



暑中お見舞い申し上げます！

夏のお便り

全国に活動拠点を持つダブルケアコンシェルジュのスマイル☆ケアケアは、毎月1回朝8時半からオンラインMTGを行っています。私たちの**ミッション**、そして**パッション**について、何度も何度も対話を重ねてきました。あらためて、私たちスマイル☆ケアケアが推進する「**ダブルケア**」について、皆さん聞いてください！

スマイル☆ケアケアが大切にしているダブルケア



「**ダブルケア**」とは、狭義では育児と介護が同時に行われていることを指します。広義では育児や介護に限らず、育児や介護と配偶者のケア、育児や介護と自分自身のケア、育児や介護と兄弟姉妹のケアなど**複数のケア（多重ケア）**を同時に行う必要があることを指します。

典型的な例としては、育児と介護のダブルケアに代表されますが、私たちスマイル☆ケアケアは、ケアの**多様性**を重視しています。ダブルケア世代は、ケアを担う当事者に「**体の変化**」が現れ始める時期と重なります。妊活・更年期・がんの治療など**自身のケア**と向き合いながらダブルケアを行うケースが増えています。実際はダブルケアにとどまらず、トリプルケア、それ以上のケアを同時進行している人もいます。

ケア当事者の背景は多様であり、**100人いれば100通り**のダブルケアがあるといっても過言ではありません。そこにダブルケアの支援の難しさを感じています。だからこそ私たちスマイル☆ケアケアは、「**多様な個人の支援**」の必要性を痛切に感じ、「**仕事と多様なケアの両立**」を**専門家の立場**で支援していきたいと考えています。

「医療的ケア児支援法」が成立しました！

法律情報

ダブルケアのケアラーの中には、人工呼吸器や胃ろうなどが必要な医療的ケア児に寄り添う家族がいます。昼夜を問わずケアが必要な家族への**負担**は大きく、預け先の保育所の人手不足を理由に利用を断られるなど預け先がみつからないことで、育児休業の延長をせざるをえなかったり、また長時間働くことができずに転職を余儀なくされたりと、仕事とケアの両立に**苦しむ**方がたくさんいます。スマイル☆ケアケアのメンバーは、そんなお話を沢山聞かせていただきました。去る6月11日に成立した「**医療的ケア児支援法**」は、家族の**離職防止**を掲げており、仕事との両立に苦しむ親と子にもは、小さいながらも一歩前進した朗報となりました。支援法では、保育所や学校への看護師の配置や、都道府県に家族らの相談に応じる支援センターの設置を求めています。私たちスマイル☆ケアケアは、**スマイル**でケアに向き合う家族が増えることを願い、仕事とケアの両立を推進するため、当事者の声に寄り添いながら、誰もが働きやすく、働きがいのある職場づくりを熱く、熱く支援していきます。

バスクのチーズケーキの火付け役！カオリーヌ菓子店

編集長のオススメ

持ち回り



何この真っ黒こげは?!と最初は誰もが思います(笑)バスクのチーズケーキはこの焦げが成功の証なのだそうです。新婚時代に夫を日本に残して単身渡仏。チーズ農家での研修、チーズの販売まで学び帰国。日本の**バスクのチーズケーキの火付け役**となった料理研究家の**かのうかおり**さん。先日NHKの【有吉のお金発見 突撃!カネオくん】のチーズ特集には、**チーズのスペシャリスト**として出演されました。3児の母であるかおりさんのお子さんにはアレルギーがあり、**グルテンフリー**のお菓子も数々考案されています。「**クッキーってどんな味?**」というお子さんの言葉に、ケアケアメンバーMは涙しました。毎日の代替給食づくり、家族のケア、そして日本を代表するチーズ研究者として活躍されているかおりさん。ケアケアメンバーMの会社員時代の自慢の同期なのです(笑)私もがんばるぞ〜! カオリーヌ菓子店HP <https://kaorinne.ocnk.net/>

【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?最後は、メンバーの近況をお届けします!ケアラーが健康であることは、ダブルケアと向き合う上で欠かすことができません。「運動・栄養・睡眠」をしっかりとって、コロナ禍2度目の熱い夏をスマイルで乗り越えましょう!(持ち回り編集長M.S.)

みの: 先月下旬、父が老人ホームに入りました。コロナで会えておらず、知恵をしばってお手紙作戦決行します。

ちほ: 家族のケアの中心にいる我ら三姉弟の結束がカナメ!時にはビールで愚痴を洗い流して、またがんばっぺ!

むっちゃん: 朝ヨガ継続中「うさぎのポーズ」がお気に入りです。ポーとした頭も目の腫れもスッキリしますよ!

くらちゃん: 夏バテ防止に梅サワーを仕込みました♪睡眠もしっかりとって仕事も私生活も充実の夏にします!

おかん: 10月から始めた週2回必須のジム通い継続中!忙しいと言い訳せずに暑い夏に負けない熱さ出します!

ミッチー: 和食の合言葉「まごわやさしい」(豆・ごま・海藻・野菜・魚・きのこ・芋)で内側からの健康美を♡

