

# ヤングケアラーって？

ヤングケアラーとは例えばこんな子どもたちです

(一般社団法人日本ケアラー連盟のヤングケアラー資料を参考に作成)



障がいや病気のある家族に代わり、多くの家事をしている



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



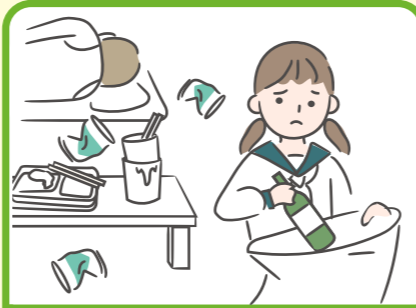
障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている



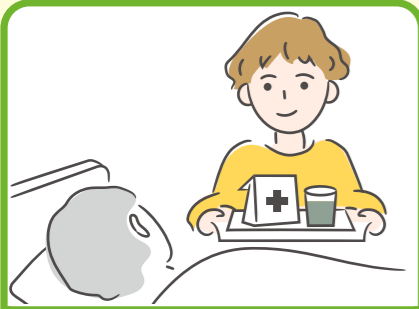
日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



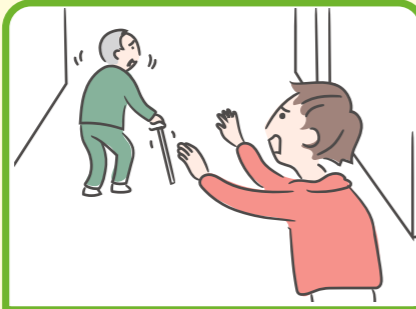
家計を支えるために労働をして家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題をかかえる家族に対応している



障がいや慢性的な病気のある家族の身の回りの世話や看病をしている



目を離せない家族の見守りや声掛けなどを行っている



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

## ● 各市町村相談窓口

鳥取市	子ども家庭センター (鳥取市富安2丁目138-4)	☎ 0857-20-0122
米子市	子ども相談課(子ども家庭センター) (米子市錦町1丁目139-3)	☎ 0859-23-5469
倉吉市	子ども家庭センター (倉吉市堺町2丁目253-1)	☎ 0858-22-8220
境港市	子ども家庭センター (境港市上道町3000)	☎ 0859-47-1077
岩美町	子ども未来課(子ども家庭センター) (岩美郡岩美町大字浦富675-1)	☎ 0857-73-1424
若桜町	保健センター (八頭郡若桜町若桜801-5)	☎ 0858-82-2214
智頭町	福祉事務所 (八頭郡智頭町大字智頭1875)	☎ 0858-75-4102
八頭町	18歳未満 保健課(子ども家庭センター) (八頭郡八頭町宮谷254-1) [共通]	☎ 0858-72-6511 ☎ 0858-72-3581
三朝町	町民課子育て支援室 (東伯郡三朝町大瀬999-2)	☎ 0858-43-3505

湯梨浜町	18歳未満 子育て支援課 18歳以上 福祉課 (東伯郡湯梨浜町久留19-1) [共通]	☎ 0858-35-5322 ☎ 0858-35-5373
琴浦町	子ども家庭センターすくすく (東伯郡琴浦町大字徳万591-2)	☎ 0858-27-1333
北栄町	子ども家庭センターおひさま (東伯郡北栄町由良宿423-1)	☎ 0858-37-3224
日吉津村	福祉保健課 (西伯郡日吉津村大字日吉津872-15)	☎ 0859-27-5952
大山町	子ども課(子ども家庭センター) (西伯郡大山町御来屋467)	☎ 0859-54-5205
南部町	健康対策課 (西伯郡南部町後482)	☎ 0859-66-5524
伯耆町	福祉課 (西伯郡伯耆町吉長37-3)	☎ 0859-68-5534
日南町	子ども若者未来課(子ども家庭センター) (日野郡日南町生山511-5)	☎ 0859-82-1029
日野町	健康福祉課 (日野郡日野町根雨101)	☎ 0859-72-0334
江府町	福祉事務所 (日野郡江府町江尾1717-1)	☎ 0859-75-3223

中高生、大人用

# ヤングケアラーじゃない???



もしあなたが、友だちが、  
そうだったら...

ひとりで背負っている  
子どもがいます

## ヤングケアラー相談窓口

聞かせてください、心の声を

### 鳥取県ヤングケアラー LINE 相談窓口

家族のお世話や介護、学校や就職のこと、LINEで相談してみませんか?



受付時間 24時間 対応時間 18:00~23:00

夜間・休日

相談時間 [平日] 17:00~9:00  
[土日祝日] 24時間

いじめ110番

鳥取県教育委員会  
生徒支援・教育相談センター

☎ 0857-28-8718

※ヤングケアラーの相談も受け付けています

平日 相談時間 [平日] 8:30~17:30

東部 福祉相談センター  
(鳥取市江津318-1)  
☎ 0857-29-5460

中部 倉吉児童相談所  
(倉吉市宮川町2丁目36)  
☎ 0858-22-4152

西部 米子児童相談所  
(米子市博労町4丁目50)  
☎ 0859-33-2020

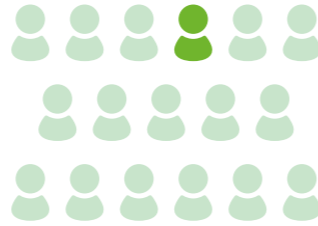


# 今、ヤングケアラーは 決してめずらしくない。

約 **17**人に  
ひとり

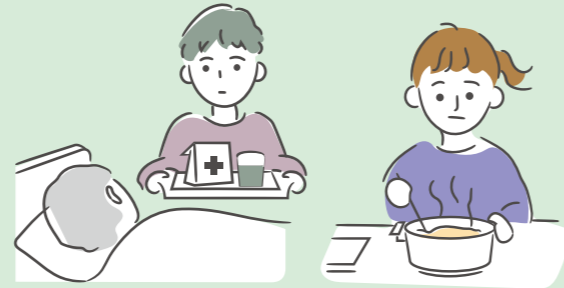
令和2年度の厚生労働省の調査では、調査に参加した中学校の46.6%、全日制高校の49.8%にヤングケアラーが「いる」という結果になっています。また、同調査では、「家族の中にあなたがお世話をしている人はいますか」という質問に対し、「いる」と答えた中学2年生は5.7%にのびりました。これは、回答した中学2年生の17人に1人がヤングケアラーだったということになります。

※出典：厚生労働省ホームページ



## 🔍 ヤングケアラーとは

本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などを日常的に行うことで、守られるべきことも自身の権利が守られていない状況にある子どものことを言います。小さい頃から当たり前のように家族の世話をしていたため、自らがヤングケアラーだという自覚がない子どもたちも多くいます。



## 🔧 ヤングケアラーが直面する問題点



### 📚 学業への影響

遅刻・早退・欠席が増える、勉強の時間が取れない など



### 👥 友人関係への影響

友人などとコミュニケーションを取れる時間が少ない など



### 💼 就職・進路への影響

自分でできると思うことの範囲を狭めて考えてしまう、家族の手伝いなどに時間が充てられて自分のやってきたことをアピールできない など

家族の手伝い・手助けをするのは「ふつうのこと」と思うかもしれませんが、でも、**学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じたりするほどの重い負荷がかかっている場合は、注意が必要です。**

## 💪 いつも頑張っている、あなたへ 💪

毎日、家族を支えるためにがんばってきたあなた。でも、あなたの時間もとても大切。

**こどもの時間は、未来へとつながっていく大切な時間です。**

あなたがこどもらしい時間を過ごすために、下の**3つ**からはじめてみましょう。



POINT

1

**家族の世話を  
することで何か  
困っていませんか**

宿題や自分の時間がないほどのお手伝いはヤングケアラーの可能性があり、今までを振り返ってみましょう。

POINT

2

**ひとりで  
抱え込まず  
誰かに相談しよう**

家族の世話で困ったことがあったら、ひとりで抱え込もうとせず、まずは誰かに相談しましょう。

POINT

3

**ためらわず  
周囲の大人に  
頼ろう**

大人に頼って迷惑をかけたくない、どうせ解決できないなど思わず、まずは頼ることから始めましょう。

**一緒に考えてくれる大人は必ずいます！  
勇気を出して話してみませんか！**

鳥取県ヤングケアラー  
**LINE相談窓口**

家族のお世話や介護、学校や就職のこと、LINEで相談してみませんか？

受付時間 24時間 対応時間 18:00~23:00



夜間・休日

相談時間 [平日] 17:00~9:00  
[土日祝日] 24時間

**いじめ110番**

☎ **0857-28-8718**

鳥取県教育委員会  
生徒支援・教育相談センター  
※ヤングケアラーの相談も受け付けています

平日 相談時間 [平日] 8:30~17:30

東部 **福祉相談センター**  
(鳥取市江津318-1)  
☎ **0857-29-5460**

中部 **倉吉児童相談所**  
(倉吉市宮川町2丁目36)  
☎ **0858-22-4152**

西部 **米子児童相談所**  
(米子市博勞町4丁目50)  
☎ **0859-33-2020**

**家族や周囲の大人たちへ**

まずは周囲のヤングケアラーの子どもたちの存在に気づいて、上記の支援へつなげてください。