

# ほっと通信

発行：釧路市中部北地域包括支援センター  
 釧路市文苑4丁目65番2号ふみぞの東陽ビル TEL36-1233

第191号

## 認知症キッズサポーター養成講座（芦野小4年生・美原小5年生）

認知症地域支援推進員が、芦野小学校4年生（11月25日実施）、美原小学校5年生（12月18日実施）の児童に認知症のお話をしてきました。本題に入る前に、当センターの場所を説明し建物の周囲の写真を見ていただいたところ、沢山の児童が「ここ知ってる!」と、大盛り上がりでした。この事だけでも子供は大人が思っている以上に周りを見ているのだなと感心しました。北海道には希望大使（認知症の本人の方）が3名います。認知症になったからわかることが沢山あり、それらを発信し、認知症ではない人にも理解していただけるよう活動しています。また、その姿をみて多くの認知症の方にも希望をもっていただけるよう、道及び市町村、関係団体が一緒に取り組んでいます。今回は、希望大使の1人である松本健太郎さんのお話しもさせていただきました。（認知症地域支援推進員：盛）

### まとめ

もしも困っている様子の人を見かけたら…  
 声をかけるのはむずかしいので、まわりの大人に知らせて下さい。学校の近くだったら先生に、顔見知りの人だったなら、その家の人や近所の人に知らせて下さい。皆さんの家の人でも良いです。  
 どうかお願いします。



## 須田 弘子様作品展が開催されました！

R7年11月10日～11月21日の期間中、釧路信用金庫 美原支店様にて、レース編みや手芸が得意な須田 弘子様作品展が開催されました。2週間にわたっての開催となり、週ごとに異なる作品を展示し、ご来店された方より、「素晴らしい作品ですね!」

「販売していないのですか?」などのお声が寄せられました。須田様は、「地域の方々が私の作品に興味を持ってくださった事が嬉しいです」と笑顔で話され、喜ばれておりました。このような貴重な機会をご提供して下さった釧路信金 美原支店様、ありがとうございました。

なお、掲載の写真は作品展の最終日の様子で須田様がスタッフをしている、おたっしゅサービスひだまりの会のスタッフと参加者、関係者が集まり記念撮影を行った際の一枚です。

（生活支援コーディネーター：美濃本）



## これからの地域づくりを考える会を開催いたしました！

今年度の地域づくりを考える会は、9月に愛国西部地区、10月に愛国東部地区、7月と12月に美原地区にて開催しました。R6年、釧路市で実施している「おたっしゃサービス」が「健康長寿をのばそう！アワード」で厚生労働大臣 優秀賞を受賞した事を受け、各地域で活動しているおたっしゃサービスの団体の代表者にお越しいただきました。

当日は、活動紹介以外にも実際に活動している「ふまねっと」や「ボッチャ」を体験していただきました。また、地域で手芸を行っている方の作品コーナーを設け、自由に作品をご覧いただく等、各地域の特色を生かした催しとなりました。

アンケートでは、「楽しかったので、地域の方へ勧めたいです」「参加者が生き生きとしており、地域が活性化している様に感じました」といったお声が寄せられました。実際に活動を体験する事で、おたっしゃサービスの活動をより理解していただけたのではないかと思います。今後も、おたっしゃサービスの参加をご希望の方は体験利用も出来ますので、お気軽に地域包括支援センターまで、ご連絡下さい。

(生活支援コーディネーター：美濃本)



ひだまりの会：増谷会長



ゆめくらぶ：斉藤様



系の会：菅原会長



花サークルすずらん：中村会長（左）と高橋様（右）



ふまねっとを体験しています♪

# ヤングケアラーを知ろう

みなさん、ヤングケアラーという言葉をご存知でしょうか？

ヤングケアラーとは、本来大人が担うはずの家事や家族のケアを、日常的に行っている子どもや若者のことです。ヤングケアラーは大人に甘える、勉強に励んで夢を追いかける、友達と時間を忘れて遊ぶなどの子どもらしい時間と引き換えにして、大好きな祖父母、両親、きょうだいを支えています。これは、子どもが子どもらしくある権利が守られていないということです。

R2年に中学生・高校生を対象とした全国調査が実施され、中学2年生で5.7%、全日制高校2年生で4.1%の子どもが日常的にケアをしている家族がいると回答したことからヤングケアラーの実態が明らかとなりました。

ヤングケアラーは家族のケアの影響で「授業中に眠ってしまう」「宿題に取り組めない」「遅刻・早退が多い」「進学に影響がある」など学業への影響や、経済的に余裕がない、大人に子どもらしく甘えることができないなどといった育ち・発育の影響に課題があるとされています。しかし、ヤングケアラーは家庭内の問題であり、外部から見えにくい存在です。特に小学校高学年までは、ケアをしている子ども自身が自分を取り巻く家庭環境に気づけないことが報告されています。子どもや家庭にかかわる教育関係者、児童・介護関係者等周囲の大人たちが、もしかしてと気づくことが大切です。

## みなさんの周りにこんな子ども・若者はいませんか？

- 障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。
- 家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。
- 障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。
- 目が離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。
- アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。
- がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。
- 障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。



## ※気づきのヒント

家庭訪問時等の様子	医療機関・窓口等での様子
○こども・若者が、ケア対象者の介護・介助をしている姿を見かけたことがある	○ケア対象者の病状や家族構成（子とケア対象者のみである等）から、こども・若者にケアの負担がかかっていると懸念される
○こども・若者が、日常的に家事をしている姿を見かけることがある	○こども・若者が、家族の付き添いをしている姿を見かけることがある（平日に学校を休んで付き添いをしている等）
○こども・若者が、常にケア対象者の傍にいる	

（こども家庭庁より転載）

（社会福祉士：伊藤）

## 行政以外の除雪等の業者

	ワンオールワン	(株)北海道環境プロジェクト
電話	68-5150	64-6007
時間	9:00~15:00	9:00~18:00
料金等	お見積り無料。 事前見積り要。	お見積り無料。 年間契約の方が優先となります。大雪の場合は、時間がかかる場合があります。



	リフテなんでも手伝い隊	島屋ゴマサーカス
電話	45-2205	22-7363
時間	10:00~15:00	9:00~18:00
料金等	料金 4,950 円(税込)~ 当日対応はできませんが事前 お見積り(無料)にて応じます。	料金 4,400 円(税込)~ 身体障がいがある方、高齢者が対象。 大雪の場合は数日かかる場合があります。除雪は手 作業で行います。場所によりできない場合があります。

	ベンリワン・ファミリー	ベストサポート
電話	0120-403-383	0120-851-051
時間	9:00~18:00	9:00~18:00
料金等	料金 1 時間以内 15,000 円(税 込)。除雪機で行います。	料金 15,000 円(税込)~ 事前登録要。大雪の場合は、数日かかる場合があります。 除雪機で行います。排雪は要相談。

\*。\*

### こんな時は地域包括支援センターへご相談下さい。

- 介護保険について知りたい、介護の保険の申請がしたい。
- 介護が大変で仕事が手につかない。
- 近所のおばあちゃんが、最近ふとんをたくさん買わされているようだ。
- 近所のおじいちゃんがよく迷子になっているようだ。
- この頃、おばあちゃんの物忘れが増えて困っている。



**相談はすべて無料です！！**

地域包括支援センターは釧路市から委託されている公的な  
相談機関です。市役所に代わって身近な所で相談できます



**地域包括支援センターはあなたの街の相談所です。**

〒085-0063

釧路市文苑4丁目65番2号(ふみその東陽ビル1階)

開設日/月曜~金曜(祝日・市の年末年始の休日を除く)

開設時間/午前9:00~午後5:00 ☎ 0154-36-1233