

## 講座実施報告

### 男女共同参画講座

と き 平成 29 年 6 月 28 日 (水)

ところ 今治市大西公民館

テーマ 男性のための介護入門講座

講 師 放射線第一病院リハビリテーション科部長  
谷口 千明 氏

#### 目 的

介護者のうち、夫や息子といった男性介護者は3人に1人といわれているが、介護は女性がするものという考えが根強くある。今から備えるために、男性に介護の実態や基本を学んでいただく。

#### 【内 容】

##### ① 講義

少子高齢化に伴い、男性介護者・老老介護・在宅介護が増加している。男性介護者に多い課題として、仕事と介護の両立・自身の健康問題・家事負担・コミュニケーション不足・助けを求めず抱え込むことなどがある。在宅介護を続けるためには、一人でがんばりすぎず、介護サービスを上手く利用するとともに介護人脈を作ることが大切である。

(相談場所や介護サービスについて説明)

##### ② グループワーク

「介護の大変なところを楽しいことに変えていく」ことについて、グループで話し合った。

##### ③ 実技

褥瘡予防や負担の少ない体の移動の仕方などの実技を行った。

