

## 平成 30 年度「第 3 回ケアラーズ交流会」開催報告

【日時】平成 30 年 9 月 25 日（火）14：00～16：00

【場所】集い場 木かげ（住吉商店街）

【参加】ケアラー 5 名、ケアラーサポーター 3 名、一般の方 1 名

認知症地域支援推進員 3 名（西浦上・三川包括、緑が丘包括、江平・山里包括）

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 30 年度第 3 回ケアラーズ交流会を上記のとおり開催しました。今回は、「認知症について聞いてみよう！」という内容で、3 か所の包括の認知症地域支援推進員 3 名に専門家としてご協力いただき、ケアラー 5 名が参加しました。

最初に、個々の簡単な自己紹介をし、そのまま自由に日々の悩みや、介護についての疑問を話していきました。ケアラー同士が情報交換する場面や、家族介護経験者の方が、助言してくださる場面も見られました。また、認知症地域支援推進員のみなさんは、じっくり話を聴き、助言して下さり、丁寧に対応していただきました。それぞれが、悩み考えながら、個々のやり方で日々頑張っていることが伝わり、心が温かくなったり、笑いがあったり良い時間を過ごすことができました。

アンケートでは「本音で話し合うことができ、大変有意義な時間でした」「毎回、参考になることが聞かれて素晴らしい会だと思います」「愚痴や悩みを自由に話せてとても良い会です。みんなの笑顔が見れて嬉しいです」「お互いに分かち合えた」などの声が寄せられました。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、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、次回は 11 月に開催を予定しています。

