

# 「ヤングケアラー」って 最近よく聞くし 気になる子もいるけど…

- 本人と直接話しても良いの？
- どんな確認が必要？
- どこに連絡すれば…



そんなときは  
まず

**兵庫県ヤングケアラー・  
若者ケアラー相談窓口にご相談ください!**



**078-894-3989**

受付時間: 月～金曜 9:30～16:30 (祝日・年末年始を除く)



※兵庫県の相談窓口では、  
学業・就職・結婚などへの影響が懸念される30歳台前半までのケアラーを対象に支援しています。

## 兵庫県・配食支援事業について

日常的な食事の用意や後片付けなどの家事を行っている  
ヤングケアラー・若者ケアラーに

栄養バランスに配慮した食事を無料でお届け



兵庫県マスコット  
「はばたん」



お弁当は  
イメージです

詳細は  
裏面へ

# 「ヤングケアラー」は こういう子ども・若者たちです

本来、大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを  
日常的に行っている子どもや若者のこと。  
責任や負担の重さで、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。

- 家事 障害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
- 世話 家族に代わり、幼いきょうだいなどの世話をしている  
障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている
- 介助・看病 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  
障害や病気のある家族の看病や、入浴・トイレの介助をしている
- 就労 家計を支えるために労働をして、障害や病気のある家族を助けている
- その他 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  
日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている

※兵庫県の相談窓口では、  
学業・就職・結婚などへの影響が懸念される30歳前半までのケアラーを対象に支援しています。

## 配食支援事業は 食を通じてケアラーを支える事業です。 是非ご活用ください

兵庫県内にお住まいのヤングケアラー・若者ケアラーが対象です

お弁当を  
冷凍便で  
お届け

ご自宅へ  
個別配送

同居家族  
全員分

週1回  
全12回  
お届け

### 受付期間：令和6年度中

お申し込み・相談先  
兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口

☎ 078-894-3989

月～金曜 9:30～16:30(祝日・年末年始を除く)

神戸市にお住まいの方の相談は  
神戸市子ども・若者ケアラー相談・支援窓口

☎ 078-361-7600

月～金曜 9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)