



地域の方
向け

「ダブルケア」って知ってますか？

子育てしながら介護??ダブルケアを知ろう!

「ダブルケア」とは一般的に子育てしながら介護をしている状況を表す言葉です。育児や家族の悩みを一人で、家族で抱えていませんか? 「ダブルケア」についてこれから知りたい方もぜひご参加ください。

講師

東 恵子

特定非営利活動法人シャーロックホームズ
理事長

一般社団法人 ダブルケアサポート理事長
横浜市南区在住

夫、息子2人 4人家族
趣味 釣り



日時 2024年1月20日(土)

10:00~12:00

場所 にしとも広場

対象者 興味のある方ならどなたでも

定員 15人

当日のタイムテーブル

10:00~事例・課題説明

11:00~みんなで話してみましよう!



ダブルケアとは?

一般的に『子育てしながら介護をしている状況』を表す言葉ですが、子育てと介護に限らず、家族や親族など親密な関係の中で様々なケアが同時に生じている状態のことを言います。晩婚化や晩産化や兄弟姉妹数の減少などにより、『ダブルケア』の相談が増えてます。自分が『ダブルケア』と気づかないで、一人で頑張っている方もいます。今後もダブルケア世帯の増加が予想されますので、みなさんに知ってもらう必要があります。

取組について

スマイル・ポートでは『ダブルケア』になってもその人らしく生きることができるとして、2023年度は次のような取り組みを実施しています。

1. 専門職向けのダブルケア研修 2023.9.28(木)
2. 地域の方向けのダブルケア講習会 2024.1.20(土)
3. 当事者向けダブルケアカフェ 2023.7.15(土)
2024.2.22(木)

お申込み・お問い合わせ

西区地域子育て支援拠点
スマイル・ポート
045-264-4355



お電話か左の
二次元コードから
お申込みください

