

あなたのことではありませんか？

「ヤングケアラー」とは、**本来大人がするような家事や家族のお世話**などをしている子どものことです。



病気や障がい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る



幼いきょうだいのお世話や、病気や障がいのあるきょうだいの見守りをしている



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



病気や障がいのある家族の着病や身の回りの世話、介助をしている



日本語が話せない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族の対応をしたり、心が不安定な家族の話聞いています

出典：厚生労働省 HP 「子どもが子どもでいられる街に」

家族のお世話をするのは普通のことかもしれないけど、友達と自分を比べたりして、「いつまで続くの?」「なんで自分ばかり」とつらく感じたりしたら周りの大人に話してみよう♡



たとえばこんな人に話してみよう



担任の先生 保健室の先生 その他の学校の先生 病院の先生やヘルパーさんなど福祉サービスのスタッフ
民生児童委員 子ども食堂のスタッフ 市役所や区役所の人

自分の気持ちを誰かに話すのは勇気がいることだけど、話しをすることで何かを変えられるかもしれません。

たくさんの方の力を借りましょう。話を聞いて寄り添ってくれる人は必ずいます。

市役所や区役所の相談先

中央区保健子ども課 096-358-2451
西区保健子ども課 096-329-1147
北区保健子ども課 096-272-1104

東区保健子ども課 096-367-9130
南区保健子ども課 096-357-4135
子ども・若者総合相談センター 096-361-2525

作成：熊本市子ども政策課