

周囲にこんな友達はいませんか

家の用事や
家族の世話を理由に
部活等を辞めてしまった



きょうだいの世話などを
理由に遅刻や欠席が
多くなっている

自由な時間が無くなり
友人と遊ぶ機会が
減ってきている



疲れていて
日中授業に
集中できずにいる

友達はもしかしたら
ヤングケアラー？



ヤングケアラーに関する相談は、電話でも受け付けています。自分のことはもちろん、友達のことでも良いので話をしてください。
一緒に考えてくれる大人の人があります。

相談窓口

各地区保健福祉センター	電話番号
● 平 地区	0246-22-7457
● 小名浜地区	0246-54-2116
● 勿来・田人地区	0246-63-2117
● 常磐・遠野地区	0246-43-2116
● 内郷・好間・三和地区	0246-27-8691
● 四倉・久之浜大久地区	0246-32-2114
● 小川・川前地区	0246-83-1329
こども家庭課	0246-27-8596
浜児童相談所	0246-28-3346
あなたの学校	学校
(0246 - -)	

ヤングケアラーについてもっと知りたい人は
こども家庭庁の特設サイトへ

ヤングケアラーのこと

検索



「ヤングケアラー」 を知っていますか？



「ヤングケアラー」とは、大人に代わって、家族の世話や家事などを担っている子どものこと。もしかすると、あなた自身やきょうだい、友達がヤングケアラーかもしれません。

「ヤングケアラー」がしていることって...

(こども家庭庁HPより)



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・声かけ・気づかいなどの情緒的ケアをしている。



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。



障がいや病気のある家族に代わり、家計を支えるために働いている。



精神疾患やアルコール・薬物・ギャンブルなどの問題を抱える家族の情緒的ケアや周囲との調整などを行っている。



がん・難病のほか慢性的な病気の家族の看病をしている。

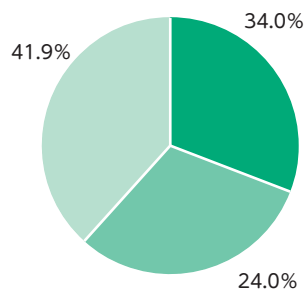


障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。



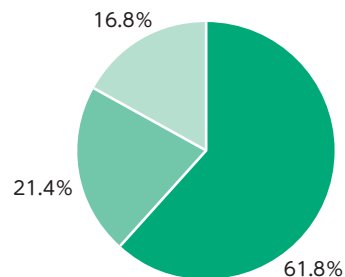
障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

「ヤングケアラー」の認知度は...



中学2年生

- 聞いたことがあり、内容も知っている
- 聞いたことはあるが、よくわからない
- 聞いたことはなかった



高校2年生

左のデータは、令和7年に国（こども家庭庁）が実施した「ヤングケアラーの実態把握」に係る調査結果の一部です。全国の小・中・高校生や若者を任意に抽出して行われました。

グラフから、中学校2年生・高校2年生とも「ヤングケアラーについての認知度は、決して高くはなく、まだ向上の余地がある」といえることが言えそうです。

「ヤングケアラー」は悪いこと？

家族を大切に思い、家の手伝い、家族の世話をすることは決して悪いことではありません。

ただ、それが過度な負担で長期にわたると、自分の時間が無くなったり心身に不調を感じたりし、勉強に取り組むことや、友人との関わりを持つことが出来ずに、年齢相応に自分の将来のことを考えることが出来なくなる可能性があり、進学や就職など将来に影響を及ぼす恐れがあります。

勉強に集中できず
進学を諦めてしまう



友人と過ごす時間がなくなり、
友人関係に影響がでてしまう

学校等での経験が不足し
就職等の場において
自分をアピールできない



家族を大切に思う
あなたも大切な存在です。
もし「ヤングケアラー」になっているかもしれないなら...
早めに相談してください。