



## ダブルケア月間2023開催中！全国30以上の団体がアクション！

『ダブルケア（育児と介護の同時進行）をもっと多くの人に知ってもらいたい』

『全国のダブルケアの支援の輪をつなげて広げたい』

それを実現するために有志が集まって立ち上がった2月2日「ダブルケアの日」、2月「ダブルケア月間」が今年も開催中です！

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

実行委員会主催のイベントと、全国のダブルケアに関わる団体が主催するアクションが、ずらりと並ぶホームページは壮観。参加団体は36にも及びます。

これらがみんなでそれぞれに持ち場でアクションを繰り広げるのですから、昨年にも増して、より多くの方にダブルケアという言葉や、その周辺に起きる課題、そして解決のためのアクションについて考えるきっかけを届けられることでしょう。

実行委員会は、ラジオ形式での動画配信、ダブルケアカフェ情報交流会を企画。

ダブルケア月間ラジオは、メンバーと素敵なゲストがお喋りする形式で、

- ・日本ケアラー連盟中嶋圭子さんとの「ケアラー支援を考えよう」
- ・NPO法人となりのかいご川内潤さんとの「ビジネスケアラー」
- ・一般社団法人日本ファミリーナビゲーター協会田中美賀子さんとの「夫婦のパートナーシップ」

の予定。ケアラーはどれも唸ってしまうテーマなのではないでしょうか。

また、昨年に引き続き「ダブルケアカフェ&交流情報交換会」も2月27日に開催。

情報が欲しい方も、アクションをしたい方にも、ぜひチェックしていただきたいと思います。

わたしたちスマイル☆ケアケアも、もちろん参加。

昨年は、運動や笑顔、コミュニケーションを思い出してもらうために、ラジオ体操企画を実施しましたが、今年は「ケアケア通信」の情報をピックアップしてSNSなどに投稿する、情報発信強化アクションをさせていただきます！

ケアラーは、忙しく、なかなかタイムリーにコミュニケーションを取れないこともあります。いつでも読める形式で情報を発信させていただくことで、それぞれのタイミングで必要な方に届くことがあると感じています。

みなさんもこの機会に、身近な方々に、ダブルケアという言葉や、ケアする人のケアについて、情報発信アクションをしてみませんか。



## ライフ・ワーク・バランスEXPO東京2023

## イベントレポート

### たくさん「ケアと仕事の両立企業」が表彰！オンラインのダブルケアセミナーも

東京都が主催する、誰もがいきいきと働ける職場環境の実現を目指して企業や従業員みなさんにライフ・ワーク・バランスについて考えていただくイベント「ライフ・ワーク・バランス EXPO東京」がハイブリッド開催されています。

メンバーOCは、3年ぶりに開催される「会場」参加。毎年オンラインではイベントページなどもみていたのですが、会場ではふと目にしたお取り組みが衝撃的だったり、たまたまお話しした方が受賞企業の方でリアルなお話が聞けたり、リアルな会場あってその出会いや偶然に新鮮な喜びを感じました。

さてそこで表彰されていた「令和4年度東京ライフ・ワーク・バランス認定企業」は、勤務されている方々の本当に充実されている様子や、またコロナ前よりも柔軟で多様になったお取り組み事例が印象的でした。ケアと仕事の両立に取り組む企業や個人にとって、こんなお取り組みがあるんだ！という刺激や勇気になると思うので、ご紹介させていただきます。

☆株式会社応用ソフト開発：全社員が就業規則と賞金規定などの作成に関わり、働き方を自ら決め、制度にしていく文化を醸成。業務の細分化やマニュアル化を通じて、技術承継や働きやすさを実現。

☆恒栄電設株式会社：社員の高齢化に合わせて三大疾病に対応する休暇制度を導入。

☆株式会社起業家パートナーズ：19種類の働き方を採用し、自分に合った働き方を選択可能。そもそも、美容と介護の専門資格を持つハイブリッドな専門家がご自宅や施設に訪問して美容サービスを行うという訪問美容事業も先進的であり、顧客にも社員にも強い気持ちでQOLの向上を提供していることが素晴らしいですね。



いかがでしょう。どの事例も、ちょっと驚くほどケアと仕事の両立への配慮があり、でも単なる制度ではなく、そこで働くひとたちがいきいきと働いてそして求めたからこそ生まれてきた取り組みなのだろうなということが、思い描ける内容です。大事なことは日頃からのコミュニケーション。そして関係性に手をかけることだと再確認させられます。

そのほかにもたくさん事例や、ミニセミナーなどはホームページから見ることもできます。ダブルケアのオンラインセミナーも。ご覧いただき、皆さんもぜひ自分の望む働き方について考えてみて下さいね。 <https://lwb-expo-2023.metro.tokyo.lg.jp/index.php>

【編集後記】推し体質のOCH、全体的に推しまくりに、いや推しONLYな記事になってしまった気もするのですが、いかがでしたでしょうか。いや本当はまだもっと推したいことはモリモリあったのです。ダブルケア月間のアクションの中でもこれはおもしろそ〜！とかもって推したかったし、来月発行予定のダブルケア本のこともご紹介したかったし、EXPOの認定企業さんとか、詳しい企業紹介のページとか読み入ってしまうくらい個性的で面白い企業様ばかりで本当なら全社紹介したかったです。どんな通信にする気？ハイ。...ケアケア通信次号は、3月11日発行です。お見逃しなく〜！ 【連絡先】スマイル☆ケアケア事務局 E-mail [smilecarecare@gmail.com](mailto:smilecarecare@gmail.com)