



山梨県政の“いま”をお届けするニュースレター。毎月1日と15日に発行しています。
山梨に住む方はもちろん、今は山梨にお住まいでない方も、山梨のことを知ってもらえれば幸いです。

※本県関係者と名刺交換していただいた方にお送りしています。ニュースレターは山梨県高度政策推進局広聴広報グループが発行しています。

▼特集

ケアラー支援のかたちとは

家族の介護や看病は誰もが直面する問題です。
自分のライフプランを諦めることなく、家族を支えることができる社会にしたい。
県はケアラーへの支援を充実させるため、さまざまな施策に取り組んでいます。

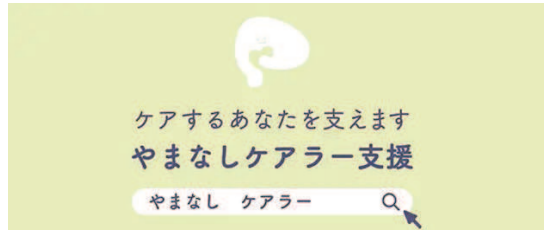


問題に「気づいて」、支援に「つなぎ」、みんなで「支える」

ケアラーの負担や企業の取り組み状況を把握するため、2025年1月に県はケアラーの実態調査を行いました。調査の結果、回答者の4人に1人がケアラーに該当するとの状況が明らかとなりました。

2025年には団塊の世代全てが75歳以上の後期高齢者となり、今後、超高齢化社会が加速していきます。県民誰もがケアラーになる可能性があることから、先を見据えた支援制度を始めています。県では、問題に「気づいて」、支援に「つなぎ」、みんなで「支える」という3つの視点で支援の基盤を構築しています。

気づく



🖥️ ケアラー支援ポータルサイト

家族の介護や看病に不安を感じている皆さんに、AIチャットボットが搭載された心強いケアラー支援サイトが誕生しました！案内に従ってお住まいの市町村やケアラーに関する悩みを選択すると「どんな支援があるのか」、「どの窓口に相談すればよいのか」などが簡単に分かります。

[サイトへ](#)



🎬 動画「ケアするあなたを支えます。」

「親の介護は子どもの役目」——そう思い込んでいませんか？「自分はケアラーかもしれない」「支援を受けてもいいんだ」と気づいて頂くための動画です。

介護をすべて自分で抱え込む必要はありません。子どもの役割は、「介護のすべて」ではなく、「介護全体のマネジメント」。

あなた自身の人生も大切にしながら、よりよいケアを。

[YouTube](#)



🌱 ケアラーサポーター養成講座

「ケアラー」が孤立せず、必要な支援につなげることができる社会の実現を目指し、県ではケアラー支援の担い手となる「ケアラーサポーター（ケアラー支援推進員）」を養成しています。「自分はケアラーなんだ」「支援を受けてもいいんだ」と気づく声かけや、相談窓口や支援情報を案内するなどの役割を担います。

[ケアラーサポーターとは？](#)



⚡ 経営者の意識改革

介護で自分のキャリアやライフプランを諦めてしまうことのないよう、働きやすい職場環境をつくるのが重要です。経営者や管理職へのセミナーや、従業員向けの介護情報を掲載したハンドブックの作成など、仕事と介護の両立を支援する職場づくりをサポートしています。

[ハンドブック](#)

つなぐ

📻ポッドキャスト「やまなし♡つながる時間」

介護やひきこもり等困難な問題を抱える人を周囲への相談や適切な支援につなげるため、安心して悩みや思いを発信できるポッドキャスト番組を配信しています。

「気づき・つながり・支えあう」をキーワードに、「ケアラー・介護」「ひきこもり」、「困難を抱える女性」など、聴いてくださるあなたにとって「心地よい居場所」を育むプログラムです。月に2回、木曜日に新しいエピソードを配信しています。



#1 メイプル超合金 安藤なつさ ん

幼いころからケアの現場に触れながら、介護福祉士の資格も持つ安藤さんにそのきっかけや「支援」への想いを伺います。

#1 (radiko)



#7 「HKT48」元メンバーで俳優 の兒玉遥さん

うつ病と闘ったご自身の経験を通じて築かれた、不安との向き合い方や思考の工夫について伺います。

#7 (radiko)



#9 「髭男爵」の山田ルイ53世 さん

およそ6年間のひきこもりに至った背景や、その時間が人生や考え方にもたらした影響など、じっくりとお話を伺います。

#9 (radiko)

支える



☎️相談窓口

平日の日中に相談できない方を支援するため、土日・祝日の午前9時から午後9時まで利用可能です。

介護支援専門員、保健師、看護師などの介護に関する専門職が、悩みや不安に寄り添い、必要に応じて適切な支援機関をご案内します。

[詳しくはこちら](#)

山梨県で、遊ぶ、楽しむ、生活する

やまなしStyle

山梨県ファンをもっと増やしたい。そう願って「やまなしStyle」を発行しています。山梨県の魅力を県外の皆さんにも発信している広報誌です。この中から今回はとっておきの記事をお届け！ぜひご覧ください。

”山梨グルメ”の誘惑

日本酒の”プロ”がつくる、珠玉の逸品との出会い。「山梨の蔵元だからこそ」の一皿は、あなたを新たな味覚の世界へと誘います。



谷櫻酒造 蔵元居酒屋

(山梨県甲府市中央1-9-6)

甲府駅から徒歩10分ほどの路地にあり、菰樽（こもだる）と赤提灯が目印。この蔵元居酒屋で飲めるのは、北杜市の老舗酒蔵「谷櫻酒造」が醸す銘酒の数々。料理も酒に合う美味が満載です。鶏ガラベースの出しで煮込んだおでんには本醸造「櫻守」の燗酒を。「お酒をだして割ってもおいしいですよ」との言葉に従えば体の芯までポッカポカ。店を出た後も幸せの余韻が続くこと請け合いです。

記事の続きはこちらから



今後の配信を希望されない場合は下記リンクより配信停止が行えます。

[配信停止](#)

配信先を変更される場合は上記から配信停止し、下記から新たなメールアドレスを登録してください。

[配信登録](#)

発行元・お問い合わせ

山梨県高度政策推進局広聴広報グループ

〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1

koucho@pref.yamanashi.lg.jp

Copyright yamanashi prefecture. All rights reserved.