

ヤングケアラーを

知っていますか？

— 伴走型支援のためのハンドブック —



このハンドブックは、ヤングケアラーの周囲の人、支援関係者に向けて作成しました。
あなたの支援する方の家族がヤングケアラーかもしれません。

自分が担当している家族にはいない、手伝いはしているけど平気そう……など
思い込んでいませんか。このハンドブックでは、ヤングケアラーの支援方法に
ついて知ることができます。

も く じ

第1章	ヤングケアラーを理解する、気づく	1
第2章	支援の考え方、多分野(多機関)の役割	3
第3章	伴走型支援 ～ヤングケアラーと家族に寄り添う～	5
コラム	ヤングケアラーの気持ちや現状を理解するために	8

第1章

ヤングケアラーを理解する、気づく

子どもが家族のお世話をしていたら…

大したことはない、大丈夫そうと思っても、**意外と負荷がかかっている**かもしれません。

ヤングケアラーとは？

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っていること。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。



障害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。



障害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害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、障害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。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

ヤングケアラーは、家事や家族の世話などをがんばっているからこそ、こんな気持ちを持っているかもしれません。

あまり友達と遊べない…

寝る時間が足りなくて…

自分の時間がない…

学校に行きたくても行けない…

希望の進路を選べない…

宿題とか勉強する時間がない…



もし、悩みを抱えていたら…

相談できる場所が広がっています



辛いときは、学校の先生・スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー・親戚の人など信頼できるまわりの大人に、頼ることが大事です。

ヤングケアラーに気づくための視点

皆さんも、このような子どもがいたら、気にかけてみてください。



学校で

- 遅刻や宿題を忘れることが多い
- 服装や髪型が乱れていることが多い、居眠りが多い
- 疲れている様子、情緒が不安定
- 友人と上手くいっていない、いつもひとりである



地域で

- いつも弟や妹と一緒にいる
- いつも子どもだけで買い物をしている
- 学校がある時間帯なのに家や地域にいる



医療・福祉の現場で

- 親の通院に付き添ってくる子どもがいる
- 施設や病院に子どもだけでよく見舞いにくる
- スーパーの買物袋を提げて帰ってくる子どもがいる
- 子どもに家族への連絡や調整などを頼んでしまう、キーパーソンになっている子どもがいる



子どもの人権という視点

健やかに育つためには、子どもの人権が尊重されることが大切です。勉強や遊び、友人との交流など、年齢に相応しい様々な経験を通して子どもは成長します。

自分のしたい事を諦めたり自身の生活を犠牲にすることがないように、子どもらしい時間が持てるよう、子どもの生活を中心に考えてサポートしていく必要があります。

育つ権利



- 教育を受けることができること
- 適切な情報提供等の支援を受けること
- 自分らしく育つことができること
- 考えることや信じることの自由が守られること
- 体や心を休ませること
- 年齢にふさわしい遊びや文化・芸術活動に参加できること

参加する権利



- 自分に関係あることについて自分の意見を表明できること
- 表明した意見は年齢や成長に応じて考慮されること
- 友人を作り、友人と集うこと

子どもの権利

生きる権利



- 一人ひとりの生命が大切にされること
- 病気や怪我をした時に治療を受けることができること

守られる権利



- あらゆる種類の差別や虐待、搾取から守られること
- プライバシーが守られること
- 他の人から誇りを傷つけられないこと

親のしんどさも理解する

疾患や障害、ひとり親でのワンオペ、孤立など親自身が色々な課題やしんどさを抱える中で、家事や育児が十分にできなくなり、その結果、子どもがヤングケアラーになってしまう場合があります。

ヤングケアラー支援の考え方

- 包括的支援と伴走型支援を組み合わせる支援をおこないます。
- 「世帯全体の課題を解決するサポート」と「ヤングケアラーの心を支えるサポート」の2つの視点から多様なサポートを組み合わせる支援をおこないます。



ヤングケアラー支援の姿勢と視点

ヤングケアラーとその家族



基本的な姿勢

包括的支援 ※1

- 多分野が連携しながら互いに役割分担して多様な課題を解決する



伴走型支援 ※2

- 子どもや家族の思いを理解する
- つながり続ける、信頼関係づくり
- 寄り添い、一緒に立ち止まって解決方法を考える

2つの視点

世帯全体の課題を解決するサポート

- 家事・育児などの物理的負担の軽減
 - 障害福祉サービス、介護サービス
 - 子育て世帯訪問支援事業
- 困窮者支援、医療サービス
- 家族の相談にのる、心を支える など



子どもの心を支えるサポート

- 子どもらしく過ごせる時間と空間を用意する
 - 学校の諸活動
 - 地域の居場所（子ども食堂など）
 - ピアサポート など

※1：包括的支援について

※2：伴走型支援について ⇨ P.5 参照

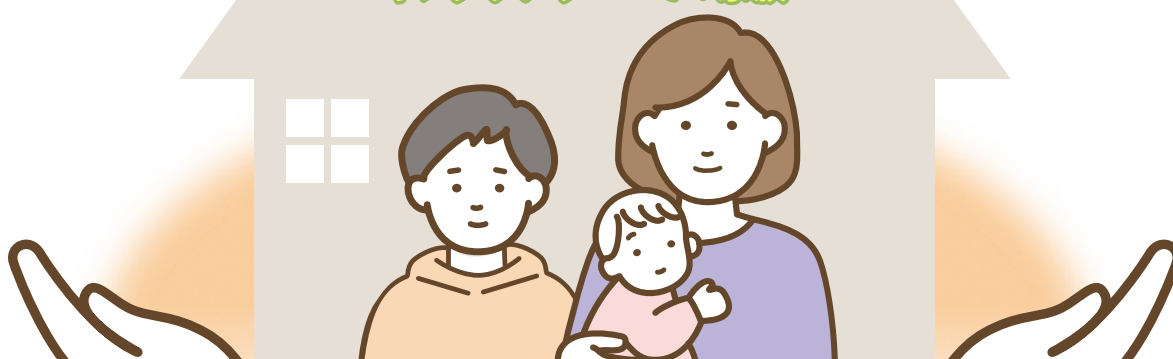
子どもがヤングケアラーとなる背景は、親などの家族が疾患や障害を有している、経済的に困窮している、ひとり親でワンオペで余裕がないなど、様々な課題を抱え、その結果、子どもが世帯の中で「重要な支え手」にならざるを得ない状況があります。世帯全体を包括的に捉え、子ども分野だけでなく、大人支援の分野も含む多分野が連携して課題を1つ1つ解決するなど世帯を丸ごと支援していく必要があります。

また包括的支援は、多機関が互いに協力しながら、それぞれの役割を果たす「チーム支援」を前提としており、「支援者も孤立させない、困った時にはチーム全員で知恵を出し合い支え合う」姿勢が大切です。



ヤングケアラー支援における多分野(多機関)の役割

ヤングケアラーとその家族



豊中市ヤングケアラー相談窓口

■ 支援をコーディネート

例

- ヤングケアラーの負担軽減策の調整
- 支援関係者へのつなぎ、情報共有・支援方針や役割分担の検討 など

つなぐ

児童福祉分野

■ 子どものケアを中心とした支援

例

- 市関係部局 (はぐくみセンター)
- こども園、保育所、幼稚園
- 児童相談所
- 放課後等デイサービス など



共通する役割

■ ヤングケアラーの発見

■ 世帯(本人含む)の状況・意向の把握

■ 支援へのつなぎ・支援機関間で方針共有

つなぐ

教育分野

■ 子どもの見守り、寄り添い

例

- 教育委員会、学校
- スクールソーシャルワーカー、スクールカウンセラー など

保健・医療分野

- 子どもの負担軽減の観点も入れて、支援サービスを検討・充実
- 世帯の健康・医療面での支援
- 疾患や障害、ケア方法などをわかりやすく伝える

例

- 市関係部局 (保健所)
- 医療機関、訪問看護ステーション など

地域活動・地域資源 (インフォーマル支援)

- 子どもの見守り、寄り添い
- 子どもらしく過ごせる居場所の提供、レスパイトケア など
- 地域とのつながりづくり、宅食などの多様なサポート

例

- 社会福祉協議会、コミュニティソーシャルワーカー、民生・児童委員、主任児童委員
- 子どもの居場所、ピアサポート など

高齢・障害・その他福祉分野

- 子どもの負担軽減の観点も入れて、支援サービスを検討・充実
- 困窮者支援、若者支援など

例

- 市関係部局 (高齢者・障害者支援、生活保護、困窮者支援、若者支援)
- 地域包括支援センター、介護支援専門員
- 障害者相談支援センター、相談支援専門員 など

伴走型支援とは

Point! 「つながり」という状態に着目した支援のあり方

1

困りごとや問題の解決のみに着目するのではなく、まずはつながり続けることをめざします。孤立化を防ぎ、心を支えることに重点をおき、やがて支援へとつないでいくものです。

Point! 支援者のバトンをつなぎ、長く関わり続ける

2

問題解決のためだけに一時的に関わるのではなく長く関わり続けるなかで、子どもや家族との信頼関係をつくりまします。会話を重ねて思いを聴き、どう解決するかを一緒に考え、必要な支援をおこなっていきます。1つの機関や学校だけでは長期に関わり続けることは難しいかもしれませんが、支援者や地域がつながり合い、チームで関わり続け、支援のバトンを引き継いでいくことで、関係を途切れさせないことが大切です。

Point! 当事者自身が今すぐの解決を求めている場合も…

3

支援関係者はすぐにでも「解決したい」と思いがちですが、支援関係者が「よかれ」と思うことが当事者にとってはそうではなく、「支援者側の価値観」の押し付けになってしまうこともあります。

Point! 近づきすぎず、遠すぎずの適度な距離感を大切に

4

会った時に挨拶を交わすだけでも、誰かが気にかけてくれると思えばホッとします。「いざ」という時にSOSを出せる人がそばにいても、1つの支援になります。

「奥田知志・原田正樹（編）『伴走型支援』第I部 伴走型支援を考える（有斐閣）」を参考に作成

伴走者になり得る人（例）

- ヤングケアラーとそのきょうだいたちが通う学校、こども園、保育所、幼稚園などの関係者
- ヤングケアラーのそばにいる友人、ご近所さん、地域の皆さん
- 子どもの見守りや居場所の提供など、地域の諸活動^{※1}に携わる皆さん
- 支援関係者（家事やケアなど、世帯の負担を軽減するサービスのスタッフ）
- ピアサポートの場^{※2}の参加者

※1：主任児童委員、子ども食堂や学習支援など

※2：当事者・元当事者など同じ思いを共有できる人がいて安心して話せる場

ヤングケアラーには
信頼できる身近な
大人が必要です



なぜ伴走型支援が必要なのか

ヤングケアラーは、家族のことは家族であるものと思っていたり、ケア負担が当たり前になっていたりして自分自身の負担に気づいていない場合があります。また、しんどいながらも自分の役割としてプライドを持ってケアしていたり、障害や病気のある家族のことを知られたくない、家族を悪く言われたくない、など複雑な思いを抱えていることもあります。

ですから、子どもの状況をよく知らない人が支援者目線でいきなり介入することはNGです。ヤングケアラー自身が「話してみようかな」「相談しよう、誰かに頼ろう」と思うようになるまで、その思いを理解して寄り添う（伴走する）人の存在が不可欠です。

子どもとの信頼関係づくりのステップ

子どもには、悩みや思いなどの本音を話せる人の存在が不可欠です。
ただし、信頼でき、安心して話をするような関係はすぐにできるものではなく、
関わり続ける過程を通じてはじめて構築されます。

STEP 1

挨拶や言葉を交わせるようになる

STEP 2

定期的に会って、世間話など何気ない会話ができる

STEP 3

ある程度の時間を一緒に過ごす中で、自分の事を話せる
「話をきちんと聞いてもらえる」という安心感が持てる

すでに関係性がある場合は、
STEP3から
スタート！

STEP 4

家族の話、自分の本音(しんどさ、不安、希望など)が話せる

STEP 5

相手が自分の事を大切に思ってくれていることを理解する

STEP 6

相手の助言や提案を受け入れられる

信頼関係づくりのヒント



ヤングケアラーが担っている役割やケアを否定しない

- 家族に頼られたり、家族を大切にする気持ちからプライドを持ってケアしている場合もあります。
- 親を批判しないようにしましょう。



大人の価値観で褒めたり評価したりしない

- 「正しい形にする」「正す」ことが目的ではありません。



「待つ」というアプローチもある

- 子どもは大人ほど語彙が豊富ではないため、思いや状況を上手く言語化して説明することが難しいといわれており、事態が複雑であるほどどう説明してよいかわからず話せない場合もあります。
- 話したくない、知られたくないという本人の気持ちを尊重し、話してくれるのを待ちましょう。



今は話せなくてもいい、いつでもいい、どんなことでも相談してよいと伝え続ける

- これからも継続してそばにすることを伝えましょう。

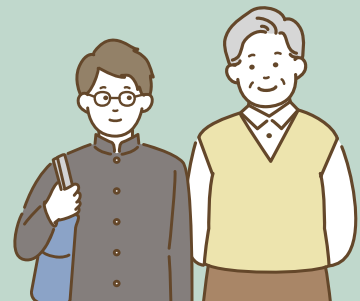


聞いたことを本人に無断で他人(家族も含む)に話さない



信頼関係ができるまでは、安易にアドバイスをしない

- アドバイスが「注意」と捉えられる可能性があります。



伴走型支援のプロセス

「つながる」「つなげる」の2つのステップで支援をおこないます。

STEP 1

社会的に孤立している状態の人と **つながる**

- 閉ざされた心へアプローチ
- つながりをつくる（信頼関係）
- いざという時に頼れる人、場所をつくる



STEP 2

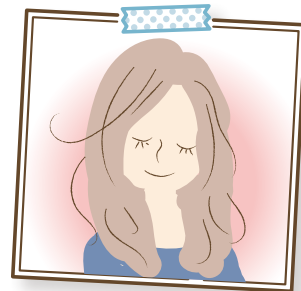
支える人たちに **つなげる**

- つながりを広げる、皆でつながる
- 本人の同意がないときは無理につなげない
- 無責任な「投げ渡し」にならないよう丁寧につなぐ
- 話していいこと、ダメなことについて、本人の意思を確認する
- 支援者目線だけでなく当事者目線を大切にする
- 支援者が1人で抱え込まない

「奥田知志・原田正樹（編）『伴走型支援』第I部 伴走型支援を考える（有斐閣）」を参考に作成

ヤングケアラー当事者のお話から

元ヤングケアラーの高岡里衣さん（NPO法人 ふうせんの会）のコメントがとても印象的だったのでご紹介します。支援に携わる者としてだけではなく、一人の人間として「大切にしたい」「心に留めておきたい」内容ですね。



私自身、しんどくても、それを言葉に出さないことで自分のバランスを保っていた気がします。『自分が何をしたいか』ではなく『母の気持ち、母がどうしたいか』を自然と考えるようになっていました。

子どもにはそもそも相談するという発想がなかったり、家族の状況や自分の思いを上手く整理して説明することが難しかったりします。「しんどい」とか「面倒くさい」という言葉くらいしか出てこないこともあるのではないのでしょうか。また、大変すぎて自分でもどうしていいかわからないくらい混乱している時は、誰かに助けを求める余裕すらないこともあります。

ヤングケアラーの状態にある人は家族のことを大切に思うあまり、自分でも気づかないうち

に『自分の人生』ではなく『人のための人生』を生きてしまうこともあると思います。私が思う『**伴走者**』とは『一緒に走り続けてくれる人』というより、しんどくてうずくまっている時に『**一緒に立ち止まってくれる人**』です。「頑張ってるね」よりは「**一緒に考えようね**」と言ってくれて、こちらを見守って待っていてくれる人だと嬉しい。急いで介入や支援をしなければならぬような事態であったとしても、少しずつ段階を踏んで関わって来てもらう方が受け取りやすい気がします。支援者目線でいきなり近づいて来られると、家族を評価され『自分たちができていないこと』を思い知らされるようで、抵抗を感じてしまうこともあると思うのです。

引用：豊中市主催シンポジウム『ヤングケアラーと家族をささえるために～伴走型支援のあり方と実践について～』

令和5(2023)年12月15日 開催

川崎 大介さん

NPO法人 ふうせんの会 運営メンバー



僕の家族はもともと祖父、祖母、父、母、僕の5人家族でしたが、2歳の時に祖父が亡くなり、3歳の時に父が交通事故で死亡し、3人家族になりました。母は心臓病で外に出られない状態だったので、母と外で遊んだ記憶はありません。僕は幼稚園くらいから毎日ではありませんが自転車で食料品や日用品を買いに行ったり、掃除や洗濯をしたりしていました。当時はそれが当たり前と思っていました。横になることが多い母に対して「僕が母を守らないと」という気持ちは小さな頃から持っていました。

母の体調が悪かったので小学校の入学式も僕一人で参加しました。保護者が来ているほかの家庭を見てうらやましい、寂しい気持ちはありましたが、そのうち学校行事に誰も家族が来ないことに慣れていきました。高学年になると、参観日に親が来て喜んでいる同級生を見て「みんなそんなことで喜んで子どもやな」と思っていました。自分は一人で平気と思い込もうとしていたのだと思います。

小3頃から祖母も介護が必要になり、母と祖母のことが心配で6年生の修学旅行には行きませんでした。そのときは自分で選んだと思っていましたが、修学旅行の後、みんなが思い出話をしたり写真を選んだり、卒業文集に修学旅行のことを書いたりする中で、とても寂しい思いがこみ上げてきました。その疎外感をわかってくれる人は先生を含め当時はいませんでした。今の僕が当時の僕に伝えられるなら「その日だけでもわがままでもいいから修学旅行に行こうよ」と言いたいです。

ただ日常生活では友だちが救いになっていました。当時流行していたファミコンで一緒に

ゲームをして遊んだり、野球やドッジボールをしたりしました。

中学時代は、家事や介護をするために家に早く帰りたくて部活には最初から入りませんでした。母や祖母の具合の悪いときに学校を休むことは小学校の時からあったのですが、中学では僕自身の体調不良もあって、中1の終わり頃から学校に行けないことが増えました。いじめられていたわけではありませんが、友だちの会話についていけなかったり、小学校の頃に仲が良かった友だちは部活で別の友だちができて僕とは疎遠になってしまったりして、学校に行ってもひとりぼっちでした。中2は数えるほどしか登校できず、中3は2学期頃から登校が増え、自分の体調が落ち着いて3学期は行けるようになりました。進路は定時制高校を選びました。勉強もしていなかったし、定時制なら拘束時間が短いからです。母は体調不良で懇談にも出席できなかったもので、進路については学校の先生と10歳年上のいとこに相談して決めました。

高校時代は、昼間は家事や介護をし、夕方から登校して、1、2年はちゃんと出席できてい



ました。高3で祖母が入院し、母が原因不明のめまいで救急車を呼ぶことが増えました。

母は不安から、僕が学校に行こうとすると引き留めようとし、僕も学校に行っている間に何かあったらと心配で休むことが増え、卒業が危なくなる状態でした。担任の先生が僕の状況に気づいて「パソコンして遊ぶか？」と声をかけてくれたことがあります。すぐに家のことを話せたわけではなかったのですが、何気ない声かけを続けてくれたおかげで、後日、家の状況を話すことができました。先生が手紙で励ましてくれて、僕も卒業までなんとか頑張るという気持ちになれて、卒業することができました。

学校の先生にお願いしたいのは、生徒が困っていたり悩んでいたたりしたら、ヤングケアラーの負担が減るように福祉の人につなぐ方法などを考えてほしいということです。僕の場合は高校生の時にヘルパーという制度があることすら知らず、誰に相談していいかもわかりませんでした。クラブ活動や友達付き合いや進路など、いろんなことを当然のようにあきらめてきたのですが、子どもが家族のケアのためにやりたいことをあきらめないですむように、周りの大人が気にかけてほしいと思います。

山中 葉月さん

NPO法人 ふうせんの会 事務局スタッフ

私の父は私が物心ついた頃にはうつ病で、兄も精神的に不安定で、後に統合失調症と診断されました。子どもの頃には精神疾患について聞かされたこともなく、なぜ家族なのに会話がかみ合わず全然気持ちが通じ合わないんだろうと思っていた。

父は治療を受けながら忙しく働き、家にいる時も子どもと過ごす時間はあまりありませんでした。「お父さん」という感じではなくとても距離を感じる存在でした。母は家事と仕事の両方で忙しく、時折暗い表情を浮かべるときがありました。私は学校に提出する書類があるときは両親の顔色を見て話しかけても大丈夫なタイミングを見計らい声をかけていました。そのため期限に遅れたり、大事な書類を渡せなかったりすることもよくありました。家族でどこかに出かけることはなく、家の中はいつも暗く息苦しさがありました。ドラマの家族団らんの場面や、友だちが家族で遊びに行った話を見聞きすると、うらやましいというより「うちとは違う」「うちはうち、よそはよそ」という気持ちでした。

子どもの頃、私の支えになっていたのは幼稚園から高校まで通っていたピアノ教室でした。先生がよく話を聞いてくださり、レッスン時間のほとんどを話していました。先生には、お兄ちゃんがしんどそう、友だちいるのかな、ということも話せました。私の話を否定も肯定もしないで受け止め、時には大笑いし、少しのことでも褒めてくれる、そんな先生の態度が私にとっては居心地のよい場になっていました。中学生の頃は、テレビで見るような家族に憧れもあり、自分から父に話しかけようと頑張りました。自分の話したいことよりもニュースなど父が好む話題を選んでいました。私が高校生の頃、兄は状態が悪くイライラすることが増え、家族と距離を置く時間が続きました。おかしいと思いながらもどうしたらいいかわからず、どうにもできない閉塞感の中で学校は気が紛れる場所でした。この頃、支えになっていたのは友だちの存在です。家族のことを話すわけではなく、友だちの前ではありのままの私でいられた時間があり、楽しいことをして過ごせたのがよかったな

と思います。登校日数が減っていた兄を担当の先生が頻繁に家庭訪問してくださり、気にかけている大人がいることも心強く思っていました。

父がうつ病だと私が知ったのは、18歳頃です。気分の浮き沈みがあるのは父の性格だと思っていたのが病気と知って仕方ないと思えました。その頃、病状が悪化し「死にたい」という父を目の当たりにすると「私が元気にさせないと」と思いました。明るく振る舞ったり、父の外出機会をつくるためにアイスを買ってきてとお願いしたり、とにかく必死でした。

今になって振り返るとずっとしんどかったと思いますが、当時はしんどいという自覚はありませんでした。帰る場所は家しかなく、この家では家族を怒らせないように、自分のことを言わないようにと緊張感がありました。

大学時代は念願の海外留学に行きましたが、自分だけ楽しいことをしていいのかと家族への罪悪感のようなものがありました。就職活動の時期になっても自分が何になるのか想像できないまま、飲食店のアルバイトに没頭していました。でも店に来ることができるのは元気な人で、兄や父のようなしんどい人の生活はどうしたらよくなるのか、社会との接点をどうすれば作れるのかと思い調べるなかで「精神保健福祉士」の資格を知りました。大学を卒業後、専門学校に通って資格を取得しました。

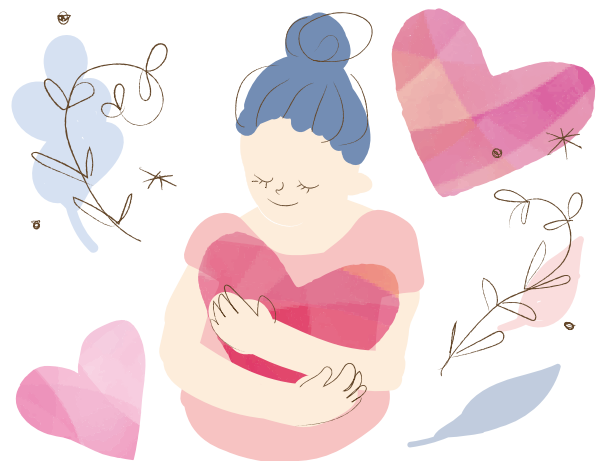
3年ほど前、地域包括支援センターで働いていたときに若年性認知症の方の支援に関わり、その方のお子さんの不安な気持ちについて聞くことができました。そのときに同僚が見せてくれた新聞記事でふうせんの会やヤングケアラーのことを知りました。会に関わるようになって、いろんなケア経験のある人たちと話すことで、自分の家族について振り返る機会も増え、自分もヤングケアラーかもしれないと思うようにな

りました。家族の形はいろいろあっていい、家族もしんどかっただろうな、兄がしんどいのは兄のせいではない、という見方もできるようになりました。家族もそれぞれ変化があり、お互いに優しい言葉をかけられるようになってきました。今後も私なりに家族と向き合っていきたいなと思っています。

私は、精神疾患のある家族と過ごしてきて、人にはいろんな人生があると子どもながらに感じていました。「常識」や「普通」で決めつけずに、その人の背景には何があるのかと考えられるのは精神保健福祉士として働く上でも、とても力になっています。

家族のケアをしている子ども・若者の皆さんには自分の気持ちも大切にしてほしいです。「やりたい」「こうなったらいいな」と思った気持ちをなかったことにしないでください。皆さんの気持ちを聴いて背中をそっと押してくれる大人はきっといます。

大人の皆さんは子どもを「ひとりの人間」として接してください。家族のこと、しんどい思いだけでなく、好きなこと、やりたいことなど子ども自身の話をできるだけ聞いていただければと思います。子ども・若者たちが「まわりに頼っていいんだ」と感じられる社会を一緒に作っていきましょう。



NPO法人 ふうせんの会についてはこちら▶

豊中市の相談窓口

ヤングケアラー相談窓口

「自分はヤングケアラーかもしれない」
「気になる子どもがいる」などの相談

18歳未満のヤングケアラーとその家庭を支援します。

- 悩みごとや困りごとを聴いて、状況を整理し、解決方法を一緒に考えます。
- ヤングケアラーと家族のニーズや希望を踏まえて、支援をコーディネートします。

場 所 とよなかハートパレット 2 階（豊中市岡上の町2-1-8）

電 話 06-6852-5544

時 間 9:00～17:15／月～金曜日（祝日除く）

STEP1 受付・相談

ヤングケアラーや家族、支援関係者などからのご相談をお聴きします。
必要に応じて学校や家庭などで面談をおこなう場合もあります。

STEP2 支援

ニーズや希望に応じて関係機関と連携して支援をおこないます。

- 例**
- 制度やサービスの情報提供や利用調整
 - 利用手続きのサポート

STEP3 フォロー

身近な関係者による見守りや、いつでも相談できるような関係づくりをおこないます。

若者支援総合相談窓口

自立に向けて不安のある若者の相談

自立に向けて不安のあるおおむね15歳から39歳の若者とその家族、支援者のための相談窓口です。

- 臨床心理士などの専門の職員が、ひとりひとりの特性や状況に寄り添い、次のステップへ向けてサポートします。
- 不登校、引きこもり状態、コミュニケーションや人間関係の不安、進路や就労など幅広く相談できます。

対面相談

場 所 青少年交流文化館いぶき 3 階
（豊中市服部西町4-13-1）

時 間 11:30～18:00
火～土曜日（祝日除く）

電話相談

電 話 06-6866-3032

時 間 11:45～18:00
火～土曜日（祝日除く）

STEP1 受付

まずは電話、メールでご連絡ください。面談による相談日時を決め、予約をします。

STEP2 相談

お話を聴いて解決方法を一緒に考えます。なお、他に専門の相談窓口がある場合等は必要な情報提供をおこない1回で終了する場合もあります。

STEP3 支援

支援プランを組み立て、関係支援機関との連携などにより、自立に向けた支援をおこないます。

〈印刷・発行〉

豊中市こども未来部こども支援課

☎ 06-6852-5422

✉ kosoukikaku@city.toyonaka.osaka.jp

令和6年（2024年）3月 発行

〈作成にご協力いただいた皆さま〉

監 修 : 大阪公立大学 准教授 濱島 淑恵さん
関西福祉科学大学 准教授 南 多恵子さん

コラム ほか : NPO法人 ふうせんの会 の皆さん

構成・デザイン原案 : 森島 湧喜さん
（市内子ども食堂運営団体 もふもふの木 とよなか）