

「ケアラー」を知っていますか？

～すべての年齢のケアラーに支援が必要です～

● ケアラーとは

こころやからだに不調のある人の「介護」「看護」「療育」「世話」「気づかい」など、ケアが必要な家族や近親者、友人、知人などを無償でケアする方のことです。

子どもから高齢者まで、誰でもケアラーになり得ます。

ケアが必要な人だけでなく、ケアラーも個人として尊重され、健康で心豊かな生活を送ることができるよう、社会全体で支えていくことが大切です。

● 具体的な事例（ケアラーの声）



両親が働いているので、認知症の祖母の面倒を見るのは自分しかない。本当は友達と遊びたいし、クラブ活動もやりたい。（高校生）

娘は24時間医療的ケアが必要です。夜も3時間おきにたんの吸引が必要。一晩でもぐっすり眠ってみたい。（40代女性）

両親に介護が必要になった。大事な親だから、私が面倒を見ないと思うけど、仕事もあるし、ついイライラしてしまう。（50代女性）



息子に知的障がいがあり、通所施設から帰った後は目が離せない。その上、孫の面倒を見てほしいと娘には頼まれる。たまには趣味の集まりにも行きたいのだけど。（60代女性）



息子が大学を出てから引きこもり、もう20年。時々、暴力を振られることも。自分の子どもだからどうにかしなければと思うけれど、もう限界。（70代女性）

妻ががんになり看病しているが、私も先日から腰が悪くなり、通院中。人に頼るのは苦手で誰にも相談できない。（80代男性）



相談窓口（土・日・祝日を除く 8:30～17:15）

■ 高齢者の介護について	介護保険課	TEL 0883 (36) 6814
	地域包括支援センター	TEL 0883 (36) 6543
■ 障がい者のケアについて	社会福祉課	TEL 0883 (36) 6812
■ ヤングケアラーについて	こども家庭センター	TEL 0883 (36) 6820

ケアラー支援イベント

～大切な家族をケアしているあなたを応援します～

◆日時 11月11日（月） 10:30～14:30

◆場所 阿波市役所 市民情報スペース

- ◆内容
- ストレスチェックコーナー
心身の状況をチェックします。
 - おしゃべりコーナー
同じ視点で共感し、寄り添います。
 - 癒しのコーナー
アロマ・マッサージなどで疲れを癒します。
 - 相談コーナー
行政が福祉サービスなどの相談を受け付けます。
- ※申し込みは不要です。



主催：阿波市手をつなぐ育成会

参加無料

問 阿波市社会福祉協議会 TEL 0883 (36) 5511

共感から始める優しい街づくり

知的・発達障がい疑似体験

誰もが安心して暮らせる街をつくるためには、一人一人が違いを尊重し、共に支え合う姿勢を持つことが大切です。

知的・発達障がいを疑似体験することで、当事者の方々が日常生活で感じている困難を知り、どのような合理的配慮が必要なのか考えましょう。

◆日時 12月5日（木） 13:30～

◆場所 土成保健センター

◆内容 知的・発達障がい疑似体験

◆講師 上板町手をつなぐ育成会
とくしま知的・発達障害
理解啓発キャラバン「とくしま藍隊」
長原 章博 氏

◆申込締切 11月15日（金）まで

参加無料

申問 阿波市社会福祉協議会 TEL 0883 (36) 5511