



家族のための「お手伝い」は大切なことだけど…

# 考えよう！ わたしの時間！

## 家族のお手伝いをひとりでがんばりすぎていませんか？

困っていること、将来のことなど暮らしについて一緒に考えてみよう。

友達と遊びたいなあ

自分のこと考えよう！

睡眠不足で学校も…

疲れたなと感じたら少し覗いてみよう。

ほっとできるようなさそう。

勉強する時間がない



聞いて聞いてみようかな

自分の思いを話せた！

えうだよね～

気軽に参加してね

### 「おいでよ！」一緒に考えよう！

がんばるあなたの困りごとを聞かせてほしい！同じような悩みを持つ仲間と一緒に考える人、支える人とオンラインサロンでつながろう。

聞くだけでも何かヒントが見つかるかも、話すことができれば少し心が軽くなるかも。

聞くだけでもOK!

参加無料

オンラインサロン

## 岐阜県 わたしの時間！ オンラインサロン開催

未来のヒントに「知ること」、「聞くこと」、「話すこと」を一緒に！

# わたしの じかん 時間!

かてい しょうらい いっしょ かんが  
家庭のこと、将来のことを一緒に考えよう!

おな きも  
同じ気持ちのだれかとオンラインサロンでつながろう。  
はな き じかん み  
話すこと、聞くことでわたしの時間が見えてくる。

いっしょ かんが  
一緒に考えよう。  
いま げんざい  
今、現在のこと  
これからのこと。

はなし  
だれかの話を  
き 聞くことで  
き 気づくことが  
あるかも。

みらい かんが  
未来を考えることで  
しえん わ ひろ  
支援の輪も広がる。

しょうらい かんが  
将来のことを考えよう。  
がっこう いえ  
学校のこと、家のこと  
けいけんしゃ はなし  
経験者の話を  
き 聞いてみよう。

しえんじょうほう  
支援情報を  
し 知ること  
はっけん  
発見があるかも。

わたしだけじゃない、  
おな なや も ひと  
同じ悩みを持つ人と  
はな  
話してみよう。

じぶん  
自分をほめて  
たいせつ  
大切にする。

ささ ひと  
支えてくれる人、  
たよ ひと  
頼れる人が  
いるんだよ。

にゅうたいしつじゆう  
入退室自由

き  
聞くだけでもOK!

チャットだけでも!

さんか  
参加  
むりよう  
無料

## わたしの時間! オンラインサロン

「お手伝いが大変で友達と遊べない」「家族の世話で学校を休んでしまう」など、家族のお手伝いをがんばっている君の困りごとと一緒に考えて、支えあうためのオンラインサロンです。家庭や進路のこと、不安に思っていることを相談したり、家や学校で話せなかったことを話してみようよ。

開催日

- | ○印 / 通常開催          | ●印 / 限定開催          | ■印 / リアルイベント開催 |
|--------------------|--------------------|----------------|
| ① 令和6年 9月 27日 (金)  | ⑤ 令和6年 12月 20日 (金) |                |
| ② 令和6年 10月 11日 (金) | ⑥ 令和7年 1月 10日 (金)  |                |
| ③ 令和6年 11月 8日 (金)  | ⑦ 令和7年 2月 14日 (金)  |                |
| ④ 令和6年 12月 13日 (金) | ⑧ 令和7年 3月 15日 (土)  | リアルイベント        |

オンラインサロン①～⑦は  
20時スタート(1時間程度)  
※入退室自由です

詳しくはホームページを見てください。

申し込み  
ほうほう  
方法



WEBからのお申込み  
下記 URL もしくは右の二次元コードよりお申込みください  
HP <https://jimukyoku.site/gifu/youngcarer-online/>

こちらから▶

