

# 手離さない、 今と未来。

## ヤングケアラーとは？

病気や障害がある家族のために、  
本来大人が担うような、家事や家族の世話・介護などの  
サポートを行なっている18歳未満の子供をいいます。



### 障害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



幼いきょうだいの  
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)

### 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



友達と放課後に  
遊ぶこと



子供らしく  
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

## ヤングケアラーのためのLINEチャンネル登録受付中

### オンラインイベントも開催します！

元ヤングケアラーの先輩と一緒に、ヤングケアラー同士で、楽しく話しあうオンラインイベントです。  
仲間と話すことで、心が楽になったり、生活のヒントが得られます。

詳しくはLINEで配信します

お友だち登録はこちらから



# ヤングケアラーチャンネルでできること

埼玉県ヤングケアラーチャンネルは、  
家族に関する相談や進学・就職相談、お役立ち情報の発信など行い  
ヤングケアラーをサポートします。



お友達登録してみませんか？

日常の家族の  
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  
友達との悩み

将来への不安

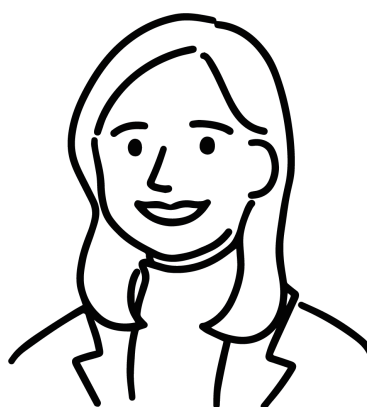
進学や就職に  
関する相談

私たちが相談にのります！

元ヤングケアラー  
宮崎成悟さん



元ヤングケアラー  
高尾江里花さん



ヤングケアラー同士で  
語り合おう！

## ヤングケアラーオンラインイベント開催

元ヤングケアラーの先輩と一緒に、ヤングケアラー同士で、楽しく話しあうオンラインイベントです。  
仲間と話すことで、心が楽になったり、生活のヒントが得られます。詳しくはLINEでご案内します。



主催  
埼玉県福祉部 地域包括ケア課  
TEL：048-830-3266  
FAX：048-830-4781  
運営  
一般社団法人ヤングケアラー協会  
contact.form@youngcarerjapan.com