

ヤングケアラーって、なんのこと？

たとえば、どんなことをしているの？



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



障がい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は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



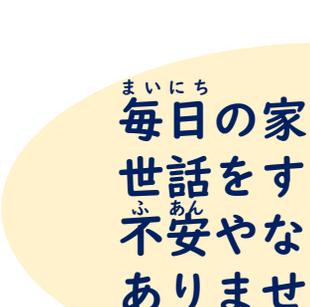
障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



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



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

まいにち 毎日の家事や家族の世話をすることで、不安やなやみはありませんか？

たとえば



遊ぶ時間がない



宿題をする時間がない



家族の世話のため進路を選ばない

うらめん

裏面も見てくださいね！



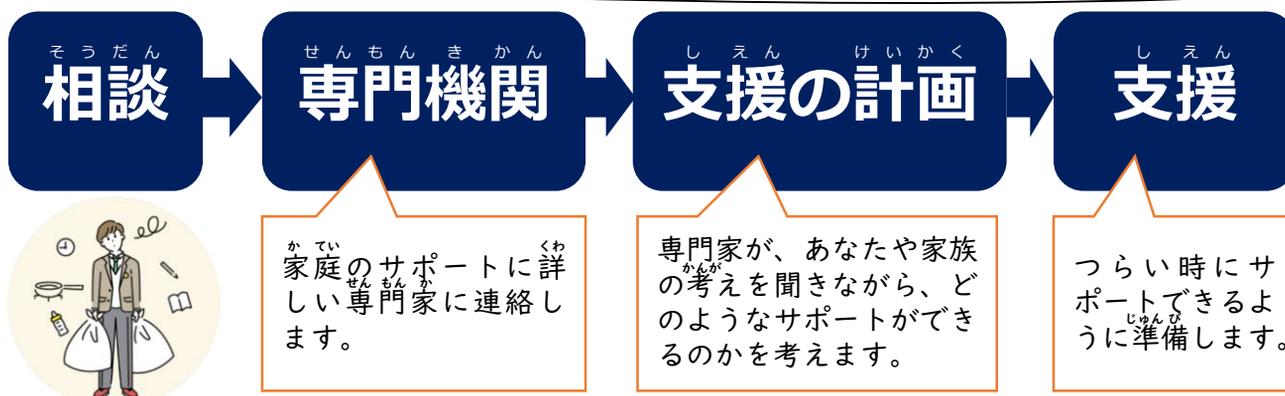
- ・家事や家族の世話をすることは大切なことです。
- ・だけど、学校生活に影響が出たり、こころやからだがつらくなったりする場合は、注意が必要です。
- ・あなたの話を聞いて、サポートしてくれる人は必ずいます。先生・友達・スクールカウンセラーや、相談窓口など、信頼できる相手に相談してみましょう。

話すときが
軽くなるよ

相談できる窓口はあるの？

相談窓口	相談方法	連絡先	対応時間
ヤングケアラー相談 サポートセンター (ヤンサポ)	電話	0120-516-086 (無料)	平日8:45~17:30
	メール	hokkaido.young.carer2022@gmail.com	
	SNS	facebook.com/ebetsu.carers (Facebook) @youngcarer2022 (Twitter)	24時間・毎日
子ども相談 支援センター	電話 メール	0120-3882-56 (無料) sodan-center@hokkaido-c.ed.jp	24時間・毎日
児童相談所 相談専用ダイヤル	電話	0120-189-783 (無料)	24時間・毎日

相談すると、どうなるの？



本資料は、次の資料を参考に作成しています。

・厚生労働省

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



・北海道教育庁

<https://www.dokyoj.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ssa/young-carer.html>



・北海道保健福祉部

https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/khf/keara_shien.html





支える人を、 ひとりにしない。

親や祖父母、きょうだいの
介護や援助を行う18歳未満の人を
「ヤングケアラー」といいます。

ヤングケアラーの中には、
「勉強する時間がとれない」「友達と遊べない」など
悩みや不安をひとりで抱えている方がいます。
近くに困っている人がいたら、声をかけてください。
「自分はヤングケアラーかも」と思う方は、
いま困ってなくても、誰かに話してください。

ヤングケアラーとは、こんな人たちです。

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
幼いきょうだいの
世話をしている

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
家族や障がいのある
家族のために通訳をしている

家計を支えるために
労働をして障がいや
病気のある家族を助けている

[参考]一般社団法人日本ケアラー連盟 (<https://carersjapan.com/>)

令和4年4月 北海道ケアラー支援条例 施行

子ども相談支援センター
(北海道教育委員会(文部科学省))
いじめ、不登校、友人関係、親子関係、LGBT、性被害、
家庭の事情で自分の時間がとれないなど、様々な悩みを
相談できます。(毎日24時間対応)
TEL 0120-3882-56

児童相談所相談専用ダイヤル
(北海道・厚生労働省)
ヤングケアラーなど子どもの福祉に関する様々な相談を
受け付けています。(毎日24時間対応)
TEL 0120-189-783

北海道ヤングケアラー
相談サポートセンター(北海道)
ヤングケアラーに関する専門相談窓口です。
(平日8:45~17:30)
TEL 0120-516-086

高齢の家族の介護や援助に関する相談
(地域包括支援センター)
最寄りの地域包括支援センターに
ご相談ください。
<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/khf/117374.html>



障がいのある家族の介護や援助に
関する相談(市町村窓口)
お住まいの市町村の
相談窓口にご相談ください。
<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/carer.html>



「気づく」ことから はじめよう!

ヤングケアラーとは

<p>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</p>	<p>家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている</p>	<p>障がいや病気のあるきょうだいの世話をしている</p>	<p>目を覚まさない家族の目覚ましや声かけなどの気づきをしている</p>	<p>日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている</p>
<p>家族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</p>	<p>アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対して</p>	<p>がん・糖尿病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看護をしている</p>	<p>障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている</p>	<p>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</p>

これって、自分のことかな…?

もしかして、あの子のことかも

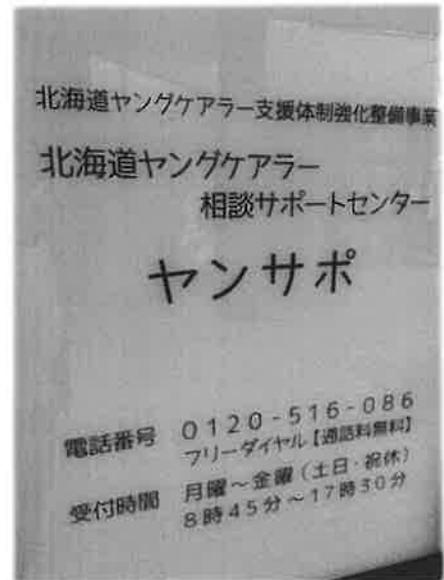
だれに話せばいいのかわからない…



北海道ヤングケアラー相談サポートセンター ヤングサポ
〒069-0824 江別市東野幌本町7番地の5 セリオのっぽろ内
☎ 0120-516-086

どんな些細なことでも構いません。

あなとの近くに「あの子、もしかしたらヤングケアラーかも」という子がいましたら、
お話、お聞かせください。



●お電話での相談

0120-516-086(通話料無料)

匿名でも構いません。

●来所での相談

8:45～17:30(土日祝日休み)

事前予約いただくと幸いです。

●ホームページやっています。

●メールでの相談もやっています。(匿名可)

●フェイスブック、ツイッターもやっています。