

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世話や見守りをしている



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看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を聞いている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている

誰かのお世話をしながら学校に通うことはあなたにとって当たり前でも実は大変なこと。自分でも気が付かないうちに負担になっているかも。学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じるほどの重い負荷がかかっている場合は、すこし注意が必要です。自分のことや家のことを話すのは勇気がいると思います。でも、あなたの話を聞いて、共感して、サポートしてくれる人は必ずいます。一人で抱えてしまう前に相談できる人を見つけよう。

自分を大切にすることを忘れないで



出典：厚生労働省HP「子どもが子どもでいられる街に」

例えばこんな人

担任の先生 部活動の顧問 養護教諭 その他の学校の先生 スクールソーシャルワーカー
 家族のケアに関わっている病院の先生やヘルパーさん、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 など

厚生労働省特設ホームページ「子どもが子どもでいられる街に。～みんなでヤングケアラーを支える社会を目指して～」はこちらから



<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/>



| | | | |
|-----------|--------------|----------------|--------------|
| 中央区保健子ども課 | 096-358-2451 | 東区保健子ども課 | 096-367-9130 |
| 西区保健子ども課 | 096-329-1147 | 南区保健子ども課 | 096-357-4135 |
| 北区保健子ども課 | 096-272-1104 | 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