



ケアラフーるカフェ ケアする人の交流の場所



「ケアする人の居場所です」

ケアニンプラスカフェという名前で始まったケアラフーるカフェは、ケアニン（幅広い意味でケアの仕事する人）障がいのある方、病気を抱えた方、高齢の方をお世話する人）が集まり仲間となる場所です。

「助けてと言えてたら」

運営に携わる石渡さんの廻りには過労で身体を壊してしまった真摯に介護に取り組む介護職の人が何人もいました。そうなる前に助けてと言える場所があれば、仲間いれば、防げるのではと石渡さんの発信を受けて花屋、看護師、元看護士、元介護者家族など、色々な人が「大事な場所」として一緒に運営に携わって

くれるようになりました。コロナ禍の前は、と言ってほる酔いでヨガを酔っ払いヨガをやったり、講師を呼んでの講演会も行っていました。コロナ禍になりズームでのいでした時期もりましたが、今は、対面での交流を再開しています。
「7月26日（火）の講演会へどうぞ」
今回は東京都民生児童委員の早瀬隆昌



さんの講演があります。

早瀬隆昌さんの手記より

自閉スペクトラム症の息子とともに歩む私の生き方をより豊かにしてくれたい

33歳になる私の息子は、自閉症スペクトラム症と知的障害のため、言語コミュニケーション能力はほとんどなく、福祉作業所に通所しています。一方、私は、10年前に、早期退職した後、地域ボランティアとして「サロン 荒木田」（休止中）、障がい者

（児）の保護者との活動の他、認知症者やその家族、孤立した高齢者の支援のための団体「町屋青空テラス」で、園芸活動や認知症カフェなどの活動をしています。また、認知症キャラバンメイトとして「認知症サポーター養成講座」も開催しています。

もし、この自閉症の息子がいなかったら、現在のような充実したハッピーリタイヤ―生活を送っていたらどうか？

地域福祉とは？ 共生社会とは？ 人生100年時代の高齢者の生き方とは？ 息子と歩んできた私の経験をお話して、参加者の皆さんと一緒に考えていければ幸いです。

孤独な時間を過ごし、助けを呼ぶことができずにケアに従事されている方、ケアする人が倒れたらケアされる方も途方にたずなます。



他の方たちの交流で仲間を作ることでも心ゆとりを持って笑顔でケアができると思います。

コロナ禍で感染者数は日々増加しています。感染対策をしっかりと行ってマスク着用して、どなたでも足を運んでぜひご参加ください。

◇ケアラフーるカフェ◇

ケアニンとケアに関わりたい等、ちょっとでも関心のある方なら誰でも参加できます。

日時：毎月第4火曜日19時から

場所：MOMOの小屋 荒川区東尾久6-8-9

（都電荒川線 東尾久三丁目駅下車）

お問い合わせ：080-1198-3617（大竹） 090-1846-0918（石渡）

参加方法：事前予約なし、当日直接いらしてください。

持ち物：飲食物持参可（アルコール可）（お茶は提供）

参加費：300円

