

本号に掲載している情報に関して、今後、内容を変更する場合があります。最新の情報は市HP(右のQRコードからもアクセス可)をご覧ください。各担当課へお問い合わせください。イベントなどへの参加にあたっては感染対策にご協力ください。



発行/国分寺市 編集/政策部市政戦略室 〒185-8501 東京都国分寺市戸倉1-6-1 ☎(042)325-0111 FAX(042)325-1380  
市公式ホームページ(市HP)、市公式ツイッター、市公式フェイスブック、市モバイルサイトは、国分寺市 で検索 市長へのファクス☎(042)324-0906

知っていますか

# ヤングケアラー、ダブルケアラー

→地域共生推進課(内566)

## こんな人がヤングケアラーです

年齢や成長の度合いに見合わない重い責任や負担を負って、本来大人が担うような家族の介護や世話をすることで、自らの育ちや教育に影響を及ぼしている18歳未満の子どものことです。長期化すると介護と学業の両立だけでなく、生活することも困難になりかねません。



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、幼い子どもの世話をしている



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



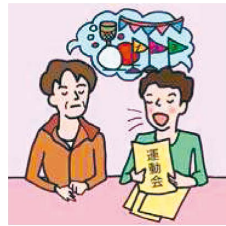
目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



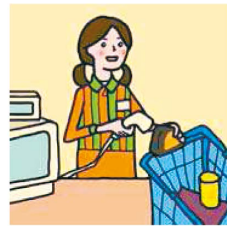
障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている



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



アルコール・薬物・ギャンブルなどの問題のある家族に対応している



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



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

©一般社団法人日本ケアラー連盟 2015

## こんな人がダブルケアラーです

育児と介護、障害のように、家族や親族など複数のケアを同時に担う人たちのことです。被介護者との同居は問わず、祖父母に限らず障害のある子や配偶者等のケースも含まれます。晩婚化、高齢出産、少子高齢化、核家族化などの背景により、増加傾向にあります。

その負担の大きさから仕事との両立が困難となり、離職に追い込まれる方も少なくありません。

## お気軽に相談してください

ご自身がご家族のケアで悩みを抱えていたり、周囲に心配な方や大変そうな方がいたりしませんか。社会全体でヤングケアラー、ダブルケアラーを正しく理解し、認識を高めることで、存在に気づき、相談につながり、必要な支援の輪を広げていくことができます。

主な相談窓口一覧

相談内容	相談窓口
妊娠・出産・子育て	健康推進課(子育て世代包括支援センター事業) ☎(042)321-1801 子ども家庭支援センターぶんちっち(子育て相談室) ☎(042)572-8138 火~土曜日午前9時30分~午後5時(第2・4木曜日は午後1時まで)
生活にお困りの方	生活福祉課(内586)
障害のある方	障害福祉課(内522)
高齢者・介護保険	高齢福祉課 ☎(042)321-1301
保育サービス	子ども子育てサービス課(内383)
児童虐待	子ども家庭支援センターぶんちっち(子育て相談室) ☎(042)572-8138 火~土曜日午前9時30分~午後5時 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189
児童・生徒、小・中学校について	教育相談室 ☎(042)573-4376 火~土曜日午前10時~午後5時(木曜日のみ午後7時まで)
子ども(18歳未満)専用	子ども専用相談電話(こそでん) ☎(0800)800-9033(通話料無料) ☎(042)572-3725 火~土曜日午前8時30分~午後5時 チャイルドライン ☎(0120)99-7777 午後4時~9時

### 収穫体験付き野菜作り体験講習会(初心者向け)

11月29日・12月13日(日)午前9時30分~11時30分(全2回)  
国分寺いきいき農園(戸倉3-14) ※雨天決行  
農業経験がない方向けの、農業に親しむ講習会です

対市内在住・在勤・在学・在活の中学生以上で2日とも参加できる方  
内容:土作り、種まき、野菜の収穫など  
講師:いきいき農園事業協力員  
定員:15人 費用:無料  
申込:11月16日(月)から電話で経済課へ※先着順  
物軍手  
注:自動車での来場不可/汚れてもよい服装・靴で参加

→経済課(内397)

### 行政相談委員が総務大臣表彰を受賞

永年にわたり行政相談委員としてご活躍されている石井美佐子さんが、業績が特に顕著で他の模範とするに足りると認められる方に贈られる行政相談委員総務大臣表彰を受賞し、10月16日に市長を表敬訪問しました。

→政策法務課(内559)

### 外国人のみなさんへ For foreign residents 外国朋友们

外国の方のためのお知らせをやさしい日本語で市のホームページから見る您可以通过。

Information for foreign residents is available in English on Kokubunji City Website.

在国分寺市网页可以通过中文查看面向外国人士的通知。