

せいしんしきかん おや  
精神疾患をかかえる親といっしょに暮らしている子どもさんへ

じゅう  
あなたが自由に好きなことにチャレンジできるために  
暮らしがさえる仕組みがあります

あなたがのぞむことはありますか?  
のぞみを言うのはわがままじゃないです



かつどう  
□じぶんの好きな活動  
で息ぬきがしたい



C1

- 学校での部活動
- 児童館、プレーパーク
- 子どもの居場所事業 ほか

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

せわ  
□世話をしてほしい  
家族の世話・家事 etc



育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

- 家事援助（ヘルパー）
- 子育て世帯訪問支援事業
- 通院等介助
- 自治体独自の配食、宅食サービス
- 子ども食堂、フードパントリー ほか

C2

いえ いがい  
□家以外の場所に  
一時的に宿泊したい



個人の尊厳

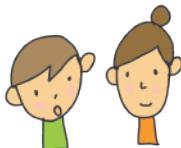
C3

- 子育て短期支援事業
- 子どもシェルター
- 休日夜間緊急支援事業
- 一時保護所、児童養護施設（児童相談所を経由した保護） ほか

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

子どもに保障されている権利です

はなし  
□じぶんの話を  
きいてほしい



C4

- スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー
- こども家庭センター
- 子どもの人権110番
- ピアサポートの場（対面 / オンライン） ほか

参加する権利（意見表明権）

せいかつ ひつよう  
□生活に必要なもの  
をそろえたい



- 就学援助
- 社会福祉協議会の総合相談（生活福祉資金の貸付ほか）
- 生活困窮者自立支援事業
- 生活保護 ほか

C5

べんきょう おし  
□勉強を教えてほしい  
進路、進学を応援してほしい  
自由に学びたい



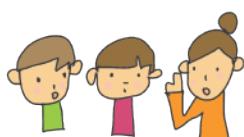
学ぶ権利

発達する権利

- 担任、小中学校での学習支援
- スクールソーシャルワーカー
- 学習支援事業（生活困窮者向け、ひとり親家庭向け等）
- 教育センター、フリースクール
- 地域若者サポートステーション ほか

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

おや びょうき  
□親の病気のことや対応  
について知りたい



学ぶ権利

- 主治医、病院ソーシャルワーカー
- 精神保健福祉センター
- ヤングケアラー支援団体、当事者団体
- 民間団体の情報サイト 絵本 ほか

このなかにはないけど  
こんなのがある

C7

いっしょに考えてくれる人



- スクールソーシャルワーカー（またはスクールカウンセラー）
- こども家庭センター

記入日 年 月 日  
お名前

※日本では、2023年にこども基本法ができました。こどもを支える国の仕組みが色々と整えられてきています。こどもを支える国の仕組みでは、6つの大切な考え方があります。あなたが大事に育てられ、生活が守られ、愛されていると感じられるように、また自分に直接関係することに意見を言えたり、さまざまな活動に参加できるように、ご家庭のサポートを提供しています。

リソースマップ  
制度・窓口の情報



自分らしい親でありたい、という願いを  
かなえる仕組みがあります

親をすることは大変な取り組みです  
あなたがのぞむことはありますか？



安心して子どもに向き合うために

家事を手助けして  
ほしい



- ・家事援助（ヘルパー）
- ・子育て世帯訪問支援事業
- ・通院等介助
- ・自治体独自の配食、宅食サービス
- ・子ども食堂、フードパンツリー ほか

P1

お金のやりくりを  
ささえてほしい



- ・就学援助
- ・社会福祉協議会の総合相談（生活福祉資金の貸付ほか）
- ・生活困窮者自立支援事業
- ・生活保護 ほか

P2

子どもとのうまい  
かかわり方を学びたい



- ・親子関係形成支援事業
- ・子育て短期支援事業（ショートステイ） ほか

P3

親のあなたに保障されている権利です

自分の心と体を守るために

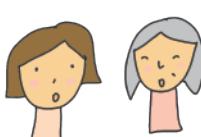
子どもとはなれて  
自分の心と体を立て直したい



- ・子育て短期支援事業（子どもショートステイ）
- ・一時預かり事業（一時保育）
- ・子育て短期支援事業（トワイライトステイ） ほか

P4

子育てのなやみ・  
しんどさをきいてほしい



- ・こども家庭センター
- ・地域子育て相談機関（保育所等に併設）
- ・育児支援ヘルパー

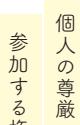
P5

うだん  
どこに相談したら  
よいか教えてほしい



- 子育て全般 -
  - ・こども家庭センター
  - ・メンタルヘルス不調で生活に困りごと
  - ・市町村の基幹相談支援センター
  - ・市町村の就業・生活支援センター ほか

P6



個人の尊厳  
参加する権利

いっしょに考えてくれる人



病院の「ソーシャルワーカー」

市 区 町 村 「こども家庭センター」

電話：

住所：

このなかにはないけど  
こんなのぞみがある

※サービスによって受付窓口が異なります。  
自治体によってサービスの提供内容  
や利用条件が異なることがあります。

お名前

記入日

年

月

日

リソースマップ  
制度・窓口の情報



# 精神科主治医にできる 患者さんの子育て・子どものサポートマップ



患者さんにお子さんが  
いたらご活用ください  
主治医の気づきから  
支援がひろがります

## 気づく・話題にする



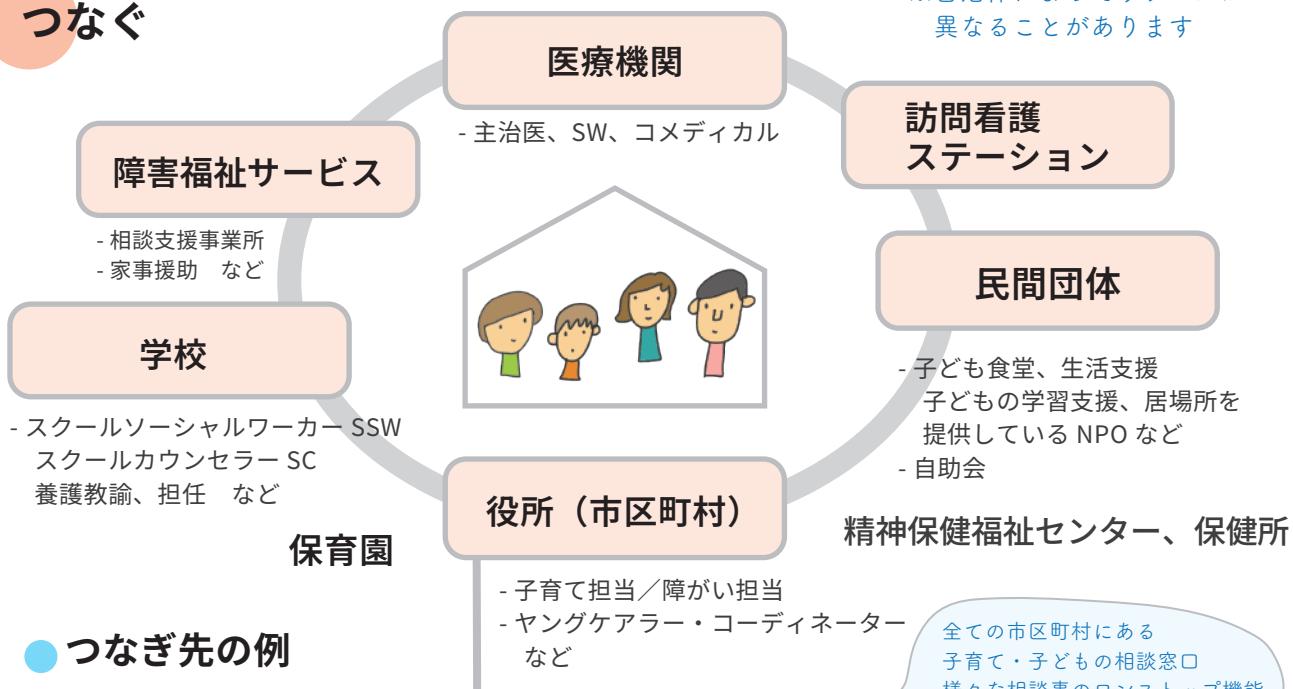
親（患者さん）・子どもと見られる & 渡せるシートあり

「精神疾患をかかえながら子育てしている親のみなさんへ」  
「精神疾患をかかえる親といっしょに暮らしている子どもさんへ」

メモ欄（お子さんの名前、学年ほか）

## 子どもに親の病気に ついて説明する

## つなぐ



## つなぎ先の例

### ①医療機関 SW

### ②こども家庭センター

全ての妊娠婦、子育て世帯、子どもへ  
児童福祉分野と母子保健分野が一体的に相談支援を行う機関（2024.4～）

市 区 町 村 電話：

こども家庭センター 住所：

全ての市区町村にある  
子育て・子どもの相談窓口  
様々な相談事のワンストップ機能

保健センター機能  
児童相談所とも協働



主治医の先生から申し送って  
いただけると、その後の支援  
がうまくいきやすいです

## ピンチ（養育困難や虐待など）のときの協力、連携 お願いします

### ※要保護児童対策地域協議会（通称：要対協）

ようたいきょう

虐待や非行があるなど要保護児童の適切な保護、支援等を行うため、子どもに関係する機関等により構成されるネットワーク（児童福祉法による、ほぼすべての市区町村に設置されています）。  
参加者には守秘義務が課されているため、機関の守秘義務をこえて情報の共有が可能です。

リソースマップ  
制度・窓口の情報



# 病気や障がいをかかえる親といっしょに暮らしている子どもさんへ

あなたが自由に好きなことにチャレンジできるために  
暮らしをささえる仕組みがあります

あなたがのぞむことはありますか?  
のぞみを言うのはわがままじゃないです



## □じぶんの好きな活動で息ぬきがしたい



- ・学校での部活動
- ・児童館、プレーパーク
- ・子どもの居場所事業 ほか

C1

## □世話をしてほしい

家族の世話・家事 etc



- ・家事援助（ヘルパー）
- ・子育て世帯訪問支援事業
- ・通院等介助
- ・自治体独自の配食、宅食サービス
- ・子ども食堂、フードパンtry ほか

C2

## □家以外の場所に一時的に宿泊したい



- ・子育て短期支援事業
- ・子どもシェルター
- ・休日夜間緊急支援事業
- ・一時保護所、児童養護施設（児童相談所を経由した保護）ほか

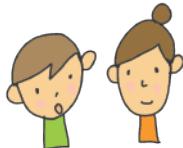
C3

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

個人の尊厳

子どもに保障されている権利です

## □じぶんの話をきいてほしい



- ・スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー
- ・こども家庭センター
- ・子どもの人権110番
- ・ピアサポートの場（対面 / オンライン）ほか

C4

## □生活に必要なもの

をそろえたい



- ・就学援助
- ・社会福祉協議会の総合相談（生活福祉資金の貸付ほか）
- ・生活困窮者自立支援事業
- ・生活保護 ほか

C5

## □勉強を教えてほしい

進路、進学を応援してほしい  
自由に学びたい



- ・担任、小中学校での学習支援
- ・スクールソーシャルワーカー
- ・学習支援事業（生活困窮者向け、ひとり親家庭向け等）
- ・教育センター、フリースクール
- ・地域若者サポートステーション ほか

C6

学ぶ権利

発達する権利

## □親の病気のことや対応について知りたい



学ぶ権利

- ・主治医、病院ソーシャルワーカー
- ・精神保健福祉センター
- ・ヤングケアラー支援団体、当事者団体
- ・民間団体の情報サイト 絵本 ほか

C7

このなかにはないけど  
こんなのがある

## いっしょに考えてくれる人



- ・スクールソーシャルワーカー（またはスクールカウンセラー）
- ・こども家庭センター

記入日 年 月 日  
お名前

リソースマップ  
制度・窓口の情報

※日本では、2023年にこども基本法ができました。こどもを支える国の仕組みが色々と整えられてきています。こどもを支える国の仕組みでは、6つの大切な考え方があります。あなたが大事に育てられ、生活が守られ、愛されていると感じられるように、また自分に直接関係することに意見を言えたり、さまざまな活動に参加できるように、ご家庭のサポートを提供しています。

びょうき しょう  
病気や障がいを  
かかえながら こそだ

# 子育てしている親のみなさんへ

自分らしい親でありたい、という願いを  
かなえる仕組みがあります

おや

生きているだけ  
100点満点



親をすることは大変な取り組みです  
あなたがのぞむことはありますか？

安心して子どもに向き合うために

**家事を手助けして  
ほしい**



- ・家事援助（ヘルパー）
- ・子育て世帯訪問支援事業
- ・通院等介助
- ・自治体独自の配食、宅食サービス
- ・子ども食堂、フードパンツリーほか

P1

**お金のやりくりを  
ささえてほしい**



- ・就学援助
- ・社会福祉協議会の総合相談（生活福祉資金の貸付ほか）
- ・生活困窮者自立支援事業
- ・生活保護 ほか

P2

**子どもとのうまい  
かかわり方を学びたい**



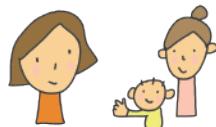
- ・親子関係形成支援事業
- ・子育て短期支援事業（ショートステイ）ほか

P3

親のあなたに保障  
されている権利です  
ほじょう  
けんり

自分の心と体を守るために

**子どもとはなれて  
自分の心と体を立て直したい**

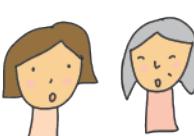


個人の尊厳

- ・子育て短期支援事業（子どもショートステイ）
- ・一時預かり事業（一時保育）
- ・子育て短期支援事業（トワイライトステイ）ほか

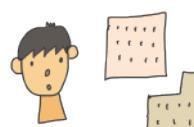
P4

**子育てのなやみ・  
しんどさをきいてほしい**



P5

**どこに相談したら  
よいか教えてほしい**



P6

- ・子育て全般
- ・こども家庭センター
- ・メンタルヘルス不調で生活に困りごと
- ・市町村の基幹相談支援センター
- ・市町村の就業・生活支援センターほか

個人の尊厳  
けんり

参加する権利

**いっしょに考えてくれる人**



**病院の「ソーシャルワーカー」**

市 区 町 村 「こども家庭センター」

電話：

住所：

このなかにはないけど  
こんなのがある

※サービスによって受付窓口が異なりま  
す。自治体によってサービスの提供内容  
や利用条件が異なることがあります。

お名前

記入日

年 月 日

リソースマップ  
制度・窓口の情報



# 患者さんや利用者さんの 子育て・子どものサポートマップ



担当している患者さん  
や利用者さんに  
お子さんがいたら  
ご活用ください

## 気づく・話題にする

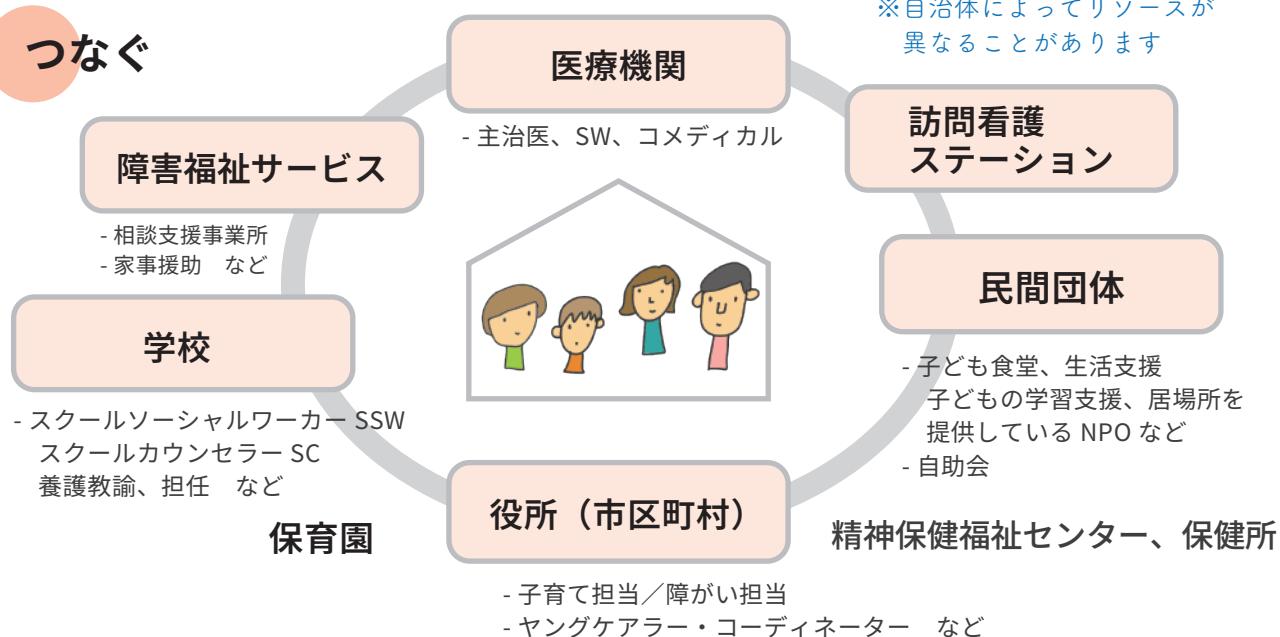


親（患者さん）・子どもと見られる & 渡せるシートあり  
「病気や障がいをかかえながら子育てしている親のみなさんへ」  
「病気や障がいをかかえる親といっしょに暮らしている子どもさんへ」

メモ欄（お子さんの名前、学年ほか）

## 子どもに親の病気について説明する

## つなぐ



## つなぎ先の例

### □ こども家庭センター

市 区 町 村 こども家庭センター

電話：

住所：

全ての市区町村にある、子育て・子どもの相談窓口  
様々な相談事のワンストップ機能  
保健センター機能あり、児童相談所とも協働

### □ 病院のソーシャルワーカー

### □ スクールソーシャルワーカー

## ピンチ（養育困難や虐待など）のときの協力、連携 お願いします

※要保護児童対策地域協議会（通称：要対協）

ようたいきょう

虐待や非行があるなど要保護児童の適切な保護、支援等を行うため、子どもに係する機関等により構成されるネットワーク（児童福祉法による、ほぼすべての市区町村に設置されています）。参加者には守秘義務が課されているため、機関の守秘義務をこえて情報の共有が可能です。



# びょうき しょく 病気や障がいをかかえる家族といっしょに暮らしている子どもさんへ

じゅう あなたが自由に好きなことにチャレンジできるために  
暮らしがささえる仕組みがあります



あなたがのぞむことはありますか?  
のぞみを言うのはわがままじゃないです



## □じぶんのすきな活動で息ぬきがしたい



- ・学校での部活動
- ・児童館、プレーパーク
- ・子どもの居場所事業 ほか

かつどう

C1

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

## □世話をしてほしい

せわ かぞく かじ  
家族の世話・家事 etc



- ・家事援助（ヘルパー）
- ・子育て世帯訪問支援事業
- ・通院等介助
- ・自治体独自の配食、宅食サービス
- ・子ども食堂、フードパンtry ほか

C2

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

## □家以外の場所に一時的に宿泊したい



- ・子育て短期支援事業
- ・子どもシェルター
- ・休日夜間緊急支援事業
- ・一時保護所、児童養護施設（児童相談所を経由した保護）ほか

C3

育つ権利（休む権利・遊ぶ権利）

個人の尊厳

子どもに保障されている権利です

 ささえになるかもしない仕組みや場や人です  
※住んでいる所によって仕組みなどが違うことがあります

## □じぶんの話をきいてほしい



- ・スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー
- ・こども家庭センター
- ・子どもの人権 110番
- ・ピアサポートの場（対面 / オンライン）ほか

はなし

C4

参加する権利（意見表明権）

## □生活に必要なものをそろえたい



- ・就学援助
- ・社会福祉協議会の総合相談（生活福祉資金の貸付ほか）
- ・生活困窮者自立支援事業
- ・生活保護 ほか

C5

生きる権利（生活保障）

## □勉強を教えてほしい 進路、進学を応援してほしい 自由に学びたい



- ・担任、小中学校での学習支援
- ・スクールソーシャルワーカー
- ・学習支援事業（生活困窮者向け、ひとり親家庭向け等）
- ・教育センター、フリースクール
- ・地域若者サポートステーション ほか

C6

学ぶ権利

発達する権利

## □家族の病気のことや対応について知りたい



学ぶ権利

- ・主治医、病院ソーシャルワーカー
- ・精神保健福祉センター
- ・ヤングケアラー支援団体、当事者団体
- ・民間団体の情報サイト 絵本 ほか

このなかにはないけど  
こんなのぞみがある

C7

## いっしょに考えてくれる人



- ・スクールソーシャルワーカー（またはスクールカウンセラー）
- ・こども家庭センター

記入日 年 月 日

お名前

リソースマップ  
制度・窓口の情報



※日本では、2023年にこども基本法ができました。こどもを支える国の仕組みが色々と整えられてきています。こどもを支える国の仕組みでは、6つの大切な考え方があります。あなたが大事に育てられ、生活が守られ、愛されていると感じられるように、また自分に直接関係することに意見を言えたり、さまざまな活動に参加できるように、ご家庭のサポートを提供しています。