

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 金 10:00 ~ 14:00

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  
こうとうくおおじま  
**7階 調理室  
(江東区大島4-5-1)**

ひとり  
1人でも!



ともだち  
友達とでも!

かぞく うち  
家族のこと・お家のことで  
こま ひと  
困っている人のためのひろばです。  
そうだんく  
相談に来ることも、  
す ゆったり過ごすこともできます。  
なにげ ざつだん  
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。

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



がっこう しゅくだい  
**学校の宿題**  
こうさく  
**工作・ボードゲーム**  
すきなことをする



かし たべて  
**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 そうだん  
**悩みごとを相談する**  
(区の心理職が対応します)

ひみつけんしゅ  
**※秘密厳守**



しゅさい こうとうくよういくしんか  
**【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?

障害や病気のある家族に  
代わり、家事をしたことが  
ありますか？



日本語がわからない家族の  
ために通訳をしたことが  
ありますか？



若いきょうだい、障害や病気のある家族の  
世話をしたことがありますか？  
※身体的な介助から、話を聞く等の精神的フォローまで  
様々なものを含みます。



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  
日常的にに行っていることのことです。

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。

自分がヤングケアラーかどうかわからない…

そんな気持ちを抱える方の参加をむしろ歓迎します。

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。

令和7年度は、年4回実施予定です。

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  
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

江東区総合区民センター

〒136-0072  
東京都江東区大島4-5-1

HPは  
こちらから→



駐車場 総合区民センター（有料）



駐輪場 総合区民センター（無料）



都営地下鉄新宿線



西大島駅（A4出口）徒歩1分

JR総武線 鎌戸駅（北口）徒歩15分

都営バス 西大島駅前 下車 徒歩1分



【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