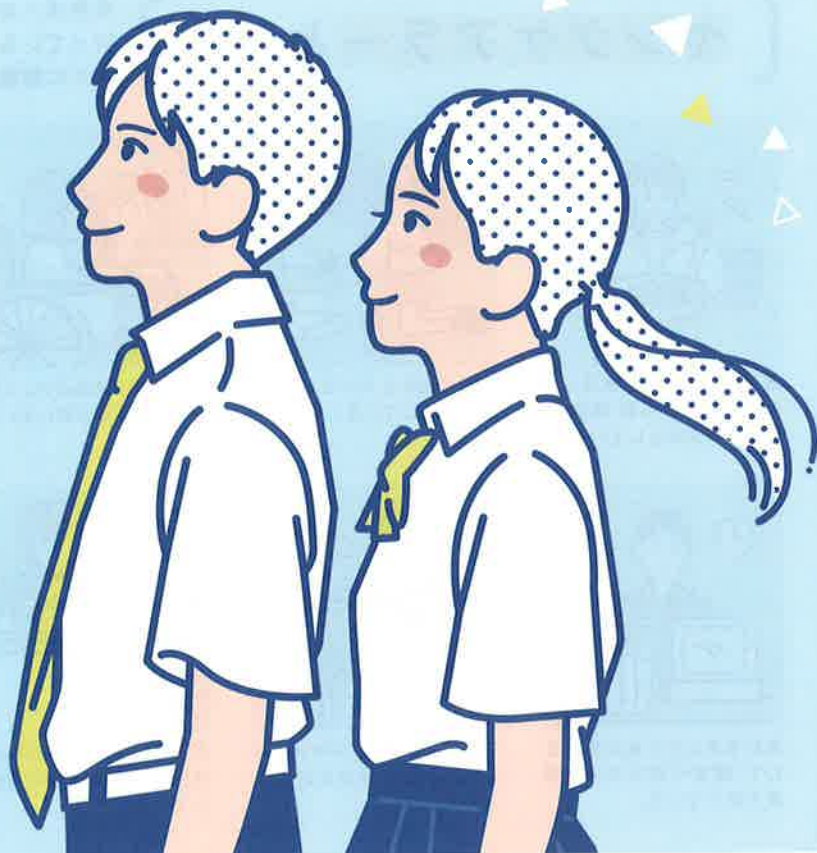


# 大切にしたい、 あなたの今と未来

## ヤングケアラーとは？

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものことをいいます。



### 障がいや病気のある家族のために

#### ヤングケアラーが日常的にしていること



家計を支えるために労働をして助けている



幼児兄妹の世話をしている



買い物・料理・洗濯などの家事をしている



身体的なケアをしている  
(看病、見守り、トイレの介助など)



精神的なケアをしている  
(話し相手になる、愚痴を聞くなど)



通話をしている

### 責任や負担の重さにより

#### ヤングケアラーが諦めてしまっていること



勉強や受験、進学



部活などの課外授業



自分だけの時間を持つこと



友だちと放課後に遊ぶこと



子どもらしく自由に夢を描くこと



理解されること  
気軽に相談すること

SUPPORT LINE

一人で悩まず  
気軽に  
つぶやいてね!

## 沖縄県ヤングケアラーチャンネル 友だち登録受付中!

LINEの友だち登録はこちら >>



LINEで  
できること

家族の  
お世話の悩み

誰にも話せない  
家庭のこと

家族の  
お世話による  
友だちとの悩み

将来の悩み

進学や就職に  
関する悩み



沖縄県



運営:

ヤング  
ケアラー  
協会

YOUNG CARERS  
ASSOCIATION



# ヤングケアラーとは？

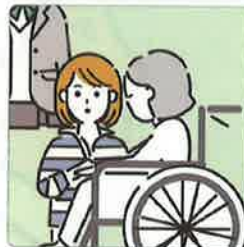
本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っていること。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。



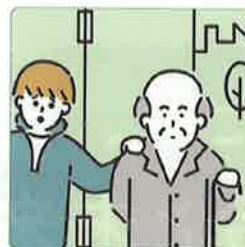
障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障害や病気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。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障害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に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

ヤングケアラーは、家事や家族の世話などをがんばっているからこそ、こんな気持ちを持っているかもしれません。

あまり友達と遊べない…

寝る時間が足りなくて…

自分の時間がない…

学校に行きたくても行けない…

希望の進路を選べない…

宿題とか勉強する時間がない…



もし、悩みを抱えていたら…



相談できる場所が広がっています

辛いときは、学校の先生・スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー・親戚の人など信頼できるまわりの大人に、頼ることが大事です。

しやくしょ そうだん

きがる れんらく

市役所にも相談できるので気軽に連絡してください。

とみぐすくしこそだ しえんか でんわばんごう

豊見城市子育て支援課 電話番号098-840-5633

