

実績報告書

令和5年 3月 30日

(宛先) 富士市長

所在地 [REDACTED]
 報告者 団体名 ケア応援団たんぽぽ
 代表者 村瀬 京
 電話番号 [REDACTED]

令和4年 5月 31日付け 第160号による交付の決定を受けた事業が完了したので、関係書類を添えて次のとおり報告します。

交付決定額	49,768 円			
事業の名称	ダブルケア啓発事業			
事業の目的	「ダブルケア」に関する情報を載せた冊子やチラシを作成し、配布配架により「ダブルケア」が周知され、身近なこととして捉えられるようになる。また、ダブルケアカフェや介護や子育てを支援する方向けに冊子を用いた「ダブルケア講座」を開催することで「ダブルケア」の視点を持った支援が増え、ダブルケア当事者が適切な支援を受けられるようになることが目的である。			
事業の内容	①ダブルケアの状況・実態・相談機関等を載せた冊子やチラシを作成し、配架等で広報をする（チラシはその都度見直しをし、残数を確認しながら修正増版する） ②子育てや介護の専門機関等で、冊子を用いたダブルケア講座の開催。 ③毎月第3土曜日に行っている「ダブルケアカフェ」にて冊子を活用、ダブルケア月間（2月）にはダブルケア講座の開催 ※会員が、介護専門職・ケアマネ・子育て支援専門職・ダブルケア経験者なので、ネットワークの活用・専門分野の視点でアプローチできる			
事業経費	総額	市補助金	自己負担	その他
	49,768 円	49,768 円	0 円	0 円
着手年月日	令和4年 6月 10日			
完了年月日	令和5年 3月 18日			

事業の成果	<p>ダブルケアの理解を深めるためのツールとしての「ダブルケアハンドブック」を作成した。</p> <p>ダブルケアカフェチラシを配布したことで、参加に繋がったり周知が図られた。ダブルケア当事者がカフェに参加することは、状況的になかなか難しいが、支援者の裾野を広げることには寄与できた。</p>
事業の課題	<p>ダブルケアカフェを定期開催した中で、ダブルケア当事者がダブルケアカフェに足を運ぶことの難しさ・参加者を待つだけでは広く周知が図れないことを感じた。今後は更なる事業の展開について検討し、周知拡大を図る必要があると思われる。</p>
当該事業及び団体に係る今後の計画等	<p>(事業) ハンドブックを用いた講座の開催・ダブルケアカフェの周知強化</p> <p>(団体) 子育て関係団体と協働した周知啓発活動</p> <p>子育てや介護支援者との連携・ネットワーク化 会員を増やす</p>
添付書類	<p>・実績報告書・補助事業決算書・補助対象経費の全ての領収書又はレシート の写し・ダブルケア啓発事業報告</p>

ダブルケア啓発事業報告（R4.6.10～R5.3.18）

①ダブルケアハンドブックやチラシを作成し、配架等で広報をする

●ダブルケアチラシ：1,500+1,500+200=3,200枚

- ・富士地区公共機関（介護・子育て担当課・まちづくりセンター・図書館・子育て支援センター・コミュニティ等）に配架
- ・民生委員理事会にてプレゼンし、市内全民生委員に配布
- ・在宅介護者の会にて配布・プレゼン

●ダブルケアハンドブック 300部

関係機関配布 80部 2月カフェ 8部活用



②子育てや介護の専門機関等で、ハンドブックを用いたダブルケア講座の開催。

（ハンドブック完成前の講座なので、チラシやパワーポイントを使った）

- ・富士宮市ケアマネ連絡会 ZOOM 講座 参加者 99名
- ・子育て支援「なやっぽ」ZOOM 講座 参加者 10名
- ・県あざれあ「ダブルケア講座」で県内のダブルケア支援をプレゼン 参加者 16名
- ・いいずみクリニックから講座依頼があったが、コロナ拡大により延期

③毎月第3土曜日に行っている「ダブルケアカフェ」にて冊子を活用、ダブルケア月間（2月）にはダブルケア講座の開催

●ダブルケアカフェ 期間中 10 回開催
参加者計 13 名 スタッフ延べ 36 名
講師 1 名 総延べ数 50 名

ダブルケアカフェ参加者

	参加者	スタッフ	講師	合計
6月18日	1	5		6
7月16日	1	3		4
8月20日	1	4		5
9月17日	3	4		7
10月15日	1	4		5
11月19日	1	3		4
12月17日	0	3		3
1月21日	1	4		5
2月18日	3	4	1	8
3月18日	1	2		3
計	13	36	1	50

民生委員・在宅介護者の会への PR から参加に繋がった方が 2 名
あとは Facebook 等の SNS で知ったり、会のメンバーのお誘いで参加をした方が多かった。

参加者の声「自分がダブルケアであったことを知った」「自分も支援をしたい」など、それぞれに気付きがあったようだ。

カフェでは、資料を配布したりプロジェクターを使ってダブルケアを知ってもらえるように工夫をした。
また、参加者が話せるように配慮をした。



2月18日ダブルケア月間カフェ「ダブルケアハンドブックお披露目会・目指せ！美姿勢」作業療法士の野様をお招きして、姿勢の大切さ・体をほぐす体操をご指導いただいた。隣の部屋で活動をしていた団体にも声を掛けて、楽しくストレッチができた。



④その他

- ・県東部のヤングケアラー支援を行う「ルミナス」がケアを支援する団体として繋がり、お互いの活動で協力し合うことができた。
- ・あざれあダブルケア講座に参加することで、あざれあメッセで団体紹介パネルの展示・あざれあHPへの掲載・情報誌への掲載で、静岡県のダブルケア啓発にも協力できた。

10/6
実施

トビックス事業 男女の自立支援 ダブルケア講座
「育児と介護が重なったとき、あなたはどのようにしますか？」

参加者の感想

- ・ダブルケアの背景や構造がとても良くわかった。併せて体験談やゲームで、自分ごととして落とし込めた。
- ・孤独を感じていたところの受講となり、一人じゃないと思えました。
- ・介護、育児と言っても状況は無数にあり、その時の状況、立場、経済的・精神的な状況により選択が変わるのだと理解した。

担当理事の感想

・ダブルケアの認知度はまだまだ低いですが、参加者の満足度が高く内容は充実していた。

☆富士・富士宮でダブルケア支援団体「ケアラー応援団たんぼぼ」を運営している交流会議会員の村瀬京子さんも講座のなかで静岡県の現状をお話してくださいました。

『ケアラー応援団たんぼぼ』のご紹介

「ケアラー応援団たんぼぼ」の主な活動は「ダブルケアカフェ」。

毎月第3土曜日 10:00～12:00に富士市民活動センターコミュニティで行っています。

ダブルケア当事者の相談や思いを吐き出せる居場所として、また、一般市民や高齢者・子育て家庭等の支援をしている方にダブルケアを知ってもらう場として多くの方に気軽に立ち寄って頂きたいと思っています。

ケアラー応援団たんぼぼ 代表 村瀬京子

あざれあ交流会議
会員情報誌
「アミーチ」
2023.3月号
より抜粋

富士市市民協働スタートアップ補助金活用事業



FREE

ダブルケアカフェに いらっしゃいませ

介護と子育てを頑張っている皆さんのゆったりタイム

OPEN：毎月第3土曜日 10:00～12:00

2023年 1/21・2/18・3/18・4/15・5/20・6/17・7/15・8/19
9/16・10/21・11/18・12/16

富士市民活動センター コミュニティfにて

(富士市吉原2-10-20 ラクロス吉原2階)

お子様連れ・途中入退出OK！ 男性・支援専門職・祖父母の方も歓迎！

子育てと介護を同時に担う人のことを「ダブルケア」といいます。

「介護の話は、ママ友や家族には話しづらい…」 「私さえ頑張れば…でも限界」
という悩みから「ダブルケアって何？」など、自由におしゃべりしましょう。

お問い合わせ

ケアラー応援団たんぽぽ

MAIL：

TEL：



駐車場は「ほんいち
パーキング2」へ
2時間無料になります。

私たちは

「ケアラー応援団たんぽぽ」

です

「ダブルケア」ってなあに？

子育てしながら、親や祖父母または兄弟など家族を無償で介護・サポートをしていることを「ダブルケア」といいます。家庭内のこと・「子育て・介護は嫁がやるべき」といった古くからの文化・他の人には話しにくいということから、なかなか気づかれにくい状況が潜在化しています。



ダブルケアの背景

晩婚化で出産時期が遅くなっている現代、超高齢化を迎える令和7年以降にはダブルケアだけでなく、多重介護と仕事など、ますます負担が増えていくと言われています。同時進行でケアが重くなると、大変さが増し新たな困難が生まれます。そのため、適切なサポートが必要です。



2月はダブルケア月間

全国のダブルケア当事者・支援者が集まって2月2日を「ダブルケアの日」2月をダブルケア月間と決めました。ケアラー応援団たんぽぽも全国の仲間と共に「ダブルケアミニ講座」やマルシェ出店など計画中です。詳細はSNSや下記連絡先でご確認ください。



子育て・介護
ダブルケア月間



2月2日は
ダブルケアの日

「ケアラー応援団たんぽぽ」では
ダブルケア講座・相談を承っております

お問い合わせは…

村瀬京子（子育て支援 社会福祉士）

加藤育世（高齢・地域支援 介護福祉士）

メールアドレス：carerouen.tanpopo@gmail.com





ふじのまちダブルケア支援団体

ケアラー応援団たんぽぽ



Facebook



Instagram

「ダブルケアカフェ」開催中
毎月第3土曜日10:00~12:00
富士市民活動センターコミュニティfにて
ただ今一緒に活動する仲間を募集中です！
ダブルケア講座のご依頼も受け付けております
お気軽にお問い合わせください

このハンドブックは、富士市市民協働
スタートアップ補助金を活用し、作成致しました。

子育てと介護の同時進行「ダブルケア」を知り
みんなで支え合うふじのまちになるように…

ダブルケアハンドブック



ふじのまちダブルケア支援団体

ケアラー応援団たんぽぽ