



「三重ぐるり」のコーナーでは、毎月テーマを1つ設け、そのテーマに沿った三重県内の市民活動団体を紹介しています。今月のテーマは【認知症、高齢者福祉、家族介護】。

高齢化社会にまつわる認知症や介護などの課題解決のためにさまざまな活動が行われています。

認知症、高齢者福祉、家族介護などについて取り組んでいる団体の活動を県内各地の市民活動（支援）センターを通して集めました。

## いなべ市在宅介護者家族の会「だいふくの会」

情報提供：みえきた市民活動センター



有志の自主的参加による  
赤い羽根の街頭募金活動

在宅で要介護者を介護している家族が、身近な場所で自主的に集い、家族介護者同士の交流を通じた情報交換および、心身リフレッシュを図り、互いに支え合う活動を行っています。おしゃべり会、生け花や金のわらじ作り、桑名の連鶴の折り紙など、会員同士の絆を高める目的で、おのこの趣味や特技を活かした集まりを企画しています。介護する家族が孤立したり、介護疲れによる悲しい事件が起きないように、「だいふくの会」が開催するこれらの交流会に参加してもらい、在宅で介護をしている家族のストレスが溜まらないように活動しています。また、定期的に介護や病気についての勉強会も開催しています。こうした介護者のための団体は、立ち上げても活動が停滞しやすいと言われていますが、さらなる継続のためにがんばっています。

ひと言PR! 100人居れば100通りの介護があります

☎ 090-7049-4481

## 特定非営利活動法人 四日市在宅介護家族会「街路樹の会」

情報提供：四日市市なやプラザ



2カ月に一回つどいの様子

高齢になれば誰しも住み慣れた自宅で介護を受けたいと願っています。しかし現実には核家族化が進み自宅で介護をしている家族にも高齢化が目立ち「老々介護」「孤独の介護」と称されてさまざまな困難や辛さを抱えています。辛い介護から少しでもゆとりのもてる介護にできないかと設立されたのが「街路樹の会」です。

主たる活動は、在宅介護者とそれを支援する者が2カ月に一回つどい、悩みや辛い思いだけでなく充実感や経験を語りあい介護の方法などを学んだり情報交換もしています。この会が、孤独感や寂しさや気の休まることのない介護の中でひとときリフレッシュできる場になって、同じ思いのものが互いに励ましあい在宅介護を続けていける一助になればよいと考えています。

介護の方法に正解はないと思う、この会の交流を通し介護にはさまざまな思いや考え方があることを知り、自分にできる介護がみつけれられるよう進めていきたいです。

ひと言PR! 「街路樹の会」では、自分の悩み・辛さ・自己嫌悪・・・等、なんでも本音で喋っても大丈夫!どんな思いも会員の皆さんは温かく受け止めてくれます。

〒 510-8034 四日市市大矢知町1141  
☎ 090-3931-3770  
✉ hitomi@m2.cty-net.ne.jp

## 特定非営利活動法人 シルバーサービス憩いの汀

みぎわ

情報提供：津市市民活動センター



設立10周年記念総会パーティでのスタッフ出し物

ひと言PR!

小さな介護事業所が集まり、社団法人小規模ケア研究会を立ち上げました。交流会や初任者研修を行っています。定年退職者やシングルマザーや子育て中のママにも資格を取っていただきたいと考えています。

介護保険の認定を受けた人が、介護を受けるために集まる施設、それが「シルバーサービス憩いの汀」です。お体が不自由でも、認知症があっても、その人らしく穏やかに過ごせる方法はあるはず！を目標に、3つの憩いの汀プログラムがあります。Ⅰは居宅介護支援、通所介護、介護予防通所介護を受ける方に、入浴・お花・体操・コラージュ・音楽療法・マッサージ等を提供し、Ⅱは通所介護と介護なんでも相談室を行い、ゆび編・塗絵など、要介護度、認知症の状態などによって選べたり、必要に応じ個別ケアも実施しています。Ⅲは介護予防通所介護と介護保険外実費宿泊です。介護予防通所介護とは「要介護者になることの予防」を目的としたプログラムです。その他、希望があれば歩行訓練、機能訓練、口腔ケアも行っただけです。毎月1回第4土曜日は生き生きサロン（介護予防）を開催し地域の方々にも開放しています。

〒514-0013 津市海岸町14-20  
☎059-227-4705  
✉zbn23dvpv@za.ztv.ne.jp

## 松阪市老人クラブ連合会

情報提供：松阪市市民活動センター



介護者カフェの様子

ひと言PR!

「介護者カフェ」は、毎月第2木曜の10時30分～15時頃まで、松阪市市民活動センターで開催しています。認知症の介護に関わる人なら、誰でもお越しください。27年度からは会場を旧町単位にすることも検討しています。

いま、高齢者を取り巻く話題のひとつに「老老介護」があります。2013年、介護が必要な65歳以上の高齢者がいる世帯のうち、介護者も65歳以上である「老老介護」世帯の割合が初めて5割を超えました。もちろん松阪も例外ではありません。そんななか、松阪市老人クラブ連合会では、昨年7月から、認知症など家庭内介護に関わる介護者を対象にして、ひとときの憩いと語らいの場を提供しようと「介護者カフェ」を始めました。これは、十万人規模の老人クラブ連合会の事業としては、全国初の試みです。月に1度、定期的で開催しており、介護者は自由に訪れ、お茶やお菓子をつまみながら、思い思いに語り合ったり、情報交換をしたりしています。現在の参加者は女性が多く「介護の悩みを一人で抱え込まないで話し合えてありがたい」「気持ち軽くなった」と語っているそうです。地域で介護をサポートする取り組みとして、今後は開催地を合併前の旧町単位にすることも検討しています。

〒515-0073 松阪市殿町1360番地16  
☎0598-23-3383  
✉matsuroren@sunny.ocn.ne.jp

## 特定非営利活動法人 ケアハウスたんぽぽ

情報提供：東紀州コミュニティデザイン



施設でのガーデニング活動の様子

ひと言PR!

認知症の利用者の中には、施設でのデイサービスを望まず、在宅での介護を希望される方が多くいますが、そんな方が最後の時まで自分の家で生活できる社会を目指し、在宅医療の実現に向けて日々取り組んでいます。

グループホームで認知症の方に携わる中で、「最終的にどんな状態になっても、自分の住み慣れた環境・地域で生活することを支えていきたい」と強く思った経験から、重度の方も含めた要介護者・障がい者、その他手助けを必要とするの方々に対し、地域に根差した介護サービスを行うために立ち上げたのが同法人です。平成14年より訪問介護・居宅介護支援の事業を始め、その後もさまざまな事業を実施してきましたが、特に、平成17年にデイサービス事業を開始したほか、平成24年にはサービス付高齢者向け住宅を開設するなど、地域の利用者の要望に応える形で事業を推進しています。今後も「認知症の人が在宅生活を続けられる介護サービスをいかに提供するか」を同法人の命題とし、自分の家で過ごしたいという利用者の方々の要望をできる限り尊重するとともに、地域と密に寄り添ったサービスを幅広く提供していきます。

〒519-4325 熊野市有馬町山崎前 4520-345  
☎0597-89-3181  
✉tanpopo-kishu-tk@amail.plala.or.jp