

こまって 困っていることがありますシート

かぞく おせわ かじ 家族のお世話や家事をしていて、こまって 困っている事があらば、したらば下の項目にちょくをいれて

みぢかに おとな ひと わたして 身近にいる大人の人に渡してください。

がっこう くらぶ かつどう 学校の事と、くらぶ活動の事と、ともだち 家族の事と 困っていませんか？

- わたし 私は そふぼ 祖父母 のお世話や家事をしていて、こまって 困っていることがあります
- おや 親
- きょうだい
- その他

わたし なまえ
私の名前

れんらくきき でんわ じゅうしょ
連絡先(電話、住所)

- つかれて 疲れています
- べんきょう じかん 勉強をする時間がありません
- がっこう やすんだり ちこく 学校を休んだり、遅くしたりすることがあります
- くらぶ かつどう クラブ活動をしたいのに、できません
- ともだち あそんだり はなしたり じかん 友達と遊んだり、話したりする時間がありません
- かじ にかて 家事をするのが苦手です
- きょうだい いう こと きいて 小学生が言うことを聞いてくれません
- そふぼ おせわ 祖父母のお世話がしんどいです
- おや はなし きく 親の話を聞くのがしんどいです

↓ 裏へ

- きもち いらいら
気持ちがイライラします
 - きもち ふあんてい
気持ちが不安定です
 - きもち おちこみます
気持ちが落ち込みます
 - しんがく しゅうしょく しんぱい
進学や就職のことが心配です
 - こまって はなせるひと
困っていることを話せる人がいません
 - そのほか こまって
その他に困っていることがあります
- それはこんなことです

このシートを受け取った方は

市町村のヤングケアラー支援窓口

または

京都府ヤングケアラー総合支援センター

(電話:075-662-2840)にお知らせください