

# 誰かを支えるあなたも支える。

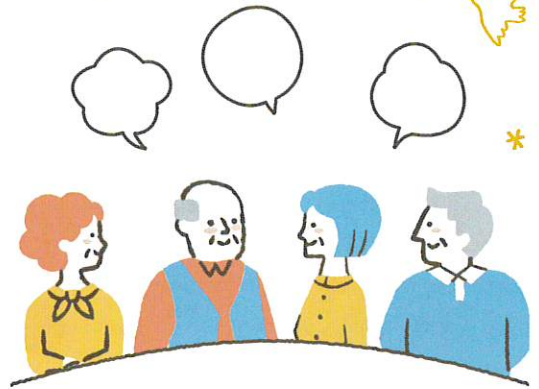
11月は **ケアラー月間** です。

## 介護者サロンについて

### 介護者サロンとは？

介護者サロンはケアラーの方同士が気軽に集まり、ケアのこと、日々の悩みや不安など何でも話し合える場です。同じ悩みを抱えたケアラー同士で集まり、悩みを打ち明けてみませんか？きっと気持ちが軽くなるはずです。埼玉県内の各地域で開催しておりますので、是非ご参加ください。

詳しくは県HPを  
ご覧ください



## ヤングケアラー向けLINE相談 「埼玉県ヤングケアラーチャンネル」について

### ヤングケアラーとは？

家族など身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上のお世話や援助をしている18歳未満の方をいいます。

### ヤングケアラーチャンネルでできること

元ヤングケアラーが、家族に関する相談や進学・就職相談、お役立ち情報の発信を行い、ヤングケアラーをサポートします。

ヤングケアラーのための  
LINEチャンネル登録受付中！

お友達登録は  
こちらから！



## ケアラー・ヤングケアラーの 市町村相談窓口について

埼玉県内の市町村では、ケアラー・ヤングケアラーの方の相談を受け付けています。一人で悩まずにお住まいの市町村にご相談ください。

ケアラーの  
相談窓口



ヤングケアラーの  
相談窓口

