

+

家族の介護をしているけど
自分の介護ってこれでいいの？



+

今の自分のこと、
知ってほしい聞いてほしい



+

きょうだいのお世話で
自分の時間が持てない
これって私だけ？

介護のこと、
誰に相談すればいいのかわからない



家のことや家族のこと ひとりでがんばっていませんか？

悩んでいるのは
あなただけでは
ありません。
悩みや困りごとなど
なんでもお気軽に
ご相談ください。

通話料
+
相談
無料です

健祥会グループ (徳島県介護実習・普及センター)

なんでも
相談電話 「ほっとコール」

受付時間
8:30-17:30

 0120-625-113

mail : presen@kenshokai.group
徳島市国府町東高輪字天満356番地1
(健祥会プレゼンテーション内)



※健祥会グループは18歳以上の方のご相談も受け付けています。

●社会福祉法人 徳島県社会福祉協議会

個別相談 Tel 088-654-8386

mail : kurasapo@tokushakyo.jp
徳島市中昭和町1丁目 徳島県立総合福祉センター3階

日頃の暮らしの不安・困りごとなどのさまざまな御相談に応じます

●申し込みから相談までの流れ

▶01 右記の専用フォームからお申し込みください。お電話の場合は平日 9:00~16:00 の間にご連絡ください。



▶02 追って事務局から確認のお電話をいたします。(tel 088-654-8386) その際、詳細な内容をお聞かせください。

▶03 様々な分野の専門相談が必要となる場合には、そのご相談内容に応じて、適切な専門機関のご紹介と相談日や場所・方法等の調整を行います。※専門機関により以後の対応に費用が発生する場合があります。

・相談日時/事前予約制 (専用フォームに希望日時をご入力ください)

◀ 初回相談無料 ▶

ヤングケアラーってなに？

相談できる人や
助けてくれる人が
いなくて
困っていませんか？



ヤングケアラーはこんな子どもたちです

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもをいいます。



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

