

おきなわ **仕事と介護** 両立サポート協同組合通信

2025
7 月
第25号

働くあなた、介護と仕事の両立に悩んでいるあなた、介護に不安を抱えるあなた、人事担当のあなた。あなたにこそ知って欲しい情報があります!



Contents

「働く介護者」帰省がきっかけになること

独居高齢者（一人暮らしの高齢者）

まだ間に合う！一般向け『はじめての介護講座』

通いの場

今月の表紙

夏に向かい徐々に気温・湿度が上がってきています。熱中症には気を付けてお過ごしください。室内・室外活動を問わず、熱中症アラートを確認しながら適宜水分補給・塩分チャージを行いましょう！しっかりご飯を食べるのも熱中症対策になりますので、忙しくても食事はしっかり摂取しましょう！（記事：中山）





今月のピックアップ

「働く介護者」 帰省がきっかけになること

夏の帰省、ひさしぶりに実家に足を運んだとき、「ちょっと親の様子が違うな…」と感じたことはありませんか？

沖縄県では、離島出身の方が本島で働いたり、本土や九州にご両親が暮らしていたりと、「遠くから見守る介護」がはじまるケースも少なくありません。

久々の帰省で、親の口数が減った、体が細くなった、暮らしぶりに以前と違うところがある。そんなちょっとした気づきが、介護を考えるきっかけになります。

介護は、ちょっとした気づきから始まることが多いのです。「そろそろ準備しておこうかな」という「気づき」が出発点となります。

会社としても、両立の不安に寄り添い、制度や相談窓口を通じてサポートできる体制を整えています。気になることがあれば、どうかひとりで抱え込まず、声をかけてください。この夏が、あなたとご家族にとって素敵な時間となりますように。



書いた人



代表理事
大城五月



今月の個人的なNEWS

先日、企業担当者さまとじっくりお話する時間がありました。契約の背景にある“従業員を想う気持ち”に触れ、改めて丁寧に向き合いたいと感じたひととき。出会いに心から感謝です。一つひとつのご縁を大切に、信頼をかたちにします。

独居高齢者 (一人暮らしの高齢者)

65歳以上の高齢者がいる世帯のうち、1人暮らしの世帯は903万1千世帯と過去最高を更新しています。(厚労省調査)

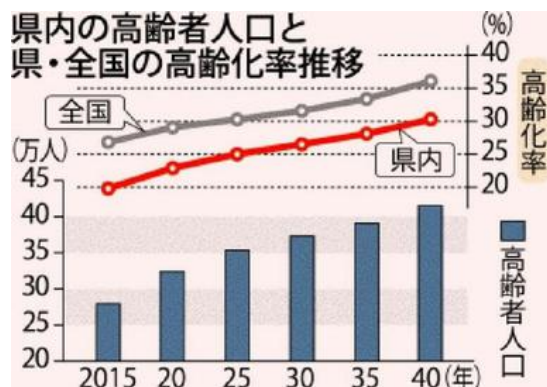
これは高齢者のいる世帯全体の3割を占め、3世帯に1世帯は独居高齢者(1人暮らし)となっています。

独居高齢者は孤独死、経済的問題、健康問題、認知症リスク、詐欺被害などの課題があります。

沖縄県でも2050年(令和32年)まで高齢者が増加し続ける事が見込まれています。

皆様のご家庭ではいかがですか？

コミュニケーションを取りながらご自身の家族環境を確認してみるのも対策の一つとなります。



書いた人



副理事
中山哲郎



今月の個人的なNEWS

独居高齢者さんは、支援者(家族や親族)がいらっしゃる場合が多いですが、完全な単独の方(支援者がいない方)もいらっしゃるのに対応に追われている介護関係者もおり頭を抱えています。心当たりがある人は近隣の包括支援センターへ！

組合メンバーがそれぞれの視点で イチオシな情報を発信します!

まだ間に合う! 一般向け『はじめての介護講座』

以前もご案内したどなたでも参加できる
一般向けの介護講座です♪意外とありそうでない
貴重な機会なので、必要な方はお見逃しなく!

お問合せお申込みはコチラへ

沖縄県介護実習普及センター

TEL: 098 (882) 1484

受講料: 1講座につき1,100円 (税込)

場所: 沖縄県総合福祉センター内

講座内容:

7/30 (水) 13:30~15:30 (2時間)

①学んで備える介護保険

～介護保険制度について知っていますか?

8/6 (水) 13:30~15:30 (2時間)

②介護保険制度を利用した福祉用具の活用方法

8/27 (水) 13:30~15:30 (2時間)

③目からウロコ! 誰でもできる介護技術の基本

9/10 (水) 13:30~15:30 (2時間)

④上手に選んで上手に使う排泄ケアと紙おむつ

9/24 (水) 13:30~15:30 (2時間)

⑤褥瘡予防とスキンケア

10/8 (水) 13:30~15:30 (2時間)

⑥正しい口腔ケアの仕方



書いた人



理事
中松光

今月の個人的なNEWS

先月末に、保育を学んだ学生時代の友人（女性のみ）
たちと20数年ぶりの食事会をしました。思い出話
に花が咲きつつ、話題は自然と親の介護のハナシ
へ…個々人で異なる内容はどれも奥深く、引き込ま
れました。50代前後やることいっぱいです ((笑))



【通いの場】

高齢者を中心とした地域住民が気軽に集まり、
介護予防やフレイル予防などを目的とした活動を行
う場が「**通いの場**」です。私が介護事業以外で
行っている「ROOTS CAFE」も活動を通じて地域の
介護予防の拠点づくりを目指していますが、、
まだまだです(#^^#)

弊社のカフェ以外でも全国各地で、地域の特色
をいかしたさまざまな活動が行われています。体
操教室(運動)や料理教室、グラウンドゴルフとい
った趣味活動等のほか、子ども食堂などと連携
した多世代交流、農作業やスマホ教室などの生涯
学習、就労的活動など盛りだくさんです。こうし
た活動を継続して行うことで、ふれあいを通して
「生きがいがづくり」や「仲間づくり」の輪が広が
っていくことが期待されています。

皆様のお住いの地域はどのような「**通いの場**」
がありますでしょうか?



書いた人



監事
松川浩也

今月の個人的なNEWS

長年腰痛に悩まされていますが、最近すがる思い
で「保険外」の筋膜整体に行ってみました。値段
は高額ですが、施術後はなかなか良い感じです。
今後の経過をまた報告いたしますね♪



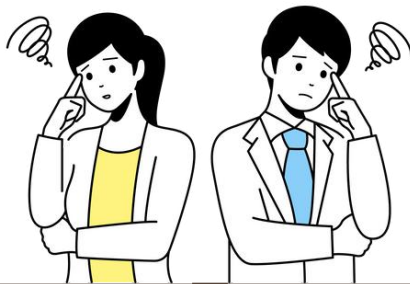
仕事と介護の両立、 こんなお悩みごとは ありませんか？

家族に介護が必要に
なったときに今の職場で
仕事を続けられるか不安

大切な従業員の
突然の介護離職を
防ぎたい

不安なく介護を
両立するために
必要なことが知りたい

従業員から介護の悩みを
相談されているが
具体的に助言できない



おきなわ仕事と介護両立サポート協同組合



その悩み
私たちに
ご相談ください！

監事
松川浩也

代表理事
大城五月

副理事
中山哲郎

理事
中松光

家族介護と仕事の両立に不安がある労働者や、介護を理由とする望まない離職を防ぎたい
経営者等に対して、「仕事と介護の両立」「望まない介護離職防止」をサポートします。

代表理事

名前：大城 五月（おおしろ さつき）
担当：個別面談
（家族介護、キャリアプラン）

- ・産業ケアマネ1級
- ・キャリアコンサルタント
- ・ワークサポートケアマネジャー



副理事

名前：中山 哲郎（なかやま てつろう）
担当：営業、窓口、企業相談役

- ・産業ケアマネ1級
- ・災害支援ケアマネジャー
- ・ワークサポートケアマネジャー



理事

名前：中松 光（なかまつ ひかる）
担当：勉強会講師

- ・産業ケアマネ3級
- ・認知症ケア専門士
- ・介護福祉士



監事

名前：松川 浩也（まつかわ ひろや）
担当：両立アンケート調査
（実態把握調査）

- ・産業ケアマネ3級
- ・主任介護支援専門員
- ・ワークサポートケアマネジャー



組合契約企業さまへ

個別相談、お問い合わせがございましたらお気軽にお申しつけください。



検討中の方へ

企業の状況ヒアリング（仕事と介護の両立に関するアンケート調査）、勉強会、個別相談を提供しております。ぜひお気軽にお問い合わせください。

おきなわ仕事と介護両立サポート協同組合

- 📍 904-2171 沖縄県沖縄市胡屋 7-4-5
- ☎ 098-800-2839
- 📠 098-800-2842
- ✉ info@okinawa-shigotokaigo.com