家族を支えてがんばっている子、実はあなたの近くにいるのかも



あなたは「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことはありますか？



知っているだけで力になれることがある

―― だからまずは知ることから

発行・問い合わせ　武蔵野市子ども子育て支援課　0422-60-1851

ヤングケアラーについて詳しくは裏面へ

ヤングケアラーとは

ヤングケアラーとは、大人のように家事や家族のお世話をいつもしている子どものことです。

病気や障害のある家族のために、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



病気や障害のある家族の身の回りのお世話や、看病、介助をしている。



目の離せない家族の見守りや声かけなどをしている。



本人はそれをやることが当たり前って思っていることもあるよ



日本語が話せない家族や、障害のある家族のために通訳をしている。



心が不安定な家族の話を聞いている。



幼いきょうだいのお世話をしている。



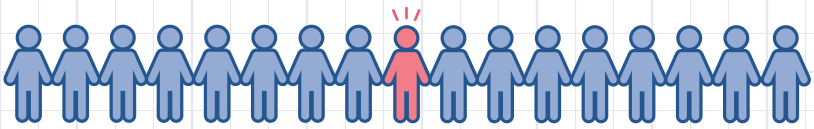
家族に寄り添うことは大切ですが、その責任や負担から学校生活や友達との時間に影響が出てしまうことがあります。



クラスに１人か２人はいるかもしれないってことだね。

意外と多い？

中高生の約17人に1人がヤングケアラー





自分だけじゃなかったんだ！

もし「友達がヤングケアラーかも？」と思ったら

その友達の気持ちを大切にしながら、あなたができることをしてみましょう。



話を聞いてみる

何かアドバイスをしなくても、話を聞くだけできっと心は軽くなります。



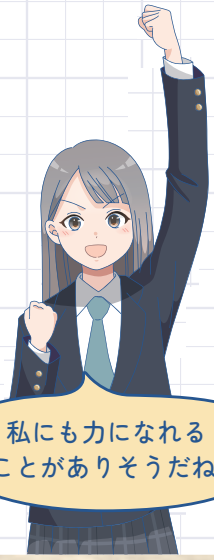
信頼できる大人に一緒に相談しにいく

力になりたいと思っている大人はまわりに必ずいます。



相談窓口に連絡してみる

下の二次元コードから、いろいろな相談窓口の情報が見れます。



私にも力になれることがありそうだね！

武蔵野市 ヤングケアラーに関する相談

ヤングケアラーについて詳しくはこちら

発行・問い合わせ　武蔵野市子ども子育て支援課　0422-60-1851　月～金（祝日・年末年始を除く）8:30~17:00

相談専用電話　武蔵野市子ども家庭支援センター　0120-839-002　月～土（祝日・年末年始を除く）8:30~22:00

武蔵野市