

地域課題と ポストコロナ時代の 活動について

一般社団法人ダブルケアパートナー
代表理事 杉山仁美

1

ダブルケアとは？

2

私の経験と団体設立への思い

3

現在の活動

4

まとめのお話



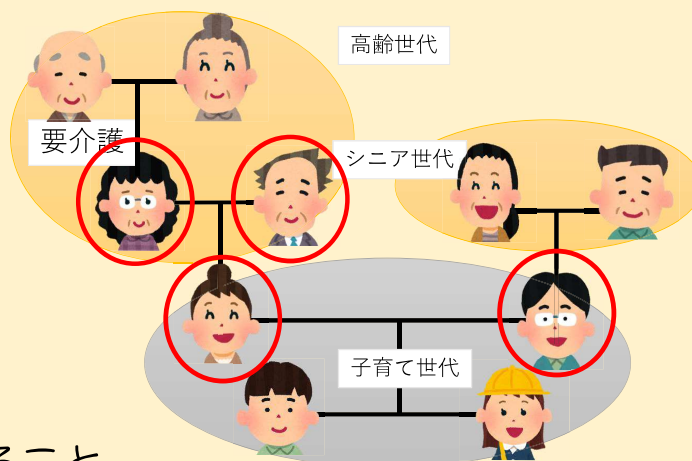
ダブルケアとは

＜一般的には＞
育児と介護が同時期に
起こること

＜広義＞

さまざまなケアが重なること

親のケア×義親のケア、親のケア×配偶者のケア、セルフケア×子育て
障害を持つ兄弟姉妹のケア×子育て などなど



出典 名古屋学院大学 澤田景子

近い将来、ダブルケア人口は
さらに増えていくことが予想されます

第一子出産平均年齢



※第一子出産平均年齢は厚生労働省「平成29年(2017)人口動態統計月報年計(概況)の概況」によります

ダブルケア問題の要因（まとめ）

晩産化
晩婚化

- ・子育て期が遅くなる

高齢化
長寿化

- ・要介護者の増加
- ・介護期間の伸長

少子化
兄弟姉妹数の減少

- ・介護分担
- ・協力者の減少

共働き家庭の増加

- ・女性の役割過多
- ・孫育てニーズの増加



ダブルケアパートナーは、名古屋を拠点としたダブルケア支援のための団体です。
団体メンバーは、現在ダブルケアをしている人だけでなくダブルケア経験者、
またダブルケアへの理解を広めるサポートをしたいと思っている人など様々です。
ダブルケアであっても、家族で楽しく暮らせることはもちろん、自分自身の楽しみや
仕事もあきらめないで暮らせる社会であってほしい。
そんな願いを胸に、ダブルケアカフェやケア活講座などを開催し、みんなで楽しく活動
しています♪



- ・2018年11月に任意団体を設立
- ・2021年4月一般社団法人化
- ・現在スタッフ数14名





＜ダブルケアスタート時の家族構成＞

私、夫（33歳）、長女（3歳）、次女（1歳）、
実父（65歳）、実母（62歳・要介護2→4）

＜ダブルケア歴＞

2014年4月～2021年9月の約7年半

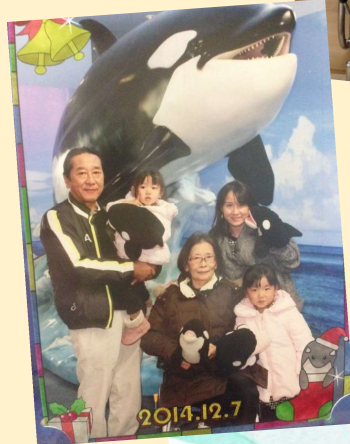
＜主介護者2名の役割分担＞

父・・・日常の身体介護、服薬管理、デイサービスお見送り等

私・・・スケジュール管理・調整、身体介護、身の回りの生活用品準備、
金銭管理、食事、清掃等

2021年11月現在

3歳と1歳の子育て真っ最中に、
突然ダブルケアに・・・



ダブルケア経験者が何を負担に感じているか



第1位は 「精神的にしんどい」 8割
第2位は 「体力的にしんどい」 7割
心身ともに過酷なダブルケア

『育児』と『介護』
ダブルケアについて
みんなで話しませんか？

↓↓ダブルケアって何？と思われた方、是非お読みください↓↓

【ダブルケアって何？】
子育てと親や家族の介護が同時に発生する状態をダブルケアと言います。
晩産化・少子化・高齢化が進行する日本では、ダブルケアは近い将来大きな社会問題になると思います。
予期せず突然にやってくる可能性が誰にでもあるダブルケア問題、みんなで一緒に考えていきませんか？

【どんな人が集まるの？】
現在ダブルケアをしている方、近い将来ダブルケアに直面する可能性のある方、
ダブルケアに関心のある方、ダブルケア経験者の方、などなど。
年齢は問いません、どなたでもお気軽にどうぞ。

【どんなことをするの？】
それぞれのダブルケアの現状についてお話ししたり（このやり場のない思いを聞いてください！）、
必要な情報を交換したり（この制度のおかげで楽になったよ！）、
現在の困りごと等についてみんなで考えたり様々です。
専門の方をお招きして講座などもできたらいいなと思っています。

【場所や会費は？】
参加者が子連れでも集いやすい名古屋市内の施設
（758キッズステーション、名古屋市総合社会福祉会館等）を考えています。
参加費は1回 200円でお茶菓子付きです。

★随時、参加者を募集しております★
興味のある方、まずは下記までご連絡をお願い致します

より良い「介護」と「育児」のために
ダブルケアパートナー
（758キッズステーション登録団体）
（名古屋社会福祉協議会ボランティア登録団体） 協力：一般社団法人ダブルケアサポート

TEL 090-4795-0816（杉山）
MAIL wcarepartner@yahoo.co.jp

仲間がほしい！！

でもどう探せばいい??

どこで集まるの??

ダブルケアカフェ

「育児」+「介護」

しゃべって☆リフレッシュ！

ダブルケアカフェ



◆参加費無料◆

※要事前申込

※参加費無料のご案内はしております。
 下記より、お名前・お住所・お電話番号・ご参加の希望をう。ダブルケアの事務局、事務局の方へご連絡ください。

◇ダブルケアーさんあつまれ～／
 育児と介護が同時進行するダブルケア
 1人で悩んでいませんか？

ダブルケアーさんの不安、困りごと、愚痴など話し合って
 ストレス発散しましょう★

5月14日(金)

10:00～11:30

＠名古屋市熱田区竜館

T456-0051 名古屋熱田区竜館二丁目10番10号
 地下鉄名港線「穴水駅」駅 2分徒歩10分

※参加費無料の場で行われるごじや交際機を「利用ください」
 しては連れてご参加いただけます！
 感染防止のため、飲食はご遠慮ください。
 マスクの着用をお願いします。
 ★焼酎によりオンライン(Zoom)参加となる場合があります★

【共催】
 名古屋市
 熱田区竜館

同日開催！

ダブルケア経験談 リレー講座

5月14日11:30～12:00
 7月16日21:30～22:00

同日、「ダブルケア経験談リレー講座」を開催！
 リレー講座はごにばにばご参加ににります★

詳細はダブルケアパートナーHP、SNSを
 ご覧ください★

ダブルケアーのリアルな体験談を
 ぜひお聞きください。

7月16日(金)

22:00～23:00

＠オンライン(Zoom)/定員15名

※参加費無料の場で行われるごじや交際機を「利用ください」
 しては連れてご参加いただけます！
 感染防止のため、飲食はご遠慮ください。
 マスクの着用をお願いします。
 ★焼酎によりオンライン(Zoom)参加となる場合があります★

ダブルケアーのリアルな体験談を
 ぜひお聞きください。

【参加お申し込み・お問い合わせ】

一般社団法人 ダブルケアパートナー

☎ 090-4795-0816 (杉山)

https://wcarepartner.com

お申込みフォーム

wcarepartner@yahoo.co.jp

協力：名古屋学院大学





対面でのカフェの様子
@ひびのファミリア

(758キッズステーション、熱田児童館、岐阜市、1月にはイオンモール熱田で開催予定)



オンラインでの カフェの様子

- ・2ヶ月に一度の頻度で開催
- ・平均15名前後の参加者
- ・参加者にとってのこころの充電場所

いつかのために今！学ぼう！

ケア活講座

@オンライン

やれた！
それきた！
ダブルケア★

2021年 **2月19日** (金)
21:30~23:00

※ZOOMを使用したオンライン講座です。
スマホ、タブレット、PC等でインターネット環境を整えてご参加ください。

※「ケア活」とは、ケアラーになっても、向かいに自分らしい人生を選択できるよう、
ケアに事前に関える様々な行動・活動のことを指します。

★受講料：テキスト代として440円をお願いします
(ハンドブック300円+送料140円 振込手数料はご負担ください)
既に当団体のハンドブックをご購入済みの方は、重なるご購入は不要です☆

★定員：15名 (要予約・先着順)

- ・ダブルケアとは
- ・経験談
- ・ダブルケア版クロスロードゲーム

講座を終了された方には、
「ケア活パートナー」認定の証として
後日グリーンリングを送付いたします。
東海ろうきんの最定期間内(〜2021.2)
は無料で送付します。



【お申込み方法】

HPの申込みフォーム



<http://wicarepartner.com>
HPの各種ページより講座申込みフォームの
入力をして送信してください。
改めてご連絡を差し上げます。

or

LINE公式アカウント



「ダブルケアパートナー」と検索して
いだとくし！しますの友だち追加
後にメッセージを送ってください。
改めてご連絡を差し上げます。

この講座は、東海ろうきん「NPO養成助成」事業より助成を受けて実施しています

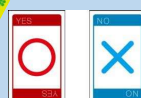
お問合せ

より詳しい「内容」と「日程」のためは
ダブルケアパートナー
(TEL)090-4795-0816 (E-mail) wicarepartner@yahoo.co.jp

ダブルケアパートナー 検索

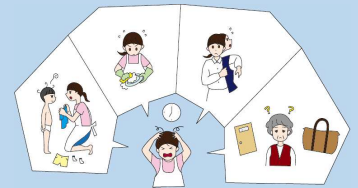
主催：ダブルケアパートナー
協力：名古屋学院大学

ケアに楽しく備えよう！
ケア活講座



ダブルケアお悩み相談

2021.6月～11月、名古屋学院大学と協働で試験的に実施。



ダブルケアカフェでは話せない悩みや、しっかりじっくり聴いてほしいなど、一つ一つの声やニーズを丁寧に拾うことで、孤立してしまうケアラーをなくしたいという思いから開設。

新聞・メディア取材



東海テレビ「ニュースONE」



中京テレビ「ストライク！」

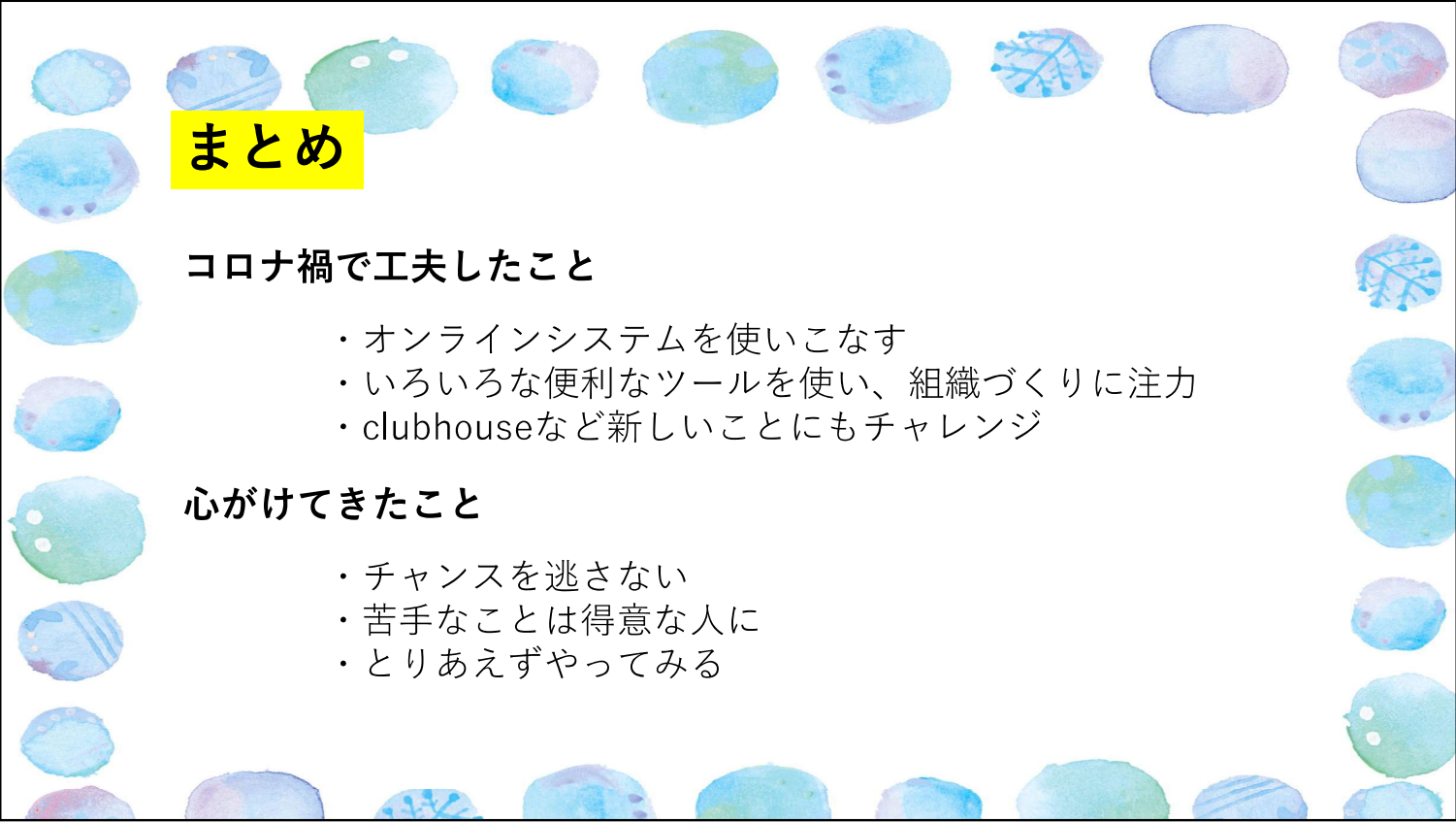


中日新聞



毎日新聞

その他、中京テレビ「キャッチ」年末特番、朝日新聞、読売新聞など。



まとめ

コロナ禍で工夫したこと

- ・ オンラインシステムを使いこなす
- ・ いろいろな便利なツールを使い、組織づくりに注力
- ・ clubhouseなど新しいことにもチャレンジ

心がけてきたこと

- ・ チャンスを逃さない
- ・ 苦手なことは得意な人に
- ・ とりあえずやってみる