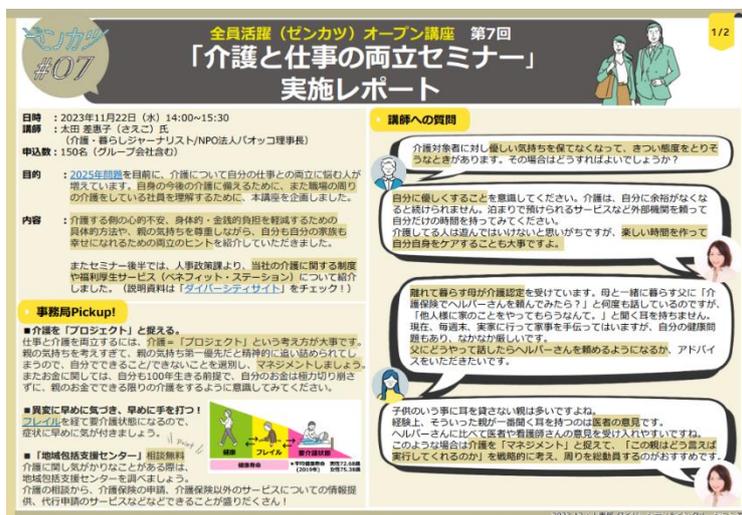


従業員エンゲージメント向上に関する取組

CASE : 全員活躍（ゼンカツ）オープン講座

「ダイバーシティ&インクルージョン」の風土醸成の一環として、社員一人ひとりが自身のワークライフバランスに向き合い、自らの強みと能力を最大限発揮する“全員活躍”のきっかけとすることを目的に、2022年度より実施しています。2023年度は全4回の講座にのべ550人の参加がありました。参加者の事後アンケートの内容でも好評であったことから、2024年度も引き続き継続実施しています。



全員活躍（ゼンカツ）オープン講座 第7回
「介護と仕事の両立セミナー」
実施レポート

日時：2023年11月22日（水）14:00～15:30
講師：太田 亜恵子（さえこ）氏
（介護・暮らしジャーナリスト/NPO法人「オッコ理事長」）
申込数：150名（グループ会社含む）

目的：2025年度目標を前に、介護について自分の仕事との両立に悩む人が増えています。自身の今後の介護に備えるために、また職場の両立の介護をしている社員を理解するために、本講座を企画しました。

内容：介護する側の心的不安、身体的・金銭的負担を軽減するための具体的な方法や、親の気持ちを尊重しながら、自分も自分の家族も幸せになれるための両立のヒントを紹介していただきました。

またセミナー後半では、人事政策より、当社の介護に関する制度や福利厚生サービス（ハネフィット・ステーション）について紹介しました。（説明資料は「ダイバーシティサイト」をチェック！）

事務局Pickup!

- 介護を「プロジェクト」と捉える。
仕事と介護を両立するには、介護＝「プロジェクト」という考え方が大事です。親の気持ちを考えすぎず、親の気持ち第一優先と精神的に追い詰められすぎないので、自分でできることを差別し、「マネジメント」しましょう。またお金に関しては、自分も100年生きる前提で、自分のお金は切り切り崩さず、親のお金でできる限りの介護をするように意識してみてください。
- 真実を早めに気づき、早めに手を打つ！
フレイルを経て要介護状態になるので、症状に早めに気が付きましょう。
- 「地域包括支援センター」相談無料
介護に関し気がかりなことがある際は、地域包括支援センターを調べましょう。介護の相談から、介護保険の申請、介護保険以外のサービスについての情報提供、代行申請のサービスなどができることが盛りだくさん！

講師への質問

介護対象者に対し優しい気持ちを保てなくなって、きつい態度をとり多量なときがあります。その場合はどうすればよいでしょうか？

自分に優しくすることを意識してください。介護は、自分に余裕がなくなると続けられません。泊まりで掛けられるサービスなど外部機関を頼って自分だけの時間を持つてみてください。

離れて暮らす母が介護認定を受けています。母と一緒に暮らす父に「介護保険でヘルパーさんを頼んでみたら？」と何度も話しているのですが、「他人様に家のことをやってもうたなんて。」と聞く耳を持たず。現在、毎週木、実家に行つて家事を手伝ってはいますが、自分の健康問題もあり、なかなか難しいです。父にどうやって話したらヘルパーさんを頼めるようになるか、アドバイスをいただきたいです。

子供のいじめに耳を貸さない親は多いですよね。経験上、そういった親が一番聞く耳を持つのは医者の意見です。ヘルパーさんに対しては医者や看護士さんの意見を受け入れやすいですね。このような場合は介護を「マネジメント」と捉えて、「この親はどう言えば実行してくれるのか」を戦略的に考え、周りを動か員するのがおすすめです。



全員活躍（ゼンカツ）オープン講座 第7回
「介護と仕事の両立セミナー」
参加者の反応

本講座の受講満足度

講座後アンケート① 講座満足度として、全体の95%が「期待以上/期待通りだった」と回答！

講座後アンケート② 本講座を受講してみて学びになったことや気づきになったこと、今後使えそうだと感じたことを教えてください。

「介護はマネジメント」という発想は、とても分かりやすく、介護に対する考え方を整理できました。介護サービスを利用することは介護者（自分）を守ることであり、後ろたいことではない、介護者が笑顔でない被介護者を笑顔にできない、などとても参考になる講義でした。

色んな支援があり、以前よりは 会社を退職するという選択なしで介護を両立できる可能性があることが再認識できました。

介護対象者とうまくやるために自分を守るのが特に大事、ということを知り、今後の不安が少し減った気がしました。

介護に関しては近い将来考えなければならぬことと知っている一方で、漠然としたイメージしかありませんでしたが、本講座を受講し、なにかから考えていけばよい具体的なことを学ぶことができました。また事例も紹介頂きとても参考になりました。

介護がいつまで続くかが自分のなかでも興味でしたが、「100歳までを想定」してプランを考えるということが学びになりました

私は自分の住んでいる地域に 地域包括支援センター というものがあることも知らない状態で、情報が無い状態だからこその不安になっていたのかも知れないな、と思いました。 介護は情報戦とあったように、知らずに物がかるのではなく、事前に調査して備えておこう、と思いました。

育児と異なり、介護はいつ起こるか分からないので、事前の準備や、初動が重要だと感じました。本人の希望などスムーズに確認できるよう、両親・義理両親が、まだ元気なうちにコミュニケーションを密に取っていくよう、と考えています。

身内の介護はどうしても義務感があり負担に感じていましたが、講師の「介護をプロジェクトと捉える」視点が大変学びになりました。無理難題、精進でできる事とできない事を整理してみよう、と思います。「介護する側が元氣&笑顔でいることが大切」との言葉も励みになりました。

「ダイバーシティサイト」では本講座のテキストデータや実施レポートの他、これまでのD&Iの活動報告もご覧いただけます！

ゼンカツオープン講座実施レポート（2023年11月）より