

## 平成 27 年「第 1 回ケアラーサポーター育成研修」開催報告

「平成 27 年 ケアラーサポーター育成研修」  
地域に学び、地域で支える  
～ケアラー（家族を介護する人）を孤立させないために～

【日時】平成 27 年 11 月 26 日（木）16：30～19：30

【場所】長崎大学文教キャンパス 総合教育研究棟  
(2 階多目的ホール)

【研修内容】講義：牧野 史子 氏  
(NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 理事長)  
介護者による講話：2 名  
ワークショップ：NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン



平成 27 年 11 月 26 日（木）、長崎大学総合教育研究棟（2 階多目的ホール）にて、「第 1 回ケアラーサポーター育成研修」を開催いたしました。

当日は雨降るなか、学内外から 29 名の参加者があり、介護者支援に対する関心の高さがうかがえました。

### 1. ご挨拶（ダイバーシティ推進センター介護支援専門委員会 介護コーディネーター 井口 茂 教授）

最初に、井口介護コーディネーターより挨拶がありました。挨拶の中で、文部科学省ダイバーシティ研究環境実現イニシアティブ事業についての説明があり、「長崎大学ダイバーシティ推進センターでは、本学で働く教職員の働き方について見直すとともに、介護に直面しても仕事や研究と介護を両立できるような支援に取組み、また、地域のみなさまとともに、地域で介護をしている方への支援へ向けた取組みを行っていきたいと考えている。介護保険の中で介護者の声は埋もれてしまっている現状にある。ケアラーサポーター育成研修には、地域のみなさまや学生に多くご参加いただき、知識やノウハウを学んだ上でそれらを地域に還元していくような取組みをすることで、それが介護者支援として定着してくれたらと思っています。」と述べました。

### 2. 講義（NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 理事長 牧野 史子 氏）

講義では、NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン牧野理事長より、「ケアラーを孤立させないために～地域でケアラーを支える活動～」と題し、介護者支援の必要

性について、介護者の現状と社会的課題についてお話いただきました。介護者支援の活動については、「介護者の会」や「カフェ」の有効性についてのお話がありました。そのなかで、介護者の孤立の究極の結果として介護事件が起こっていること、介護と仕事の両立に向けて「介護離職ゼロ」政策に政府が取り組むこと、日本では介護保険等で介護を受ける側への支援には取り組んでいるが介護者への支援についてはほとんど取組まれていないこと、ケアラーの抱えている多様で深刻な問題への対応が遅れていること、介護者のこころの背景、日本では家族だから介護することは当然のことでありやって当たり前という文化的背景があること、地域で介護者を孤立させないために介護者の心の居場所を作ることの有効性について詳しく説明してくださいました。



写真 1. 井口介護コーディネーター



写真 2. 牧野理事長

### 3. 介護者による講話（2名）

介護者による講話では、介護者（ケアラー）の方2名にお話いただきました。お1人の方からは、上司の一言が心に突き刺さり介護していることを他者に言えず離職した経験があり、ケアラーにとって要介護者は命をかけて護りたい家族であること、ケアラーに対しては対面に立つのではなく側に寄り添ってほしいこと、興味を持つのではなく共感を寄せてほしいこと等をお話いただきました。もう1人の方からは、子育て中に就職したがその後介護者となり、職場に頭を下げながら休暇を取得し介護していたこと、ケアラー自身が体調を崩し病気休暇を取りそのまま離職した経緯について、地域とのつながりで助けられたこと、介護休業・休暇の整備とそれらを使える職場環境作りに取り組んでほしいこと、介護者の心理的負担の解消方法、子育ての愚痴は言えるが介護の愚痴は言えない風潮があること、家族だから介護するのは当たり前という日本の社会についてお話いただきました。

### 4. ワークショップ

ワークショップは、学生や介護関係職種の方、介護経験者、一般の方が混ざり合い4グループに分かれ、それぞれのグループにファシリテーターがつき行いました。介護経験者の話

を聞いて思ったこと、地域の抱える問題、考えられる支援の内容、地域でのサポートの仕方、ケアラーズカフェの必要性、支援の難しさ等ディスカッションしたあとグループごとに発表し共有しました。



写真3. ワークショップ風景



この冬一番の寒さの中での開催でしたが、多くのみなさまにご参加いただきました。センタースタッフ一同、心よりお礼申し上げます。アンケートでは「実際に介護している方の声が聞けて、とても勉強になりました」「親の介護の予習ができ、勉強になりました」「サポーターとして頑張りたい」など、気づきや学びについてのコメントが多くありました。アンケートへご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

「第2回ケアラーサポーター育成研修」を平成27年12月10日（木）に「傾聴の基礎について学ぶ」をテーマに開催します。講師には、NPO 法人 KeiCho ネット理事の池田洋子氏をお迎えする予定です。

長崎大学ダイバーシティ推進センターは、来年度以降もケアラーサポーター育成研修を開催していく予定としております。今後ますます介護の課題を抱える人が増加することが確実視されているなか、介護者が孤立することなく介護者も要介護者も共に社会参加ができる環境作りができるよう、地域に学び地域で支える支援へ取り組んでまいります。