

“ヤングケアラー”を知っていますか？

POINT

1

ヤングケアラーは

まいにち せいかつ かぞく かいご せわ
毎日の生活の中で、家族の介護やお世話を、

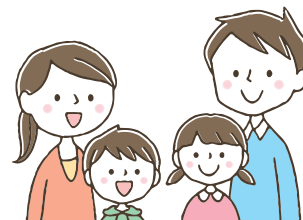
じぶん じかん べんぎょう あそ じかん
自分の時間(勉強したり、遊んだりする時間)や

げんき おこな こ わかもの
元気がなくなるほど行っている子ども・若者

のことです。



©岡山県「ももっち」



POINT

2

“ヤングケアラー”がしているお世話は？

たいせつ かぞく
大切な家族のため、たとえば・・・



しょう びょうき かぞく か
障がいや病気のある家族に代わり、
かいもの りょうり そうじ せんたく か
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
せわ
世話をしている。



め はな かぞく みまも こえ
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。

- しょう びょうき かぞく せわ みまも
障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。
- にほんご だいいちげんご かぞく しょう かつやく
日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている。 など

POINT

3

“ヤングケアラー”の状況や思いは？

こ せいかつ おく
子どもらしい生活が送れていますか？

- しゅくだい べんぎょう じかん
宿題をしたり、勉強をしたりする時間がない。
- ともだち いっしょ あそ じかん
友達と一緒に遊ぶ時間がない。
- かぞく き じゅぎょう しゅうちゅう
家族のことが気になって、授業に集中できない。
- かぞく はな あいて
いつも家族の話し相手をしている。

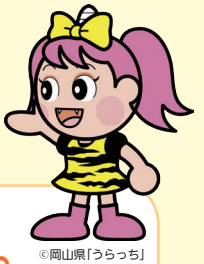
わたし
私の
はなし
話も聞いて
ほしい。



しゅくだい
宿題を
する時間が
ほしい。

もっと
ともだち いっしょ
友達と一緒に
あそ
遊びたい。

ひとり じょうきょう
1人ひとり、状況はさまざま。



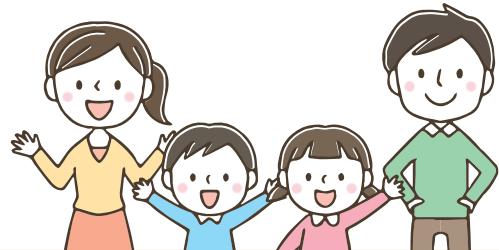
©岡山県「うらっち」

STEP 1

じょうきょう はなし
あなたの状況をお話してください。

かぞく ひつよう とき う
あなたや家族が必要な時、サポートが受けられます。

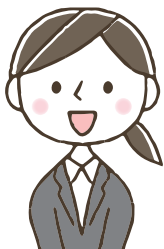
- あなたのお世話の役割をやわらげ、
あなたが家族と一緒に暮らし続けられるよう、
できる限り必要なサポートをします。
- あなたの家族が利用できる支援があり、
家族を助けることができます。
あなたはもちろん、家族全体をサポートします。
- プライバシーを尊重します。



STEP 2

あなたが
はなし お話できる人は、
たくさんいます。

- 学校の先生
・担任の先生・保健室の先生
・スクールカウンセラー
・スクールソーシャルワーカー
- 家族のお世話をしている方
・ケアマネージャー、ヘルパー
・医師、看護師 など
- その他
・きょうだいの担当の保育士
・病院のスタッフ
・市町村の保健師、相談員
・児童相談所のスタッフ など



“子どもの権利”

子どもは、1人ひとり
とても大切です。

あなたが、安心して暮らし、自分の
人生を自分らしく歩んでいけるよう、
子どもの権利が保障されています。

※「子どもの権利条約」にさまざまな権利がさだめられています。

- 生きる権利・育つ権利(第6条)
- 意見をきかれる権利(第12条)
- 教育を受ける権利(第28条)
- あそんだり、休んだりする
権利(第31条)



STEP 3

あなたが相談できる
ところがあります。



市町村の相談窓口

- お住まいの市町村子ども家庭
センターなどにヤングケアラー
の相談窓口があります。

連絡先はこちら ▶



岡山県子ども家庭課 ヤングケアラー

県の相談窓口

親子のための
相談LINE
月～金 10:00～19:00
祝日・年末年始を除く



子ども・家庭電話相談室

☎086-235-4157

月～土 9:00～20:00 祝日・年末年始を除く

児童相談所《相談専用ダイヤル》

☎0120-189-783

お近くの児童相談所につながります。