

# 周囲にこんな友達はいませんか

家の用事や  
家族の世話を理由に  
部活等を辞めてしまった



きょうだいの世話などを  
理由に遅刻や欠席が  
多くなっている

自由な時間が無くなり  
友人と遊ぶ機会が  
減ってきている



疲れていて  
日中授業に  
集中できずにいる

友達をもしかしたら  
ヤングケアラー？



自分のこと、また気になる身近な友達  
のことでも、ヤングケアラーかもしれな  
いと思ったら相談してみてください。  
一緒に考えてくれる人達があります。

## 相談窓口

### 家の近くの地区保健福祉センターなど

- 平地区 0246-22-7457
- 小名浜地区 0246-54-2111
- 勿来・田人地区 0246-63-2111
- 常磐・遠野地区 0246-43-2111
- 内郷・好間・三和地区 0246-27-8691
- 四倉・久之浜大久地区 0246-32-2114
- 小川・川前地区 0246-83-1329
- こども家庭課 0246-27-8563
- 浜児童相談所 0246-28-3346

### 他にもこんな身近な大人に相談できます。

- 担任の先生や保健室の先生
- スクールカウンセラーさん
- 地域の民生委員さん
- 家族の介護などに関わっているヘルパーさん  
など

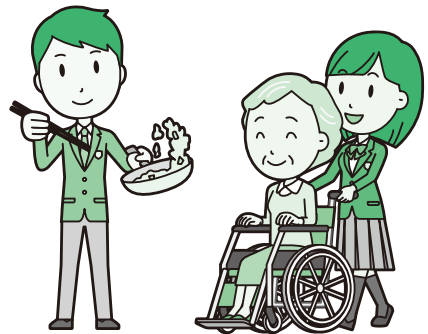
ヤングケアラーについてもっと知りたい場合は  
こども家庭庁の特設サイトへ

こどもがこどもでいられる街に

検索



ヤングケアラーについて  
知っていますか  
もしかしたらあなたのそばにも



## 「ヤングケアラー」とは

本来大人が行うような家事や家族の世話  
等を日常的に行うことで負担を抱えている  
子どもや、年齢相応の生活が出来なくなっ  
ている子どものことをいいます。

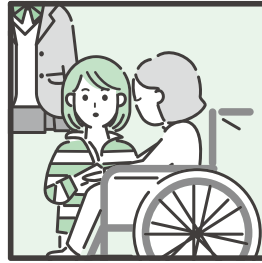
## 「ヤングケアラー」がしていることって…



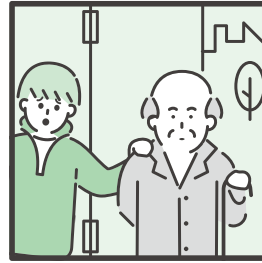
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



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。



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。



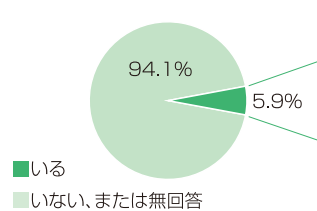
障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

## 「ヤングケアラー」はどのくらいいるの…

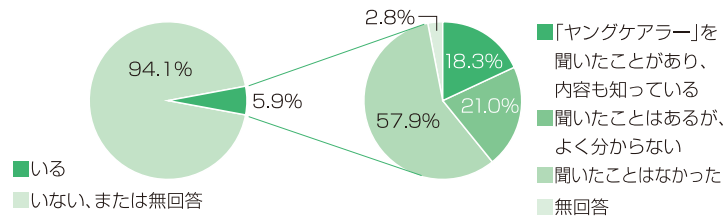
福島県は、県内の小学校5年生から高校3年生までの全児童・生徒へのアンケートでヤングケアラーの実態調査を行い、その結果、家族の世話をしていると回答した子どもは6,049人(全体の5.9%)いました。

ただ、そのうち約6割の子どもが「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことがなかったと回答しています。

お世話をしている人がいるか



「ヤングケアラー」の認知度



「ヤングケアラー」の認知度の低さが、ケアラー本人が周りに相談しない理由、また、発見されない原因かもしれません。

## 「ヤングケアラー」は悪いこと?

家族を大切に思い、家の手伝い、家族の世話をすることは決して悪いことではありません。

ただ、それが過度な負担で長期にわたると、自分の時間が無くなったり心身に不調を感じたりし、勉強に取り組むことや、友人と子どもらしい情緒的な関わりを持つことが出来ずに、年齢相応に自分の将来のことを考えることが出来なくなる可能性があります。進学や就職など将来に影響を及ぼす恐れがあります。

勉強に集中できず  
進学を諦めてしまう



友人と過ごす時間が無くなり、友人関係に影響がでてしまう

学校等での経験が不足し  
就職等の場において  
自分をアピールできない



家族を大切に思う  
あなたも大切な存在です。  
もし「ヤングケアラー」  
になっているかもしれないなら…  
早めに相談してください。