケアや家族に関する悩みや相談の共有を行った。その後は、各自自由にパーク内を散歩し、参加者同士や支援者と交流したり、情報コーナーに立ち寄るなどした。入退室は自由とした。個別相談を希望する者は、終了後に残ってもらうようアナウンスした。

申込希望者は19名、当日の参加者は16名であった<sup>11)</sup>。年代は10代3名、20代8名、30代3名、40代2名であった。個別相談を希望する者はいなかった。終了後のアンケート結果から、「一番印象に残ったこと」と

して、「様々な人と話せたこと」、「遠くに住んでいる人と話せたこと」が挙げられた。また、交流の場に参加したいと思っていたが、一般のオンラインサロンへの参加をためらっていたヤングケアラーの参加もあった。「メタバースパークは、顔出しなし、匿名での参加であるため、参加しやすかった」という声も聞かれた。当日の進行は、下記の運用マニュアルに基づいて実施した。

### 5.2 プログラム進行

13:00～13:03 オープニング挨拶(宮本)

イベントの目的、申し込み時の連絡先に今後イベント等の案内を送っても良いかどうかの確認、途中入退室自由、個別相談希望者はイベント終了後に案内する旨周知、宮本メールアドレスに随時連絡可能である旨周知

13:03～13:17 交流タイム

(自己紹介・居住地など)

13:17～13:20 操作説明&会場案内

(澤野)

13:20～13:50 自由交流・

自由散策タイム

13:50～13:55 クロージング挨拶(宮本)

→アンケート記入の依頼

※希望者は終了後、個別相談タイムへ

### 5.3 交流タイムの進行

1. ニックネームで簡単に自己紹介
2. 「どこから参加していますか？」
3. 誕生日・同じ誕生日の有名人等
4. ケアしている人は、どんなケアをしているか、ケアすることで困っていること等

### 5.4 当日スタッフ業務一覧

#### 5.4.1 開始前(～12:45)

・参加者リストの匿名者について、出身地を

把握できないか検討

- スタッフ集合（集合場所：法文学部棟2階多目的室）、各自パソコン持参、音声・操作テスト
- 会場チェック（動線・表示物）
- 参加者の入室確認・案内
- ・リアクション（拍手の仕方）、操作方法などマニュアル

5.4.2 イベント中

- ・参加者自己紹介内容（どこから来たか、ケア経験、勉強 or 仕事どちら等）を記録する
- ・会場内のスクリーンショット撮影
  - 声掛け・誘導（初心者サポート）
  - チャット欄の対応（簡単なQ&A、迷子サポート）
  - 雰囲気作り（盛り上げ・安心感の提供）

5.4.3 終了後

- アンケート案内リンク送付（フォーム）
- 個別相談希望者の誘導（個別ルーム等）
- 振り返り共有ミーティング（必要に応じて）
- ・参加者の確認（人数、途中入退室者の確認、個別相談者の確認）

5.5 アンケート案（抜粋）

開催後にメールで案内した。アンケート項目は下記のとおりである。

- 今日のイベントの満足度（5段階評価）
- ・今後企画してほしいイベントがあれば自由記述
  - 一番印象に残った内容（自由記述）
  - 次回参加したいか（自由記述）
  - 改善点・提案（自由記述）



図1 広報チラシ

6. おわりに

メタバースを活用した交流の場に期待される効果として、以下を挙げることができる。

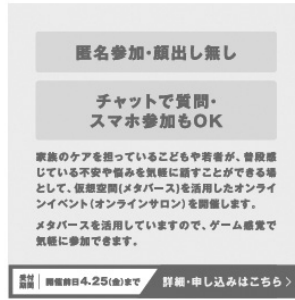
ヤングケアラーは、自分をヤングケアラーだと認識していなかったり、「相談」は苦手だが、ゲームなら参加しても良いと思っていたり、少しだけならのぞいてみたいと思っている者も多い。あるいは、本当に困っているが、「相談してもどうせ何も変わらない」とあきらめているケースや、同じような立場の友達と話してみたいと思っているケースもあるなど、ヤングケアラーの思いは多様である。

多様なヤングケアラーのうち、「潜在的に参加意欲はあるが、参加をためらっているヤングケアラー」に交流の場に参加してもらうためには、「ゆるやかなつながりの仕組み」を創出する必要があると考え、メタバース（仮想空間）を活用した交流の場を開発・実装し

1



2



3



図2 SNS 広報デザイン



図3 2025年4月23日朝日新聞島根版掲載



図4 パーク内撮影風景

た。メタバースパークには、ヤングケアラー・若者の啓発や相談窓口、支援情報の紹介、支援者や参加者同士が交流できる機能を持たせた。メタバースパークに参加することで、それまで相談をしたり、ヤングケアラー支援のサービスやオンラインサロンに参加していなかったヤングケアラーが、個別の相談につながったり、ヤングケアラー同士で交流できたりするなど、ピアサポート体制の構築につながる事が期待できた。

地域コミュニティが衰退し、地域のつながりが弱まる中で、ヤングケアラーと家族は、地域の中でいっそう孤立化しやすくなっている。本人や家族に自覚がないといったことも多いため、孤独・孤立化しやすいヤングケアラーと家族を支援するためには、課題解決を目指す「解決型支援」だけでは対応が難しいと言えよう。ヤングケアラーと家族がいったん支援を拒否したとしても、「つながり続けること」で自分たちの困難や課題を認識し、周囲との関係を築いていくことも期待できる。その中で新たな展開が始まることもある。その時々々の当事者の目線や立場に立って、「つながり続ける」支援を継続することが重要である。そのための手段のひとつとして、「ゆるやかなつながりの仕組み」を創出することは重要であり、メタバースの活用は、その仕組みのひとつとして有効であることが確認できた。

### 【注】

- 1) 河本秀樹『日本のヤングケアラー研究の動向と到達点』「敬心・研究ジャーナル」4(1)、1、2020
- 2) 子ども家庭庁<<https://www.cfa.go.jp/policies/>>を参照のこと
- 3) 令和6年度島根県子どもの生活に関する実態調査 <https://www.pref.shimane.lg.jp/educa>

tion/child/kodomo/kodomonohinkon/R6kodomo-jittaicyousa.html (2025年3月30日最終アクセス)

- 4) 「子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律」において、子ども・若者育成支援推進法を改正し、「家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者」として、国・地方公共団体等が各種支援に努めるべき対象にヤングケアラーを明記した。
- 5) ヤングケアラーへの支援体制強化事業 <<https://www.mhlw.go.jp/content/11907000/001283331.pdf>> (2025年3月30日最終アクセス)
- 6) <https://www.s-itoc.jp/> (2025年6月4日最終アクセス)
- 7) <<https://young-carer-salon.net/>> (2025年6月4日最終アクセス)
- 8) 経済産業省<<https://www.meti.go.jp/press/2021/07/20210713001/20210713001.html>> (2025年3月30日最終アクセス)
- 9) 同上。
- 10) <https://metallife.co.jp/> (2025年6月4日最終アクセス)
- 11) 申し込み希望者のうち、40代以上の者については、本企画の対象外であるため、参加できない旨を事前に周知した。

### 【参考文献】

- 青木由美恵『ケアを担う子ども（ヤングケアラー）・若者ケアラー - 認知症の人々の傍らにも - 』「認知症ケア研究誌」2(0)、78-84、2018。
- 河本秀樹『日本のヤングケアラー研究の動向と到達点』「敬心・研究ジャーナル」4(1)、45-53、2020。
- 亀山裕樹『ヤングケアラーをめぐる議論の構造：貧困の視点を中心に』「北海道社会福祉研究」(41)、35-47、2021。
- 厚生労働省『厚生労働省・文部科学省におけるヤングケアラー支援に係る取組について』令和3年3月17日 <<https://www.mhlw.go.jp/content/11900000/000592954>>

pdf>

澁谷智子『ヤングケアラーの実態と支援の方向性』「都市問題」112 (1)、24-28、2021-01。

澁谷智子『ヤングケアラーの調査と支援』「ガバナンス」(235)、32-34、2020-11。

堀越栄子、菊澤佐江子、井手大喜、佐塚玲子、平山亮、大沢真知子『シンポジウム「家族の変化と新しい時代のケアを考える」』「現代女性とキャリア」(9)、5-49、2017。

宮川雅充、濱島淑恵『ヤングケアラーとしての自己認識：大阪府立高校の生徒を対象とした質問紙調査』「総合政策研究」59号、1-14、2019。

宮崎成悟『ヤングケアラーを社会全体で支えるために』「月刊自治研」62(728)、37-43、2020-05。

三菱 UFJ リサーチ&コンサルティング『ヤングケアラーの実態に関する調査研究』平成 31 年 3 月。

有限責任監査法人トーマツ、『令和 3 年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業「多機関連携によるヤングケアラーへの支援の在り方に関する調査研究」多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル～ケアを担う子どもを地域で支えるために～』、2022 年。

渡邊多永子、田宮菜奈子、高橋秀人『全国データによるわが国のヤングケアラーの実態把握：国民生活基礎調査を用いて』「厚生 の指標」66(13)、31-35、2019-11。

### 【発表論文】

宮本恭子 (2023) 「ヤングケアラーの孤独・孤立化を未然に防ぐために」『経済科学論集』49 巻、pp1-21。

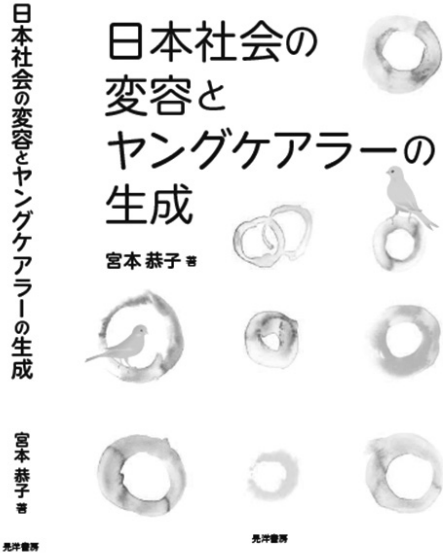


図 5 著書

### 【刊行図書】

宮本恭子『日本社会の変容とヤングケアラーの生成－地域の実態調査から支援の方向性を考える』晃洋書房、2025 年。

### 【メディア掲載】

メタバースサロン  
取 材：4 月 17 日 朝日新聞 大阪支局  
4 月 17 日 山陰中央新報社  
記事掲載：読売新聞 2025 年 5 月 28 日 25 面  
朝日新聞 2025 年 4 月 23 日 17 面

### 【謝辞】

調査に快くご協力いただいた関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。本研究は 2024 年度ひと・健康・未来研究財団研究助成を得て実施された。

## ヤングケアラー 仮想空間で交流



「中学生、高校生も」担当のツレをしてみました。テレビゲームのような半加納メタバースで、参加者約10人が集まるアバター同士が集まる中、一人が自己紹介をした。参加者の中には、運営スタッフに話しかけられても、話さずして黙る人もいたが、高本教授は「匿名性確保に、同じような状況の人と交流できる場所があるだけで安心する人もいる。何か役立てば」と話す。

高本教授は「一般社団法人

家族介護や家事を日常的に担う若者「ヤングケアラー」や、ヤングケアラーの問題に関心がある人がオンラインネットワーク上の仮想空間「メタバース」で交流を促すイベントが自主開催された。ヤングケアラーを支援している臨床心理士の高本教授（社会福祉学）が企画。参加者はアバター分身を介して、自身の所属や名前を隠したまま互いの様子を語り合った。（北澤木）

### 匿名性保ち 境遇語り合う

メタバース空間とは、仮想空間の「ヤングケアラー」や「高齢者のケア」など、特定のテーマを扱う「バーチャル空間」を指す。参加者は、匿名性を保ちながら、自身の境遇や悩みを語り合うことができる。高本教授は「匿名性を保ちながら、互いの境遇を語り合うことで、孤独感を軽減し、支えあえる場を作りたい」と話す。

図6 メディア掲載

## ヤングケアラー 話せる空間



「2馬力防止宣誓」  
知事 今夏の参院選臨取・馬根選挙区で、いわゆる「2馬力選挙」を防ぐため候補者に対し誓書の提出

### 26日、ウェブ上に用意アバターで参加

ヤングケアラー、若者ケアラーと呼ばれる、家族の世話を担う子どもや若者が、が悩みや不安を気軽に話し合えるオンラインイベントが、26日に開かれる。仮想空間「メタバース」を用い、参加者は自分の代役となるアバターを使い、顔や名前を出さずに互いに参加できる。

高本教授がこれまでも活動で懸念してきたのは、通常のオンラインイベントの参加者の少なさだ。県内でも推定十人のヤングケアラーがいると見られ、助けを求めずともや若者はもついている。今回のイベントでは「アバター感覚で参加できるのでは」と仮想空間をウェブ上に用意した。

参加対象は、家族の世話をしながら、学業に備わたりしている子どもや若者。参加者はスマートフォンなどを使って、自分のアバターを仮想空間内で操作。通りかかった人と会話を楽しんだ。

イベントは、ヤングケアラー支援に取り組む高根大学法文学部の高本教授が企画した。高本教授は「一般社団法人のヤングケアラーサポートワークのメタバースで、若者の個別相談や高本教授がこれまでも活動で懸念してきたのは、通常のオンラインイベントの参加者の少なさだ。県内でも推定十人のヤングケアラーがいると見られ、助けを求めずともや若者はもついている。今回のイベントでは「アバター感覚で参加できるのでは」と仮想空間をウェブ上に用意した。

参加対象は、家族の世話をしながら、学業に備わたりしている子どもや若者。参加者はスマートフォンなどを使って、自分のアバターを仮想空間内で操作。通りかかった人と会話を楽しんだ。

イベントは、ヤングケアラー支援に取り組む高根大学法文学部の高本教授が企画した。高本教授は「一般社団法人のヤングケアラーサポートワークのメタバースで、若者の個別相談や高本教授がこれまでも活動で懸念してきたのは、通常のオンラインイベントの参加者の少なさだ。県内でも推定十人のヤングケアラーがいると見られ、助けを求めずともや若者はもついている。今回のイベントでは「アバター感覚で参加できるのでは」と仮想空間をウェブ上に用意した。

参加対象は、家族の世話をしながら、学業に備わたりしている子どもや若者。参加者はスマートフォンなどを使って、自分のアバターを仮想空間内で操作。通りかかった人と会話を楽しんだ。

図7 メディア掲載