

# だれかと しゃべって しってもらおう



もしかして、わたしって ヤングケアラー？

☒ しょう  
障がいのある  
きょうだいや  
おさな おとうといもうと  
幼い弟妹の  
せ わ  
お世話をしている

☒ りょうり せんたく  
料理や洗濯、  
そうじ  
掃除などの  
か じ  
家事をしている

☒ き も ふあんてい  
気持ちが不安定な  
かぞく はなし  
家族の話を  
き  
聞いている

☒ びょうき かいご  
病気や介護が  
ひつよう かぞく  
必要な家族がいる

☒ いえ たいへん  
家のことが大変で、  
しゅくだい じぶん  
宿題や自分の  
じかん  
時間がとれない

せんだい・みやぎ

ヤングケアラー  
オンラインサロン

つながるにはこちら  
.....▶



先輩ヤングケアラーの経験談を聞いたり

ゲームをしたりオンラインでゆるく

おしゃべりしています

ちょっと一息つきたいときに、きてみてね



顔や声を出さなくても  
参加できます◎

せんだい・みやぎ ヤングケアラー

# オンライン サロン

毎月第4金曜日 20:00~21:00

■参加費：無料

■対象：宮城県内の小学生から大学生



LINE 相談窓口

だれかに話してみませんか？

好きな時に送れる

匿名だから安心

平日12:00~20:00の間にお返事します



LINE相談・オンライン  
サロン申込はこちらから

お問い合わせ・運営

NPO法人アスイク

TEL.022-781-5576

電話受付：月～金（祝日除く）12:00～20:00

〒983-0868

宮城県仙台市宮城野区鉄砲町中3-14 テラス仙台駅東口2階

メール ssmail@asuiku.org

<https://sendai-youngcarer.asuiku.org>

