

Young Life Balance

ヤング

ライフ

バランス

ヤングライフバランスとは・・・

子ども・若者世代の生活習慣を考えるための用語で
見えにくい課題「ヤングケアラー」を出発点とし

子ども達と共に考える生活バランスの向上を
推進する活動のこと

日頃から、子ども達、若者達に関わるお仕事・活動をされている方々へ

わたし達は、久留米市の「ヤングケアラーオンラインサロン事業」を受け、令和6年度から2年間
合計延べ85名の子ども・若者のみなと“ヤングライフバランス”について考えてきました。

子ども達とゲームやパーティを楽しむ中で出てくる「ふとしたつぶやき」から

【家庭背景】や【本人も気づいていない本音】が見えてくる事に気づきました。

ヤングケアラーを始めとする、子ども達に課せられた課題のSOSや本心はとても分かりにくいものです。

そんな子ども達の心の内を少しでも引き出し、気づき、見つけていける方法を

わたし達なりにカードゲームとして作成してみました。

子ども達の遊び声から支援の入り口を見つけていく事を目的とするカードゲームの開発。

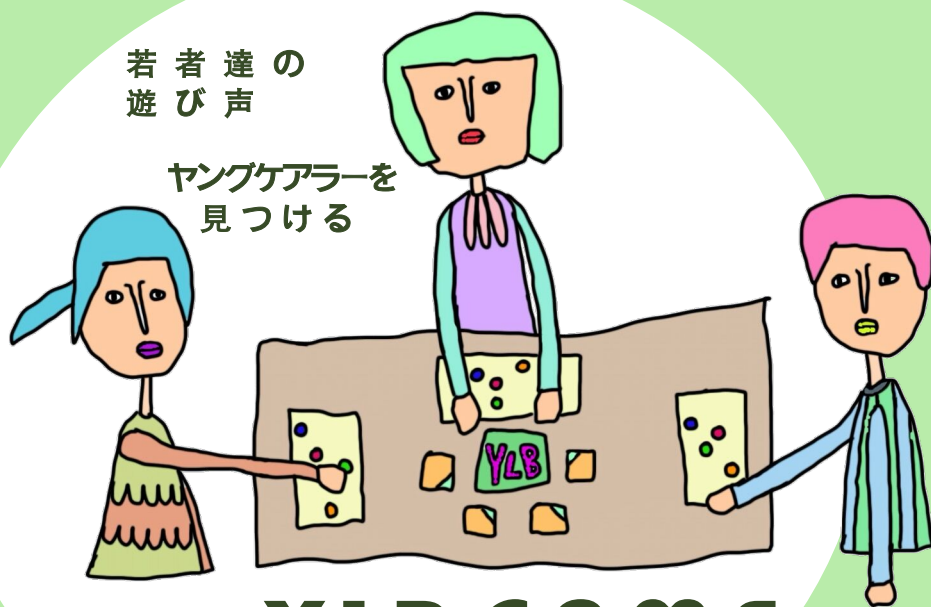
まだ試作段階ですが、皆様に体験していただき【子ども達の本心の支援】へと

繋げていけるようになりたいと思っています。

ぜひ、子ども・若者に関わっている皆様、ご参加の程よろしくお願い致します。

若者達の
遊び声

ヤングケアラーを
見つける



YLB GAME



支援者向け

ヤングケアラー支援の

新発見講座&体験

2026

9/25

FRIDAY

18:30-20:00

@くるみホール

久留米市役所2階



【主催】 久留米市 【受託事業者】 一般社団法人umau.

【協力事業者】 NPO法人久留米市手をつなぐ育成会 / 一般社団法人ぷらっとどっと

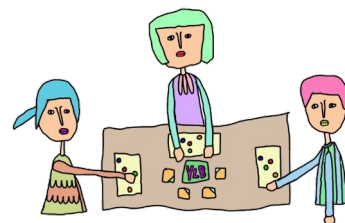
【予約・問い合わせ】 一般社団法人umau.(じじっか)

🏠 久留米市梅満町32-4 ☎ (0942) 48-0908 ✉ umau.kurume@gmail.com



今後の流れ・・・

2026年度中に3回の「YLBカードゲーム大会」を実施します。
様々な環境下の中学生・高校生を中心とした子ども達が
集まり、チーム対抗戦や、ゲームを活用したワークショップ等
を行いながら、約2時間程度の楽しめる会を行なっていきます。
ぜひ、支援者の皆様からお声掛けをしていただきますよう
よろしくお願い致します。(詳細チラシが出来次第ご連絡させていただきます)



地域との
繋がりが
できます

自然体で
楽しめる
時間

送迎の
ご相談
OK

見学
保護者
同伴
OK

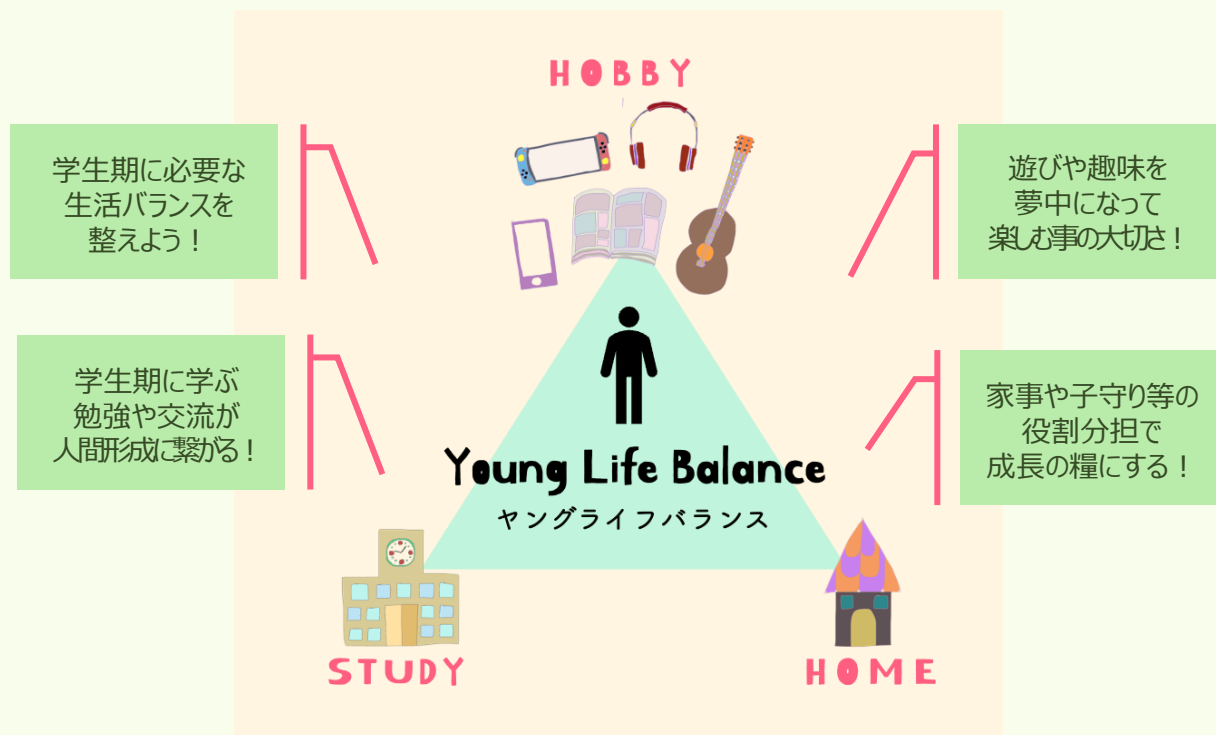
大人数が
苦手等の
配慮
できます

わたしたちのビジョン

この、YLBカードゲームが、今後「子ども支援」「教育機関」「イベント出展」など
様々な子ども・若者達と関わりを持つ機会を活用され、楽しみながら支援の手を
広げていけるキッカケになるツールとして展開していけることを描いています。
皆様のご協力をよろしくお願い致します。

ヤングライフバランスとは・・・？

「家庭と勉強と趣味」という、中学・高校生(学生期)に必要な
3つの生活環境に焦点を当て、良いバランスを整えていく事により、
本人の成長に繋げていくことを【ヤングライフバランス】と言います。



ご予約は
こちらから

