

もしかして
私、「ヤングケアラー」かも・・・?

ヤングケアラーとは

法令上の定義はありませんが、
「大人が担うような家事や家族の世話、介護、
感情面などのサポートなどを行っている
18歳未満の子ども」とされています。

「しんどい」って
言っても大丈夫。

友達に話せない。ましてや家族になんて言えやしない。
そんなことでも、ここならしゃべれるかもしれない。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口 (一般社団法人兵庫県社会福祉士会内) 令和4年6月1日(水)開設

■ 専用電話番号 078-894-3989

■ 兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー
相談窓口をLINE友だち追加



〈受付時間：月曜日～金曜日 09:30-16:30 (祝日・年末年始を除く)〉

子どもが子どもでいられるために
私たちにできること。
まずは、気付いて。そして、連携を。



ヤングケアラーとは、例えばこういう子たちです。

- 家事 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
- 世話 家族に代わり、幼いきょうだいなどの世話をしている
障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている
- 介護 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
障がいや病気のある家族の看病や、入浴・トイレの介護をしている
- 就労 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
- その他 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
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

兵庫県の相談窓口では、ヤングケアラー及び
「若者ケアラー（学業、就職、結婚への影響が懸念される30歳台前半まで）」
を支援することにしています。

こんな時は
ご相談ください。

自分はヤングケアラーかもしれない

「誰に話していいかわからない」

「友達と遊ぶ時間がない」

近くにヤングケアラーではないかと気になる子どもがいる

「遅刻や欠席が増えてきた」

「部活や習い事を急にやめた」

一概には言えませんが、その子らしくない行動が増えてきた、持っている力を発揮できなくなるなどの変化が見られたらご相談ください。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口（一般社団法人兵庫県社会福祉士会内） 令和4年6月1日（水）開設

受付時間： 月曜日～金曜日 09:30-16:30（祝日・年末年始を除く）
※時間外のご相談は翌開設時間の回答になります。

兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口を
LINE 友だち追加

専用電話番号： 078-894-3989

Email： yc@hacsw.or.jp

兵庫県ヤングケアラー支援のHP
<https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf03/young-carer.html>



国が令和3年4月に発表した実態調査では、中学生では約17人に一人、高校生では約24人に一人の割合で「世話をしている家族がいる」と回答しています。
また、県が令和3年11月にとりまとめた福祉機関調査においてもヤングケアラーの生活への影響として「学校を休みがちになっている」「ストレスを感じている」「学校への遅刻が多い」など深刻な影響が出ています。