

“ケアラー”について、
一緒に知って、考えませんか？

誰かを支える あなたも支える。

埼玉県ケアラー月間

11月1日(土) - 11月30日(日)

RIZIN 所選手からの

メッセージ配信中!!

動画は
こちら



「**所選手**と学ぶ**ケアラー**のこと
～大事な人との支えあい～」

格闘家であり、ケアラーでもある所英男選手が、
ケアのことや介護の身近な相談窓口である地域包括支援
センターについて専門家と学ぶ特別番組をお送りします。

当日放送
日時

令和7年11月3日(月・祝) 21:00～21:30 テレビ埼玉にて放送

視聴方法

埼玉県公式チャンネル(サイタマどうが)にて
令和7年11月4日(火) 11:00 から配信

埼玉県公式
チャンネル
(サイタマどうが)



格闘家
所 英男選手



ケアラー月間パネル展

さまざまなケアラーの体験談や役立つ情報を得られるパネル展示



日時 令和7年10月21日(火)
～11月30日(日)

場所 埼玉県内の複数市町村

パネル展について
はこちら!



詳しくは
県HPを
ご覧ください

「ケアラーって?」

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。

埼玉県マスコット
「コバトン・さいたまっち」



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



Q 埼玉県 ケアラー

お問合わせ

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。

埼玉県ケアラー月間

仕事と介護の両立支援について

啓発動画「仕事と介護の両立のために」

仕事と介護を両立した方々のインタビューなどを通じ、**地域包括支援センター**への早めの相談など、望まない介護離職を防ぐための知識・心構えをお伝えしています。

仕事と介護の両立でお悩みの方はもちろん、これから介護に向き合う方も、ぜひ御覧ください。



詳しくは県HPを
ご覧ください



介護者サロンについて

介護者サロンとは？

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います。



詳しくは県HPを
ご覧ください



ヤングケアラー・若者ケアラー支援について

LINE相談「埼玉県ヤングケアラーチャンネル」

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。

ヤングケアラー・若者ケアラーオンラインサロン

家族のケアやセルフケア、進学や就職の悩みについてオンラインで相談したり、同じような経験をしている人たちと交流できるサロンです。

メタバースや対面でも開催しています。

※埼玉県では、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」としています。

ヤング・若者ケアラーのための
LINE登録受付中！

お友達登録は
こちらから！



詳しくは県HPを
ご覧ください

