

介護に備える * 4

川上 由里子さん

ケアコンサルタント

働きながら介護をしようとするとき、誰にも相談できず、

ひとりで悩んでいる人がとても多い。「職場で相談しにくい」という声も、よく聞きます。介護に直面して困ったときに相談でき、協力しあえる体制を整えることが大切です。

働きながら介護をしようとするとき、誰にも相談できず、ひとりで悩んでいる人がとても多い。「職場で相談しにくい」という声も、よく聞きます。介護に直面して困ったときに相談でき、協力しあえる体制を整えることが大切です。

相談し仕事との両立探る

います。働き方に関する相談は会社の人事部門などで対応し、介護の不安や悩み、情報提供については介護の専門家に非公開で相談できる体制があると、利用しやすいでしょう。

もっとも、相談窓口があっても、その存在を社員が知らないということも多々あります。そこで、介護に対する社員の啓発活動として、介護セミナーなどを開催する企業もあります。社員も、介護に直

面していなくても、セミナーに積極的に参加して、介護保険制度や介護休業制度などの基本的な知識、相談窓口などの情報を得るようになりたい。一般の介護相談なら、自治体の地域包括支援センターや介護支え合い電話相談（0120・070・608、社会福祉法人浴風会）を利用しても、介護に悩んだら、ひとりで抱え込まず早めに相談をして、仕事との両立の道を探りましょう。

（おわり）

◆働きながら介護する人に役立つサイト

MY介護の広場

<http://www.my-kaigo.com>

三井不動産ケアデザイン

<http://www.care-design.net>

NPO法人パオッコ

<http://paokko.org>

オヤノコト.net

<http://www.oyanokoto.net/>

介護相談に人事部などで対応している企業が多いかもしれませんが、先進的な企業では、社内に専門の相談窓口を設けたり、社外の相談機関と契約して24時間の対応をしたりして