

# 「ヤングケアラー」って知っていますか？

法令上の定義はありませんが、一般的に、「本来、大人が担うと想定されているような家事や家族のお世話などを日常的に行っている子ども」とされています。

家族のお世話や家事を手伝うことは素晴らしいことですが、過度な負担によって、学業や健康、将来の進路に影響が出ることなども心配されます。

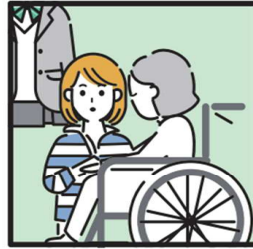
【こども家庭庁ホームページより引用】



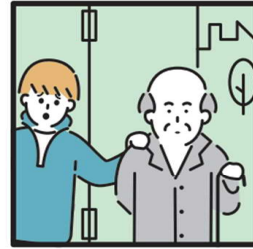
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



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。



目の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・難病・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。

## 支援者（支援機関）の皆様へ

### ●患者さんやケア対象者のご家族、あるいは地域にこんな子どもはいませんか？

- (例) ・学校がある時間なのに、病院の受診や送迎に付き添っている、又は訪問すると子どもが家にいる。  
・家庭でも常時介助が必要で、子どものいる方から「頼れる人がいない」と聞いている。

### ●家族のケアの大変さについて、子どもからは声を上げにくく、中には、他人に知られたくないと思っている子どももいるなど、課題が表面化しづらい問題です。このため、周囲の大人が子どもの置かれている状況に気づき必要な支援につなぐことが大切です。

### ●必要な支援は子どもの状況によって様々です。

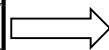
- (例) ・家族のケアで部活動や宿題をする時間がなく、負担を減らしてほしい。  
・悩みや困っていることを相談したい。  
・自分の気持ちを誰かに聞いてほしい。

### ●ヤングケアラーではないかと思われる気になる子どもを見つけた時には、速やかに裏面の相談窓口までご連絡ください。

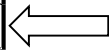


○家族や周囲の支援者の皆様へ：ヤングケアラー及びそのご家族への支援に関する機関・団体の主な連絡先です。相談・支援にあたってご参考にしてください。

相談先	児童家庭相談担当部署
	子ども家庭支援
	子どもとその家庭及び妊産婦等の総合的な相談窓口
主な受付時間	平日8:30～17:15
高知市	088-823-1212
室戸市	0887-22-5171
安芸市	0887-37-9452
東洋町	0887-29-3394
奈半利町	0887-38-4012
田野町	0887-38-2812
安田町	0887-38-6712
北川村	0887-32-1214
馬路村	0887-44-2112
中芸広域連合	0887-38-8212
芸西村	0887-33-2112
南国市	088-880-6564
香美市	0887-53-3117
香南市	0887-57-8509
本山町	0887-70-1060
大豊町	0887-72-0450
土佐町	0887-82-2333
大川村	0887-84-2211
土佐市	088-852-7702
いの町	088-893-1922
仁淀川町	0889-35-0888
佐川町	0889-22-7705
越知町	0889-20-9078
日高村	0889-24-5115
須崎市	0889-42-1229
中土佐町	0889-52-2533
津野町	0889-55-2151
梶原町	0889-65-1170
四万十町	0880-22-3115
四万十市	0880-34-1120
宿毛市	0880-62-1240
土佐清水市	0880-82-0355
黒潮町	0880-43-2124
大月町	0880-73-1113
三原村	0880-46-2111



連携



関係機関			
地域包括支援センター	生活困窮者自立支援	障害者相談支援	精神保健福祉
高齢者の地域における保健・福祉・医療の総合的な相談窓口	様々な生活の困りごとや不安に関する相談窓口	障害のある人の福祉に関する様々な問題について、必要な情報提供を行う相談窓口	精神障害者の福祉等に関する相談窓口
平日8:30～17:15	平日8:30～17:15	平日8:30～17:15	平日8:30～17:15
088-823-9121 <small>※地区により異なります。</small>	088-856-5529	088-823-9378	088-803-8005
0887-22-5158	0887-22-2660	0887-22-3105	0887-22-3100
0887-32-0555	0887-35-2915	0887-37-9451	0887-37-9451
0887-29-3186	0887-29-3144	0887-29-3394	0887-29-3394
0887-32-1244	0887-38-7346	0887-38-4012	0887-38-4012
	0887-38-5325	0887-38-2812	0887-38-2812
	0887-38-5500	0887-38-6712	0887-38-6712
	0887-38-6895	0887-32-1214	0887-32-1214
	0887-42-1020	0887-44-2112	0887-44-2112
		0887-38-8212	0887-38-8212
0887-33-2245	0887-32-2211	0887-33-2112	0887-33-2112
088-804-6010	088-803-4122	088-880-6566	088-880-6566
0887-53-3127	0887-53-2877	0887-53-3117	0887-53-3117
0887-57-8511	0887-50-6666	0887-57-8509	0887-57-8509
0887-70-1060	0887-76-2312	0887-70-1060	0887-70-1060
0887-72-0450	0887-73-1200	0887-72-0450	0887-72-0450
0887-82-2557	0887-82-1067	0887-82-2333	0887-82-2333
0887-84-2211	0887-84-2361	0887-84-2211	0887-84-2211
088-852-1517	088-852-2145	088-852-1204	088-852-1204
088-893-0231	088-892-0515	088-893-3810	088-893-3810
0889-35-0880	0889-20-9070	0889-35-0888	0889-35-0888
0889-22-7137	0889-22-1510	0889-22-7705	0889-22-7705
0889-26-1187	0889-26-1149	0889-26-3211	0889-26-3211
0889-24-5197	0889-24-5310	0889-24-5197	0889-24-5197
0889-42-1206	0889-40-0358	0889-42-1207	0889-42-1207
0889-52-3352	0889-52-2058	0889-52-2662	0889-52-2662
0889-62-2317	0889-55-2115	0889-55-2151	0889-55-2151
0889-65-1170	0889-65-1235	0889-65-1170	0889-65-1170
0880-22-3385 <small>※地区により異なります。</small>	0880-22-1195	0880-22-3115	0880-22-3115
0880-34-0170 <small>※地区により異なります。</small>	0880-34-8100	0880-34-1120	0880-34-1120
0880-65-7665	0880-65-7665	0880-62-1240	0880-62-1240
0880-83-0233	0880-82-3500	0880-82-1118	0880-82-1118
0880-43-2240	0880-43-2835	0880-43-2124	0880-43-2836
0880-73-1700	0880-73-1119	0880-73-1113	0880-73-1365
0880-46-2111	0880-46-3003	0880-46-2111	0880-46-2111

### ◆子ども食堂

県内の子ども食堂では、遊び場の提供、食事の提供、学習支援などを行っています。お近くの子ども食堂を、ぜひご利用ください。

高知家子ども食堂一覧(<https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060401/kochikekodomosyokudou.html>)

### ◆高知県外国人生活相談支援センター（ココフォーレ）

高知に住む外国のみなさんが安心して生活できるよう、生活相談を受けています。

月曜日～土曜日の9時～17時（日曜日・祝日・年末年始を除く）

相談専用電話番号：088-821-6440 / ホームページ(<https://kccfr.jp/>)



＼ヤングケアラーに関する情報はこちら／



高知県子ども家庭課ホームページ