

# ヤングケアラー ってなに？



「ヤングケアラー」とは、<sup>かぞく</sup> 家族の<sup>かいご</sup> 介護や <sup>み</sup> ケア、<sup>まわ</sup> 身の回りの<sup>せわ</sup> 世話を <sup>ひ</sup> 引き受けている <sup>う</sup> 18歳未満の <sup>さい</sup> 子どもの <sup>みまん</sup> ことなのです。



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



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

## ヤングケアラーは「ふつうのこと」？

家族の手伝い・手助けをするのは「ふつうのこと」と思うかもしれませんが、でも、**学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じる** ほどの重い負荷がかかっている場合は、**すこし注意が必要** です。

- ・家事、手伝いでの遅刻や早退
- ・成績に影響がでたり…
- ・からだに不調がでたり…
- ・授業に集中できなくなったり…
- ・こころの不調や悩みごとがふえる

ヤングケアラーの特設ホームページ



大分県のヤングケアラーSNS相談窓口



なや こま きがる  
**悩みや困り、気軽に**  
そうだん  
**相談してください。**

相談窓口	電話番号	時間帯
大分市中央子ども家庭支援センター (大分市庁舎 城崎分館2階)	537-5688	平日8:30~18:00 (土・日・祝日を除く)
大分市東部子ども家庭支援センター (鶴崎市民行政センター1階)	527-2140	平日8:30~17:15 (土・日・祝日を除く)
大分市西部子ども家庭支援センター (植田市民行政センター1階)	541-1440	平日8:30~17:15 (土・日・祝日を除く)
大分県 ヤングケアラー専用電話相談窓口	546-1451	24時間 365日