

# 家族のことで自分のやりたいことを我慢していないかな？

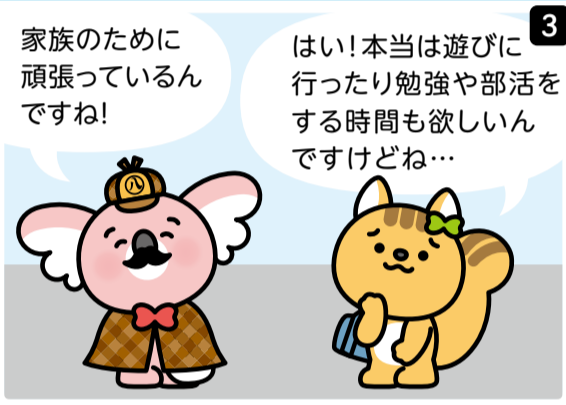
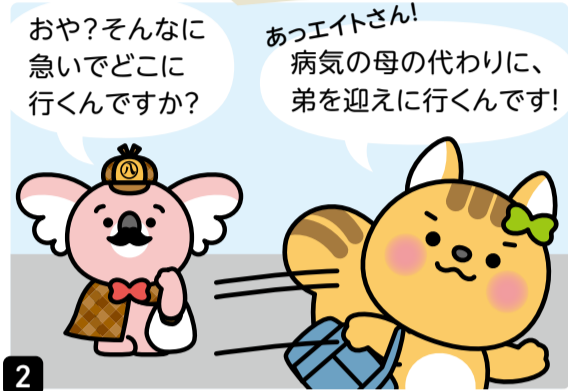
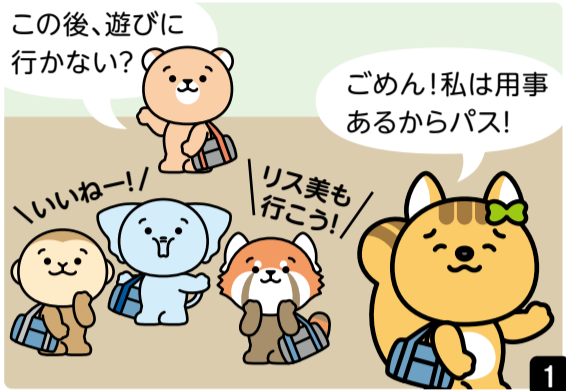
今月のテーマ

## 「ヤングケアラー」※

※家族の介護や日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者

### 「学校生活を楽しむ時間がない…」の巻

今月の相談者  
リス美さん(17歳)



めいたんてい  
名探偵エイト  
ミソコミ  
生まれた時からIQ3253を誇り、市役所からの依頼で市民のお困りごとを解決している名古屋在住のコアラ。  
①マーク(市章)のハットがトレードマーク

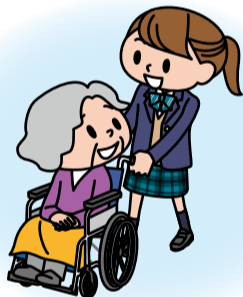
名探偵エイト  
丹羽さんに相談に行く!

家族のこと、あなた自身のこと。  
うまく言葉にならなくても大丈夫!  
あなたの悩みをお聞きし、サポートします!



### 例えば... こんなことがあったらあなたもヤングケアラーかも

- ☑ 家族に代わり、買い物・料理・掃除などを行っている
- ☑ 障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている



そのために



本当はやりたいことに取り組めない...

#### STEP1



友だちには知られたくないなあ

身近な人以外にも相談できますよ!

なごやヤングケアラー  
ポケット  
コネクトPocketの相談窓口 **無料**

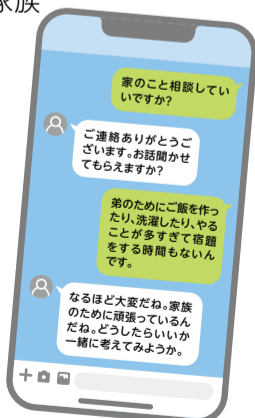
対象 市内在住か在勤(学)で  
39歳以下のヤングケアラーと家族

#### ★LINE相談

日時 月曜日～土曜日  
(祝休日・12/29～1/3は休み)  
午後5:30～9:30  
(受け付けは午後9:00まで)

※調整によりオンライン・  
対面相談もあり

LINE相談はこちら >



秘密は守ります

#### STEP2



どんなサポートが受けられるの?

同じ悩みを持つ人と気持ちを共有したり  
ヘルパーの派遣などの支援が受けられます!

気持ちを共有することで孤立感を軽減

家の掃除や洗濯のお手伝いなど、負担の軽減を図ります



★オンラインサロン **無料**

★ヘルパーの派遣  
料金 所得や家族の状況により異なる

あなたに合ったサポートを考えます!

相談した  
おかげで自分の  
時間ができた!



アナタの  
未来を  
応援するよ!

ヤングケアラーのことを  
一緒に考える動画を公開中!  
ぜひご覧ください!



支援情報・  
動画の視聴は >  
こちら

