

家族のケアが 誰にでも身近な 今だから



相談して
みようよ

大事な家族によりそう君の、
気持ちや声を聞かせてほしい人がいる。

自分ひとりで抱え込む必要はないし、誰かを頼っていい。
ヤングケアラーのサポーターや相談窓口で
その気持ちを少しだけ話してみませんか？



こどもまんなか
こども家庭庁
ヤングケアラーのこと