

KOMPEIサポート

「笑い対話で孤立を防ぐ」ヤングケアラー支援プロジェクト

お気軽に
相談
ください

ヤングケアラーのための相談窓口「ほっと亭」

0120-118-731

実施期間 2026.8/1(土)～2027.3/31(水)

対象 都内のヤングケアラー及び18歳～30代のケアラー

火曜・木曜・金曜 18:00-22:00

土曜・日曜 14:00-18:00

※金曜・日曜は「キャリア相談支援」に特化しておりますので、ご注意くださいませ。

ご相談内容を踏まえ、必要な方には

●キャリア支援 ●家事支援ヘルパーの無料派遣
などの支援をご提案いたします。



公式LINEアカウントでの個別相談



日・祝・年末年始(12/30-1/3)を除く
17:00-22:00に対応いたします。
※メッセージの送信は24時間可能です。

LINEオープンチャット 開設中



ヤングケアラー同士が匿名で気軽に交流
でき、悩みや経験を共有できるオンライン
の居場所です。

関連イベント

日程や会場などの詳細は、ホームページをご確認ください。予約不要・参加無料

毎月
11日

休んでいい日!楽しんでいい日!
息抜きのためのイベント

《 笑っていい日 》

お茶会 落語会 お笑いライブ 相談会

2026年10月～2027年3月の毎月11日にヤング
ケアラーの息抜きのためのイベントを開催します!

《 キャリア相談講座 》

2026年10月～2027年3月の期間に計8回、主に18歳～30代のケアラ
ーに向けた、キャリア相談支援を目的とした講座を開講します。

《 ほっと亭サロン 》

2026年10月～2027年3月の期間に計8回、ヤングケアラーが気軽に
立ち寄り、お茶や会話を楽しみながら、交流・相談ができるサロンをオープン
します。

お問合せ先：KOMPEIサポート事務局

☎ 03-6273-9678

13:00-15:00 ※土日祝を除く

✉ emi@123kompei.jp



Kompei Hayashiya Office

