

# してる？ ヤングケアラーのこと。



## ヤングケアラーってどんな人？

ヤングケアラーとは、大人おとなの代わりに家族かの介護かぞくやお世話かいごなどをしている子どもたちのことです。一人でひとりがんばりすぎてしまうと心や体こころ からだがしんどくなってしまうたり、自分じぶんのやりたいことができなかったり、学校生活にえいきょう影響がでてしまうこともあります。

# ヤングケアラーがしていること（例）<sup>れい</sup>



しょうがい びょうき  
障害や病気のある  
かぞく か  
家族の代わりに洗濯  
りょうり かじ  
や料理などの家事を  
している



かぞく か  
家族の代わりに  
としした  
年下のきょうだいの  
おせわをしている



びょうき わずら かぞく  
病気を患う家族の  
み まわ  
身の回りのおせわや  
かいご  
介護をしている



さけ  
お酒やギャンブル  
もんだい かか  
などの問題を抱える  
かぞく たいおう  
家族の対応をしている

いがい こころ ふあんてい かぞく はなし  
これら以外にも「心が不安定な家族の話をきいている」「家族の通訳をして  
いる」など、ヤングケアラーがしていることは人によってさまざまです。

どうが  
／動画でもヤングケアラーについて紹介しています／



どうが し  
【動画】ヤングケアラーって知ってる？  
つた  
～がんばるあなたへ伝えたいこと～

## ひとり 一人でなやんでいませんか？

かぞく ささ けっ わる  
家族を支えることは決して悪いことではありません。  
こころ からだ  
でも、心や身体がしんどくなったり、生活に問題がでてきたときは自分のSOSの  
サインかもしれません。そんなときは、<sup>せいかつ もんだい</sup>生活に問題がでてきたときは自分のSOSの  
<sup>がっこう せんせい ほけんしつ せんせい</sup>学校の先生や保健室の先生、スクール  
カウンセラーなど、<sup>おとな はな</sup>みじかな大人に話してみてください。<sup>がまごおりし まどぐち そうだん</sup>蒲郡市の窓口でも相談  
をうけつけています。<sup>はなし き</sup>ぜひ、あなたの話を聞かせてください。

### 【相談先はこちら】

<sup>がまごおりし こ そだ しえんか かてい</sup>  
蒲郡市子育て支援課 とも家庭センター  
メール：uminoko@city.gamagori.lg.jp  
<sup>でんわばんごう</sup>  
電話番号：0533-66-1213



ホームページは  
こちらから



### 【インターネット相談フォーム】

<sup>うみのこ相談フォーム</sup>  
うみのこ相談フォーム  
<sup>インターネットから名前を公開せずに</sup>  
インターネットから名前を公開せずに  
相談することができます



相談フォームは  
こちらから

