

1 介護と仕事の両立支援

働くシニアにとって、介護と私生活との両立は深刻な問題です。ミドル世代のワーク・ライフ・バランスは、子育てと仕事という視点ですが、高齢期になるにしたがい、介護や健康状態の維持と変わります。世代によって両立支援のあり方は、異なります。

以下に、介護をしながら働きやすい職場づくりに必要な「介護との両立支援 五つのコツ」を挙げました。参考にしてください。シニアのための両立支援として、産業ジェロントロジーアドバイザーの資格を生かし、周囲の方に話してみてもはいかがでしょうか。

- 1 介護のための休暇・早退について認め合い、取得できる
- 2 全員が施設の種類・介護度についての基礎的な知識がある
- 3 違和感なく、明るく介護の会話ができる
- 4 「仕事を続けること」を大切に考える
- 5 介護を理由に、仕事の手を抜かない、頑張りすぎない