

んぽん舗

ポツ



231号

2022年11月

[発行元]

石巻市NPO支援オフィス
〒986-0832 宮城県石巻市泉町3丁目1-63
TEL・FAX 0225-23-3641
MAIL : centerishinomaki@gmail.com
http://ishinomakinposhienoffice.jimdo.com/
開館時間：月～金 10:00～20:00
土曜日 10:00～18:00
休館日 日曜・祝日・第四木曜日

毎月25日発行

NPOや市民活動に
役立つ情報をお届けします。
みなさまからの
情報提供もお待ちしております。



ピックアップんぽ

登録番号 244 ライクミー

代表:土屋 愛美さん

ダブルケアとは同時期に介護+子育てなどの複数のケアを担う人。親の介護や、自身の闘病、配偶者の介護など家庭により形は様々です。

【団体設立のきっかけ】

自分自身がダブルケアラーになり、精神的にいっぱいいっぱいになった時、どこに相談したらいいのかわからず、家族が利用していたデイサービス施設の方に相談先を聞いたことがありました。介護をしている人が相談できる場所はなかなか無く、当事者から少し距離を置いてみるしか方法がないのではないかとアドバイスを受けました。

かと言って、行政の相談窓口に通うのは敷居が高く感じ足踏みをしている状態だったので、それならばと、自らの設立を考えました。



ライクミー代表 土屋さん

【活動内容】

まずはダブルケアを知ってもらうチラシを作成しました。内容は多く詰め込み過ぎず、“ダブルケア”“ダブルケアラー”という言葉を知ってもらうことと、ライクミーってどんな団体かを簡潔にまとめています。

それ以外に、今後活動していく上でこういう人たちと関わりを持っていけたらいいなという繋がりを求め、構築に努めています。その中で、9月に東松島市で行われたケアマネージャーさんの研修会にお邪魔し、ダブルケアの説明と、認知症患者と介護者がコロナウイルスに感染した場合の自宅療養マニュアルを配布させていただきました。

【共感の声】

介護や看護、ご自身の闘病+子育てなどの複数のケアを当たり前に頑張っている方の多くは、その日常をオープンにしにくいのだと思います。傍から見ると明るい方も蓋を開けてみたら介護や看護の毎日というケースが多いとも感じます。そんな時、自分と同じような体験をしていて共感してくれる人がいるだけで、孤独じゃないと感じられ、吐き出せるんです。介護している人がつぶれてしまったら終わり、そんな状況になる前に、介護している人に寄り添ったケアができた方がいいなと思います。

【ライクミーのこれから】

いつダブルケアになるかわからない社会状況で、愚痴をこぼしたり、楽しいことを共有する繋がりをつくりたいと思っています。ここに相談すれば、ここに行けば安心という場所をしっかりとつくりたいです。ダブルケアラーの経験がある方、今現在ご自身がダブルケアラーの方、団体活動に興味のある方、是非いっしょに「居場所」をつくっていきませんか。

一人で頑張りすぎないで！

私の人生どんな時もlike me私らしく・・・

ダブルケアラー支援団体 ライクミー

TEL : 070-8544-2327

MAIL : doublecare.like.me@gmail.com

Instagram



ダブルケアラーを知っていますか？
ダブルケアとは同時期に複数のケアを担う人の事です

介護
看護
闘病
障がい
+ 子育て

現在ダブルケアラーの方
ダブルケア経験者の方
ダブルケアについて知りたい方
交流しませんか？

連絡先 ライクミー 代表 土屋
TEL : 070-8544-2327
MAIL : doublecare.like.me@gmail.com



公式LINE

イベント情報

大人食堂 はじめます

日程：・12/24(土)・1/21(土)・2/18(土)・3月(未定)
時間：第1部 10:00～12:30(2.5H)
第2部 13:00～15:30(2.5H)
場所：牡鹿観光様 パナソニックテクノストラクチャーの
家モデルハウス(石巻市門脇二番谷地13-477)

内容：心が元気になる講座+月替わりの作品作り
対象：18歳以上
定員：10名様迄
参加費：1000円/回
お申込：こども食堂バンビーニ
代表 宇佐美 ☎090-4559-2244
*お電話かSMSでお願い致します。



気候変動×SDGs ギャラリートークイベント

日時：2022年12月4日(日) 13:30～16:00
場所：フォレスト仙台2階 第2フォレストホール
予約：12/3まで
料金：無料
対象：どなたでも



近年、国内でも記録的な豪雨による大規模な水害等の気象災害が頻発しています。私たちの生活や生態系にも大きな影響を及ぼしている気候変動について最新情報等とともに一緒に考えてみませんか。

お申込：公益財団法人 みやぎ・環境とくらし・ネットワーク
(MELON) TEL:022-276-5118 担当：吉田

助成金情報

みやぎ生協福祉活動助成金(旧こ～ぷほっとわ～く助成金)

宮城県内における地域福祉の向上をめざし、福祉活動に関わる地域住民・民間団体の自主的・非営利的で継続的な地域活動や研究活動を支援及び育成することを目的としています。

○助成の対象となる事業

上記の目的を達成するために必要な民間団体およびボランティアグループ・個人による、非営利の事業に助成します。

○助成の対象

宮城県内で活動している団体およびグループ・個人(法人格の有無は問いません)

○助成額

原則として50万円を限度とします。(講演会・フォーラム・演奏会などの開催に対しては、上限10万円をめぐり助成。

○締め切り：2023年1月20日(金)

●お問合せ：みやぎ生協 生活文化部 地域活動推進課

TEL:022-218-3880(受付時間:9:30～18:00)祝日除く

<https://www.miyagi.coop/about/fukushi/hotwork/>



NPOイベント情報、随時募集しています

ホームページ



FB



Instagram



石巻市NPO支援オフィス

電話・FAX:0225-23-3641

メール:centerishinomaki@gmail.com

