

さんかむりょう
参加無料
よやくふよう
予約不要

KOTO

ティーンズカフェ

～ヤングケアラーひろば～

12.26 きん 金 10:00
14:00

ひとり
1人でも!



ともだち
友達とでも!

たいしょう ちゅうがくせいじょう
対象：中学生以上
ばしょ こうとうく そうごうくみん
場所：江東区 総合区民センター
かい ちょうりしつ
7階 調理室
こうとうく おおじま
(江東区大島4-5-1)



つくろう!
たべようよ
カレーライス

今回はみんなでカレーを作ります。
もちろん見るだけでも、
食べるだけでも、
違うことをしてもOK!

かぞく のこと うち
家族のこと・お家のことで
こま 困っているひとのためのひろばです。
ひと
相談に来ることも、
そうだん じっくり
ゆっくり過ごすこともできます。
なにげ ぞつだん
何気ない雑談をするような、
きも そんな気持ちでぜひ来てくださいね。

がっこう しゅくだい
学校の宿題
こうさく ボードゲーム
好きなことをする



かし た
お菓子を食べて
のんびり過ごす
(お菓子と飲み物の用意があります)



なや 悩みごとを相談する
(区の心理職が対応します)

※秘密厳守



しゅさい こうとうくよういくしえんか
【主催】江東区養育支援課

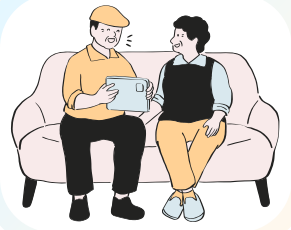
【問い合わせ】 TEL : 03-3647-4408 Mail : yohogoshien@city.koto.lg.jp

Are you a YOUNG CARER?

しょうがい びょうき かぞく
障害や病気のある家族に
か かわり、か かし
代わり、家事をしたことが
ありますか？



にほんご かぞく
日本語がわからない家族の
ためにつうやく
に通訳をしたことが
ありますか？



おきな しょうがい びょうき かぞく
幼いきょうだい、障害や病気のある家族の
せわ
世話をしたことがありますか？
しんたいき かいじょ ばなし きき どう せしんてき
※身体的な介助から、話を聞く等の精神的フォローまで
さまざま ぶく
様々なものを含みます。



ヤングケアラーとは、ほんらい おとな にな そうてい
本来大人が担うと想定されている家事や家族のせわ
か かし かぞく せわ
家事や家族の世話を
にちじょうてき おこな
日常的に行っていることなのです。

じょうき こころあ ばあい
上記に心当たりがある場合、あなたはヤングケアラーかもしれません。

じぶん
自分がヤングケアラーかどうか分からない…

き も かか かた さんか かんげい
そんな気持ちを抱える方の参加をむしろ歓迎します。

かか こ そうだん さい きがる さんか
ひとりで抱え込まず、相談したいことがある際は気軽にご参加ください。

れいわ ねんど ねん かい じっし よてい
令和7年度は、年4回実施予定です。

だい かい すい しょうりょう だい かい きん しょうこうくみん
第1回：5/28(水) 15:00～17:00 @こどもプラザ (終了) 第3回：12/26(金) 10:00～14:00 @総合区民センター
だい かい もく とよす ぶんか しょうりょう だい かい もく しょうこうくみん
第2回：8/14(木) 15:00～17:00 @豊洲文化センター (終了) 第4回：3/26(木) 15:00～17:00 @こどもプラザ

こうとうく しょうこうくみん
江東区 総合区民センター

〒136-0072
とうきょうと こうとうく おおしま
東京都江東区大島4-5-1

HPIは
こちらから→



ちゅうしゃじょう しょうこうくみん ちゅうりょう
駐車場 総合区民センター (有料)
ちゅうりんじょう しょうこうくみん むりょう
駐輪場 総合区民センター (無料)

とえい ちかてつ しんじゅくせん
都営地下鉄新宿線
にしおおしまえき であち とほ
西大島駅 (A4出口) 徒歩1分
しょうふせん かめいどえき きたぐち とほ
JR総武線 亀戸駅 (北口) 徒歩15分

とえい にしおおしまえきまへ げしゃ とほ
都営バス 西大島駅前 下車 徒歩1分



しゅさい こうとうくよういくしえんか
【主催】江東区養育支援課

と あ
【問い合わせ】 TEL : 03-3647-4408 Mail : yohogoshien@city.koto.lg.jp