

介護のとびら

問い合わせ先
地域包括支援センター 電話(31)25110

「介護」と向き合うために

「男性介護者の心得5カ条」から「老老介護」を考える

今後ますます増える「老老介護」

町内の65歳以上の高齢者の3割は「ひとり暮らし」が「高齢者2人世帯」です。高齢者が高齢者を介護する「老老介護」も介護の課題になっています。

介護と「高齢者虐待」の関係

家族に介護が必要になった時、責任感や愛情が強い方ほど「私が面倒を見なければ」と思い、頑張りすぎてしまう傾向にあります。(特に男性介護者)

しかし、疲れがたまったり思いどおりにならないことが重なると、暴言や暴力を振るうなどの「高齢者虐待」に発展してしまうことが現実にあります。

男性介護者の特徴

1. 介護を抱え込む↓完璧を目指す。
2. 介護サービスにも安心して委ねられない↓人に頼ることに慣れていない。
3. 地域住民との関わりが薄い↓仕事一筋付き合いは妻任せ。
4. 家事の負担が大きい↓今までは妻
5. 配偶者と一心同体になりやすい↓

夫⇨自分のものは妻のもの、妻のものは自分のもの

妻⇨自分のものは自分のもの、夫のものも自分のもの(注:すべての妻に当てはまるとは限りません。)

6. 人に任せられない↓「迷惑をかけたくない」という思いや責任感から。

(参考) 「男性介護者の心得5カ条」

1. 自分の時間と健康を大切に
2. 老いを受け入れる
3. 頼る勇気をもつ
4. 自分だけではない
5. 完璧な介護はない

もちろん、女性や若い世代の介護者にも言えることです。百点満点の介護を目指すのではなく、今できる事をできる範囲です。介護を心がけていきたいものです。また、限界を感じた時は施設への入所も選択肢のひとつです。人によって、家族によって、抱えている事情はさまざまです。高齢者その人と介護者にとってよりよい選択肢は何か、それを大切にしたいものです。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



中学校の生徒たちが毎年、御代田町役場に「エコ石鹸」の販売に来ています。この活動は、今年で8年目を迎えるとのこと、生徒会が中心になって給食委員会や保健委員会で取り組んでいるそうです。「エコ石鹸」は、学校の給食室で出た、てんぷら油の廃油を再利用して作っており、販売活動とおして地域の皆さまに自分たちのエコ活動を発信していきたいという目的で始められました。

今年は300個ほどを作成して、1個100円で町役場、西友御代田店、ツルヤ御代田店、中学校、エコーみよたでの展示販売などで、約3万円の売り上げでした。この収益金は、地域のために使おうということで、今年の計画はハートピアみよたへ歩行器等を贈ること、宅老所きくちゃん家が希望するものを贈る予定だという話です。とても立派な活動です。子どもたちのこうした優れた活動を、地域の皆さんとともに応援していきたいと思えます。



町長直通

ご意見をお気軽におよせください。
ファックス 32-3141 メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp



K O M O R O 小諸市

<http://www.city.komoro.nagano.jp/>



みんな
男女で
参画

いきいきトークこもろ

～誰もが輝く明日へ～

テレビアニメ「サザエさん」のマスオさん、
「それいけアンパンマン」のジャムおじさんの声優として有名な、
増岡弘さんが小諸に来ます！

- ◆日時 11月7日(日) 午後12時～3時30分
 - ◆会場 ベルウィンこもろ 3階虹のホール ※入場無料
 - ◆講演 「マスオさんの男女共同参画のすすめ」
 - ◆講師 ^{ますおか ひろし} 増岡 弘さん(声優・俳優)
 - ◆主催 小諸女性ネット 小諸市
- ※託児(要予約)、手話通訳あり
申し込み・問い合わせ先
小諸市人権センター 電話 (23)5521 FAX (23)5554



^{ますおか ひろし}
増岡 弘さん



軽井沢町 K A R U I Z A W A

<http://www.town.karuizawa.nagano.jp/>



秋風のアンサンブル

第8回 軽井沢町男女共同参画フォーラム

と き 11月13日(土)
午後1時～4時30分(開場午後12時30分)
ところ 軽井沢町 中央公民館



青木裕子氏



小澤章代氏

※入場無料(全席自由席)です。
※就学前のお子さまは託児(要予約)があります。
※手話通訳を行います。

【当日のプログラム】

●朗読会 ～ 注文の多い料理店 ～

<出演者>

青木裕子氏(軽井沢朗読館館長・元NHKアナウンサー)
小澤章代氏(スピネット奏者)

●青木裕子氏 トーク

NHKでの育児休暇取得の経験を通し、仕事と家庭の
両立などについてお話していただきます。

●フラダンス生公演

<出演者・出演団体>

森永光子先生と「軽井沢へ アイナ ナニ エ」

●映画「フラガール」上映

【問い合わせ先】 軽井沢町男女共同参画フォーラム実行委員会事務局(企画課内) (45) 8504