ベテラン・ケアマネジャーに聞く
介護未満の離れて暮らすひとり親とのつきあい方

田中克典著

本の泉社
1540円

今すぐ介護が必要ではないものの、いつ必要になってもおかしくない「介護未満」の「離れて暮らすひとり親」。この時期に起こる変化やリスクを、「食事」「清潔・生活」「外出」など項目別に整理し、家族の疑問や不安に答えています。

作った料理の写真をラインで送ってもらい、感想を伝えるなどのほか、ハザードマップをチェックする、実家に帰った時に、一緒に避難場所まで歩いて行ってみるなど災害への備えもあり、不安を安心に変えてくれます。

2026.6.28 しんぶん赤旗日曜版