

知っていますか？

「ケアラー」「ヤングケアラー」

ケアラーとは介護や看病を必要とする家族などをケアしている人のことで、子どもから高齢者まで、誰でもケアラーになり得ます。

中でも、年齢や成長に見合わない重い責任や負担を引き受けている18歳未満の子どもをヤングケアラーと言います。家族などをケアすること自体は素晴らしいことです。

しかし、中には一日中つきっきりでケアをせざるを得ず、自分が望む日々の暮らしが送れなかったり、不本意な離職等が重なって社会との接点がなくなり、孤立に追い込まれる人もおり、大きな課題となっています。

こんな人が **ケアラー** です

ケアラーとは、こころやからだに不調のある人の「介護」「看病」「療育」「世話」「気づかい」など、ケアが必要な家族や近親者、友人、知人などを無償でケアする人のことです。



障害をもつ子どもを育てている



健康不安を抱えながら高齢者が高齢者をケアしている



仕事と介護でせいっぱいでほかにも何もできない



仕事を辞めてひとりで親の介護をしている



遠くにひとりで住む高齢の親が心配で頻りに通っている



目を離せない家族の見守りなどのケアをしている



アルコール・薬物依存やひきこもりなどの家族をケアしている



障害や病気の家族の世話や介護をいつもかけている

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / Illustration : Izumi Shiga



ヤングケアラーはこんな子どもたちです

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもをいいます。



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、幼い子どもだの世話をしている



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



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいはしている



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・脳病・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

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / Illustration : Izumi Shiga



ケアのこと。ひとりで悩まないで ケアラー支援のためのさまざまな窓口

LINEで相談する

かながわ ヤングケアラー等 相談LINE



県内にお住まいの主に子ども・若者世代の
ケアラーから、LINEで相談をお受けします。

■相談受付時間
毎週月・火・木・土 14時～21時
(祝・休日、年末年始を除く)



電話で相談する

かながわ ケアラー電話相談

県内にお住まいのケアラー・ヤングケアラー
から、電話で相談をお受けします。

■相談受付時間
毎週水・金 10時～20時
毎週日 10時～16時
(祝・休日、年末年始を除く)

045-212-0581

相談の具体例

家族などのお世話、介護や看病といったケアのこと。
せいっぱい。つらい。だれかに聞いてほしい。なんでも話してみてください。
ご家族やご友人、近隣の方からの相談も受け付けています。

家族のお世話や介護のことで
なやんでいる。

ケアで毎日せいっぱい。
勉強や部活動、友だちと遊ぶなど
自分の時間がない。

家族だけではなく、
自分の将来や進路のことも心配。

だれに相談したらいいか
わからない。

ケアのことで思いを抱えていてつらい。
でも身近な人に話せない。

ケアする人を支え、手厚く見守れる社会へ。



神奈川県

神奈川県福祉子どもみらい局 高齢福祉課 TEL 045-210-4835