

小学生版

说出来好多了!!

心情轻松了!

找人商量商量
真好!

本手册还有YouTube视频版哦!

(只能在视频版中收听, 来自年轻照护者“过来人”的鼓励话语)



想要找人商量时……

如果自己不方便直接咨询, 请试着告诉周围的人。

●市町村咨询窗口

访问爱知县内的市政府、町政府、村政府的官方网站,
可以查询相关咨询窗口的电话号码。



●儿童咨询所咨询专用热线【24小时, 全年无休】

☎ 0120-189-783 (将连线至你家附近的儿童咨询所)

●24小时儿童 SOS 热线【24小时, 全年无休】

☎ 0120-0-78310

●儿童人权 110【工作日 8:30-17:15】

☎ 0120-007-110

顾问 野尻纪惠 (日本福祉大学社会福祉学部教授)

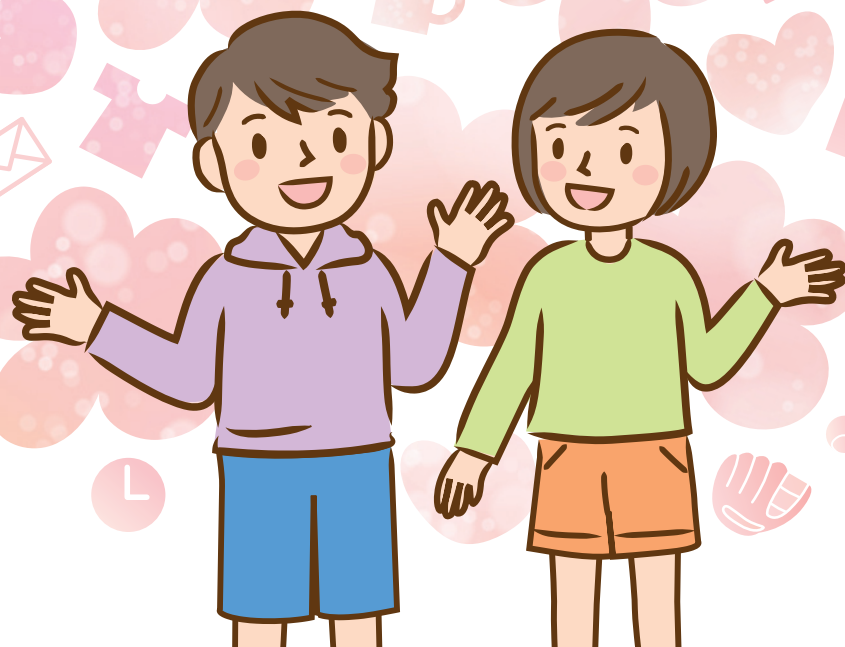
爱知县福祉局儿童家庭课

电话 052-954-7468 传真 052-971-5889 电子邮箱 jidoukatei@pref.aichi.lg.jp

发行日 2022 年 12 月

你知道 /

什么是 “少年照护者”吗?



爱知县

少年照护者，指的是哪类人群？



小学5年级的小A



少年照护者“过来人”的心声
说句心里话，我很想出去玩儿，但是我没法去玩儿。上课打瞌睡的次数越来越多，还被学校老师提醒了。

小学6年级的小B



少年照护者“过来人”的心声
在儿童食堂里的叔叔阿姨介绍下，我咨询了市政府。托大家的福，我用上了政府的福祉服务，又可以正常上学了。

爱知县通过调查了解到的实情



有家属需要照顾的人

爱知县通过实情调查了解到，大约每 6 名小学 5 年级孩子中有 1 人需要照顾家人。

其中包括需要每天照顾家人，自己的生活因此受到困扰的“少年照护者”。此外，大约 70% 的孩子回答“不知道少年照护者这个词”。



竟然有这么多小孩在照顾家人啊。原来小A也是……



莫非……



小B有时缺课请假，原来是因为……

少年照护者的场景示例



替家长照顾年幼的弟弟妹妹



照顾患癌、疑难杂症、精神疾病等慢性疾病的家人



为非日语母语的家人或残疾家人做翻译

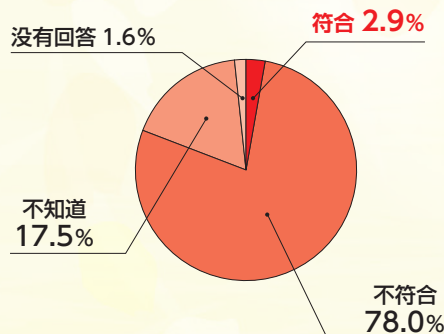


贴身守护、照料身边“离不了人”的家人

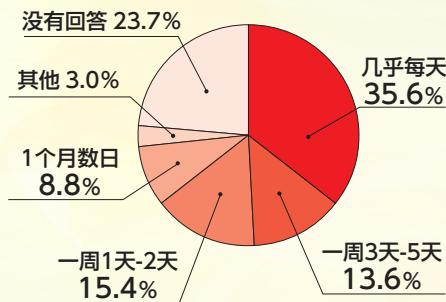
或许他（她）是少年照护者？

爱知县儿童心声调查（面向小学 5 年级）

你符合“少年照护者”的特征吗？



照顾家人的频率



（平均照护时长：4.2 小时）

难熬的事情，难受的事情

- 没有玩耍的时间。想要拥有属于自己的时间。
- 照顾妹妹到很晚，睡不好，总是上课打瞌睡。
- 不知道该找谁商量。

不同于一般意义上的“帮忙做家务”吗？



如果并非简单地为大人做家务，而是自己必须要扛起家庭重任，觉得很累很难受，那么就有可能属于少年照护者。如果感到自己的学校生活因此受到了影响，身心疲惫，请试着向学校老师、周围的亲戚、邻里，或者最后一页上的咨询机构商量。

致为家庭付出的你



少年照护者的问题

并不是你或者你家人的错哦。



在你的身边
有很多可以依赖的人哦。

你可以依靠
家人以外的人哦。

写给少年照护者的话

你能够为家人而付出，真得很棒。

为了实现你的梦想，让我们一起来思考未来。



学校老师

孩子，你和你的家人并没有错。

有困难，找人商量也并不是懦弱的表现。

你可以和朋友一起玩儿，去学校读书……这些事情，
与你的家人同样重要。



当地居民

没关系，难受了就说出来。

不要憋在心里，和我们聊聊吧。



学校社会工作者

作为家长的您，如果有什么困难，或者感到自己的家庭、孩子符合上述情况，欢迎随时咨询。

致少年照护者身边的人



请试着想一想，“或许
是因为他或她的家庭原因，
使我们的关系受到了影响”。

什么？



我想告诉你……

你怎么啦？

其实……



聆听也是莫大的安慰。

致孩子身边的大人们

有些少年照护者在上学时间仍需承担家务劳动，因疲惫等原因经常缺课，或因忙于家务而忘记完成作业。

如果您发现身边有孩子“看起来很辛苦”、“可能是少年照护者”，请首先试着倾听他们的心声。

如果需要帮助，或者不知道该如何处理，请联系学校老师或当地的支援机构，并提供自己掌握到的情况。