

知られていません 「ケアラー」のこと

ケアラーは、子どもから大人まで様々な方がいます。
正しい理解と必要な支援につながってほしい。
あなたの理解がケアラーを助けるかもしれません。
まずは、ケアラーについて知ってみませんか？

ケアラーとは、

家族などの身近な人に対して、
無償で介護、看護、日常生活上の
お世話や援助をしている方です。

ケアラーについて、さらに詳しく知りたい方は裏面へ。
あなたにも何か支援ができるかもしれません。

埼玉県では令和2年3月「埼玉県ケアラー支援条例」を制定しました



ケアラーは特別な存在ではなく、誰もがなりうる身近なことです

誰にも相談できず、孤立している ケアラーがいるかもしれません

ケアラーとは、家族などの身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上のお世話や援助をしている方です。

家族が介護するのは当たり前という状況で、様々な悩みを抱えています。

自身の健康、ケアをしている相手との人間関係、自分の自由な時間がない、仕事のこと…悩みがあっても、人には話しづらようです。



例えば、こんな方が あなたの周りにいませんか？

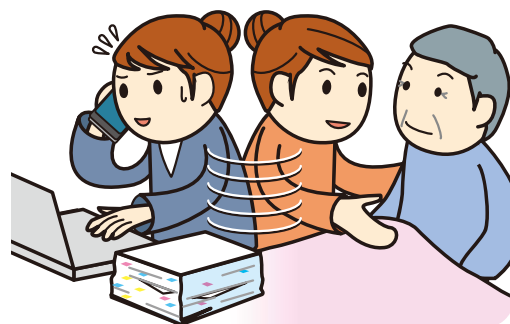
- 健康に不安を抱えながら高齢者を介護している
- 仕事を辞めてひとりで親の介護をしている
- 障害のある子どもの子育て・障害のある人の介護をしている
- 仕事と病気の子どもの看病で自分の時間が持てない

など

孤立しているケアラーがいたら 話を聞いてあげてほしい

家族内の事だからと相談する相手もいなくて悩みを一人で抱え込んでいるかもしれません。社会との関わりも減り、社会的にも心理的にも孤立してしまう事も少なくありません。

あいさつをする、話を聞く。それだけでも気分が楽になることもあると思います。



相談先など

ケアをしている相手が高齢の場合

- ▶ お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

ケアをしている相手に障害がある場合

- ▶ お住まいの市町村にある障害者相談支援事業所など

地域の民生委員・児童委員にも御相談ください。

※ ケアをしている相手が病気・難病、アルコールや薬物等の依存症の場合の相談窓口は、市町村により異なります。詳しくは県ホームページを御確認ください。



問合せ

埼玉県福祉部地域包括ケア課

埼玉県さいたま市浦和区高砂3丁目15番1号

TEL 048(830)3256

E-MAIL a3250-04@pref.saitama.lg.jp

埼玉県 ケアラー支援

検索