

かぞく せわ 家族の世話について

ライン そうだん
LINEで相談してみませんか？

あなたが抱える
悩みや困りごと、
ひとりで悩んで
いませんか？

みえけん ライン そうだん 三重県ヤングケアラーLINE相談

相談受付 毎日24時間

対応時間 平日10時から 20時まで

※土日祝日及び年末年始

(12月29日から1月3日までを除く)

対象者 三重県内にお住いの

子ども・若者(おおむね 30歳代まで)や

その保護者の方など

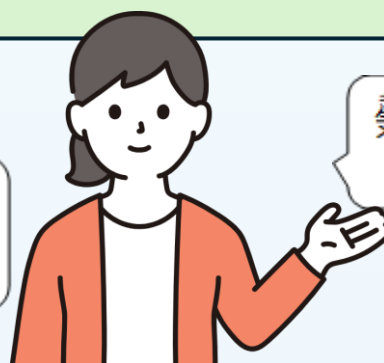


とも づいか
友だち追加はこちら

きょうだいの
せわ たいいん
世話が大変



かぞく かいご
家族の介護や
せわ いそが
世話で忙しい



まがる
気軽に
相談してね

ヤングケアラーは、「本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども・若者のこと」とされており、責任や負担の重さにより、学業や就職、友人関係などに影響が出てしまうことがあります。

困ったときには1人で抱え込まず誰かに話すことで、気持ちが軽くなる場合があります。



ヤングケアラーは



たと
例えば、このようなことをしています。

かていちょうホームページ いちぶぼっすい へんしゅう
こども家庭庁 H P より一部抜粋・編集

おきな
幼いきょうだいの世話を
している



か もの りょうり そうじ せんたく
買い物・料理・掃除・洗濯
などの家事をしている



め はな かぞく みまも
目の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



かぞく み まわ せわ
家族の身の回りの世話を
している



まんせい てき びょうき かぞく
慢性的な病気の家族の
かんびょう
看病をしている



かぞく にゅうよく
家族の入浴やトイレの
かいじょ
介助をしている



かぞく つうやく
家族のために通訳を
している



き も ふあんてい かぞく
気持ちが不安定な家族
の話を聞いている



かけい ささ ろうどう
家計を支えるために労働
をして、家族を助けている



かぞく てつだ せわ わる
家族を手伝い、世話をすることは悪いことではありません。

ただ、あなたも周りの大人も気づかないうちに、手伝いを越えた負担を抱えてし

まっている可能性もあります。

かぞく せわ いえ りゆう べんきょう あそ じぶん
家族の世話や家のことなどが理由で、勉強や遊びなど自分のやりたいことが

できなくなっているとしたら、周りの大人の助けが必要かもしれません。

こま かん ひとり なや そうだん
困っていること、つらいと感じていることは、一人で悩まず、相談してください。



とも ついか
友だち追加はこちら