

# どのような支援が受けられますか？

利用できる支援は、若い方に何が必要かに応じて柔軟に行います。

## 下記の支援を行います。

- レスパイト・プログラムの準備を行い、ヤング・ケアラー（若い介護者）が介護から離れて一休みできるように支援を行う。これには、緊急時及び計画的に行う家庭内でのレスパイト、キャンプや他のレクリエーション活動の場の提供が含まれます
- 家庭の周囲で支援の手配をする
- ヤング・ケアラーが中等教育を修了できるように個別指導を行う等の支援
- ヤング・ケアラーに対して行う、他の支援オプションに関する情報、助言、紹介。

詳しい情報は、「ノーザン・シドニー・コモンウェルス・レスパイト&ケアリンク・センターヤング・ケアラーのためのプログラム」までお問い合わせください。

フリーコール 1800 052 222

# ヤングケアラ とは？

**ヤング・ケアラーとは、25歳以下の年齢の介護者のことです。**

ヤング・ケアラーとは、障害を持つ家族または友人、体の弱い老人、または重症の精神疾患や身体疾患の方、アルコールや薬物の依存症の方の介護をしている人のことをいいます。

**ヤング・ケアラーのためのプログラム**は、学校で勉強を行っている人で、介護の責任と勉学との両立が難しいと考える若い年齢の介護者を対象としています。

若い年齢の介護者は、学校の授業に欠席する、注意散漫になる、また学内外での活動への参加が困難になるということがあります。また、宿題を仕上げる時間がなかったり、退学を考える人もいます。

# レスパイトとは 何ですか？

**レスパイト**とは、誰かの世話をする責任から離れて一休みすることを意味します。

レスパイトにより、勉強や宿題をする、友人と会う、スポーツをする、音楽レッスンに行くなど、介護者が自分だけの時間を持つことができます。これを実現するために支援を提供します。