

長崎シングル介護を 考える会

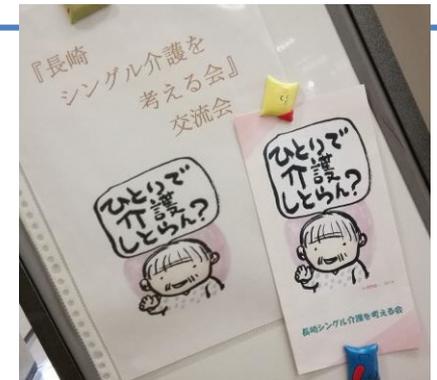
活動地域：長崎市を拠点に活動
主な対象：シングル介護について一緒に考えてくれる人
開催方法：定期的な交流・対話

活動きっかけ

会は2012年、「シングル介護のことを話したい」という思いで集まって今に至ります。介護をする人が安心して相談できたり、自分の状況や気持ちを話せたりする場をずっと継続させています。介護や福祉についての情報もHPで発信しています。「介護する人もされる人も尊重される介護」を目指しています。

活動の内容

- 会の活動の拠点は長崎市内です。定期的に行っている定期交流会には長崎県内各地、また遠隔地からも参加しています。
- 皆さんがゆっくりと話せるよう参加の定員は8名としています。
- 活動は奇数月最終土曜日に街中のカフェ（毎回同じ場所ではありません）で開催しています。新しい開催場所の開拓も楽しみです。
- 会への参加申込は事前申込メールで受け付けています。



介護は、老いていくこと、また病気や障がいなど自分の家族のありのままの姿を受容することから始まります。家族にはともに重ねてきた長い「時間」があり、その過去の姿と、介護が必要になった現在の姿が交差する景色を、家族も受容するプロセスが介護のひとつの側面です。「シングル介護」はその体験が、大きな家族に比べて濃くなるのかもしれませんが。私たちはより良い介護との向き合い方を目指しつつ、私個人の人生も大事にしていくために、集い語り合っています。



参加された方の声

- シンプルな形で参加しやすい
- シングル介護について、他の場所では話せない悩みを共有できる貴重な場であり、特に家族や介護を知らない友人には話しづらい内容も安心して話せる場です。
- 自分自身を大切にしたい気持ちに気づくことが出来た

みなさまへ

この会は、運営者もみなシングル介護の当事者です。運営する側もひとりの参加者として痛みや悩みを分かち合います。家族を介護するときの複雑な感情、痛みを吐露し、またほかの方の話を聴きます。参加して下さる方々が、自分も大事にすることの大切さに気付かれて日常に戻られていくことを応援し続けたいと思っています。

アクセス・連絡先

長崎シングル介護を考える会
(2012年8月発足)

〒850-0022
長崎市馬町21番地1
長崎市市民活動センター内

E-MAIL :
singlekaigo@gmail.com

当会ホームページ :
<http://singlekaigo.jimdo.com/>



ひとり介護 をして
こんな **悩み** を抱えていませんか?

交流会で話して
びませんか?

シングル介護交流会

- ★ シングル介護をしている方
- ★ 今後そうなる可能性のある方
- ★ シングル介護に関心のある方

開催日
隔月(奇数月)
最終土曜日
午後2時~4時

お気軽にご参加ください!
※ 日程は変更する場合がありますので、事前にホームページなどでご確認ください。

このままだと将来が不安
精神的にしんどい
自分の時間が持てずイライラ
誰にも相談できず孤立感を感じてしまう
介護サービスの手続きが分からない
収入面で不安
親との仲がうまくいかない
職場に迷惑をかけてしまう
転職・退職しなければならない

仕事と介護との両立、様々な問題、不安なこと、etc...
問題を抱え込まずにどんなことでも話せる場所を目指しています。

