

あなたのそばに 「ヤングケアラー」はいませんか？

こども・家庭サポートセンターこども・家庭相談係 ☎(63)2177

ヤングケアラーとは、家族の世話や介護が「お手伝い」の範囲を超え、多くの時間を家族のために使っている状態の子どものことを言います。負担や責任の重さから、学業や友人関係、心身の健康などにマイナスの影響が出てしまうことがあります。

ヤングケアラーが行っていることって例えばこんなこと



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。



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。



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。

「あれ？もしかして…」周りの人が気づいたら、こども・家庭サポートセンターへ

ヤングケアラーは、家事や家族の世話などを頑張りすぎて「睡眠の時間が足りない」「自分の時間がない」という気持ちでいるかもしれません。そして、困っていても誰にも相談できずにいるかもしれません。そこで、子どもの身近にいる人一人ひとりの『気づき』が、支援の「きっかけ」になります。

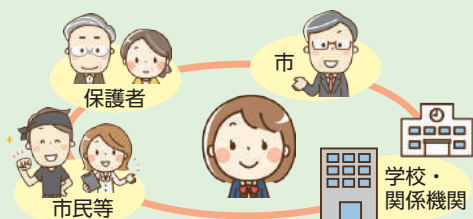


ヤングケアラーのみなさんへ

不安なことや心配なことがあれば、一人で抱え込まずに学校の先生など身近な大人たちに話してみましょう。また、右の相談窓口まで連絡ください。

まずは相談してください

こども・家庭サポートセンター	月曜日～金曜日 (祝祭日および 年末年始を除く) 午前8時30分～ 午後5時	☎(63)2177
児童相談所相談専用ダイヤル	毎日24時間	0120-189-783
ホットほっと電話相談		0120-0-78310



社会全体でヤングケアラーを支えます

社会全体で支える取り組み
鹿沼市では令和5年4月1日、鹿沼市ヤングケアラー条例を制定しました。これは、ヤングケアラーが抱える悩みを家族だけでなく、市民が社会全体の問題として理解を深め、関係機関が連携して、ヤングケアラーを早期に見出し、適切に支援していくことを目的としています。
市・保護者・市民・学校や関係機関が一体となつて、全てのこどもが安心して成長できるまちづくりを目指します。