

# いつでも話していいんだよ

たとえば、こんなことはありませんか？



びょうさ  
病気やしょうがいのある  
かぞくか  
家族の代わりに、家事や  
み  
身のまわりのお世話をし  
ている

かぞくか  
家族に代わってきょうだい  
せわ  
のお世話をしている



め  
目をはなせない家族の  
みまも  
見守りをしている

にほんご はな かぞく  
日本語が話せない家族  
かぞく  
やししょうがいのある家族  
つうやく  
のために通訳をしている



おとな かじ かぞく せわ  
などなど…大人がするような家事や家族のお世話をしている  
こどものことを「ヤングケアラー」といいます



# あなたの<sup>き</sup>気もちを<sup>おし</sup>教えてね

ひとり  
一人で  
かかえこま  
ないで



ひとり  
まわりの人に  
つた  
伝えてね



▲各市町村の  
相談窓口は  
こちらから！

**TEL 076-411-9003**

(富山県子ども・若者総合相談センター  
平日：9時～12時、13時～17時。土・日・祝、年末年始を除く)

**TEL 076-444-6167**

(富山県総合教育センター教育相談 月・金：13時～17時、  
火・水・木：9時～12時、13時～17時。土・日・祝、年末年始を除く)