

✔ コンテンツ

1. 社会の変化と介護を知り、介護を“ジブンごと”にする
2. 自分の介護に関わる可能性を可視化する
3. 介護と仕事を両立するためにできることを考える
4. ～介護の状況別にできる準備を知る～

✔ 受講者の声

- 仕事と介護のどちらかではなく、両立させることを前提に準備をすること、両立させたいことを関係者にしっかりと意思表示することがまずスタートラインであることを改めて認識しました。また、どのような基礎知識が必要なのか、何を準備しておけばよいのかも整理されました。
- 今すぐにでも両親に自分の意志を伝えこれからの介護の方向性を明確にして事前準備と情報収集をしたいと思いました。

✔ 事務局から見たおススメポイント

- ワークを通して、まだ先だと思いがちな介護を自分事としてとらえることができます。備えておいて損はない、事前準備に関する情報もたくさん聞くことができます
- 講師のリアルな体験話を聞くことにより、介護に対して後ろ向きになりがちな考えを前向きに考えよう！と思わせてくれる講座です
- 「終わりが予測できない」介護を前向きに取り組むためのヒントを得られる講座です。

✔ 講師紹介



株式会社ワーク・ライフバランス

桜田 陽子

相手の状況や気持ちに寄り添って話しやすい空気を作り、心理的安全性を常に確保しながら問題の本質に迫っていくコンサルティング手法に定評がある。先を見通したきめ細やかな対応力への信頼も厚く、特に医療系・大企業・自治体等のクライアントから信頼を集める。親の介護、二児の子育て、夫の方向を同時に経験する中で、「仕事と介護と育児と家庭をすべて成立させる方法はないのだろうか？」と考え、福祉の先進国であるノルウェーを視察。この体験をきっかけに「日本社会全体を変えていかなければならない」と社会変革に強い想いを持つようになり、株式会社ワーク・ライフバランスへ参画。仕事に家庭にと多忙を極めた自身の経験を活かし、クライアントが抱える悩みに共感しながら、本質的な改革へと導いている。