一般社団法人ケアラーアクションネットワーク協会



サポートの内容

大勢で話すことが苦手な方のために公式LINEチャットを利用した個別相談「ほっと一息LINE」があります。愚痴を話したり進路や進学のキャリア相談をすることができます。必要に応じて福祉に関する情報や相談者に適した支援団体を一緒に調べたり、ヤングケアラーコーディネーターを紹介したりしています。

★若ぽた＋の記事で紹介しています。ぜひご覧ください。★
～未来に希望を持ってともに成長して～
一般社団法人ケアラーアクションネットワーク協会（CAN）
https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/column/introduction.php?id=16

分野

若者ケアラー・ヤングケアラー / 孤独感や孤立、寂しさ / こころやからだの悩み / 仕事・職場の悩み / ひきこもり / 家庭・家族・パートナーの悩み / 生活・お金に関する悩み / 学校・学業の悩み

対象地域

東京都全域

メッセージ

介護やケア経験のあるピアサポーターが丁寧にお話を聴きますので、安心してご参加ください。

利用者・相談者の声

・家族のことを総合的に聴いて判断してもらえたので次の行動が取れるようになった
・知らなかった情報を教えてもらえて安心した
・親身になって相談に乗ってもらえたので気持ちがすっきりした

寄せられた悩み

進路・進学のお悩み
キャリア形成
親子関係
福祉情報
何から始めたらいいのか分からない
漠然とした将来への不安

対象年齢

15歳～30歳（ケースによっては40代も可）

料金

無料

家族だけでの相談・サポート

可能

家族向けサポートの概要・料金

無料

LINE相談

アカウント：ほっと一息LINE
URL：https://canjpn.jimdofree.com/top-page/line個別相談/
受付時間：平日18時～22時（土日・祝日・大型連休・年末年始休暇を除く）
備考：チャットの投稿は24時間可能。サポーターの相談対応時間は平日のみ18時から22時まで。

オンライン相談

URL：https://canjpn.jimdofree.com/交流会/ヤングケアラー交流会/
受付時間：毎月第三水曜日20時～21時

チャット相談

URL：https://canjpn.jimdofree.com/top-page/line個別相談/
受付時間：平日18時～22時（土日・祝日・夏季及び年末年始休暇を除く）
備考：https://canjpn.jimdofree.com/top-page/line個別相談/

24時間受付可能なもの

LINE相談

詳細ページ

https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=373

X

https://x.com/can_ycstation

Facebook

https://www.facebook.com/canjpn/

Instagram

https://www.instagram.com/hotto_hitoiki_time/