

知っていますか？

ヤングケアラー

ID 778046773 問合せ 児童養育支援室(TEL.22-9918)

ヤングケアラーとは

大人が担うような責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どものことを「ヤングケアラー」と言います。ヤングケアラーが担う家族の介護や世話は、「お手伝い」の枠を超えて家族にとって欠かすことのできない大切な役割となっています。



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている



目の離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている

出典：厚生労働省ホームページ

子どもにどんな影響があるの？

本来なら大人が担うほどの責任や負担の重い家事などを日常的に行っていることから、「遅刻や欠席が多い」「宿題をする時間がない」「友だちと遊ぶ時間がない」など、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。



令和3年度愛知県の実態調査

- 世話をしている家族がいる
小学生:6人に1人
中学生:9人に1人
高校生:14人に1人
- 自分がヤングケアラーに当てはまる:2%
(70%がヤングケアラーという言葉を知らない)
- 世話をしている相手:きょうだい、母親、父親
- 世話の内容:家事、見守り、外出の手伝い

相談窓口

相談は匿名でも受け付けます。
また、保護者を責めることもありません。
適切な支援が受けられるお手伝いをします。

こども未来課児童養育支援室

子育て世代包括支援センター

「近所の子どもから家庭について相談を受けた」
「支援が必要な子どもではないか」など心配なことがあるときはこちら

電話番号 22-9918

受付時間 平日8:30~17:15
(土・日・祝日・年末年始は休み)

児童相談所相談専用ダイヤル

子どもの福祉に関するさまざまな相談はこちら

いちはやく おなやみを
電話番号 0120-189-783
(お近くの児童相談所につながります)

受付時間 24時間(年中無休)

24時間子どもSOSダイヤル

いじめやその他の子どものSOS全般については
こちら

なやみおう
電話番号 0120-0-78310

受付時間 24時間(年中無休)

子どもの人権110番

「いじめ」や虐待など、子どもの人権に関する
相談はこちら

電話番号 0120-007-110

受付時間 平日8:30~17:15
(土・日・祝日・年末年始は休み)

地域の方へ

ひと昔前は、となり同士が互いに心配し合い、
支え合いながら暮らす地域の社会がありました。
そのような中では、家族を支える子どもは「家族
思いの感心な子ども」として、大切にされたかも
しれません。しかし、市内でも核家族やひとり親
家族が増え、となり同士のつながりが以前と比べ
ると希薄になってきています。

そのような中でのヤングケアラーは、頼る人も
なく、相談する相手もなく、家族を支えていく責
任だけを負わされることは少なくありません。こ
のような子どもたちを支援するためには、地域の
皆さんがヤングケアラーに関心を持つこと、周り
の子どもへの気づき、声かけが大切です。

その気づきや声かけが、悩み、苦しみながらも
家族のために頑張っている子どもへの、支援の
第一歩になるかもしれません。

ヤングケアラーの方へ

家族の手伝い・手助けをするのは「ふつうのこ
と」と思うかもしれません。しかし、学校生活に影
響が出たり、こころやからだに不調を感じるほど
の重い負荷がかかっている場合は、少し注意が
必要です。

自分のことや家のことを話すのは勇気がいる
と思います。でも、あなたの話を聞いて、共感し
て、サポートしてくれる人は必ずいます。学校の
先生、スクールカウンセラー、親戚の人、近所の
人、友だちなど、信頼できる相手に相談してみま
しょう。



ヤングケアラーについて
詳しくは厚生労働省HP

いつまでも安心して暮らせるように 認知症を知ろう

ID 788350689 問合せ 高齢者支援課(TEL.23-7688)



もしも、自分の親が認知症になつてしまったらどうしよう。自分自身が認知症になるかもしれない。そもそも認知症ってなに？予防方法はあるの？皆さんも一度は考えたことがあるのではないのでしょうか。認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。身近な病気ととらえ、正しく理解することから始めてみましょう。

9月は
世界アルツハイマー月間

1994年、国際アルツハイマー病協会は世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と定めました。アルツハイマーとは、認知症の1種である「アルツハイマー型認知症」のことです。
新城図書館でアルツハイマーに関する図書の展示を9月1日(休)から10月30日(日)まで行っています。ぜひお立ち寄りください。

「認知症」って
どんな病気？

認知症はさまざまな原因で脳の働きがうまくいけなくなり、記憶・判断力の障害などが起こり、社会生活や対人関係に6カ月以上支障が出ている状態をいいます。

「もの忘れ」と「認知症の記憶障害」の違い

加齢によるもの忘れ

体験の**一部**を忘れる

例) 朝ご飯に何を食べたか思い出せない

- ・もの忘れの自覚がある
- ・物の置き場所を思い出せない
- ・日常生活に支障はない

認知症の記憶障害

体験の**全て**を忘れる

例) 朝ご飯を食べたこと自体を忘れてしまう

- ・もの忘れの自覚がない
- ・置き忘れ、紛失が頻繁にある
- ・日常生活に支障がある

家族や周囲の方へ

認知症になる可能性は誰にでもあります。私たちと同様、認知症を患った方々の心情もさまざまです。また、「認知症の本人は自覚がない」という考えも大きな間違いです。最初に症状に気づき、誰より一番不安になって苦しむのは本人なのです。

認知症の人は理解力などが落ちていくものの、感情面はとても繊細です。温かく見守り、援助を受ければ、自分でできることも増えるでしょう。認知症という病気を理解してさりげなく自然で優しいサポートを心がけましょう。

認知症の人への対応 4つのポイント

- ①視線を合わせ、穏やかな表情で接する
- ②優しい口調で、ゆっくりと聞き取りやすい話し方をする
- ③自尊心を傷つけないようにする
- ④せかさずに行動を見守る



どんな症状があるの？

認知症にはさまざまな種類があります。

最も多いのは「アルツハイマー型認知症」です。症状はもの忘れで発症することが多く、時間や場所が分からない、判断力の低下などが起きます。

「脳血管性認知症」は、脳出血や脳梗塞などが原因で起こります。脳出血などが発生した部位で症状が異なるため、できることとできないことの差が大きいことが特徴です。

「レビー小体型認知症」は手足のふるえ、筋肉の硬直、幻視が特徴です。

「前頭側頭型認知症」は感情

の抑制が効かなくなる、社会のルールが守れなくなるなどの特徴が現れます。

認知症の前段階

認知症のように普段の生活に支障をきたすほどではありませんが、記憶などの能力が低下し、正常とも認知症とも言えない状態のことを「軽度認知障害(MCI)」と言います。

認知症のサインまではいかなくとも、少しだけ加齢によるもの忘れが強いと感じたら、MCIの可能性も考えられます。MCIの特徴は次の3つです。

● 以前と比べてもの忘れなどの認知機能の低下がある

若年性認知症もある

- もの忘れが多い自覚がある
- 日常生活にはそれほど大きな支障はきたしていない

若くても、脳血管障害やアルツハイマー型認知症のために認知症を発症することがあります。65歳未満で発症した認知症を若年性認知症といいます。

予防方法や治療方法はあるの？

アルツハイマー型認知症や、脳血管性認知症は生活習慣病との

関連があるとされています。例えば、野菜、果物、魚介類を多く取り入れたバランスの良い食事を心がけたり、適度な運動や趣味活動を定期的に行うと認知症の予防につながることが分かっています。また、口腔ケアをすることも大切です。

症状が軽い段階で認知症であることに気づき、適切な治療を受ければ、薬で認知症の進行を遅らせたり、一時的な症状や他の治る病気が原因であれば改善したりすることもあります。早期診断と早期治療が大切です。また、心配なことがあれば、家族や身近な人に相談しましょう。

市の取り組み

②人と人をつなぐ場所「結カフェ」

ID 861735656

結カフェは地域の方が誰でも参加でき、認知症の方・家族の方も安心して利用できる場です。認知症地域支援推進員、看護師、保健師などによる認知症に関する相談もできます。

開催場所や開催日時は市ホームページでご確認ください。



◀こののぼりが目印



①認知症ケアパス

ID 312790991

認知症ケアパスとは「認知症の方の状態に応じた適切なサービスの流れ」をまとめたものです。基本的な知識、対応方法、サービスなどが掲載されています。

認知症の家族だけでなく、認知症の方を支える地域の方にも見ていただきたいです。



◀高齢者支援課、各総合支所、地域包括支援センターで配布しています。

③認知症家族の交流会

ID 166241386

介護をしている方同士で情報交換をしたり、日頃の思いや悩みをお話してみませんか。

日 時	原則第2木曜日 午後1時30分～3時30分 毎月の日時は広報ほのかの「お知らせ」に掲載しています。
場 所	新城文化会館304会議室
対 象	認知症の方を介護されている家族。
参 加 費	100円
そ の 他	申込不要。認知症の方本人も一緒に参加もできます。 事前に高齢者支援課へご相談ください。

④認知症サポーター養成講座

ID 965919174

認知症を理解し、認知症の方とその家族を見守る認知症サポーターを養成しています。市内には3,177人の認知症サポーターがいます。
(4月1日現在)



対 象 市内在住・在勤、在学、市内の企業、ボランティア団体など5人以上の団体

申 込 高齢者支援課または地域包括支援センターへ電話でお申し込みください。

そ の 他 講座開催場所の手配をお願いします。

認知症や認知症の方への接し方などを学ぶことができます。

⑤高齢者見守りネットワーク「おかえり結ネット」「どこシル伝言板[®](見守りシール)」

ID 119363258

事前登録した方が行方不明になった際に、電子メールなどで情報を配信し、可能な限り早期発見するためのネットワークです。協力機関・協力者に可能な範囲内で、高齢者の日常的な見守りと行方不明時の協力をお願いしています。

また、事前登録された方には、スマートフォンで撮影すると発見情報が家族にメールで届く「見守りシール」を交付しています。詳しくは広報ほのか8月号をご覧ください。



見守りシールは衣服などに貼って活用します。▶

認知症のこと、介護のことで悩んだら、抱え込まずに相談を

地域包括支援センター TEL.23-6810(月～金曜日8:30～17:00)

高齢者支援課 TEL.23-7688(月～金曜日8:30～17:00)

若年性認知症(65歳以下の方)の相談はこちらを利用できます

若年性認知症コールセンター 0800-100-2707(月～土曜日10:00～15:00)

マイナンバーカードで マイナポイント 第2弾

ID 268517554 問合せ マイナポイントのことは情報政策課(TEL.23-7612)
問合せ マイナンバーカード申請・受け取りのことは市民課(TEL.23-7628)

キャッシュレス
決済サービスで

最大20,000円分の マイナポイントがもらえる!

9月末までに
マイナンバー
カードを申請した
方が対象

マイナンバーカードの
新規取得で
最大5,000円分※

カードを既に取得した
方で、これまでにマイ
ナポイントを取得して
いない方も対象です。



健康保険証としての
利用申込みで
7,500円分

既に健康保険証の
利用申込が済んでい
る方も、ポイント申込
が必要です。



公金受取口座の
登録で
7,500円分

既に公金受取口座
登録が済んでいる
方も、ポイント申込
が必要です。



※チャージまたは買い物金額に
応じてポイントが還元されます。

健康保険証として申し込むと...

就職、転職、引越しをして
も健康保険証としてずっと
使えます。



マイナポータルで特定健
診情報や薬剤情報、医療
情報を見ることができます。



マイナポータルで確定申
告の医療費控除が簡単に
できます。



窓口への書類の持参が不
要になります。



公金受取口座を登録すると...

今後の緊急時の給付金の申請に
おいて、申請書への口座情報の記
載や通帳の写しが不要になります。



「マイナポイント」

マイナポイント事業の詳細・問合せ

■マイナンバー総合フリーダイヤル
0120-95-0178

■マイナポイントサイト
[https://mynumbercard.
point.soumu.go.jp](https://mynumbercard.point.soumu.go.jp)



市役所でポイント申込をサポートします

場 所 市役所本庁舎1階情報カフェ(総合案内付近)

日 時 月～金曜日(祝日を除く)

9:00～17:00

持 ち 物

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーカードの暗証番号(数字4桁)
- ・ポイントを申し込む決済サービスのカードやアプリ
(事前登録が必要なサービスもあります)
- ・通帳やキャッシュカードなどの口座情報が
分かるもの(公金受取口座を登録する方)

マイナンバーカードの申請をお手伝いします

新城地区

本庁舎市民課 マイナンバーカード窓口

平日
8:30～17:15
(祝日を除く)

新城図書館

毎週月・火・金曜日
12:00～16:00
※展示物の都合でお休みの場合
があります。

鳳来地区

鳳来総合支所

9月14日(水)
9月28日(水)
10:00～16:00

土曜日臨時開設 開発センター 生活改善実習室

9月10日(土)
9月24日(土)
10:00～15:30

作手地区

作手総合支所

9月1日(木)
9月15日(木)
10:00～16:00

土曜日臨時開設 つくで交流館 小会議室

9月3日(土)
9月17日(土)
10:00～15:30

- 必ず本人がお越しください。(15歳未満の方・成年被後見人の方は法定代理人が同行)
- 予約は不要です。
- マイナンバーカードの受取案内までには、1カ月～1カ月半かかります。
- 5人以上申請者が集まれば地域へ出向くことも可能ですので、市民課へお問合せください。

持ち物

- 本人確認書類(運転免許証、パスポート、健康保険証など)
- 個人番号カード交付申請書(お持ちの方のみ)
※写真は市職員が撮影します。

