

自分の話は誰が
聞いてくれるの？

就職したいけど
家のこと優先に考
えなきゃダメかな

介護と育児で自分のこ
とは何も考えられない

どこに相談すれば
いいのか分からない

自分は困ってないけ
ど家族が心配

家族のことを勝手
に話すのは悪い気
がする

家族それぞれ
いろいろあって
相談先が分からない

余計なお世話かも
しれないけど心配
な人がいる

介護疲れて何も手につ
かない



気持ちの整理のお手伝いをします

お話しした内容を誰かに知られることはありません

調布ゆうあい福祉公社

検索



042-481-7711 (ケアラー担当)



yc-jusan@chofu-yu-ai.or.jp