

「遠くの親」の介護をどうするか？

1	実家の親を訪問するたびに、向う三軒にあいさつ とにかく「お願いします」と。頼めばやってくれる
2	担当の町内会長、班長、民生委員に協力を依頼 その中の世話焼きの資質のある人をピックアップ
3	当人に助けられ上手教育 親にも「周りの人に助けてもらおうのよ」と諭す
4	地元の有償の介護サービスグループに依頼（自分もメンバーに） 自分もできることをする。離れていてもできることで
5	地元の地域グループに参加。協力してくれる「友人」づくり 同窓会もいいし、趣味の会も。親が属していたグループに協力を求めることも
6	親の住むご近所でマップ作り。親の人間関係や世話焼き等の資源を発掘、活用 ご近所の人にもマップ作りに参加してもらおう（親と親しい人）
7	一定期間、親元に移り住むことも検討。そこで資源を発掘 しばらくの間、里帰りして、集中的に関係作り
8	親元の近くに移り住む（近居）ことも考える そこに一定期間だけ、または一定期間ごとに