



- 仕事も介護も何とか両立させたい！
- 介護の話ができる仲間がほしいけど、平日昼間だと仕事で参加できない！
- 介護離職したけれど、もう一度、仕事がしたい！
- 地元の「活かた」介護情報がほしい！

## 毎月(原則)第 4 土曜日 11:00~13:30 倉敷駅前のオフィス でお弁当を食べながら、語り合い、相談・勉強をしましょう

仕事をしながらの家族介護がとても大変なことは、私自身、認知症の母(現在要介護 5)の介護で、嫌と言うほど思い知らされました。一方で仕事を続けるのは、経済的にも社会的にも大切です。

介護のことでは孤立しがちな現役世代が、気持ちを和らげる場であり、より良い生活のための勉強ができる場として、岡山在宅介護支援協会さんの協力により、「おかやまワーク・ケア・バランスの会」を立ち上げました。



第 1 回(2014 年 8 月 30 日)の様子です

現役世代の介護家族を主対象として、

- ・仕事のやりくりや労働法
- ・介護保険の上手な使い方
- ・民間の高齢者向けサービス ・メンタルヘルス
- ・お金や法律の問題

などを、個々の困りごとと結びつけながら、参加者どうしの知恵の出し合いや、専門家のアドバイスを通じて、解決に向けて取り組んでいきます。

### 【参加は？】

- ・どなたでも参加できます  
(ただし、内容は現役世代の介護家族が主対象となります)
- ・会費 1 回 1,000 円 (お弁当とお茶菓子付き) 当日集金します
- ・申込方法は、裏面をご覧ください (準備のため、必ず 2 日前までにご連絡をください)

**倉敷の NPO 法人** **30日、初の交流会**

NPO 法人介護ん(倉敷市阿知)が30日、仕事をしながら家族の介護に取り組む人を対象にした初の交流会「おかやまワーク・ケア・バランスの会」を開く。認知症の母親の介護を続ける井上きよみ理事長が「同様の境遇にある人たちが支え合える場」を企画。参加者同士が情報交換したり、専門家のアドバイスを受けたりしながら、介護と仕事の両立を目指す。(鳥越謙一)

東洋でIT研修やコンサルティング会社を経営していた井上理事長は2007年、倉敷市の実家に拠点を移し、仕事を辞め、認知症の母の介護を始めた。だが、肉体的・精神的負担から次第に仕事に復帰できなくなり、10年には事業休止を余儀なくされた。介護仕事を両立させる大変さをもち、理事長は、その後、介護んを立ち上げた。

「学び合う場」に毎月1回、11時~13時(08~430-018)開く。問い合わせは同NPO。

**仕事、介護両立目指そう**

交流会の運営方針について話し合う井上理事長(右)とスタッフ

交流会は、仕事をしながら参加しやすいよう土曜日に設定。第1回は30日(前11時~午後1時半、同NPOで開く)。参加者が介護について知りたいことや悩み事を互いに相談するほか、井上理事長と岡山在宅介護支援協会のスタッフが参加

準備中の状況が山陽新聞(2014年8月28日)に載りました

【お申し込み・お問い合わせ】 NPO 法人 <sup>かいごん</sup> 介護ん (担当：井上、千田)

TEL 086-430-0310 FAX 086-430-2582 E-mail info@kaigon.net  
〒710-0055 岡山県倉敷市阿知 1-7-2 くらしきシティプラザ西ビル 6階 612-2号室