

「ヤングケアラー」とは

本来 大人が担うような家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている 18歳未満の子どものことです。

※年齢に関わらずケアを行っている人を  
ケアラーといいます。

### ヤングケアラーの一部



幼いきょうだいの世話



家族の話聞く



家族の身の周りの世話



家族の通話



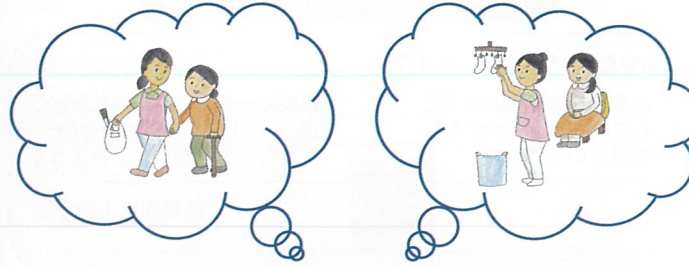
家族の見守り



調理・洗濯などの家事

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担を感じていたら、すこし注意が必要です。大人の気づきも大切です。

「あなた」ができること、  
「あなただからできること」を知ろう！



ちょっと誰かが  
手伝ってくれたら…

話を聞いて  
くれたら…



誰かに代わってもらえたら…  
手伝ってくれたら…

### 連絡先 【ヤングケアラー相談窓口】

(入間市こども支援課 児童相談担当内)

04-2964-1111 内線2355～2358

### 【ケアラー相談窓口】

(入間市福祉総務課 総合相談支援室)

04-2964-1111 内線1313～1315

月曜日～金曜日(土日・祝日・年末年始を除く)

午前8時30分～午後5時15分

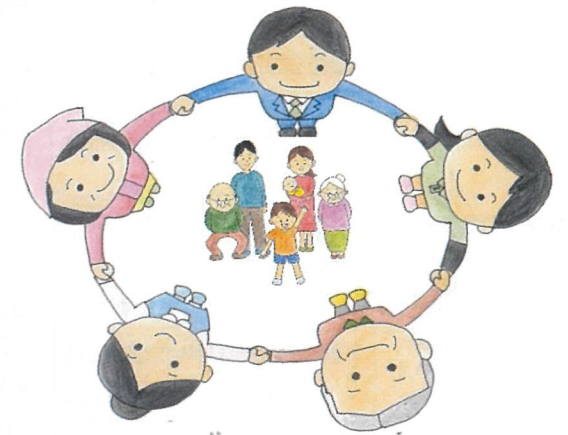
《寄り添いながら傾聴を》  
「自分のことを気にかけてくれる人がいる」  
というだけでも安心感につながります。

みんなに知ってほしい

## ヤングケアラー

「あなたができること」

「あなただからできること」



ケアをしている「あなた」も、  
ケアを受けている「あなた」も、  
周りにケアに関わる人がいる「あなた」も、  
「あなた」も みんな大切な「あなた」！！  
【あなた】が【あなた】らしく過ごせるために、  
【あなた】のお話を聞かせてください。  
みんなが幸せに過ごせる方法を一緒に  
考えていきませんか？

入間市

【あなた】ができること...

「あなただからできること」を知ろう！！

あなたはケアをしていますか  
ケアを受けていますか

はい →  
いいえ →

はい →  
いいえ →

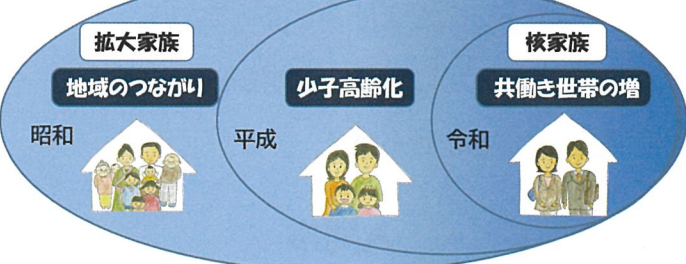
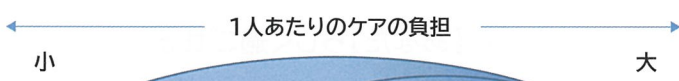
はい →  
いいえ →

はい →  
いいえ →

はい →  
いいえ →

はい →  
いいえ →

あなたは18歳未満ですか？



あなただからできること

**あなたは サルビア タイプ**

- 自分または家族がケアをしている、自分がケアを受けているあなた。
- 家族の一員としてあなたらしく過ごしていけるように、今の気持ちや状況を話してみよう！

連絡先は①②③④

**あなたは アイビー タイプ**

- 自分はケアに携わっていないが、まわりにケアをしている・受けている人がいる、またはいないあなた。
- 寄り添いながら、時には頼れる大人に話してみよう。友達や家族のことなどケア以外にも、学校や地域の方に話してみよう！

連絡先は①②④

**あなたは エキナセア タイプ**

- 自分または家族がケアをしている、自分がケアを受けているあなた。
- 家族の一員としてあなたらしく過ごしていけるように、今の気持ちや状況を話してみよう！

連絡先は①③④

**あなたは オオゴキョウ タイプ**

- 自分やまわりにケアをしている・受けている人がいないあなた。
- 地域とのつながりが、人とのつながりを生みます。あなたは伴走者の素質あり！地域にはあなたの活躍の場がたくさんあります！

連絡先は①④

**あなたは リンドウ タイプ**

- まわりにケアにかかわっている人がいるあなた。
- 気がかけ声をかけてくれる人がいると安心感が繋がります。あなたは見守り隊の素質あり！活躍の場を広げたいと考えているあなたは伴走者へ！

連絡先は①④

連絡先別メッセージはこちら

**①入間市役所こども支援課**

こども支援課では、みんなの幸せ、心身の健やかな成長、発達を願い、相談員が丁寧に話を聞きながら、必要な支援につなげています。ケア以外のこともお話しできますよ！  
雑談してみない??

詳しくはこちら →

どこに相談したらよいかわからない暮らしや福祉に関する悩みは総合相談支援室へ。連絡先は裏面へ

**②学校、教育センター**

ケアのこと以外でも、友人関係、進路のこと、学校生活上の困りごとなどを話してみよう！はっきりしていなくても大丈夫。こころやからだの不安を話してみよう！学校の先生、保健室の先生、さわやか相談員などが力になってくれるよ！  
直接話がしにくければ、電話やSNSでも相談できるよ！

詳しくはこちら →

**③関わりのある事業者・団体**

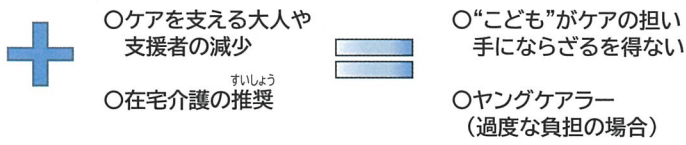
ケアプランの作成、訪問サービスの提供、相談支援等で、すでに家族と関わりのある方がいる場合は気持ちを話してみよう。力になってくれるよ。(相談支援事業所、居宅介護支援事業所のケアマネジャー、理学療法士、作業療法士、看護師、社会福祉士、サービス支援事業所のスタッフなど)

**④地域の方、民生委員など**

地域には、見守りや相談や困りごとを受けたり聞いたりしてくれる、主任児童委員、民生・児童委員などがいます！こども食堂やこどもの居場所、こどもの遊び場、学習支援教室など身近なところでも話を聞いてもらえるよ！

地域における支援活動に興味のある方は社会福祉協議会へ！あなたの活躍の場を紹介してくれるよ！

詳しくはこちら →



**みんなが主役の元気な入間！**

ゆ 結いの心

○地域住民がつながり、自分のできることで支え、時には支えられ、お互いさまの支え合いでいつまでも安心して暮らせるまちにしていきましょう！