Smile ケアケア通信【Vol.27】
発行人：スマイル☆ケアケア事務局
発行日：令和4年4月11日

コミュニティ紹介

～ケアを担う人たちに休息を～
九州・大分県「しましまかふぇ」は、走り続けます！！

ダブルケア活動の横のつながりを大切にしたい！ケアケア通信では、ダブルケアに関わる活動をされているコミュニティを不定期で紹介していきます。第１弾は、九州・大分県でダブルケアの啓発活動を行うグループ「しましまかふぇ」さんです。https://www.facebook.com/simasimacafe.oita.kaigo/
「地域に根付く活動を続けていきたい！」という熱い想いを持つ生粋の大分っ子！である代表の佐藤智子さんにお話をうかがいました。

Q：現在のメンバーと活動内容を教えてください。
A：子育て中の女性4人で活動しています。現在、育児と介護が重なっているメンバーもいます。私も、子供が4人（小4、小2、年長、２歳）いて、第３子が生まれた頃に、実母が脳腫瘍になり、3年間のダブルケアを経験しました。「しましまかふぇ」の活動は４年目に入ったところです。昨年10月に自宅（大分市高城西町）の一部を改装して「ケアラーズカフェそらまめ」を開所しました。https://www.instagram.com/broad.beansss/?hl=ja

Q：「ケアラーズカフェそらまめ」をどうして開こうと思ったのですか？
A：ケアラーの人が「いつでも来られる場所」を作りたいと思いました。当事者に「声を上げてね」と言っても、周りにケアをしている人がいることに気づく人がいないと感じています。私もダブルケアをしている時に、“誰かと話したい”と思い行政に相談したのですが、その場所を見つけることができませんでした。

みんなで入浴のお手伝い中

闘病中の実母と仲良く眠る第３子

Q：「しましまかふぇ」のこれからの活動について聞かせてください。
A：「ケアラーズカフェそらまめ」を、気持ちだけでなく体験を共有しあったり、コーヒーを飲みながらひと息ついて肩のチカラを抜いてもらえる場にしていきたいと思います。相談に来た方と行政とをマッチングできるような役割もできたらいいなと思います。また、オンラインでもコミュニティカフェを開催して、ダブルケアをもっともっと周知していきたいです。

☆☆☆