

埼玉県主催

# ヤングケアラー 若者ケアラー オンラインサロン

「家族のことで、モヤモヤ...」  
感じていませんか？

家族のケア

学校のこと

将来のこと

仕事との  
両立



家族のケアやセルフケア、進学や就職の悩みについて、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。▶お申込み・詳細はこちら



# 開催方法

## オンライン

(20:00~21:30)

### ZOOM



画面オフ・聞くだけ参加・チャット  
だけ・ながら参加、もちろんOK!  
お好きな参加スタイルで、  
ぜひお気軽にご参加ください。

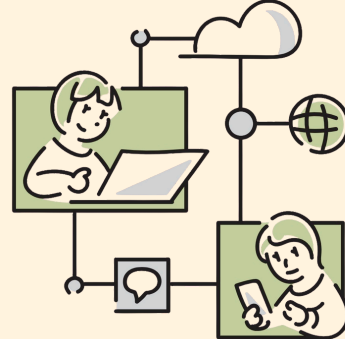
開催日

8/3  
(月)

9/8  
(火)

12/10  
(木)

### メタバース



ネット環境さえあれば参加OK!  
メッセージ・リアクション機能  
で、マイクでお話しなくても気軽  
に参加できます。

開催日

10/7  
(水)

2/5  
(金)

## 対面

聞くだけ参加も、もちろんOK!  
気が向いたら、みんなで会話やゲームをしたり...  
お菓子・ドリンク片手に、ケアから離れた時間を  
仲間と一緒に過ごしてみませんか?



【会場】  
武蔵野銀行本店ビル2階  
M's SQUARE

開催日

11/1  
(日)

1月  
月上旬頃

3月  
月上旬頃