

## ☆市民活動をFMラジオで発信☆ 『つなげよう！市民のチカラ！』

○第79回：2022年1月23日（日）

○ゲスト：キャンナス弘前

スタッフ 中村 あやめ (なかむら あやめ) さん



写真：中村さん

### ○ 放送内容

今回の放送では、キャンナス弘前のスタッフとしてご活躍されている中村あやめさんをゲストにお招きしました。中村さんはこの日、キャンナス弘前の活動内容や今後の展望、活動に対する思いなどについてお話いただきました。

### ◆ 『キャンナス弘前』ってどんな団体？

キャンナス弘前は2016年に設立し今年で7年目になる団体で、現在は看護師4名と保育士1名の計5名で構成されています。自宅で介護・看護・育児をされている方のレスパイト（一時休止、休息の意。在宅介護の要介護状態の方が、福祉サービスなどを利用して、介護をしている家族などが一時的に介護から解放され、休息をとれるようにすること。）目的で、介護保険適用外のサポートや、子育て中の方々を自宅でサポートする有償ボランティア活動を行っています。

### ◆ どんなサポートが対象？

キャンナスの語源は、can(できる)+ナース(看護師)であり、「できる時にできることをサポートする」ことが団体のモットーです。通常の介護サービスでは対応が難しい、介護保険適用外のケアができることが団体の強みで、寝たきりの家族を介護されている方の外出時に介助の手助けをしたり、お話し相手になる等をはじめ、依頼があれば様々なニーズに柔軟に対応しています。また、活動当初は高齢者の介護支援が中心でしたが、最近では子育て中のご家庭からの依頼も増えています。コロナ禍で小さいお子さんを連れて外出しづらい場面も増えていますが、親御さんの外出中にお子さんと一緒に留守番をする等の依頼にも対応しています。訪問看護師の経験を生かして活動する中村さんは、「制度の縛りにとらわれず、依頼主の要望に応えられるこの活動が楽しい」とお話しされていました😊

### ◆ ひとりで抱え込まず、自分の時間を大切に！

ご家庭で介護・看護・育児をされている方々の中には、困っていることがあっても相談先がわからずに悩みを抱え込んでしまう方や、家族の介護を優先するあまり、自身の仕事や病院受診等が後回しになってしまう方も少なくありません。中村さんは「自分の時間を作るためにも、お困りの方はいつでも気軽に相談してほしい」とお話しされていました。