

そう だん

相談してみよう

- 家族 ● 親せき ● 担任の先生 ● 保健室の先生
- その他の学校にいる大人のひと ● スクールカウンセラー
- スクールソーシャルワーカー ● 保健センターのひと
- 地域の人、近所の人(民生・児童委員) ● ケアマネジャー
- ヘルパー ● お家にかかっている大人のひと
- 児童センターのひと …など

わり あい

ヤングケアラーの割合



しょうがく ねんせい
小学6年生の
15人に1人
(6.5%)
令和3年厚生労働省調査

そうだん
相談を
受け付けています

ヤングケアラーコーディネーター

まいしゅうすいよう きんよう ねんまつねんし しゅくじつ
毎週 水曜・金曜 (年末年始・祝日をのぞく)

こ かにていしえん せんむ
子ども家庭支援センターに勤務



みやざき せいご
宮崎 成悟

もと
元ヤングケアラー



こばやし あゆな
小林 鮎奈

もと
元ヤングケアラー
かんご しけんこうにんしん りし
看護師兼公認心理師

相談先

品川区子ども家庭支援センター

じゅうしょ しながわく ふたば
住所：品川区二葉 1-7-15
じかん げつようび どようび ねんまつねんし しゅくじつ
時間：月曜日～土曜日 (年末年始・祝日をのぞく)
ごぜん じ ふん ごご じ
午前8時30分～午後5時

でんわ 電話番号：03-6421-5237 (子育てサポート担当)
ふあつくす FAX：03-6421-5238

品川区ヤングケアラーサポートLINE

こんな時はLINEしてください。
あなたの気持ちに寄りそいます。

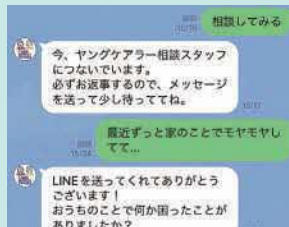
- 家族のことで悩んでいる
- 自分はヤングケアラーかもしれない
- 誰かにこの気持ちを聞いてほしい

そうだんにちじ げつよう きんようび ねんまつねんし しゅくじつ
相談日時：月曜～金曜日 (年末年始・祝日をのぞく)
ごぜん じ ふん ごご じ
午前11時から午後8時

※メッセージはいつでも送れます。

※LINEで相談できるのは品川区に住んでいる人です。

※内緒で相談できます。

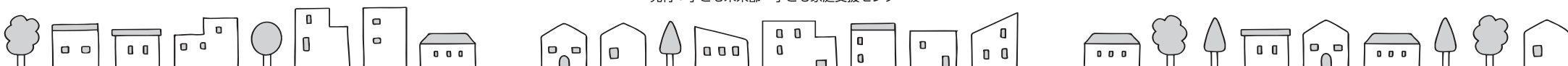


ほか そうだん さき
その他の相談先はこちら



しょうがく せいよう
小学生用

「ヤングケアラー」 ってなに？



ヤングケアラーとは？

ヤングケアラーとは、
おとな かに かぞく せわ
大人のように家事や家族のお世話などを
こ
いつもしている子どものことです。



びょうき しょうがい かぞく
病気や障害のある家族のため
に、買い物・料理・掃除・
洗濯などの家事をしています。



びょうき しょうがい かぞく み
病気や障害のある家族の身
の回りのお世話や、看病、
をしています。

ヤングケアラー 経 験 談



ちゅうがくせい びょうき かあ
ぼくは中学生のころから病気のお母さんの
せわ かあ からだ
お世話をしてきました。お母さんの体はどん
どん動かなくなり、家事ができなくなったの
で、ぼくが代わりにやっていました。
つら おお かあ
辛いことも多かったけれど、お母さんのため
にがんば
頑張ってきました。

れい 例



め かぞく みまも
目のはなせない家族の見守り
や声かけなどをしている。



にほんご はな かぞく しょう
日本語が話せない家族や、障
害のある家族のために通やく
をしている。



おさな びょうき
幼いきょうだいや、病気や
しょうがい
障害のあるきょうだいのお
せわ みまも
世話・見守りをしている。



こころ ふ あんてい かぞく はなし き
心が不安定な家族の話を聞
いている。

ほか いろいろな種類のことをしています。

ヤングケアラーの気持ち

こま 困っていること

- しゅくだい じかん せんせい
宿題をする時間がなくて、先生におこられる
- ともだち あそ じかん
友達と遊ぶ時間がなくて、さみしい
- がっこう にかい
学校にいるときも、家のことが心配
- ともだち し
友達に知られたくない
- わたし
私のこともみてほしい
- とくべつ
特別あつかいされたくない
- なに そうだん
何を相談していいかわからない …など



いいこと

- かぞく やく
家族の役にたててうれしい
- かじ たの
家事ができるようになって楽しい
- きょうだいのおせわ
きょうだいのお世話はいやではない
…など



なや おとな はなし き
悩んでいるときに大人に話を聞いて
もらったことがあって、心がずっと
こころ
楽になったんだ。みんなも一人で悩
まなほ
まないでほしいな！



わたし ちい かあ びょうき
私が小さいころに、お母さんがこころの病気
になりました。お母さんが辛そうで、私はと
しんぱい ふ あん
ても心配で不安でした。たくさん悩みました
が、だれに話したらいいのかわからなくて、
ひとり なや
いつも一人で悩んでいました。



そうだん
相談できるところがたくさんあるよ。
はなし だいじょうぶ あんしん
どんなお話でも大丈夫だから、安心し
てお話し
てお話ししてみてね！

はなし き
あなたのお話聞かせてね！

