



調布ゆうあい福祉公社の ケアラー支援

令和5年9月

ゆうあい福祉公社のケアラー支援 コンセプト

～～ケアラーが孤立しない地域づくり～～

- ①これからケアラーになる人への「備えとしての情報提供」
- ②ケアラーが経験を活かして関われる「活動のサポート」
- ③ケアラーが望む生活を我慢しなくてもよい「環境づくり」

①

これからケアラーになる人への
「備えとしての情報提供」

ケアラーサポートブックの作成



↓ 第8期 高齢者総合計画重点施策から引用 「ケアラー支援」

④ ケアラー（介護者）支援

介護を受けている本人だけでなく、ケアラー個人が尊重され、介護と同時にケアラー自身の多様な活動・社会参加の維持・確保等が継続できるよう、ケアラーの身体的・精神的負担を緩和するための支援を充実する。

- ≫ 相談体制の充実と積極的な情報提供
- ≫ ケアラー団体との連携と支援
- ≫ 専門職業団体等との連携促進・普及啓発
- ≫ 介護者の負担軽減
- ≫ 感染症禍における介護者支援

「積極的な情報提供」を行うために・・・

- ・ケアラーの集い場に参加したくても忙しい、疲れている等の理由で参加できないケアラー
- ・どこにも誰にも相談せず介護で孤立しているケアラー

⇒ 周囲に相談せず居場所等に参加せず孤立しているケアラーに、助けが必要だと気が付いてもらい、助けを求めてもらいたい。その一歩を踏み出せる「きっかけになるもの」を作りたい。

「調布市版ケアラーサポートブック」作成 に向けた情報収集

◆ケアラー支援団体 学習会・意見交換会の実施

2021(令和3)年8月27日 19人参加 (包括職員、ケアラー団体、医療機関、市民)

- ・NPO法人UPTREE代表 阿久津美栄子氏の講演
- ・「調布市版ケアラー手帳」作成に向けた意見交換、グループワーク



◆ケアラー支援グループからのアドバイス

- ・「大丈夫だよ」というイメージのもの
- ・文字はできるだけ大きく
- ・文章にすると難しくなるため、図や絵にしてわかりやすくする
- ・「なぜ今ケアラー支援が必要なのか」ということを入れた方がよい
- ・ネガティブな言葉は入れないで



「調布市版ケアラーサポートブック」の内容

【コンセプト】

『ケアする日常が当たり前で自身がケアラーであることや、サポートが必要であることに気づいていない人に手に取ってもらい、気持ちが楽になるもの』

【内容】

- ・ケアラーかもしれないあなたへ大事にしてほしいこと
- ・ケアラー支援の必要性について
- ・ケアラーとは？
- ・自分の気持ちを知る
- ・先輩ケアラーからのメッセージ
- ・地域の相談機関



「調布市版ケアラーサポートブック」の完成 (令和5年3月)

【配布先】

- ・調布市内地域包括支援センター、ケアラー支援団体、調布市役所、社会福祉協議会、居宅介護支援事業所などに配架
- ・民生児童委員・薬剤師会・市議会議員に配布

【配布状況】

- ・R5年8月末現在、1470部配布
- ・2版が完成(情報欄にヤングケアラーコーディネーター・すこやかを追記)

【広報先】

- ・市報 (6月5日号)
- ・ちょうふFM「ちょうふの福祉調べ隊」(7月4日OA)
- ・朝日新聞(6月8日号多摩版)
- ・読売新聞(6月初旬)
- ・都政新聞(6月20日号)



「調布市版ケアラーサポートブック」を 手にした方からの声



Aさん

両親を遠距離介護中。

サポートブックを見て、「一人ではないんだと思えて嬉しかった」

Bさん

民生委員。元ケアラー。新聞を見て、サポートブックの存在を知る。これから何が出来るか考える一冊に…

②

ケアラーが
経験を活かして関われる
「活動のサポート」

ケアラーサポーター養成講座の開催 (令和4年度～)

【目的】

ケアラーをサポートできる人を増やし、ケアラー支援グループを支える一員やケアラー支援を一緒に考える一員となること

【内容】

ケアラー支援のための情報提供やケアラーの視点に立つことの大切さ、ケアラーの想いを聞き出すための関係性づくりのポイントなどを通してケアラーの理解を深める

【R5年度の予定】

東京都長寿医療センター研究所・涌井智子氏に講師依頼

R6年2月2日(金) 介護をになう家族のことを知り、支援提供の難しさを理解する

9日(金) 介護をになう家族の話を聴く～信頼に基づいた関係性づくりのポイント～

16日(金) 市内ケアラー団体の紹介と交流



介護技術講座の開催

【内容】

家族介護者に対し、自宅における様々な介護場面で安心して臨めるよう、介護専門職から、基本の介護技術や排泄ケア等について実技を交えながら講義し、コツを伝え自宅での介護をより安心して行えるようポイントを伝えていく

【今年度の取り組み】

①R5年5月30日(火) 西部地域福祉センターにて開催

参加者 10名

福祉用具ひまわり館の協力を得て実施

②R5年9月3日(日) 入間町地域密着型認知症デイサービス ぷちぽあんにて開催



③

ケアラーが望む生活を
我慢しなくてもよい「環境づくり」

ヤングケアラーコーディネーターの配置

【ヤングケアラーとは】

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子どものこと

【課題】

ヤングケアラーは、家庭内のデリケートな問題であること、本人や家族に自覚がないといった理由から、支援が必要であっても表面化しにくい構造となっている

【役割】

ヤングケアラーを早期に発見し、必要に応じて適切な窓口や支援サービスに繋げる子ども家庭支援センター、関係機関と連携しながら、組織横断的に対応していく

【取組】

- ・「すこやか」から、市内のヤングケアラー15ケースを引継ぎ
- ・学校、居宅介護支援事業所等、地域包括支援センター等への広報活動

ケアラー相談支援事業

令和
5年度

◆相談できる手段を多様化し、ニーズを把握する

→時間や場所を選ばず気軽に相談できる

◆当事者，サポーターを支援につなげる

→公社では，当事者だけでなく，サポーター（支援者）の後方支援
側面的支援を行い，**孤立しない**地域づくりを目指しています。

右記2次元コードから相談→メールで返信
場合によっては，対面・電話・オンラインでの対応も行う。



家族会

調布市国領高齢者在宅サービスセンターとデイサービスぷちぽあんにて、それぞれ年2回ずつ開催。

【内容】

家族介護者の懇談会。介護情報の提供，
介護技術の習得の場の提供。



ご清聴ありがとうございました