

ヤングケアラーってなに？

本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などのケアを日常的に行っている 18 歳未満の若者のことです。

たとえばどんなことをしているの？



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼い兄弟姉妹の世話をしている。



障がいや病気のある兄弟姉妹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。



日本語が話せない家族や障がいのある家族の通訳をしている。



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。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族を助けている。



がん・難病・精神疾患などの慢性的な病気のある家族の看病をしている。



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

家族のケアをすることで学校生活に影響が出ることがあります。

友達と遊ぶ時間がとれない。



宿題や勉強をする時間がない。
授業についていけない。

家族のケアのために、進路について悩んでいる。



裏面も見てください！

あなたが、大切な家族の手助けをすることは、とてもすばらしいことです。

その一方で、友達との時間、勉強や部活動など、やりたいことも沢山あると思います。家族の手助け、友達との関係、勉強や進路のことなどを、ひとりで悩み続けたり、自分で解決しようと頑張ったりすることは大変なことです。

こころやからだに不調を感じる時は、少し注意が必要です。

自分のことや家庭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、サポートしてくれる人は必ずいます。



悩みや不安を感じる時は、周りの大人に話してみましよう。

担任の先生 保健室の先生



スクールソーシャルワーカーさん
スクールカウンセラーさん

ご家族のケアにかかわっている
ケアマネージャーさんやヘルパーさん
など

悩んだときの相談先

市にも、相談窓口があります。もし、まわりに話せる人がいないときなどご相談ください。

伊達市教育委員会 ネウボラ推進課 こども家庭相談係

(伊達市役所 東棟 1階)

連絡先 **024-573-5676** (相談員直通)

相談時間 8時30分～17時15分 (土日祝日、年末年始をのぞく)



メールでも相談できます。

こども家庭相談係
メールアドレス QRコード



市のHPからも相談係の
ページを見ることができます。