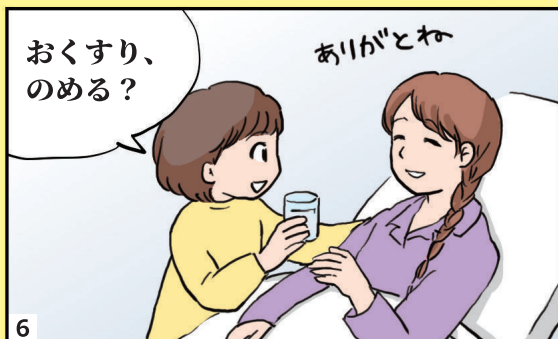
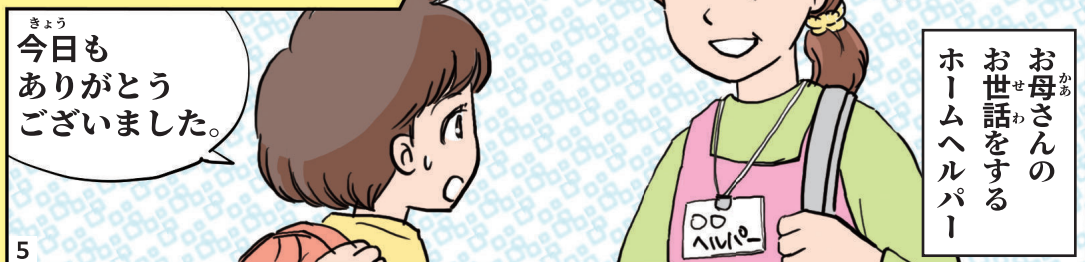


しょうがくせい
小学生の
みなさんへ

ひとりじゃないよ いっしょにかんがえよう

～ヤングケアラーのおはなし～





ヤングケアラーとは、ほんとうなら大人が中心になっておこなう家事や家族のお世話などを、毎日のようにおこなっている子どもや若者のこと。それぞれの家族の状況に合わせ、家事や家族のお世話をしているよ。

心が不安定な家族の話を聞いている

洗濯や掃除などの家事をしている

きょうだいの世話をしている

家族のために通訳をしている

この他にも、家族の状況によって、いろいろなことをしています。



そして夜



家事や家族のお世話をすると、うれしいことやよいこともたくさんあります。
でも、ヤングケアラーは、悩みや困りごとに直面することもあります。

友達と遊ぶなく
て寂しい

周りの会話に
入りにくい

疲れがとれない

勉強に
ついていけない

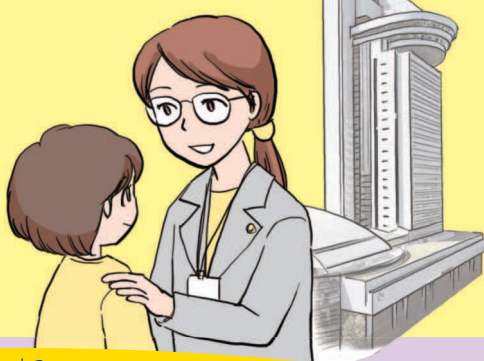
それぞれの状況によって、感じていることがあるよね。
文京区では、いつでも「子ども応援サポート室」に相談
することができるよ。





ほんとうに、
きてくれたんだ。

24



子ども応援サポート室への相談方法は...

① 電話で相談できます！

03-5803-1900

子ども応援サポート室 相談専用電話

② 相談フォームもあります！



「こども」むけ



「おとな」むけ

子ども応援サポート室は、ヤングケアラーの相談のほか、子どもたちのさまざまな悩みや困りごとの相談を受けつけています。一人でかかえずに、いつでも相談してください。



相談してくれたら...



お話を聞くよ



いっしょに
考えるよ



必要な場合は
サービスなどを
紹介するよ

【対応日時】

月曜日から金曜日（祝日及び12月29日～1月3日を除く） 午前9時から午後5時



動画「知って・話して・つながろうヤングケアラー」をYouTube 文京区公式チャンネルで公開しています。経験者のインタビューや、子ども応援サポート室についても紹介している動画です。

窓口でも相談できます。子ども家庭支援センターの窓口に来て、「子ども応援サポート室の人と話したい」と伝えてください。

発行：文京区子ども家庭支援センター

住所：文京区春日1丁目16番21号 文京シビックセンター5階

電話：03-5803-1109

令和7年9月発行 印刷物番号 F0325003