

自分の経験や思いを  
誰かに話したい

京都府オンラインコミュニティ事業  
子ども・若者ケアラー当事者のつどい

わたしも、ヤング  
ケアラー…かな？

同じ立場にいる人に  
会ってみたい

# いろはのなかまたち

「いろはのなかまたち」は、家族のケアを担っている  
子ども・若者ケアラーの方、元当事者の方の“つながりづくり”や  
自分の気持ちを話しながら整理したり、ケアから離れて  
ほっと一息つけたりできる場です。月1回、ケアについて  
話したり、自分の近況について話したりしています。  
スタッフも入るのでご安心ください。



イベント会も実施しています！（偶数月の同じ日時で実施）

参加者の声



講師をお招きし、ワークを通してこれまでの経験をふりかえりました



慌ただしい日常から離れ、自分のための時間を過ごしませんか？話をするのは苦手…という方には、まずはイベント会がオススメ。

他者に話すこと・他者の話をきくことで、自身の経験や思いの整理につながりました。「ほかの人に比べたらそこまで大変じゃないし…」と思っている方も気にせず一度覗いてみてください。



夏バテで調子を崩しやすい季節は、さっぱりしたハーブティーと涼やかな和菓子で気分転換



2023年度 年間日程(予定)

6月10日・7月8日・8月12日・9月9日  
10月14日・11月11日・12月9日・  
1月13日・2月10日・3月9日



参加方法は「オンライン」と「対面」から選べます。※イベント会是对面のみ

日時 毎月第2土曜日 14:00~15:30 場所 中央青少年活動センター3F和室

参加対象 おおむね中学生～30歳までの子ども・若者ケアラー当事者（家族のケアを担っている方）または経験者の方。※遠方から対面参加される場合は、保護者や周りの大人の方の同伴をご確認ください。

お問い合わせ・お申し込みは、お電話かウェブサイトのお申し込みフォームにてお願いいたします。

お電話でのお申し込み TEL: 075-213-3681

ウェブサイトでの申し込み



会場への交通アクセス



参加への抵抗がある、個別に話をしたい、自分がケアラーかどうかわからないという方でも大丈夫です。一度ご相談ください。