

知っていますか？

ケアラーについて



あなたも“ケアラー”かもしれません

ケアラーとは介護や看病、療育が必要な家族等を
無償でケアする人のことをいいます。

ある日を境に、自分が当事者になることもある身近なケアラー。

夢中でケアをしているケアラーの方々にも、ケアが必要です。

「家族をケアするのは当たり前」と抱え込まずに、周りに頼ってみませんか。

このようなお悩みはありませんか？

- ✓ 宿題や勉強の時間がとれない
- ✓ 家族と仕事の両立で悩んでいる
- ✓ 周囲の人に相談しづらい
- ✓ 友だちと遊ぶことができない
- ✓ 孤立感を抱えてしまう
- ✓ ただ話を聞いてほしい

相談窓口はこちら

専門の相談員があなたのお話に耳を傾けます



ケアラーサポート ライン あきた LINE 秋田

匿名OK

秘密厳守

対応時間

平日 10時～18時

家族のケアのお悩みをあなたと一緒に考えます。ちょっとした心配ごとでも、お気軽にご相談ください。



LINEで相談ができます!