

「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、ケアの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。

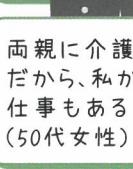
子どもから高齢者まで、誰でもケアラーになります。

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いない。本当は友達と遊びたいし、クラブ活動もやりたい。(高校生)



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)



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)



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だけれど。(60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
■障がい者のケアについて	地域包括支援センター	TEL 0883(36) 6543
■ヤングケアラーについて	社会福祉課	TEL 0883(36) 6812
	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、どのような合理的な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

問 阿波市社会福祉協議会 TEL 0883(36) 5511