

子ども・若者ケアラー当事者のつどい

いろはの なかまたち

わたしも
ヤングケアラー…かな？

自分の経験や
思いを誰かに話したい



「いろはのなかまたち」は、家族のケアを担っている子ども・若者ケアラーの方や、元当事者の方が、自分の気持ちを話しながら整理したり、ケアから少し離れてほっとできたりする“つながりの場”です。月に1回、ケアのことや日々のことを、ゆったりした雰囲気でお話しています。

「参加するのはちょっと緊張する」「まずは個別で話したい」「自分がケアラーなのかわからない」そんな気持ちでも大丈夫です。関心のある方は、気軽に一度ご連絡ください。

毎月の定例会

日時 毎月第2土曜日14:00-15:30

内容 当事者同士の交流・相談・ミニワークなど

隔月イベント会（6月以降）

開催頻度 隔月 ※開催月は別チラシで記載予定（例：6月・8月・10月…）

内容 ワークショップ・体験型イベント・ゲスト企画など

参加対象 おおむね中学生～30歳までの子ども・若者ケアラー当事者（家族のケアを担っている方）または経験者の方。
※遠方から対面参加される場合は、必要に応じて保護者や周りの大人の方の同伴をご検討ください。

参加費 原則無料 ※オンライン参加による通信費は個人でご負担ください。

会場 中央青少年活動センター 3F和室（京都市中京区東洞院通六角下ル御射山町262、京都市営地下鉄「烏丸御池」より、徒歩5分程度）
または オンライン ※イベント会は対面のみ

お問合わせ・お申し込みは、お電話か申し込みフォームでのお申し込みにてお願いいたします。

お電話での
お申し込み **075-213-3681**

申し込みフォームでのお申し込み
<https://forms.cloud.microsoft/r/kp1n643Zd3>

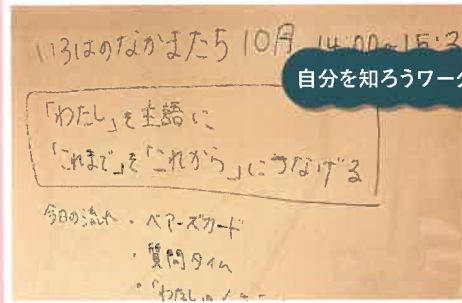




つどい



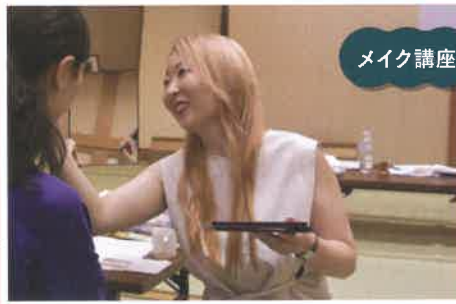
クリスマス



自分を知らうワーク



ぬりえ



メイク講座



支援者や若者にかかわるみなさまへ

進路や将来について、いま抱えているしんどさや、不安を聴いてくれる人がいると、少し楽になるかもしれません。支援のサポートが、子ども・若者が踏み出す一歩につながります。

ケアをした経験は、その最中にある場合はもちろん、ケアが終わった後も子ども・若者期の不安や葛藤、将来を考えるとときに影響することがあります。また、友人への気遣いや周囲と比較して自身の家庭環境に劣等感を持つなど、身近な人へ話すことに抵抗感を持つことも少なくありません。

本事業は、子ども・若者が悩みを抱えて孤立しないために、ケアを担う同年代やロールモデルとなる少し年上の若者と、安心して話すことができる場づくりを行っています。

実際には、「オンラインで話すことに抵抗感がある」「家庭にオンライン環境がない」「ケアしている家族が家にいて外出しにくい」など、参加にあたっては周囲の大人のサポートが必要なことがあります。参加を迷われる場合は、ぜひ一度ご相談ください。

和やかな雰囲気なので
初めての方でも
安心してご参加いただけます

参加者からのメッセージ

慌ただしい日常から離れ、
自分のための時間を過ごし
ませんか？ 話をするのは苦
手…という方には、
まずはイベント会
がオススメ。



他人と話すこと・話をきくこ
とで、自分自身の経験や思
いの整理につながりました。
「他の人に比べたらそこまで
大変じゃないし…」と思って
いる方も気にせず
一度覗いてみて
ください。



お問い合わせ先



公益財団法人 京都市ユースサービス協会

京都市中京区東洞院通六角下ル御射山町262中央青少年活動センター内
TEL: 075-213-3681 MAIL: youthcarers@ys-kyoto.org

いろはのなかまたちの
ウェブサイトは
こちらからご覧ください

