「ヤングケアラー」を知っていますか　　各務原市

“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こども・若者” のこと。
責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。



・家族（かぞく）のために家（いえ）の手伝いをがんばることはすばらしいことです。
・でも、そのことが原因（げんいん）で学校生活（がっこうせいかつ）に影響（えいきょう）が出たり、心や体の調子（ちょうし）が悪いと感じるほどつらい場合は、ヤングケアラーかもしれません。
・学校生活（がっこうせいかつ）を楽しむことや友達と遊ぶことは、家族を大切にすることと同じくらい大事にしていいこと
です。
・自分や友達がヤングケアラーかもしれないと感じたら、学校の先生や近くの大人（おとな）の人に相談（そうだん）してください。

相談はこちらへ！

●各務原市ヤングケアラー相談窓口
こども家庭センターこども家庭相談係
（市役所本庁舎 1 階）
℡058-383-7203

●LINE 相談
各務原市では LINE でも相談できます。
友達登録後、メッセージを送って相談してください。

LINE 相談はこちらから　⇒