



私も【誰かに助けをもとめられた出来事 / 誰かをサポートした体験 / 助けてと言えない人に気づいた体験】

①状況の説明：いつ・どこで・だれが / だれに ②行動：きっかけ / 理由・何を・どうした・どのように /

どのくらい・なぜ / どうして ③状況 / 心の変化：どうなったのか、どう思ったのか、何が変わったか

ということがありました。そのこと / 体験から、（誰かと助け合うことは / みんなと協力すれば一人でできないことも / 声を上げられない人に気づいてあげることは / 一人で悩んでいても解決できないことも）

だと思いました / という気持ちがわかります。

もし、身近に朱音のような人がいたら、私はどう接したらいいのか

だと、あらためて / 強く / 心から / 深く / 具体的に 考え / 思い / 認識し / 理解しました。

なぜなら

だからです。

もし、自らが朱音の立場になったら、誰かに助けを求められるだろうか？ / 家族のために協力できるだろうか？

きっと

だと思います。

私も【ピンチのときに冷静に考えて行動できた・できなかった出来事 / 自分が大変・こまっていることを

素直にまわりに伝えられなかった出来事 / 自分さえがんばれば良いと思って「助けて」と言えなかった体験】

①状況の説明、②行動 ③状況 / 心の変化

ということがありました。

その経験 / 出来事から、（冷静な判断と行動 / 自分一人ではできないことは誰かに頼る / 一人でかかえこまないで

解決策をみんなで考える / 人とのつながりや気持ちを伝えることも大切）

だと思いました。

この本を読むまでは、「ヤングケアラー」について他人事のように考えていた / 深く考えたことがなかった

けれど、

ということを知りました / 考えました。

朱音のような人々は、一部の家族 / 特殊な例 だけの問題でなく、これからの日本で / 高齢化社会で

とても身近な問題 / 解決しなくてはいけない問題 / 重要な課題 / みんなで考える必要があること だと思いました。

この物語の後、悠人と朱音は

だったらいいな / なって欲しいな / するのではないかと と思いました。

私はこの物語 / 本を読んで、

ということ を 考えました / 学びました / 理解することができました。

これからは、福祉や介護のニュース / 高齢化の問題 について、広い視野で / 好奇心をもって / どうしたら

解決できるか考えながら / 人ごとだと考えずに 接していきたい / 考えていきたい / 学びたい と思います。