

家事や家族のケア

ひとりでがんばっていませんか？

こどもが大人のやくわりを引き受けるのはとても大変。
いろんな気持ちになっていい。いつもがまんなくていい。
あなたの「しんどい」をすこし大人の人にわたしてみませんか？

身近な人に話すことがむずかしい場合は、
茨木市こども政策課にいつでもれんらくしてください。



良い子でいるのは
つかれる

まわりの人に
どう思われて
いるのかな？

自分の時間が
ほしい

もっと
がんばらないと

ひとりでなやまずに相談してください

＼くわしくはこちら／

令和5年4月に
相談まどぐちをかいせつしました

茨木市こども育成部こども政策課
TEL：072-620-1625（平日8：45～17：15）
Email：kodomoseisaku@city.ibaraki.lg.jp

