

「ヤングケアラー」という言葉をご存知ですか？



家族にケアを要する人がいる場合に、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行い、自らの生活や学業に影響を受けている18歳未満の子どもをいいます。

厚生労働省 HP より抜粋

鳥取県福祉相談センター

ヤングケアラー相談窓口

鳥取市江津 318-1

☎ 0857-29-5460

相談時間 月曜日から金曜日 8時30分から17時30分まで

親・家族の 皆さんへ

きょうだいの世話や、家族の介護など、子どもがしているその「お手伝い」が子どもにとって過度な負担になっていませんか？

困っている 子どもたちへ

「いつまで続くんだろう…」「なんで自分ばかり…」家族のために頑張ってるあなたの気持ちを誰かに話してみることで、心がらくになったり、対応策が見つかることもあります。一人で抱え込まずに気軽に相談してみてください。

周囲の皆さんへ

学校で、近所で、友人関係の中で相談されたり、子どもの困っている様子が見受けられたり、気が付いた場合、まずは「話」を聴いてあげてください。場合によっては相談窓口へ電話や相談に行くことを進めることも大切です。



世代間交流ヨガ教室開催！

2月6日に小池陽子さんを講師にお招きして世代間交流ヨガ教室を開催します！

寒い季節こそ、ヨガをして体を温めてみませんか？

地域の方ならだれでも参加できます。

皆様の参加をお待ちしています。



今月の一言

イフ ユー シンク ユー アー サッチ ア ヒューマン ビーイング ユー キャン オンリー ビー
If you think you are such a human being, you can only be
ザット ヒューマン
that human

(自分でこんな人間だと思ってしまえば、それだけの人間にしかたれないのです。)

ヘレン・ケラー (社会福祉活動家)

事業・行事の様子



ふれあい健康教室



1月のふれあい健康教室はe-スポーツを行いました。
始める前は緊張した様子でしたが、時間が経つにつれ、笑いがあふれ、
楽しい時間が過ごせました。

2月のふれあい健康教室は、18日に開催します。



2月カウンセラー・弁護士相談

相談無料・秘密厳守

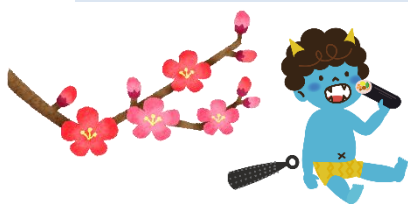
◇カウンセラー相談

日時 4日、18日(火)
15:00~17:00
定員 2名(先着順1名60分)

◇弁護士相談

日時 20日(木) 18:30~20:30
定員 3名(先着順1名30分)
※カウンセラー・弁護士相談は予約が必要です

申し込み先 中央人権福祉センター 鳥取市幸町151 人権交流プラザ (電話:0857-24-8241)



2月

行事予定



事業名	日程	時間	場所
世代間交流ヨガ教室	2月6日(木)	10時~11時30分	佐治人権福祉センター
ふれあい健康教室	2月18日(火)	10時~11時30分	
希来里食堂	2月23日(日)	10時~14時	
人権問題講演会	2月23日(日)	13時~15時30分	
ソーイング教室	毎週木曜日	10時~15時	
出前ふれあい健康教室	2月13日(木)	15時30分~16時30分	加瀬木公民館