

# 家族のケアをしている学生のための オンラインイベント

ONLINE EVENT

ケアをした経験って  
何かの役に立ちますか？

当時はただただ必死だったけど、  
振り返ると誰よりも真剣に自分と向き合った  
経験は、自分の強みになっていると思う。

家族のことだから、  
相談することじゃないと  
思っています。

私も、家族に関する悩みは相談しないこと  
が当たり前でした。でも、感情を閉じ込め  
ておく苦しくなるから、吐き出すのも大事  
だなんて今は思います。

県外の大学に行きたいけど、  
家族と距離ができるので少し  
不安です。

家族は離れていても家族。  
まずは何より、自分の気持ちに  
素直になってほしい。

聞くだけの  
参加も OK  
顔・名前出しの  
必要なし！



チャットだけの  
やりとりでも OK

学生や社会人、支援者の方など、興味がある方は誰でも OK

わたしたちが  
参加します

ダイチさん  
若者ケアラー



大学1年生の秋から、精神疾患を持つ  
母のケアに携わっています。現在も  
感情のサポートなどを行う、現役若  
者ケアラーです。

モモさん  
若者ケアラー



26歳の時、突然母が診断のつかない難病  
に。仕事のかたわら、入院中のサポート  
や色々な手続きを代行、現在は在宅療養  
中で外来の付き添い等を行っています。

Kotaroさん  
元ヤングケアラー  
若者ケアラー



小学生の頃から、うつ病の母親を約  
15年間ケア。感情面のサポートを行  
い、今は医療・福祉業界で働いてい  
ます。

## ヤングケアラーって？

ヤングケアラーは、障がいや病気のある  
家族や幼いきょうだいのために、  
本来大人が担うような、家事・家族  
のケア・介護などのサポートを行う  
こどもや若者のことを言います。

- ✓ 幼いきょうだいのお世話をしている
- ✓ 買い物・料理・掃除などの家事をしている
- ✓ 身体的なケアをしている  
(看病、トイレの介助、見守り)
- ✓ 精神的なケアをしている  
(愚痴を聞いたり、話し相手になる)

2025年3月末まで  
毎月1回のペースで開催。  
詳細・お申込は裏面へ



## 開催日時

2024 年

6月28日（金）20:00～21:00

9月26日（木）20:00～21:00

7月22日（月）20:00～21:00

10月24日（木）20:00～21:00

8月29日（木）20:00～21:00

11月25日（月）20:00～21:00

※以降の開催日時は LINE/Web にてお知らせします。

## オンラインイベントって、どんな感じ？

誰でも参加できるの？

興味がある方は、学生や社会人、支援者の方など誰でも参加歓迎です◎過去には、「ヤングケアラーかな…という友だちの代わりに参加しました」という方もいますよ。

Zoom を使ったことがないのですが大丈夫ですか？

初めてでも簡単に接続できますので大丈夫です！参加申込後にお送りする招待 URL をクリックすると、Zoom アプリのインストールがはじまります。その後、招待 URL をクリックするとイベントに参加することが出来ます。

ただお話を聞くだけでも大丈夫ですか？

大丈夫です！ケア経験のある先輩や同じ世代の人たちの話を聞くだけでも、きっと参考になるものがあるはずですよ。自分のペースで参加して、慣れてきたらチャットで呟いたりしてみてくださいね。

スマホから参加できますか？顔を写したくないのですが…

スマホから参加できます。匿名での参加や顔が映らないようビデオはオフの状態で開催をしますので、安心してご参加ください。

## 参加・申込方法

次のいずれかの方法で事前申込ください。お申込み後、参加方法をお知らせします。

Web から申込

※開催当日 1 時間前まで受付

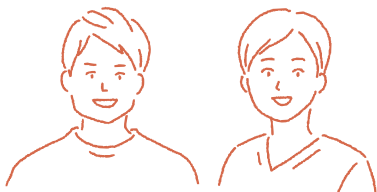


OR



香川県ヤングケアラー  
オンラインサロン  
LINE を友達登録

わたしたちが  
運営しています



20~50 代の看護師やケアマネージャー、10 代の頃に家族のケアや介護を経験した元ヤングケアラーなどさまざまな経歴のスタッフがイベントを運営しています。いま悩んでいることや思っていること、本当はこうだったらいいのに...と考えていることなど、なんでも大丈夫です。気軽にお話しに来てくださいね。みなさんの力に少しでもなれたら嬉しいです。

【お知らせ】  
親子のための相談 LINE



香川県では、厚生労働省における全国一元的なシステムを活用し、「親子のための相談LINE」相談窓口を開設し、家庭や親子関係に対する不安などの相談を受け付けています。匿名で相談でき、相談料も無料ですので、ひとりで悩みを抱えず、お気軽にご相談ください。