

福山市地域包括支援センター引野

ご 連 絡



★地域活動★

2021年夏号を振り返ると、体操再開直後に新型コロナウイルス感染拡大し事業を休止し再開の見込がたず寂しい状況にあると記していました。1年が経過し、感染予防対策が必要とはいえ、事業が開催できていることを嬉しく思っています。

《健康作り体操》 コロナ感染予防対策のため時間短縮で継続中
開催日時と会場… 毎月第2火曜日 10時半～11時 (大門公民館)
第2木曜日 10時半～11時 (緑陽台町内会館)
第3火曜日 10時半～11時 (長浜公民館)
第3木曜日 10時半～11時 (引野県営住宅集会所)
第4月曜日 9時45分～11時半 (野々浜公民館) 2部制
第4木曜日 10時半～11時 (引野公民館)

**体操時間は、概ね45分程度です。転びにくい身体づくりを目標に、ゴムバンドで緩やかな負荷をかけゆっくりとした運動に取り組んでいます。

上半身、下半身と身体全体を動かしますが、座ってできる運動が中心なので、身体状況や体調に合わせて自分で運動調整ができます。

会場によって参加人数は異なりますが、ソーシャルディスタンスに配慮し職員を含めて13名～15名を目安に参加者を募集し、ご希望が多い会場では1部2部に時間を分けて開催しています。会場毎に雰囲気も違い、地域性が感じられます。

これからの季節暑くなりますので、参加される際は、タオルと飲み物をお忘れのない様にご準備ください。*

《オレンジリングカフェぷらちな》

毎月第1月曜日 13時半～14時半 (手城ふれあいプラザ)

認知症についての情報交換や、軽いレクリエーションに参加してリフレッシュしてみませんか…



※ホームページも見て下さいね。『houkatsuhikino.rgr.jp』
『包括引野』で検索して下さい。



2022 年 夏号

編集・発行
福山市地域包括支援センター引野
2022年(令和4年)6月発行

みんなで「共生社会」をつくるためにシリーズ⑬

性別や年齢、障がいの有無に関わらず誰もお互いを理解し支え合える社会を「共生社会」といいます。人権や尊厳を大切に相互に敬いの気持ちを持って生活出来る…そんな毎日が実現したら本当に素晴らしいと思いませんか？このシリーズでは様々な人が分け隔てなく暮らしていける社会になるよう、みんなで一緒に考えていけたらと思っています。(今号では「ヤングケアラー」について記事にしました。)

【ヤングケアラーとは？】

法令上の定義はありませんが、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や責任を引き受け、家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもとされています。また一般社団法人日本ケアラー連盟は、18歳～30歳代までのケアラーを「若者ケアラー」と定義しています。手伝いの域を超える過度なケアが長期間続くと、心身に不調をきたしたり学校生活への影響も大きく、本来なら享受できたはずの、勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、将来に思いを巡らせる時間、友人との他愛ない時間…これらの「子どもとしての時間」と引き換えに、家事や家族の世話をしていることがあります。

【ヤングケアラーになる原因】

ヤングケアラーが生まれてしまう背景の一つに、介護を担う人手が家族内にいない事が挙げられます。三世帯同居率の低下、専業主婦世帯の減少、ひとり親家庭の増加等から家庭内にケアを担う事ができる大人がおらず、必然的に子どもが引き受ける結果になっています。また保護者が働けない状況だと経済的な厳しさを抱える事になり施設への入居、入院といった選択がしにくいこともヤングケアラーを生む原因と考えられます。



【ヤングケアラーが直面する問題】

子どもたちに下記のような影響が出る可能性があります。

- ・学業への影響…遅刻、早退、欠席が増える。勉強の時間が取れない。
- ・就職への影響…自分でできると思う仕事の範囲を狭めて考えてしまう。自分のやってきたことをアピールできない等。
- ・友人関係への影響…友人等とコミュニケーションを取れる時間が少ない等。



【まとめ】

最近よく耳にする「ヤングケアラー」という言葉。子どもが家事や家族の世話をすることが普通のことと思われるかもしれませんが、もしかしたらその背景には他の人には相談できない、頼れないという思い、現状が隠されているかもしれません。また当事者自身もその現状に気付いていないこともあります。退学や成績不振の背景にもこのような問題が潜んでいる可能性があります。周囲が早期に気付くためにはまずはヤングケアラーについての現状を知り、理解していく事が第一歩です。

○ヤングケアラーに関する相談窓口(児童相談所相談専用ダイヤル):0120-189-783

○高齢者や介護保険サービスに関するご相談は各地域包括支援センターまで。

※参考:厚生労働省ホームページ