

## 令和5年度「第1回ケアラーズ交流会」開催報告

【日時】令和5年6月1日（木）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、元ケアラー1名、  
ケアラーサポーター1名、  
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内野介護コンシェルジュ



ケアラーズ交流会は、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、本学の井口教授に長崎市が発行する「長く元気ですこやかガイドブック」を使ってお話していただきました。介護保険のあれこれと題して、当日は介護保険制度について、介護保険で受けられるサービスの種類や内容、施設の種類について説明されました。その後、参加のみなさんそれぞれが近況報告や意見交換し自由に話されました。参加者の1人は、配偶者が施設入所され週に数回の定期的な面会と手紙を出すことを3年間継続されつつ、88歳にして地域の男性料理教室に参加し始めたというお話や、80歳になる教え子の同窓会に参加する等、自身の生活を楽しんでいる様子を生き生きとした表情でお話しされました。また、今取り組んでいる趣味についてお話され、実際の作品を見せてくださる参加者もいました。

本日は、梅雨入りし雨が降る中の開催となりましたが、参加者の話を聞き、周りのみんなも笑顔になり元気をもらうことができました。みなさんの話を聞き、目標や楽しみをもって生活することの大切さや、社会とのつながり、人との交わりの大切さを感じる会となりました。

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。

