一般社団法人ケアラーワークス

サポートの内容

・ヤングケアラーや若者ケアラーご本人、ご家族、地域の方や支援者の方等からのさまざまなご相談を受け付けています。
・ヤングケアラーや若者ケアラーがケアラー経験者（ピアサポーター）やケアラー支援者等と匿名で相談や会話ができる公式LINEのチャットや予約制のオンライン通話が利用できます。若い世代のケアラーさんが安心して話せる、気持ちを分かちあえる機会を作っています。
・ヤングケアラーや若者ケアラーご本人やご家族、支援者の方を対象として情報提供を行っています。

★若ぽた＋で、動画付きの記事で紹介しています。ぜひご覧ください。★
～Wishing　carers　happiness～
一般社団法人ケアラーワークス
https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/column/introduction.php?id=4

分野

若者ケアラー・ヤングケアラー

対象地域

東京都全域

メッセージ

病気や障がいのある家族のお世話や、大人のかわりに家事を担っている子ども・若者のみなさん。「もしかしたら（自分自身が）ヤングケアラーかもしれない」と思うことはありますか。

ケアラーワークスでは、家族のこと、自分自身のこと、今の悩みや将来への不安などについて、元ヤングケアラーや若者ケアラー、支援者のメンバーと話したり、相談したりできるサポートをしています。

ご自身が「ケアラー」や「介護者」かどうかはわからなくても、サポートは利用できます。公式LINEからのお問い合わせや相談も行っています（無料です）。

その他、地域にお住まいの方や、福祉・医療・教育などさまざまな分野の支援者の方からの、ヤングケアラーや若者ケアラー、ケアラー、介護者支援についてのご相談も受け付けております。

ケアラー経験者や当事者、支援者等が交流できるイベント開催や、役立つ情報提供も行っています。

料金

無料

家族だけでの相談・サポート

可能

LINE相談

アカウント：けあバナ
URL：https://lin.ee/C5zlydz
受付時間：チャットのできる時間　月曜～金曜（祝日をのぞく）17:00～22:00
備考：メッセージは24時間いつでも受けつけています。けあバナメンバーからの返信は平日17時から22時の間になります。
※年末年始（12/31～1/3）はけあバナメンバーからの返信がお休みになります。お休みの間にいただいたメッセージへの返信は1/4以降の平日17時からになります。

オンライン相談

URL：https://lin.ee/C5zlydz
受付時間：月曜～金曜：　20:00～21:00（1日1枠）
土日祝日：　①18時～19時　②21時～22時（1日2枠）
※年末年始（12/31～1/3）は休止します。
備考：・公式LINEアカウント「けあバナ」登録者を対象としたオンライン通話サービスです。
・事前予約制のオンライン通話（zoomを利用したビデオ通話）「ゆっくりトーク」です。

・ご利用にあたっては、まず「けあバナ」にご登録ください。その後「けあバナ」公式LINEアカウントのメニュー画面内【けあバナゆっくりトーク予約ボタン】から、オンライン通話の予約をすることができます。

以下は「ゆっくりトーク」の説明です。
・ご予約は1日につき1回まで可能です。
・ご予約1回につき、60分間（1時間）のトークができます。
・ご予約は通話開始の5時間前までにお願いいたします。直前のご予約には対応できない場合があります。
・zoomでは、ビデオと音声を使った通話と、文字でのチャットができます。ビデオはオンでもオフでもOKです。

電話相談

番号：042-309-5130
受付時間：平日　10:00～17:00
備考：※夏季休業期間（8/13頃～8/16頃）と、年末年始期間（12/29頃～1/3）は相談の受付を休止します。

メール相談

アドレス：info@carers.works
受付時間：メールは24時間受付可能です。返信は平日10時以降になります。
備考：※夏季休業期間（8/13頃～8/16頃）と、年末年始期間（12/29頃～1/3）は相談の受付を休止します。

来所相談

住所

東京都府中市宮西町4-13-4　とりときハウス302

MAP



受付時間

平日10:00～17:00
※夏季休業期間（8/13頃～8/16頃）と、年末年始期間（12/29頃～1/3）は来所相談を休止します。

備考

来所相談は事前のご予約をお願いいたします。（相談員・ヤングケアラーコーディネーター不在の日があるため）

24時間受付可能なもの

LINE相談 / メール相談

詳細ページ

https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=360