

本当はやりたいこと、 できてますか？

親やきょうだいのお世話や家事をするのは大切なこと。
それと同じくらい、やりたいことに挑戦したり、
お友達と遊んだり、「子どもらしい」時間を過ごすことも大切なんだ。

あなたでも、お友達でも、
ひとりでがんばりすぎちゃう「ヤングケアラー」かなと思ったら、
学校の先生や周りの大人に話をしてみよう。



ヤングケアラーとは、例えばこんな子どもたち。



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



目が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

こま
困った時はかけてみよう。

※参考 厚生労働省HP

わか
子ども若者
みらい相談プラザ
sorae(ソラエ)

ソラエ(なは) 098-943-5335 [火～土曜日 10時～18時(祝日等除く)]
ソラエ(なご) 0980-43-8300 [月・水・金曜日 10時～17時(祝日等除く)]

親子電話相談
沖縄県教育庁
生涯学習振興課

098-869-8753
[月～土曜日 9時～22時(日・祝日・年末年始除く)]

 沖縄県