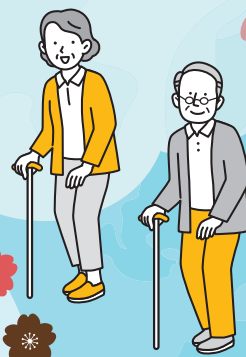




11月は埼玉県 **ケアラー月間** です。  
 “ケアラー”について、  
 一緒に知って、一緒に考えませんか？



# 誰かを支える あなたも支える。

メッセージ動画も  
 配信中！



埼玉県ケアラー月間

11月1日(金) ▶ 11月30日(土)



ケアラーについて、  
 みんなで学ぶ・知るスペシャルイベント開催！

## レギュラーと学ぶ ビジネスケアラーを支える強い味方

配信 令和6年11月1日(金) 11時から配信スタート  
 『埼玉県公式チャンネル(サイタマどうが)』にて配信！



お笑いコンビ レギュラー

ビジネスケアラー(仕事をしながら介護をする方)をテーマに、仕事と介護の両立のコツや介護の身近な相談窓口である地域包括支援センターの活用法について、レギュラーが専門家とともに分かりやすくお伝えします！

動画はこちら！



※令和7年3月まで配信

## リアルイベント

県内でリアルイベントを開催！  
 レギュラーの2人も来ます！  
 詳細はHPをチェック！

HPはこちら！



11/24  
 (日)

## ケアラー月間パネル展

ケアラー・ヤングケアラーの体験談のパネル展示を行います。



日時 令和6年10月15日(火)  
 ~ 11月28日(木)

場所 埼玉県内の複数市町村  
 (詳しい開催場所はHPをご覧ください)

パネル展について  
 はこちら！



## 「ケアラーって？」

埼玉県マスコット  
 「コバトン・さいたまっち」



ケアラーとは、家族などの身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上のお世話や援助をしている方です。ケアラーのうち、18歳未満の方を「ヤングケアラー」、18歳からおおむね30歳代までの方を「若者ケアラー」と呼んでいます。



主催 埼玉県

後援 厚生労働省  
 こども家庭庁

埼玉県のケアラー支援の  
 取組についてはこちらから



🔍 埼玉県 ケアラー

📞 お問い合わせ

埼玉県福祉部 地域包括ケア課  
 TEL:048-830-3266  
 Mail:a3250-04@pref.saitama.lg.jp

# 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を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、是非ご参加下さい。



詳しくはこちら！



## ヤングケアラー・若者ケアラー向け 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・若者ケアラーの皆さんからの相談に元ヤングケアラーの先輩がお答えしています。

日々の不安や愚痴など、どんなことでも気軽に話しかけてください。

お役立ち情報なども配信しています。

お友だち登録お待ちしております！



LINEチャンネル登録受付中

お友だち登録はこちら！



## 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・若者ケアラーの相談窓口はこちら！



ヤングケアラーの相談窓口はこちら！

