

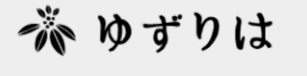



令和7年度東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業 交付決定団体一覧 (1/3)

団体名（ホームページリンク）	活動紹介	対面相談場所	連絡先	活動内容
1 NPO法人UPTREE 	「UPTREEジュニア部」として元ヤングケアラーたちが、オンラインサロンやインターネットラジオLIVE配信、LINEオープンチャットを通して、自身の経験を発信、交流しております。また、ヤングケアラー経験者との交流、相談のできるBBQイベントキャンプを実施しています。	-		・LINE相談 ・電話相談 ・家事支援ヘルパー派遣 ・イベント実施 ・オンラインサロン ・18歳以上を対象としたオンラインサロン
2 特定非営利活動法人ウイズアイ	①ピアサポート相談窓口を設置しています。まずはお電話ください！ 対象：ひとり親家庭のお子さん、 ご家族をケアしている小学生・中学生・高校生・大学生 ②若者キャリア相談窓口を設置しています。まずはお電話またはLINEにてご連絡ください！ 対象：仕事と生活の両立などに悩みを抱えていたり、18歳を超えた方、 または18歳を迎えるにあたり児童福祉施策の支援が途切れる方	応相談	電話：090-3773-9765	・LINE相談 ・電話相談 ・対面相談（毎月第1・第3土曜:17:00～20:00頃） ※事前にご予約のお電話を頂きますようお願いいたします。 ・若者キャリア相談（オンライン、電話、対面）
3 NPO法人日本トラベルヘルパー協会 	トラベルヘルパー協会のヤングケアラー事業では、LINEやチャットを通じた相談サービスを提供しています。 また、必要に応じて家事支援ヘルパーの派遣も可能です。さらに、Zoomを利用したオンラインサロンも開催しております。 この事業を通じて、ヤングケアラーの皆様に幅広いサポートを提供していきます。	-	LINE： https://line.me/R/ti/p/@200scuvz?oat_content=url&ts=08221507	・LINE相談 ・家事支援ヘルパー派遣 ・イベント実施 ・18歳以上を対象としたオンラインサロン
4 特定非営利活動法人 たすけあい大田はせさんず 	LINE公式アカウント「はせさんず こども・若者なごみ広場つながる和。」から、チャットでつぶやいたり相談したりすることができます。また、対面での「オープンスペースなごみ広場」、Zoomによる「オンライン広場」も実施しています。さらに、事務所内のケアマネや他の相談支援窓口とも連携し、家事支援ヘルパーの派遣も行っています。	大田区		・LINEチャット ・対面相談 ・メール相談 ・Zoomオンライン広場 ・家事支援ヘルパー派遣 ・イベント実施
5 特定非営利活動法人東京ソテリア 	精神疾患を持つ親の子供をはじめとする様々なヤングケアラーの支援を行っています。 LINEやメールでの相談だけでなく、必要なご家庭へのホームヘルプサービスや、ヤングケアラーの子どもたちが集うサロンの運営などを行っています。 活動の拠点は江戸川区ですが、新宿区にも事業所がありますので、ぜひ気軽にご連絡ください。	江戸川区	メール：yc@soteria.jp 電話（相談）：03-5664-6070 電話（事業間合）：03-5879-4970 LINE：@641klbgi（ケーエルबीジーアイ）	・LINE相談 ・電話相談 ・配食サービス ・家事支援ヘルパー派遣 ・イベント実施 ・オンラインサロン ・18歳以上を対象としたオンラインサロン
6 特定非営利活動法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン	LINE相談、ヤングケアラーのいるご家庭へ地域の見守りを兼ねたお弁当の宅配やヘルパーの派遣、ヤングケアラーに寄り添い学習のサポートや進路相談などを行うピアサポーター（メンター）の派遣を行っています。また、令和6年度はイベントの開催を2回実施します。その他、中学校併設型サロン、オンラインサロンも開催しています。	-	メール：arajin2001@arajin-care.net	・配食サービス(家族人数分のお弁当配達) ・家事支援ヘルパー派遣 ・学習サポート等を行うピアサポーター（メンター）派遣 ・イベント実施 ・オンラインサロン ・18歳以上を対象としたイベント実施 ・18歳以上を対象としたポストケアラーサロン実施 ・18歳以上を対象とした中間就労の機会の提供

令和7年度東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業 交付決定団体一覧（2/3）

団体名（ホームページリンク）	活動紹介	対面相談場所	連絡先	活動内容
7 一般社団法人ケアラーワークス 	LINEアカウント「けあバナ」では、チャットで気軽に会話ができます。ケアをしている子どもや若者が安心して話し、気持ちを分かちあえる機会となっています。2025年11月現在、380名を超える登録者がいます。 また、YoungCarer'sサークルの活動、メタバース空間を使った交流会、進学や就職などのキャリア相談もしています。大学等への若者ケアラーの出前講座（都内5カ所）も実施しています。	府中市、 多摩地域	メール：info@carers.works 電話：042-309-5130 Instagram： https://www.instagram.com/carers.works/	・LINE相談 ・対面の交流やトークイベントの実施 ・オンラインサロン（Zoom、メタバース空間の利用） ・18歳以上の若者も対象としたオンラインサロン
8 一般社団法人 ケアラーアクションネットワーク協会 	きょうだい児や家族のケアをしているヤングケアラーが毎月1回集まり気持ちを分かち合っています。気軽にチャット相談ができる「ほっと一息LINE」ではケア経験のあるキャリアコンサルタントや障害者支援従事者などがお話を聴いています。	-	LINE：https://bit.ly/4i9C6Pu X：https://x.com/can_ycstation Instagram： https://www.instagram.com/hotto_hitoiki_time/	・オンラインコミュニティ「ほっと一息タイム」 ・18歳以上を対象としたオンラインサロン ・イベント実施 ・対面交流会「きょうだい&ケアラーの集い」 ・LINE相談(キャリア相談)「ほっと一息LINE」
9 社会福祉法人子供の家 ゆずりは 	ゆずりはでは、児童養護施設や里親家庭などで生活していた人、虐待や支配など理由で親や家族を頼ることができない人から様々な相談を受けています。 「どこにも帰る場所がない」「借金がある」「家族やパートナーから暴力を受けている」「保証人がいない」「妊娠をした」など、一人に対応していくにはとても難しい困難や問題を、一緒に整理したり、手続きするサポートしています。 その他、気軽に集えるサロン、一緒に働くゆずりは工房、高卒認定の学習会、虐待に至ってしまった親へのプログラム（MY TREEプログラム）、などを行っています。	東京都内	メール：acyuzuriha@gmail.com	・サロンの実施 ・キャリア相談 ・家事支援ヘルパー派遣 ・イベント実施 ・オンラインサロン ・18歳以上を対象としたオンラインサロン
10 NPO法人 地域福祉推進事業団 いのちのほっとステーション	ヤングケアラー(元ヤングケアラー・若者ケアラー含む)のピアサポート及びソーシャルワーカーなどの専門職等が、サロンやLINEチャット、キャリア相談やレスパイトイベント等を通して、自身の経験を発信したり、お話を聴いたりしています。 ホームページもぜひご覧ください。	秋葉原等	LINE：http://lin.ee/fcJat38	・SNS相談 ・電話相談 ・メタバース相談 ・家事支援ヘルパー派遣 ・レスパイトイベント実施 ・サロン（オンライン・対面） ・キャリア相談 ・youtube配信 ・自己発見ワーク ・18歳以上を対象としたオンライン・対面サロン、SNS・電話相談等
11 社会福祉法人こぼと会 	多摩市を拠点に「誰も一人にしない」をテーマに活動しています。 LINEやZoomによるオンラインサロン、ヘルパー派遣による家事支援や対面での相談に対応します。また保護者を含めての生活・就労相談、自治体への橋渡しなどの支援も行います。お気軽にご相談ください。	多摩市	メール：liberty@tama-kobatokai.jp 電話：042-400-0855（平日9-12時）	全て無料で、小学生から39歳までを対象とした ・LINE相談 ・電話相談 ・配食サービス ・家事支援ヘルパー派遣 ・イベント実施 ・オンラインサロン ・多摩市の拠点カフェでの食事や相談対応

令和7年度東京都ヤングケアラー相談支援等補助事業 交付決定団体一覧（3/3）

団体名（ホームページリンク）	活動紹介	対面相談場所	連絡先	活動内容
<p>12 認定NPO法人カタリバ</p> 	<p>キッカケプログラムでは、10代のお子さんとその保護者の方へ、メタバース空間を活用したオンライン伴走支援および学習支援を提供しています。</p> <p>お子さんと保護者の方それぞれに専任の伴走者（メンター）が担当としてつき、お子さんには週に1回の個別面談を、保護者の方には月に1回の面談を実施します。</p> <p>高校生の方は、お子さんだけでも申し込み相談が可能です。</p> <p>お子さんには一人1台パソコンを貸し出します。おうちのなかからでも習い事に参加したり、一歩先の未来を歩く先輩との話をとおして自分の未来を描く時間を背中押しします。</p>	-		・ オンラインでの相談支援
<p>13 一般社団法人 10代と社会をつなぐプロジェクト</p> 	<p>一般社団法人10代と社会をつなぐプロジェクトでは、ヤングケアラーのいるご家庭へ夕食のフードデリバリーやLINE相談を提供しています。</p> <p>また、必要に応じて地域の関係機関と連携し、生活相談や進路相談なども実施しています。</p>	日野市	電話：070-6459-1127	<p>当団体では、家族のケアを担う子ども・若者の負担軽減を目的に、夕食のフードデリバリー支援とLINEでの相談を行っています。配達時の見守りを通じて状況を把握し、必要に応じて行政・学校・医療機関等と連携し、生活や進路の相談にも対応しています。安心して相談でき、日常を支える支援を提供しています。</p>
<p>14 一般社団法人ラポール</p>	<p>立川市に拠点に多摩地区を中心にひとり一人に寄り添った息の長い活動をしています。対面やオンライン等を通じてひと休みできる場所を提供しています。</p>	立川市	<p>メール：info@rapporter.ne.jp 電話：042-520-8691</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ LINE相談 ・ 電話相談 ・ 配食サービスや「けあらーずかふえ」 ・ 家事支援ヘルパー派遣 ・ イベント実施 ・ オンラインサロン ・ 18歳以上を対象としたオンラインサロン
<p>15 NPO法人 しろひげ・たゆらかファンド</p> 	<p>訪問診療を通じて、病氣や障がいのある家族を支える子ども・若者と多く出会ってきました。家事や介護、こころのケアを担う中で、自分の時間や気持ちを後回しにしてしまうことも少なくありません。私たちは医療だけでなく、「安心して過ごせる居場所」と「気持ちを言葉にできるつながり」を大切に、交流会・相談・学習支援などを行っています。役割を抱えず、自然に弱さを話せる場所があることは、日々の活力につながりと感じています。ひとりで抱えこまず、いつでも頼ってもらえる存在になりたいです。</p>	江戸川区	<p>電話：03-6638-8121 お問い合わせ先リンク： https://shirohige-tayuraka.or.jp/contact/</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 電話相談 ・ 配食サービス ・ 家事支援ヘルパー派遣 ・ イベント実施 ・ オンラインサロン（予定） ・ 18歳以上を対象としたオンラインサロン（予定）
<p>16 一般社団法人林家こん平事務所</p> 	<p>本事業で、安心して相談できる環境や支援をして孤立を防ぎ、且つ、笑いがもつパワーで、ヤングケアラーの負担軽減に務めて参りたい。また「ヤングケアラー支援」の普及啓発を行うことで社会全体の意識改善につながり、早期発見を目指す。対面相談と電話相談、また、LINEを活用した相談支援を行う。家事や家族のケアなど必要な支援につなげる。落語会を取り入れたレスパイトイベントを実施し、開放的な気持ちへ導き明日への希望を取り戻す機会創出を図る。</p>	<p>新宿区 八王子市 豊島区 港区 その他</p>	<p>メール：info@123chara-n.jp 電話：0120-118-731</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 対面相談・LINE相談 ・ 電話相談 ・ 配食サービス ・ 家事支援ヘルパー派遣 ・ イベント実施 ・ オンラインサロン ・ 18歳以上を対象としたオンラインサロン