

## 家族の認知症について知りたい・相談したいとき

### 認知症にやさしい集いの場(認知症サロン・カフェ)

認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域の人など、誰もが気軽に参加できる「集いの場」。

**問い合わせ** お近くの地域包括支援センターまで【13ページ参照】

### 公益社団法人 認知症の人と家族の会

全国各地で多くの介護家族が集まり、介護の相談、情報交換、勉強会などを行っている。

**問い合わせ** 兵庫県支部・電話相談(月・金曜10時～16時) TEL 078-360-8477  
<http://www.alzheimer.or.jp/>



### 麦の芽会(認知症患者家族会)

認知症の人と家族が、介護の悩みを話し合い励ましあうボランティアグループ。

**問い合わせ** TEL 079-281-3597



## 男性・女性それぞれの悩みを相談したいとき

### あいめっせ 相談



#### ●男性のための電話相談

シニア産業カウンセラーとキャリアコンサルタントの資格を持つ男性相談員が男性の悩みをお聴きします。

- ・相談時間は、おひとり30分が目安です
- ・相談は無料です(通話料がかかります)
- ・匿名で相談することができます(秘密は厳守します)。

原則、奇数月の第2水曜 16～19時  
開催日時など、詳しくはホームページにて。

**TEL 079-287-0804**  
(予約不要・開催日時要確認)



#### ●女性のための相談室

心やからだ、家族、職場の人間関係など、女性が抱えるさまざまな悩みや問題を、女性相談員がお聴きします。

##### 面接相談(予約制)

面接予約 TEL 079-287-0807

##### 電話相談

TEL 079-287-0801  
相談日時(いずれも12～13時を除く)  
火曜10～16時、水曜・金曜10～18時

※1回の相談時間は40分が目安です。



お問い合わせは 姫路市男女共同参画推進センター TEL 079-287-0803

親兄弟・親族・友人・会社の上司・同僚・介護の先輩・介護の仲間・専門機関…家族の介護がなくなった時、ひとことでも「悩み・不安・愚痴」を打ち明ける相手がいることで、明日の介護への勇気につながります。

## 監修に寄せて

立命館大学 産業社会学部教授 津止 正敏

65歳以上の高齢者は3,500万人を超え、100歳を超える人も7万人。

本当に長生きできる時代になった。でも、不安もある。認知症問題だ。

政府推計によれば、65歳以上の5人に1人、85歳以上の人では実に半数以上が認知症者になるという。

今に来る「その日」に備えておくべきことは？と自問する。

家族だけで抱え込むな。

介護サービスを取り込んだ生活を当たり前とすること。

認知症を恥ずかしいと思うな。

誰もが背負うに違いない加齢による症状だと思うこと。

認知症研究の第一人者長谷川和夫さんが自身認知症であることを

カミングアウトして反響を呼んでいるが、見習いたい。

「未来の介護」への備えだ。

本文でも紹介しているが、もう男女が共に介護を担う時代となっている。

介護サービスを取り込んだ生活は一般化し、

働きながら、子育てしながら、通いながら、という「ながら」介護も圧倒的多数派だ。

「介護のある暮らしがスタンダードとなる社会」

皆の知恵を集め、力を合わせて老後の安心を創ることだ。

監修 津止 正敏 立命館大学 産業社会学部教授 / 男性介護者と支援者の全国ネットワーク事務局長

参考文献 「男の介護」/津止 正敏  
「男性介護者の介護実態と支援の課題」(男性介護者と支援者の全国ネットワーク)  
「仕事と介護両立のポイント あなたが介護離職しないために / 平成 29 年度版」(厚生労働省)

発行元 姫路市 男女共同参画推進課  
〒670-0012 姫路市本町 68 番地 290 イーグレひめじ 3 階  
TEL:079-287-0803 FAX:079-287-0805 MAIL:danjosuishin@city.himeji.lg.jp

無断で複写、転載することをご遠慮ください。