

平成 27 年「第 2 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 12 月 10 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：池田 洋子 氏
(NPO 法人 Kei Cho ネット 理事)
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 12 月 10 日（木）、長崎大学総合教育研究棟（2 階多目的ホール）にて、「第 2 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 35 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、介護をテーマに仕事と介護の両立ワークショップやケアラーサポーター育成研修に取り組んでおり、今後は介護者の交流会や市民公開講座なども実施していく予定である。本学で働く教職員の中にも実際に介護をしている人達がいるため、職場の中でも働き方を見直し、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、それを地域にも広めていきたいと考えている。そして、長崎大学内にとどまらず、地域のみならず、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きたいと考えている。」と述べました。

2. 第 1 回ケアラーサポーター育成研修の振り返り

(NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン 奥 美津子 氏)

NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン奥氏より、アラジンの活動について説明したあと、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、介護者支援の活動についてなど、第 1 回ケアラーサポーター育成研修「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～」の振り返りとしてお話いただきました。また、ワークショップの振り返りとして、介護者の思い、支援してほしいこと、地域でのサポートの仕方、支援のむずかしさについて説明いただきました。



写真1. 井口教授挨拶



写真2. アラジン 奥氏

3. 講義（NPO 法人 Kei Cho ネット 理事 池田 洋子 氏）

講義では、NPO 法人 Kei Cho ネット池田理事より、「傾聴の基礎について学ぶ」と題し、介護者支援にはなぜ傾聴が必要なのか、傾聴の意味について、コミュニケーションの大切さ、聴き手としてのポイントについてお話いただきました。自分の傾向を知り、今までの自分の聞き方を振り返ったあと、的確なコミュニケーションについて、情報の共有と分かち合いの為に必要なことについて、聴き手として注意すべきことについて、聴き手として身につけるべきことについてなど詳しく説明してくださいました。そのあと、2人組や4人組に分かれて、話し手役や聞き手役となりロールプレイをすることで、聴き手としての心構えを学ぶとともに守秘義務の大切さや人間関係のあり方を学びました。



写真3. Kei Cho ネット 池田理事 講義風景

4. 第1回ケアラーサポーター育成研修での介護者の講演ビデオ上映

前回お話いただきました介護者（ケアラー）の方1名の講話を上映し、今回初めてご参加いただきました方にも介護者の思いを理解していただきました。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守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の内容でした。

5. ワークショップ

ワークショップでは、介護者・介護経験者のグループ、サポーターとして活動を希望する方のグループ、長崎の介護者支援の未来を考えるグループ、傾聴をもう少し学びたいグループの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、それぞれのテーマについてディスカッションしたあとグループごとに発表しました。介護者として嬉しかったことや嫌だなと感じたこと、サポーターとしての抱負や今後の課題、長崎の介護者支援の未来として個人としてできることや地域でできる支援、ケアラーの気持ちを理解し、話に耳を傾けることや空間を共有することも大切であるということなど、それぞれのグループで出された意見を共有しました。



写真4. ワークショップ風景



写真5. 井口教授 まとめ

6. まとめ（長崎大学医歯薬学総合研究科 井口 茂 教授）

まとめでは、長崎大学医歯薬学総合研究科井口教授より、老人保健法の中で在宅でのリハビリが始まり、その後、介護保険法への流れの中で、長崎は島が多く、資源がない中で地域のつながり作りの方法を探り、障害をお持ちの方も地域の中で安心して生活できるようにするという長崎のコンセプトを達成するためにこれまで行ってきた取組みについて、また介護当事者だけでなくご家族の立場からの介護予防について考え取組んでいることについて等お話いただきました。「長崎は要介護度からみると軽度の高齢者が多いが、高齢化率は高く、独居の方が多いためキーパーソンが近くにいないことから地域でのつながりや支えあいが必要となってくる。今までの歴史から長崎は資源がない中、地域での支えあいを通し

て作り上げてきた地域コミュニティがある。そこを強みとして、要介護者本人・家族・地域の共有のつながりへと応用し、広げていければよい輪ができると思う。今回参加していた学生の若い力を借りながら情報発信していきたいと考えている。」と述べました。

7. ご挨拶（長崎大学ダイバーシティ推進センター長 伊東 昌子）

最後に、伊東センター長より、「ワークショップでは、今回参加していただいた学生から多くの意見が出ていることがとても嬉しく頼もしく感じた。ダイバーシティ推進センターでは仕事と介護の両立ができる大学を目指している。また、地域で介護されている方とともに、地域で学び地域で支えるということを心に置き取組みを進めていく中で、今後もケアラーズ交流会や市民公開講座を企画している。今後ますます学生さんの若いエネルギーを地域で活用していくことを期待している。」と述べました。



写真6. センター長挨拶

第1回ケアラーサポーター育成研修に続き、足元の悪い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「とても貴重な体験ができました」「この経験を、今後も活かしていきたい」「池田先生のお話から学びがたくさんあった」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。

今年度2回のケアラーサポーター育成研修を受講されました延べ64名の受講者には、本学学長名の認定証が授与され、今後ケアラーサポーターとして活動されることに大きな期待を寄せています。

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。