

ナイスケアだより

第165号
令和8年2月発行

ワーキングケアラーという言葉をご存じでしょうか。働きながら家族や親族の介護・看護に従事する人のことです。介護・看護と仕事の両立は、負担が重く体力や精神的な疲労があり離職に繋がってしまうケースがあります。私自身も仕事をしながら両親の介護を行いました。両立が上手にできませんでした。

昨年11月に新宿区でワーキングケアラーを対象としたケアラーセンターがオープンしました。ケアラーセンターはイギリスが発祥の地で法律に基づき、相談、交流、レスパイト、就労など多岐に渡り支援をします。日本でも同様のモデル事業を実施することになりました。

2月15日に「ケアマネジャーの視点から介護サービスの上手な使い方」について、ケアラーセンターサロンの講話を依頼されました。講話を交え専門職、ご家族とランチを食べながらリラックスした雰囲気意見交換を行いました。介護と仕事を両立するうえで時間を上手に使い、いかに有効なサービスを組み合わせて利用するかなど貴重なお話を聞くことができ私自身大変勉強になりました。

介護保険のフォーマルなサービスだけでなくケアラーセンターのような気軽に立ち寄り相談できる場があることは地域の貴重な財産です。仕事と介護の両立をされ困ったことがありましたらお気軽にお立ち寄りください。



有限会社ナイスケア 代表取締役 塩川 隆史

～4年に一度の祭典～

寒い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？いよいよ今月からイタリアのミラノ/コルティナ・ダンペッツォで冬季オリンピックが開催され、様々な種目で日本代表選手が躍動する姿が見れることを期待して、ワクワクしています。

たった一瞬の為に4年という時間をかけられるアスリートの方の精神力や忍耐力、そして国からのメダルの期待を背負ったプレッシャーは計り知れないですね。どの国の選手も頑張っていると思います。

又、翌月にはWBCの予選が各地で始まります。日本が世界に誇る野球の大谷翔平選手も出場されるので、注目している方も多いと思います。WBC連覇をかけて強豪との対戦が今から楽しみです。

スポーツをするにはまだまだ寒かったり、家にこもりたくなる様な陽気が続いていますが、少しでも外に出て、この寒さを楽しめるような工夫があればいいですね。僕は寒い中出かけて、友人と飲む熱燗が寒さを我慢して出かけて良かったと思える瞬間です。

体調には気を付けて、冬を楽しんでみてください。

大滝 秀幸

ホームページ <https://nicescare.co.jp/>