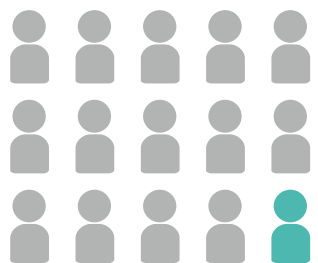


相談してみよう

- 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人 ● スクールカウンセラー
- スクールソーシャルワーカー ● 保健センターの人
- 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 ● お家にかかわっている大人の人
- 児童センターの人 …など

ヤングケアラーの割合



小学6年生の
15人に**1人**
(6.5%)

令和3年厚生労働省調査

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

毎週 水曜・金曜 (年末年始・祝日をのぞく)

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
もとヤングケアラー



こばやし あゆな
小林 鮎奈
もとヤングケアラー
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

ヤングケアラーサポート担当

住所：品川区広町2-1-36 第3庁舎2F
時間：月曜日～金曜日(年末年始・祝日を除く)
午前8時30分～午後5時

電話：03-5742-7193
FAX：03-5742-7196

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。

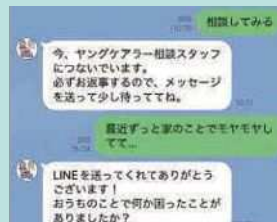
- 家族のことで悩んでいる
- 自分はヤングケアラーかもしれない
- 誰かにこの気持ちを聞いてほしい

相談日時：月曜～金曜日(年末年始・祝日をのぞく)
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。



その他のご相談先はこちら

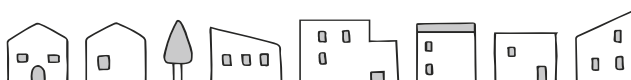
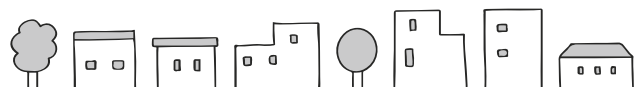


発行：子ども未来部 子ども家庭支援センター

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 かし 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。

例



め かぞく みまも
目のはなせない家族の見守り
こえ
や声かけなどをしている。



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



びようき しようがい かぞく
病気や障害のある家族のた
め、かいもの りようり そうじ
洗たくなどの家事をしている。



びようき しようがい かぞく み
病気や障害のある家族の身
まわりの お世話や、看病、
をしている。



あさな びようき
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
せわ みまも
お世話・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 しゆるい
他にも、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

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 あそび じかん
友達と遊ぶ時間がなくて、さみしい
- がっこう いえ しんぱい
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
- せわ
きょうだいのお世話はいいではない
…など

ヤングケアラー 経験談



ちゅうがくせい びようき 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
うご かじ
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
がんば
に頑張ってきました。



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、心がすつと
らく ひとり なや
楽になったんだ。みんなも一人で悩
まないでほしいな！



わたし ちい かあ びようき
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
てお話してみてね！

はなし き
あなたのお話も聞かせてね！

