



ヤングケアラーを知っていますか？

「ヤングケアラー」とは、『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子ども・若者』のことです。子どもや若者が担うケアの負担は大きいものがあります。

家族の手伝いや、手助けをすることは「ふつうのこと」と思うかもしれませんが。

でも、学校生活などに影響が出たり、こころやからだに不調を感じるほどの負荷がかかっている場合は、手伝いの範囲を超えているため、注意が必要です。

「時間がなくてあまり友達と遊べない」「自分の時間がとれない」「寝る時間が足りない」「学校に行きたいのに家族のケアなどでいけない」「宿題や勉強をする時間がない」「部活をしたいのに時間がない」など、「ヤングケアラーかもしれない」と気づいたら、ひとりで抱え込まずに、相談してください。自分自身のことでも、身近にいる方のことでも大丈夫です。あなたの思いを聞いてくれる場所があります。ぜひお話しください。

(参考：子ども家庭庁 ヤングケアラー特設サイト)



【相談窓口】☆無料でご利用いただけます☆

- **せんだい・みやぎ ヤングケアラー オンラインサロン**
さまざまな悩みを相談し、自分らしく過ごせることを応援してくれます。



- **LINE相談「みやぎこども・子育て相談」(宮城県公式Webサイト)**
子育て・家庭・親子関係などの悩みを持つ方が気軽に相談できる無料の相談窓口です。



- **児童相談所相談専用ダイヤル(宮城県公式Webサイト)**
子どもの福祉に関するさまざまな相談を受け付けています。
電話番号：☎0120-189-783 (フリーダイヤル)
受付時間：24時間受付(年中無休)



- **利府町子ども家庭センター(利府町保健福祉センター内)**
開設時間：平日 午前8時30分～午後5時15分
休館日：土・日・祝日・年末年始
電話番号：☎356-6711



問 子ども家庭センター 子ども家庭係 ☎356-6711

児童虐待防止推進講演会を開催します

- **と き** 11月5日(木) 午後1時30分～午後3時
- **と ころ** 保健福祉センター 大ホール
- **講 題** 子どもの『困った行動』の背景を考える～子どもの安心の土台になるために～
- **講 師** 公認心理師・臨床心理士 平井 美弥 氏
- **対 象** 町民の方であればどなたでも
- **参 加 費** 無料
- **申込方法** 子ども家庭センターに電話または二次元コードからお申し込みください。
- **申込期限** 10月20日(火)



お申し込みはこちら



問 子ども家庭センター 子ども家庭係 ☎356-6711