

# ケアをしている 子どもたちがいます

「ヤングケアラー」を  
知っていますか？

ヤングケアラーとは、家族など身近な人に対して、無償で介護、  
看護、日常生活上のお世話や援助をしている18歳未満の方です。

埼玉県では令和2年3月「埼玉県ケアラー支援条例」を制定しました



ヤングケアラーについて、さらに詳しく知りたい方は裏面へ。  
あなたにも何か支援ができるかもしれません。

# 誰にも相談できず、孤立している ヤングケアラーがいるかもしれません

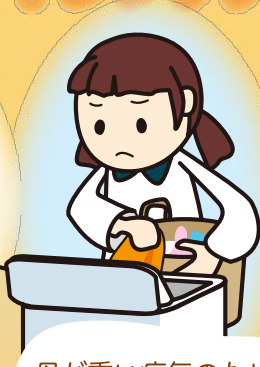
ヤングケアラーとは、家族など身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上のお世話や援助をしている18歳未満の方です。

自分の自由な時間がない、勉強時間の確保や進路の悩み、孤独感やストレスなどがあっても、家族のことや生活のことを周囲の人には話しづらく感じている人もいます。

## ヤングケアラーの声



気軽に相談できる場所が欲しいけど、相談内容を周りに言われたくない不安です。



母が重い病気のため、毎日往復2時間かけてお見舞いへ行き、家事の多くを担っています。



ヤングケアラーという同じ境遇の人がいることを知り、少しだけ前向きになれた気がする。



頑張っているねと言われると、悩みや不満を言いにくい。

## ヤングケアラーは以下のようなケアを担っています

- 病気や障害がある家族に代わり、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
- 病気や障害のあるきょうだいの世話や見守りをしている
- 目が離せない家族の見守りや声掛けなどの気づかいをしている
- 心が不安定な家族の話を知っている

など

## ヤングケアラーに関する相談

### 市町村の相談窓口など

ヤングケアラー本人や家庭の状況により、高齢者福祉・介護保険、障害者福祉、児童福祉担当課や、福祉に関する総合相談窓口などで相談をお受けしています。

詳しくは、県ホームページに掲載している市町村別の相談窓口を御確認ください。



### 電話・SNS相談

ヤングケアラー本人の悩みや不安に関する相談を電話やSNSでもお受けしています。

詳しくは県ホームページを御確認ください。



## 問合せ

### 埼玉県福祉部地域包括ケア課

埼玉県さいたま市浦和区高砂3丁目15番1号

TEL 048(830)3256

埼玉県 ケアラー支援

E-MAIL a3250-04@pref.saitama.lg.jp