

・・・子どもと関わる大人の皆さんへ・・・

ヤングケアラーの中には、学校がある時間なのに家事をしていたり、その疲れなどから学校を休みがちになったり、宿題を忘れていたりする子どもがいます。

身近に「辛そうだな」「ヤングケアラーかも？」と感じる子どもがいれば、まず話を聞いてあげてください。サポートを必要とする場合や、どうすればいいかわからない時は、町の「こども家庭センター」へ相談、情報提供をお願いします。

【相談先】茨城県 子育て課 こども家庭センター
☎ 029-240-7129 (直通)
FAX 029-297-6860



・・・あなたの思いを聞かせてください・・・

子どもや若者が、自分の気持ちを誰かに話すのは、とても勇気がいることです。身近な人（大人）に話を聞いてもらうことで、気持ちが楽になったり、困った時に助けてもらえたりすることもあります。周囲の大人たちは、「話を聞いて寄り添ってくれる人は必ずいる」「一人で抱えてしまう前に相談できる人を見つけよう」と伝えていきましょう。

（相談者の例）学校の先生（担任、保健室の先生）、スクールカウンセラー、
スクールソーシャルワーカー、こども家庭センターの相談員など



直接相談できない時は・・・

周囲の人には話しづらいときでも、夜間・休日を含め24時間いつでも相談できます

●24時間子供SOSダイヤル ☎ 0120-0-78310
●子どもホットライン ☎ 029-221-8181 FAX 029-302-2166

こちらもご利用ください

●こどもの人権110番 ☎ 0120-007-110 (月～金 午前8時30分～午後5時15分)

【問合せ先】子育て課 こども家庭センター ☎ 029-240-7129 (直通)

ヤングケアラーについてご存じですか？



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**のことをいいます。「お手伝い」との違いはその負担や責任の重さです。自分の時間を持てずに、友人関係や学校生活、進路などに影響が出てきてしまいます。幼いころからケアしている人、ある日突然ケアすることになった人、きっかけは人それぞれです。

ヤングケアラーはこんなことをしています

- ・障がいや病気のある家族に代わり、家事や身の回りの事（入浴やトイレ）の介助をしている。
- ・家族の代わりに、幼い兄弟のお世話をしている。
- ・慢性的な病気（がん、難病等）や依存症の問題を抱える家族を看病している。
- ・目が離せない家族（認知症等）の見守りや声かけなど気づかいをしている。
- ・日本語が話せない家族や障がいのある家族のために通訳をしている。



- 子どもがお手伝いとして家事や家族のお世話に関わることは良いことだと思われませんが、家事等が日常的になっている場合、本来自分のために使える時間を家族のケアに費やすことで、**現在の子どもの生活はもちろん、その後の人生に大きな影響を及ぼす可能性があります。**

～よくない影響の例～

- 【学業面】遅刻、早退、欠席が増え、勉強の時間が十分にとれないなど
- 【生活面】十分な休息や睡眠時間がとれない、リラックスできないなど
- 【友人関係】友人とのコミュニケーションの時間がとれない、遊ぶ時間がないなど
- 【将来において】自分のアピールがうまくできず、進路の選択肢を狭めてしまうなど



- 子どもにとって、勉強すること、遊ぶこと、ゆつくり寝ることなどは、立派な「**子どもの権利**」です。



【子どもの権利条約(児童の権利に関する条約)】

- ①生きる権利：住む場所や食べる物があり、怪我や病気をしたら治療を受けられる。
- ②育つ権利：勉強したり、遊んだりしながら、のびのびと成長できる。
- ③守られる権利：暴力をふるわれたり、心を傷つけられたりしないよう守られる。
- ④参加する権利：自由に意見を言ったり、その意見をきちんと聞いてもらえる。

******「子どもの権利」を守る責任が大人にはあります。**

まずは子どもの小さなサインに気づいてあげてください****