静岡県
ヤングケアラー相談窓口

大切な家族の世話やお手伝いをすることはすばらしいことです。

でも、、、

勉強する時間がありますか？
遊ぶ時間がなくなっていませんか？
自分がしたいことをする時間はありますか？

困っていることがあれば相談してください。

（ヤングケアラーの例）

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

目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている

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、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

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration : Izumi Shiga

電話相談

電話番号：賀茂地区　0558-23-4152
　　　　　東部・富士地区　055-924-4152
　　　　　中部地区　054-273-4152
　　　　　西部地区　053-458-4152
相談時間：月～金　9時～20時
　　　　　土、日　9時～17時

LINE 相談（しずおかこども・家庭相談）

相 談 日：毎日
相談時間：平日　10時～20時
　　　　：土日祝　12時～20時

右の QR コードから、LINE に「しずおかこども・家庭相談」を友達追加できます。
追加した際に表示されるメッセージを参考に御連絡ください。

※ 相談内容をあなたの許可なく、あなたが特定されるかたちで誰かに伝えることはありません。

静岡県健康福祉部こども未来局こども家庭課