

## 平成 28 年度「第 3 回ケアラーズ交流会」開催報告

【日時】平成 28 年 11 月 11 日（金） 14：00～16：00

【場所】集い場 木かげ（住吉商店街）

【参加人数】ケアラー 9 名（男性 3 名、女性 6 名）

ケアラーサポーター 1 名

医歯薬学総合研究科 井口 教授

ダイバーシティ推進センター 内野介護コンシェルジュ

平成 28 年度第 3 回ケアラーズ交流会を上記のとおり開催いたしました。

今回は、男女 9 名のケアラーが参加されました。ケアラーの中には、ケアラーサポーター育成研修を受講後サポーターとして登録し、自身もケアラーである 20 歳代の 3 名の参加もありました。また、ケアラーサポーターとして 1 名の専門家の方も参加くださいました。

会場は前回に引き続き、人の流れが多い住吉商店街地区で地域の人が気軽に集える場（地域の縁側）作りに取り組んでおられる「集い場 木かげ」をお借りしました。

最初に医歯薬学総合研究科の井口教授よりご挨拶があり、その後、参加者全員が一言ずつ自己紹介をし、自由に話をしたり、相談するような内容で進めました。

ケアラーのみなさんがそれぞれの思いや意見を口にすることができ、サポーターとして参加くださった方や井口先生から専門的な意見をいただき、有意義な時間となりました。また、ケアラー同士で対応方法や今後どのような症状がでてくるのかなどの情報交換もありました。最後に井口先生から、今後は、ケアラーの困りごとやこのような支援があるといい等の意見を聞き、対応策や行政への働きかけの材料にしていきたいと述べられました。

アンケートでは、「介護をしている人の生の声を聞いてよかった」「楽しかった」「聞くだけでなく、自分の気持ちも吐き出すことができた」「ほっとした気持ちになりました」「1 人じゃない…という気がしました」等の感想がありました。また、「ここだけではなくいろいろなところに広めてほしい」というコメントもありました。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。

長崎大学ダイバーシティ推進センターは、今年度 2 か月に 1 回のペースでケアラーズ交流会の開催を計画しています。介護者が孤立することなく、介護者とともに社会参加できるよう、また介護を 1 人で抱え込まないように、介護者が持つお互いの悩みや解決策の情報交換の場を作り、地域のケアラーの孤立を防ぎ精神的な支えとなるコミュニティの形成ができるよう、地域のみなさまのお力をお借りしながら取り組んでまいります。この交流会が、お互い助けあえる場、支えあえる場として根付き、参加されたみなさまがほっとして帰ることのできる場となるよう、今後も開催してまいります。

写真：交流会風景

