

仕事と介護を両立する秘訣とは

介護の平均期間は4年9か月といわれています。職場によって異なる部分もありますが、介護休業は93日あり、介護・福祉制度やサービス（会社の制度、介護保険、自治体や民間サービス）を利用することもできます。

まずは、介護保険制度や、自治体の介護サービス、相談先、職場の介護休業・介護休業給付金などの介護の基礎知識を身に付けることが必要であり、特に、家族や職場・地域の理解と協力を得ながら、支え合うということが必要です。

参加者との意見交換

介護費用、家族・地域との連携、そして仕事と介護の両立など、これからの時代の介護において、考えなくてはならないことは多々あるものの、共通して言えるのは、どれも日ごろからのコミュニケーションが重



▲意見交換の様子
参加した皆さんで、活発な意見交換が行われました

要であるということですが、その点を踏まえ、グループに分かれて意見交換を行いました。

参加者からの主な意見

○遺産相続など、今後どうしていくかはつきりとしていきたい。
○私自身が誰に看病してもらうのか考えたい。

○夫が地域とのコミュニケーションを取っていないことが心配だ。

○地域の見守りも必要であるし、親世代と子ども世代のコミュニケーションは重要であるから、メールとかではなく、電話で声を聞くとか、直接会って話すなどのことをしていきたい。

○職場でのコミュニケーションをしっかり取って、さまざまな制度を利活用していくことが望ましい。

○職場の中でも研修など、そういう話をするための土壌が必要である。

最後に

自分らしさをなくさずに、仕事を続けながら介護を行うことや、家族や職場、地域で助け合える関係を築くためにも、日々のコミュニケーションが必要であるということが共有されました。

第32回 男女共同参画

フォーラム実行委員募集

男女共同参画に関するフォーラム「女と男、ともに織りなすフォーラムinはむら」の平成28年度の開催に向けて、企画・運営に携わっていただける方を募集します。

※活動は無償で行っていただきます。

活動期間 平成28年4月～平成29年

3月

開催日時 主に平日の午後7時～9時

開催回数 月1回程度

※活動内容などについて詳しくは、問い合わせてください。

申込み・問合せ 3月15日(火)までに、

「住所・氏名・電話番号・メールアドレス」を、電話・ファクスまたは

Eメールで企画政策課企画政策担

当④34へFAX554-2921

✉s10100@city.hamura.tokyo.jp

※電話の受付時間は、土・日曜日を除

く午前8時30分～午後5時です。



▲実行委員会の様子
あなたも企画・運営に携わってみませんか

◆ 現実行委員からのメッセージ ◆

自分のふるさと、ずっと住みたいと思うまち、長年通勤するまちが、こんなだったら嬉しいなど、理想もアイデアも十人十色です。でも、それって誰が叶えてくれるのでしょうか。叶えてもらうのを待つのではなくて、求める当事者たちが主体となって作りあげれば、より理想に近い結果を生み出せるのではないかといいたいから、「まず自分がやってみよう！」と参加したのが、この実行委員会でした。

活動を通じて男女共同参画のビジョンを理解し始め、そして羽村市の市民生活をあらゆる角度から考え見つけるようになり、たくさんの方が参加しました。市民自身が考え、実現に向けて行動する、きっかけ作りの一つが、フォーラムです。

一人ではためらってしまうことも、多様な力を合わせればできることがあります。企画を通じて市民の皆さんに情報提供し、「知らなかった・気がなかった」を反転させていく活動に、「変革・進歩・向上」というやりがいを感じます。ぜひ、一緒に取り組んでみませんか。



中央児童館(金) ☎ 554-4552
 西児童館(火) ☎ 554-7578
 東児童館(金) ☎ 570-7751
 図書館(月) ☎ 554-2280
 ゆとろぎ(月) ☎ 570-0707
 ※()は休みの日

イベント

■西児童館 手作りおもちゃ教室
 『リングブレーン』
 大小2つの紙リングをストローに取り付けてグライダーのように飛ばすおもちゃです。

日時 3月12日(土)
 ①午前10時〜②午後1時〜
対象 幼児〜小学生
参加費 無料

※小学校に入る前の子どもは、保護者ご一緒にご来ください。
参加費 無料
先生 おもちゃ病院 ねじまわし
 ※当日、西児童館へ来てください。
 ※同時に行う「おもちゃの病院」では、おもちゃについてのお話もして

あそび

ます。保護者の方もいっしょに参加してください。

■東児童館 スポーツの日「ライオンクラブをしよう」
日時 3月12日(土)午後2時〜3時
対象 小・中学生
当日、東児童館へ来てください。

■あそびのポケット
 児童館の遊びクリエーターといっしょに手遊びや体を使った遊びなどをします。気軽に参加してください。

日時 午前11時〜11時30分
当日、それぞれの児童館へ来てください。
対象 2さい〜小学校に入る前の子どもとその保護者
参加費 無料

■西児童館
日時 3月9日(木)
中央児童館
日時 3月10日(金)
東児童館
日時 3月15日(火)



みる

■ゆとりぎ 子どもの絵画展

日時 3月13日(日)午前10時30分〜11時30分
入場料 無料
上映作品 はつカネズミキャンプ
 へ行く／空とびジュータン シンドバットの冒険／モチモチの木 (変更の場合あり)

■中央児童館 昼間の月の観測会
日時 3月16日(水)午後4時〜4時30分
対象 小学生〜18さいの方
参加費 無料
 ※雨など天気が悪い場合は、中止します。

■中央児童館 ファミリー天体観測会
日時 3月16日(水)午後7時〜8時
対象 小学生〜18さいの方
 ※中学生までの子どもは、保護者ご一緒にご来ください。

参加費 無料
当日、中央児童館へ来てください。
 ※天気が悪い場合は、中止します。
 中止するかについては当日の午後

きく

3時に決定します。中央児童館に確認してください。

■図書館 おはなし会
 図書館や分室・図書室で行うおはなし会です。楽しいおはなしを用意して待っています。大人の方もぜひ参加してください。

■本館 幼児向け
 大型絵本「はらへこあおむし」などの読み聞かせを行います。
日時 3月12日(土)午前11時〜

■本館 小学生向け
 ストーリーテリング「アナンシと五」などを行います。
日時 3月19日(土)午前11時〜

■小作台図書室「おはなし会
 絵本「まちのいぬといなかのかえる」などの読み聞かせを行います。
日時 3月10日(木)午後3時〜
当日、直接会場へ来てください。

