

ヤングケアラーって知っちゅう？



ヤングケアラーとは、

「本来、大人が行うと考えられている食事のしたく、洗たくなどの家事や家族のお世話などを日常的に行っていることにより、子ども自身がやりたいことができないなど、子ども自身の権利が守られていないと思われる子ども」とされています。

家族のお世話や家事を手伝うことは素晴らしいことですが、過度な負担によって、学業や健康、将来の進路に影響が出ることも心配されます。



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

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration : Izumi Shiga

・ひとりで悩んでいませんか？(ヤングケアラーのあなたへ)

ひとりでできることには限界があり、誰かに相談してみることも大切です。

あなた自身が悩んでいることや困っていることなど、自分の気持ちを誰かに話してみませんか？秘密は守ります。

困っている子どもたちへのヤングケアラー相談窓口

例えば：家族のケアで、学校生活と両立ができない(幼いきょうだいの保育所への送迎で学校を遅刻しないといけない、宿題ができない、部活の遠征に参加できないなど)、相談相手がない、共感してもらえない人がない・・・など

まずは、身近な大人に相談してみよう

・担任の先生 ・保健室の先生 ・スクールソーシャルワーカー ・スクールカウンセラー



学校の他にも、以下の窓口で相談を受け付けています。何でも相談してね。

市町村役場(児童家庭相談担当)

月～金曜日・9時～17時(祝日、年末年始を除く)

電話番号：お住まいの市町村役場

(裏面に掲載)

心の教育センター 相談窓口

月～金曜日、土曜日(第1・第3)、日曜日

9時～17時(祝日、年末年始、第5日曜日を除く)

相談予約電話番号：088-821-9909

24時間子供SOSダイヤル

24時間・365日受付

電話番号：0120-0-78310(なやみおう)

児童相談所 相談専用ダイヤル

24時間・365日受付

電話番号：0120-189-783(いちはやくおなやみを)

○家族や周囲の支援者の皆様へ：ヤングケアラー及びそのご家族への相談・支援にあたってご参考にしてください。

相談先	児童家庭相談担当部署		
	子どもとその家庭に関する総合的な相談窓口		
主な受付時間	平日8:30～17:15		
高知市	子ども家庭支援センター		088-823-1212
室戸市	福祉事務所	社会福祉班	0887-22-5137
安芸市	福祉事務所	こども係	0887-37-9452
東洋町	住民課		0887-29-3394
奈半利町	住民福祉課		0887-38-4012
田野町	保健福祉課		0887-38-2812
安田町	町民生活課		0887-38-6712
北川村	住民課	児童福祉係	0887-32-1214
馬路村	健康福祉課	保育・児童福祉	0887-44-2112
中芸広域連合	保健福祉課		0887-38-8212
芸西村	健康福祉課	住民福祉係	0887-33-2112
南国市	福祉事務所	こども相談係	088-880-6564
香美市	福祉事務所	社会福祉班	0887-53-3117
香南市	福祉事務所	子ども家庭相談係	0887-57-8509
本山町	健康福祉課	児童福祉係	0887-70-1060
大豊町	地域福祉課	福祉班	0887-72-0450
土佐町	健康福祉課	福祉係	0887-82-2333
大川村	保健福祉課		0887-84-2211
土佐市	少年育成センター	少年育成係	088-852-7702
いの町	教育委員会事務局	少年安全対策係	088-893-1922
仁淀川町	保健福祉課	健康推進係	0889-35-0888
佐川町	健康福祉課	生活応援係	0889-22-7705
越知町	保健福祉課	高齢者支援係	0889-26-1170
日高村	教育委員会教育支援室	児童家庭相談	0889-24-5115
須崎市	子ども・子育て支援課	子ども支援係	0889-42-1229
中土佐町	健康福祉課		0889-52-2662
津野町	健康福祉課		0889-55-2151
梶原町	保健福祉課	子育て世代包括支援センター	0889-65-1170
四万十町	健康福祉課	母子保健福祉係	0880-22-3115
四万十市	福祉事務所	社会福祉係	0880-34-1120
宿毛市	福祉事務所	子育て推進係	0880-63-1114
土佐清水市	教育センター	家庭児童相談室	0880-82-0355
黒潮町	健康福祉課	福祉係	0880-43-2124
大月町	町民福祉課	福祉係	0880-73-1113
三原村	住民課	福祉係	0880-46-2111

介護保険サービス、生活困窮者自立支援事業、障害福祉サービスの利用、精神保健福祉に関する相談などの相談窓口

地域包括支援センター

内容：介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。専門知識を持った職員が、高齢者が住み慣れた地域で生活できるように介護サービスや介護予防サービス、保健福祉サービス、日常生活支援などの相談に応じています。

問合せ先：各市町村の地域包括支援センター

生活困窮者自立支援

内容：生活全般にわたる困りごとの相談窓口です。相談窓口では一人ひとりの状況に合わせた支援プランを作成し、専門の支援員が相談者に寄り添いながら、他の専門機関と連携して、解決に向けた支援を行います。

問合せ先：各市町村の社会福祉協議会

障害福祉サービス

内容：障害のある人の福祉に関する様々な問題について、必要な情報提供を行う相談窓口です。

問合せ先：各市町村役場の障害保健福祉担当部署

精神保健福祉

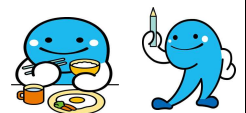
内容：精神保健福祉などに関する相談や支援を行う窓口です。

問合せ先：県立精神保健福祉センター
県の各福祉保健所（高知市以外の方）
高知市保健所健康増進課

その他関係機関

◆子ども食堂

県内の子ども食堂では、遊び場の提供、食事の提供、学習支援などを行っています。お近くの子ども食堂を、ぜひご利用ください。
高知家子ども食堂一覧(<https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060401/kochikekodomosyokudou.html>)



◆高知県外国人生活相談支援センター（ココフォーレ）

高知に住む外国のみなさんが安心して生活できるよう、生活相談を受けています。
月曜日～土曜日の9時～17時（日曜日・祝日・年末年始を除く）
相談専用電話番号：088-821-6440 / ホームページ(<https://kccfr.jp/>)

