



レスパイトケアってなに？

A. レスパイト(Respite)は休息のこと。



レスパイト(Respite)っていうのは英語で休息とか息抜き・小休憩といった意味を持つ言葉なの。

レスパイトケア(Respite Care)っていうのは、乳幼児や[障がい児・者](#)、難病患者や高齢者の介護とかお世話を一時的に代わってやってもらって、家族さんが休んだりリフレッシュする機会を作ることを使うのね。

いつもお世話をする家族さんにもリフレッシュや休息は必要でしょ。

出来た時間を利用して普段はできないことをしたり、自分のために時間を使うことで、まっすぐに、素直に子どもと向き合えたりするの。

前向きに物事がとらえられるようになることがレスパイトケアの意義なのよ。

保護者の同伴が必要でない[放課後等デイサービス](#)は多いわよね。

子どもを放課後等デイサービスに通わせている間に、保護者さんは他の兄弟をかまったり、仕事や家事をすることができるようになるわね。

自分のために時間を使うことができる、ということが大切なのね。。

[《MENU》](#)

[《どんなプログラムがあるんだろう？》](#)

[《利用回数ってみんな一緒なの？》](#)