



# 社協ワーカーだより



福岡市社協キャラクター  
ここと

No. 75 平成30年12月

地域のみなさんや関係機関の方々に向けて社協ワーカー（職員）の動きや  
社協の事業について情報発信するお便りです！！

発行：福岡市社会福祉協議会地域福祉課（Tel.720-5356）  
各区社会福祉協議会

## 介護者のストレスの軽減と仲間づくりのために ～家族介護者のつどいを開催しています～

国連やWHO（世界保健機構）の定義では、高齢化率が21%を超えると「超高齢社会」と言われていますが、今年、日本では全ての都道府県の高齢化率が21%を超えました。福岡市も21.8%（H30.9末現在）と高齢化は着実に進んでおり、それに伴い要介護認定を受ける高齢者数も増えています。要介護高齢者の主な介護者は、6割弱が同居している家族です。福祉サービスを活用していても、介護にかかるストレスを家族の中だけで抱え込んで悩んでいる人、どこに相談をしていいのかわからない人など、地域の中で孤立している家族介護者も少なくありません。

そのため、市・区社会福祉協議会では、校区社協や民生委員、福祉事業所等と協力しながら、校区単位など、より身近な地域での「家族介護者のつどい」の開催支援を行っています。家族介護者のみで互いの情報交換を行う方法や、幅広く参加者を募って啓発も含めた講座を行う方法など、それぞれの地域に合わせた様々なやり方で行っています。

### 家族介護者のつどい開催の主な目的

- ・ 日頃の介護体験の苦労や喜びなどの共有
- ・ 介護者同士の交流、仲間づくり
- ・ 心身のリフレッシュ（介護負担の軽減）
- ・ 福祉サービスや役立つ情報などの共有

など



### 《校区での取り組み例～那珂南校区～》

今まで介護をしていた人、現在介護をしている人、介護に関心がある人など、幅広く声かけをし、介護や高齢者に関する講座や、校区のみなさんから実際の介護体験などの情報交換をする“つどい”を年1回、公民館で開催しています。

介護に関する個人の悩みや不安などを校区全体で考えるきっかけにもなっています。

### 《博多区での取り組み例》

博多区社協では、平成29年度から博多区在住の人を対象につどいを行い、当事者はもちろん、専門機関なども参加しています。介護者からは「1人で抱え込まなくてもいいんだと思えた」「介護への不安が軽くなった」等の感想が寄せられています。

【家族介護者のつどいに関するお問合せ】

西区社会福祉協議会 電話 895 - 3110