令和４年度「第３回ケアラーズ交流会」開催報告

【日時】令和４年 10 月 11 日（火）13：00～15：00
【場所】集い場　木かげ（住吉商店街）
【参加】ケアラー1 名、ケアラーサポーター2 名、
　　長崎市包括ケアまちなかラウンジ　宮地登代子氏
　　生命医科学域保健学系　井口教授
　　ダイバーシティ推進センター　太田事務補佐員

ケアラーズ交流会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策をしながら、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」にて開催しました。

本日は、長崎市包括ケアまちなかラウンジの宮地登代子氏が「元気なうちから自身・家族の生き方について考えよう」について、まちなかラウンジの医療と介護の連携に向けた取組みとして各種の相談・支援や市民向けの講座を行っていること、長崎市の状況として一人暮らし・夫婦高齢者世帯や認知症高齢者が増加している、誰もが必要なサービスを提供されるように地域包括ケアシステムを構築していることを説明されました。また、本人のこれからの生き方を考えるための「元気なうちから手帳」の紹介がありました。

ケアラーが手帳について「いいものをもらった、当事者の考えていることがわからないこともあり施設の方に聞き書き取ってもらいたい、自分のことも書き留めて子供へ渡したい」と嬉しそうに話されました。「いろんな「もしも」に対して具体的に対応を尋ねているので周囲の人はわかりやすい、人生の節目などに考え記入したらいい」と手帳は好評でした。

参加者が少なくケアラー同士でお互いの話ができず残念だったという感想がありました。今後、多くのケアラーの情報交換の場となるよう取り組みを進めていきたいと思います。

本センターは、介護者が孤立することなく、介護者も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。