



タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ1】あなたやあなたの家族・身近な人のケアについて
最近「気になっていること」や「困っていること」

◆気になっていること

- ・お向かいさん、お隣さん高齢で一人暮らし。大丈夫かなあ
- ・親の薬を取りに来るお子さん、どんな生活？
- ・どこに相談すれば良いかわからない人がいる
- ・認知症が徐々に進行している知人の家族がどこまでわかっているのか心配、家族に伝えた方が良いか
- ・見つけてもどうやって繋げたらいいかわからない
- ・困っておられる方をどこに紹介したらいいかわからなかった
- ・「私がやらなきゃ」と思っている人たち。どんな人にどんな制度があるのか、地域の支援は何か
- ・近所にどんな人がいるのか知らない
- ・ケアが必要な人へ声掛けの第一歩　なんて声かけたらいいんだろう・・・。
- ・認知症がある人の介護、体は元気なので、動いてしまう、みんなどうしているんだろう・・・
- ・夕方、近くの公園でおじいさんがイスに座って景色をながめている。しばらくすると自宅へ帰るみたいだが、ちゃんと帰れているのかな？と不安になったことがある。
- ・近所のあの子、やっぱりヤングケアラーなんじゃ・・・　こどもの友達。どこまで介入したらいい？
- ・ケアを受ける側の自尊心を守ること　すべての入り口はココ「自尊心」かも・・・
- ・親も子もケアが必要なお宅は結構ありそう・・・
- ・となりの高齢者さん、行政に頼りたくないといひとりで頑張りすぎている
- ・相談したくてもなかなか打ち明ける勇気がもてない家族さん
- ・自治会に参加しないことで情報が全く伝わらない一人暮らしさん
- ・友人のお家への食事作りをどの程度にすれば良いのか
- ・声かけが善意とならない場合も、障害者の心情を傷つけるかも
- ・認知のおばあちゃんが鍵を持ったままマンション入口でウロウロしている→防犯の心配
- ・詐欺や訪問販売の被害も心配・・・
- ・ケアしている人をケアしたいが、急なときにできないことがない・・・
- ・ヤングケアラーの経験差をどうなくせる？
- ・担任の先生が家庭の状況を知っているか
- ・ご飯はちゃんと食べているかな、宿題する時間あるかな、自分の時間はあるのかな？
- ・支援センターを知ってる？
- ・ケアされる、する人たちのホッとする時間や余暇時間は？



タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ1】あなたやあなたの家族・身近な人のケアについて
最近「気になっていること」や「困っていること」

◆困っていること

- ・近隣との信頼関係(個人情報)の壁)
- ・見守ってくれる周囲の人がいたら……
- ・明石市内に15歳超の医ケアのこどもを受け入れる施設がない(少ない)
- ・15歳の壁。15歳になると、今の病院は卒業。次の病院が見つからない
- ・こども病院を出てから明石市内で受け入れ先がない
- ・明石市民病院や医療センターなどで受け入れ態勢を作ってほしい
- ・両親を亡くしたきょうだい。兄障害
- ・独り暮らしの精神障害の方
- ・ケアする人が倒れたら……
- ・災害時はエレベーターが使えない。避難は諦めている
- ・移動手段がない
- ・本人がケアされている自覚がない⇒自分で全部出来ていると言いはる
- ・家族のケアが必要なため就労できる時間が限られる。じぶんの睡眠時間も少なくなっている
- ・感謝もなにもしてもらえず疲れるのみ
- ・ケアされている側が自分の行動が悪化していることに気づいていない⇒ケアする側の負担が増える
- ・ケアラー側がしんどくなってケア側を虐待してしまう可能性がある
- ・認知症 病院にひとりで行けない 薬がたまりがち
- ・医ケア 保育園 看護師加配△ 時間が短く働きづらい リソース不足
- ・ヤングケアラーにさせないため仕事を制限せざるを得ない
- ・兄弟の手を借りなくて済むようになればいいが、現実はそんなに甘くない
- ・きょうだいの人生を背負わないと思っていた
- ・保育園 医ケア児というだけで7:00-19:00で預かってもらえない
- ・急性期の小児病院が乏しく、神戸や加古川に足を延ばすしかない
- ・小児の往診医、神経内科医がいらない、もしくは少ない
- ・障害福祉課、こども育成室、保健所、行政の療育支援等が縦割り過ぎる
- ・ショートステイもない、神戸・姫路・加西・多可に行くだけで疲れる。レスパイトにならない
- ・医ケア児と一括りにしないで、ケアのレベルに応じた対応を希望したい
- ・装具、交通費、療育、看護支援、リハビリなど、健康児育児と比べて経済的負担が大きい
- ・民生訪問、認知症 女性のときの対応に困る(男性民生委員)
- ・普段の生活で相談できる場所



タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ1】あなたやあなたの家族・身近な人のケアについて
最近「気になっていること」や「困っていること」

◆困っていること

- ・手続きの書類が多い
- ・頼める人がいない 頼めてもずっと気が休まらない
- ・サービス提供の時間は日中限られている 夜間は家族のみ
- ・介護保険でできる範囲が少ない
- ・サービス優先って言われるけど使い勝手が悪い
- ・介護はいつ終わるのかわからないのでケアラーの心身がやられる
- ・睡眠がとれないのが一番困る、夜中のオムツ替え
- ・老障介護の問題 例)キーパーソンの方が精神障害でなかなか事が進まない
- ・親が高齢になりこどもが障害がある→将来の不安
- ・親より体が大きくなって制止できない
- ・仕事と介護の両立どうしよう(時短っていつまで取れる?)
- ・子育て(育児)介護休暇はあるけど障害休暇はない 職場の理解
- ・親の介護で何かあるたびに連絡が入り、仕事ができにくくなること
- ・要介護用支援などの介護度の判定が厳しい、変更申請するのも難しい
- ・変更申請を頼んでも手続きしてくれない(病院2件)
- ・支援したいが家族ではないので詳しいことを知ることができない
- ・ある人がオムツをしているが、オムツ代が高いと言っていた
- ・支援者の人材確保、支援者側の生活 給与 改善
- ・断られることが続いて気持ちが折れる。専門性の高い(質の高い)受け入れ先の確保
- ・レスパイトが必要だけど認めてもらえない。
- ・制度の壁。移動支援 通学・通園も可能にしてほしい。
- ・短期入所の数を増やしてほしい
- ・支援する側として兄弟児支援にも力を入れていただきたい+保護者支援も
- ・認知症カフェに参加したいけど1人では行けない
- ・買い物ができない時がある
- ・母のトイレが心配で眠れない時があった
- ・服のタグを作るのも大変(認知症)



タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ2】こうなったらいいな♪こんなまちにしたい！を実現するために「大切なこと」や「必要なこと」ってなに？

①ケアラーの負担軽減に関すること

- ・医療ケアの多い子どもたちも増えてきて、生活介護事業所を増やしてほしい
- ・医ケア児の保育→看護師必要→時間が限られる→親の就労時間が→看護師2交替？時間を長くできないか？
- ・18歳以降の生活介護事業所が市内にない／(医ケア)があるため
- ・医療的ケアに対する補助がない
- ・いつでもケアを受ける人を預けられる場所(神戸で企画中)
- ・オレンジサポーター 市 草の根でもっと頑張っ
- ・保育士を確保した取り組みのように、社会でケアを担えば社会資源(人)を有用にできる
- ・夜間・休日の受け入れ先 早朝・夜間のサポート
- ・介護者がいても使える家事サービス
- ・訪問看護師さん以外の方で月1回でも訪問していく→その間は家族でおでかけ
- ・心のケアができれば住みやすいかも・・・
- ・心と身体の健康のサポート体制がある地域
- ・補助がない。住宅改修も回数制限有
- ・障害児支援の時短や勤務調整も必要
- ・長時間預けられる事業所を増やすため、8時間利用の加算種類を拡充してほしい
- ・サービスとして存在していても量が足りない
- ・足りてないサービス作って、特別な加算あれば作りやすいのでは
- ・ジャンルを分けるから資源が足りない、今の資源を活かしてちょっとプラス
- ・緊急時のナースコール的な(ケアラーのための)センターがあれば安心感が(夜間も)
- ・移動支援(近所のちょっとした通院)





タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ2】こうなったらいいな♪こんなまちにしたい！を実現するために「大切なこと」や「必要なこと」ってなに？

②相談支援体制に関すること

- ・ケアで悩む→相談先があって→地域、市、みんなで考えるまちづくりを
- ・すぐに相談できる場が欲しい(予約制)
- ・窓口一つですべて教えてほしい
- ・訪問介護やケアラーさんが来られるが、支援を受ける方への対応なので、ケアラーの不安なことなどを相談できる所があればホッとする時間ができる
- ・訪問した時に雑談して帰ってくる
- ・支援者介護者の話を聞いてくれる人
- ・支援をうけて助かっている人もいます これから受ける人が抵抗なく相談できる場所がたくさんできたらいいな
- ・学校に相談相手がいたらいいのに・・・
- ・就学時健診のように市が市民の困り感を能動的にPICKUPできるような施策とか・・・ライフステージごとに
- ・声を上げられない人の声をどう拾う？
- ・困っている人を早く関係機関につなぐ
- ・専門分野の法人(事業所)がネットワークを作り、各分野別のケアラーセンターを作ってはどうか
- ・何かの認定をうけたら、これをやってみようのチェックリスト(行政・民間)
- ・誰でも良いわけじゃない、質の問題
- ・個人情報と上手に付き合う





タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ2】こうなったらいいな♪こんなまちにしたい！を実現するために「大切なこと」や「必要なこと」ってなに？

③当事者交流に関すること

- ・認知症話を聞く 共感するでいい
- ・同じ立場の人と話せる場がほしい
- ・いろんな立場の人と話し合えるところ
- ・多くの世代が交流をもてるようになるといい
- ・周囲の人の様子に気づけるといい「あれ？今日は元気がないなあ・・・」など
- ・障害者・高齢者のつながりを作る
- ・ケアラー同士のピアグループを作って話し合える機会を設定する
- ・ケアラー向けの定期的な研修会(情報弱者にならないために)の実施





タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ2】こうなったらいいな♪こんなまちにしたい！を実現するために「大切なこと」や「必要なこと」ってなに？

④地域とのつながりに関すること

- ・近隣とのつながり オレンジサポーター(自治会でなくても)
- ・薬局の窓口で困っている認知症と思われる人を民生委員に繋いだりする
- ・市民ネットワークを広げてみんなで見守り、支援ができれば
- ・ケアをする人も積極的に地域と関わっていきたい
- ・近所づきあいも希薄になっているので、宅配業者など民間と連携して定期的な訪問ができないかな
- ・障害者支援施設として、もっと地域に協力できることってないのかな？
- ・みんなが少しずつ近くの人々と細くても長く繋がれるようなまち
- ・ひとりひとりの気づき(点)が線になれば良い
- ・コロナ以降お声掛けが難しい関係が、地域に耳を傾けてお互いに知り得るように・・・
- ・情報共有→地域のつながりになる
- ・世代間交流 中学生が高齢者にスマホを教える場→総合学習
- ・地域の中でつながりを自分たちから作ろう 近所の人ちょっとしたサポート 顔が見えるつながり
- ・となり近所ともっと声をかけあえたら・・・つながりができれば・・・(例:防災訓練・認知症カフェ)
- ・そもそもご近所のケアラー情報を知る術がない。ケアマネさんや学校園から情報がほしい
- ・認知症カフェではなく、どの人でも気軽に行けるカフェを作る
- ・カギを預ける親しい人をお願いできないか？他に良い方法がないか？
- ・まちのあちこちに集える、話せる場所がある(選べる)オンラインも





タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ2】こうなったらいいな♪こんなまちにしたい！を実現するために「大切なこと」や「必要なこと」ってなに？

⑤啓発・広報に関すること

- ・ケアラーをまず知ってもらう
- ・早い時期から「ケアラー」を知る、小学校からの教育
- ・介護サービスやヘルパーさんの使い方や情報があれば・・・
- ・差別意識がなくなるように
- ・「家族が見るのが当たり前」がなくなれば
- ・情報がわからない 自ら動かないと届かない 知る機会があるといい
- ・困っている人にどうしたの？大丈夫？と声をかけられるようになりたい
- ・どうしたの？手伝う？の声かけで良い、でも、心配して声かけたらあやしまれた・・・
- ・思っていることを伝えることが自分を守ることになる
- ・こんなことを言って恥ずかしい・・・みんな頑張っているのに自分は・・・と思ってしまう
- ・カラにとじこもらない。自尊心を大切に、支援を受ける側の考え方
- ・困りごとを相談できる人、場所をアピールできれば良いと思います。
- ・支援を自分から求めることも大事
- ・情報アクセスの多様化。掲示板・チラシ
- ・街にどんなサービスがあるのか支援マップを作る
- ・仕事と介護を両立しやすいようにしてほしい





タウンミーティング「みんなで考えるケアラー支援」

【テーマ2】こうなったらいいな♪こんなまちにしたい！を実現するために「大切なこと」や「必要なこと」ってなに？

⑥その他(条例についてなど)

- ・ケアラー支援条例 ケアする人に光をあてる必要な取り組み
- ・「ケアラー支援条例」今年制定を期待しています。
- ・どんな条例を作ろうとしているのか見せてほしい、今の時点で見通しが立たないし……
- ・ケアラー支援条例策定のスケジュールを明確に参加者に説明する

