



Smile

ケアケア通信

【Vol.15】

発行人：スマイル☆ケアケア事務局

発行日：令和3年4月11日



Yさん：総合病院勤務
小学3年生（8歳）女の子
小学校入学（6歳）男の子
保育園入園（1歳）男の子

新年度を迎えて、働く人や企業はケアにどう備えているか？ （3人目の育休から復帰される看護師ママにインタビュー！）



4月いよいよ新入学の時期ですね。今回は、育休期間を経て4月に仕事復帰されるYさんにお話をお聞きました。

ケ：3人目のお子さんが慣らし保育中とお聞きました。仕事復帰に向けては、いまだどんなお気持ちですか？

Y：3人目の子は、途中入園できなかったこともあり、約2年間の長い育休になったことや、復帰後は職場が変わるので、少しドキドキしています。

ケ：元の職場ではないのですか？最初は教育訓練の体制などあるのですか？

Y：はい、育休前の職場は長かったので、違う職場も経験したいと思い希望しました。最初の3日くらいは先輩について業務を覚えていきます。ペアで仕事をする体制なので、時短勤務の不安もあるのですが心強いです。

ケ：時短勤務でも夜勤などはあるのですか？

Y：フルタイム社員だけでは夜勤が回らないので、時短希望者もできるだけ夜勤に入るようになってきました。

ケ：夜勤の時は、お子さんたちはどうしているのですか？ご主人も夜勤があると聞いていますが。

Y：夫と夜勤の日をなるべく同じ日に取ってその日は、子ども達は実家をお願いしています。

夜勤明けに夫と私2人とも休息が取れるし、夫婦だけでランチをしたり、リフレッシュにもなっています。

ケ：それは、素敵な工夫ですね！ご夫婦の時間も大切にしているのですか。育休復帰を3回経験されていますが違いはありますか？

Y：1回目は、育休から元の職場に戻って仕事ができるか不安だったので、育休も6カ月と短めでした。2回目は、1回目の経験があったので、1年間育休を取って安心して育児にも向かい合い、フルタイムで復帰もしました。そして、3回目は、コロナの影響や途中入園が難しかったこともあり、2年の育休期間となりましたが、結果的に家族の時間がたっぷりと取れました。長女が弟たちを見てくれるようになって余裕もありました。

ケ：お姉ちゃん、頼もしいですね！今後、復帰していく中で、大切にしたいことはありますか？

Y：運動会などの行事が重なったときや習い事の送迎を調整することです。なるべく、子どもの育つ環境も見ておきたいし、やりたいことはやらせてあげたいと思うので、今後も周りや連携してやっていきたいと思っています。

ケ：1人目の仕事復帰の際も、一人で抱え込まずに周りや協力してやっていると言われていましたよね！今後も、育児も仕事も周りを巻き込みながら、ご自身の時間も大事にしてください。本日はありがとうございました。

（後記）子どもたちが楽しそうに学校に行ってくれるのが本当に嬉しいと言われていたYさん。ますます、育児もそして育自（自分の成長）も楽しんで頂きたいと思いました。（インタビュー くら）



ヤングケアラーの支援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携プロジェクトチームが始動！

ケアケア通信でもたびたびお伝えしているヤングケアラーのこと。相談できる人がわからず、孤独になりがちな課題も特集しました。埼玉県で条例ができたこともお伝えしましたが、いよいよ国が動き出します！

もっとも近くにいる大人がヤングケアラーに寄り添う環境が一日も早く整うことをケアケアも注目していきます！



春だより

防災と複合ケア その2

前回に引き続き、関西を中心に各地で親子の防災講座などを展開するNPO法人ママふぁん関西・戎多麻枝さんから育児中の被災についてお聞きました。

「自宅が倒壊などの危険がない場合であれば避難所ではなく、**自宅避難**、もありです。また、障害のある方が避難できる福祉避難所はすぐには立ち上がらないので、**医療的なケア**を要するのであればそれぞれの状態に合わせた対応ができる場所を探しておく必要があります。それぞれ、ケアする対象によって**備えが異なります**。

育児や介護中の被災時の公的支援は、南海トラフ巨大地震など、広域の被災が想定されている場合にはまず求められません。**自分たちで備える**ことが大切です。

災害時の食べ物は、アレルギー一つだったら配給される緊急用の備蓄食料が**食べられない**場合があります。ガスや電気、水などのライフラインが止まってしまった時でも**温かいご飯**が食べられるように、ポリ袋クッキングをお子さんと一緒にやってみるのもいい準備するのは、食材、ポリ袋（高濃度ポリエチレン）お湯を張った鍋、カセットコンロだけ。

ほくせつ親子防災部では動画を作っています。ぜひ参考にしてください。

ところで、食べるのは我慢できても**トイレ**は我慢できないですよね。実は大きな地震の後は排水管の損傷で、トイレも使えない場合が考えられます。更に仮設トイレが設置されてもほとんど和式で妊婦さんやひざが弱い人にはきつい場合もあるので、災害用のトイレをぜひ用意してください。この時、おむつを捨てるときに使う臭いが漏れないビニール袋があると、ごみ収集が再開されるまでのストレスが軽減されますよ」

知っていれば備えられる、親子で考える「**ほくせつ親子防災ノート**」も無料でダウンロードできます。ポリ袋クッキングなどもご紹介していますので、ママふぁんのほくせつ親子防災HPもぜひご覧ください！

<https://oyakobousai.jimdofree.com/>



【編集後記】

皆さま、今月のケアケア通信はいかがでしたでしょうか？今回は、新年度を迎えて企業や働く人がケアにどのように準備していくかを特集しました。防災についても引き続きママふぁん・戎さんにご協力頂きました。

備えあれば憂いなし、と言いますが、備えがあっても簡単に過ぎせない状況はありますよね。ただ、何もしない、よりは絶対にはいいはず。そんな皆様のお役に立てたら幸いです。次号は**5月11日**発行です。お見逃しなく～～！

（持ち回り編集長 みの）

【連絡先】スマイル☆ケアケア事務局 E-mail: smilecarecare@gmail.com

