

富士市市民協働スタートアップ補助金活用事業



FREE

# ダブルケアカフェに いらっしゃいませ

介護と子育てを頑張っている皆さんのゆったりタイム

OPEN：毎月第3土曜日 10:00～12:00

2022年 7/16・8/20・9/17・10/15・11/19・12/17

2023年 1/21・2/18・3/18

富士市民活動センター コミュニティfにて

(富士市吉原2-10-20 ラクロス吉原2階)

お子様連れ・途中入退出OK！ 男性・支援専門職・祖父母の方も歓迎！

子育てと介護を同時に担う人のことを「ダブルケア」といいます。

「介護の話は、ママ友や家族には話しづらい…」 「私さえ頑張れば…でも限界」  
という悩みから「ダブルケアって何？」など、自由におしゃべりしましょう。

お問い合わせ

ケアラー応援団たんぽぽ

MAIL：carerouen.tanpopo@gmail.com

TEL：090-6596-3856 (村瀬)

090-1473-1651 (鳥居)



駐車場は「ほんいち  
パーキング2」へ  
2時間無料になります。

# 私たちは

# 「ケアラー応援団たんぽぽ」 です

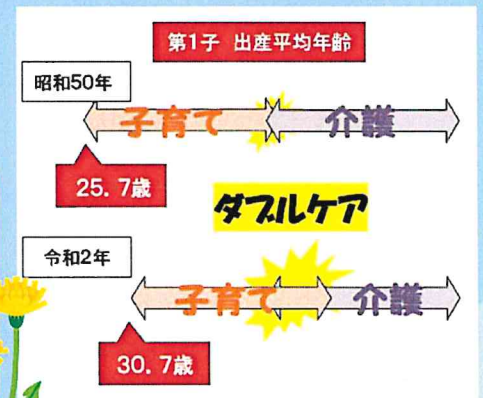
## 「ダブルケア」ってなあに？

子育てしながら、親や祖父母または兄弟など家族を無償で介護・サポートをしていることを「ダブルケア」といいます。家庭内のこと・「子育て・介護は嫁がやるべき」といった古くからの文化・他の人には話しにくいということから、なかなか気づかれにくい状況が潜在化しています。



## ダブルケアの背景

晩婚化で出産時期が遅くなっている現代、超高齢化を迎える令和7年以降にはダブルケアだけでなく、多重介護と仕事など、ますます負担が増えていくと言われています。同時進行でケアが重なると、大変さが増し新たな困難が生まれます。そのため、適切なサポートが必要です。



## 2月はダブルケア月間

全国のダブルケア当事者・支援者が集まって2月2日を「ダブルケアの日」2月をダブルケア月間と決めました。一人でも多くの方がダブルケアについて考える機会を創出したい、ダブルケア支援の輪を広げたいとの思いに、ケアラー応援団たんぽぽも協賛しています。

子育て・介護  
ダブルケア月間



2月2日は  
ダブルケアの日

「ケアラー応援団たんぽぽ」では  
ダブルケア講座・相談を承っております



お問い合わせは…

村瀬京子（子育て支援 社会福祉士）090-6596-3856

鳥居育世（高齢・地域支援 介護福祉士）090-1473-1651

メールアドレス：carerouen.tanpopo@gmail.com

ケアラー応援団  
たんぽぽ

