

すすめよう！男女共同参画

◆仕事と介護の両立を

少子高齢化が進むに伴い、今後は年齢や性別を問わず、働きながら家族の介護に携わる人がますます増加することが予想されます。その中で、本当は働きたいと思っているのに、時間的制約などからやむなく退職を選ぶ人がいると考えられますが、継続的に介護をしていくためには経済的負担がかかります。また、介護を終えた後の人生を視野に入れてみても、経済的基盤は重要です。

介護に直面しても、退職せずに仕事と介護を両立していくためには、職場の理解と協力が必要です。育児・介護休業法により、要介護状態になった家族を介護するための介護休業や、短時間勤務などの両立支援制度もあります。まず職場に相談し、両立支援制度を活用して、仕

事を続けながら介護をしましょう。

◆地域の介護支援体制

介護は、家族だけで行うことが難しい場合があります。精神的なストレスから「介護うつ」や高齢者虐待に発展してしまうこともあります。

地域包括支援センターでは、介護をする家族の負担軽減や要介護者の生活向上のため、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などが中心になって介護に関する相談を受け付け、それぞれの状況にあった介護支援などを行っています。困っていることがあったら、一人で抱え込まずに、気軽にご相談ください。

問合先 地域包括支援センター ☎32-4567、役場企画課
企画調整係（内線212）