

# は・た・ら・く 壁

キャリア期(30代~40代)

兄弟姉妹の生活介助×子育て×親の介護

- ・多重介護
- ・親亡きあとの親代行



兄弟姉妹から分離時期 (20代~30代)

社会福祉

会社員

- ・理想とのギャップ
- ・ストレス・離職



- ・孤立感
- ・タブー感

(10代~20代)

兄弟姉妹ケア×職業選択

- ・家族の過度な期待
- ・ケアの担い手



大学生

- ・相談相手がいない
- ・将来への不安
- ・重いケア負担  
(親+兄弟姉妹)

兄弟姉妹ケア×進路選択



高校生

## 知的障害者の きょうだいケアラー

CAN

ケアラーアクションネットワーク

# 壁への対処

【制度・働き方改革】  
できることは？

キャリア期(30代~40代)

働き方改革  
時短(フレックス制)  
休職からの復帰  
職場の理解



若者への  
対応は？

兄弟姉妹から分離時期 (20代~30代)  
社会福祉 会社員

支援者向け教育  
支援者のケア  
目的意識の共有  
マッチング見直し  
働き方の見直し



ピアサポート  
(社外活動)

(10代~20代)



大学生



高校生

【市民活動ができること】  
ピアサポート  
メンタルフレンド



CAN

きょうだいの集い