

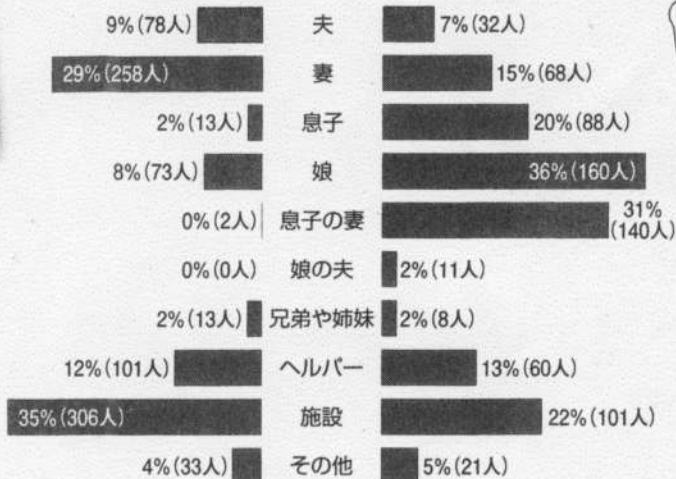
家族の介護は誰がする？



私が介護を担った理由

- 人生の伴侶として当然(60代 夫)
- ほかにやる人がいない(80代 夫)
- 息子の嫁に面倒をかけたくない(60代 妻)
- 息子による父の介護は「男の活券」で抵抗があるらしい。「嫁」に安上がり^{こけん}の介護をさせている(50代 息子の妻)
- 娘が一番なんでも言いやすいと言われて(40代 娘)
- 「自分の親は自分で見る」のが介護のひけつ(60代 息子)

誰に介護してほしい？



(回答人数877人)

(回答人数451人。複数回答)



かつて当然のように介護を担った妻や嫁は、様々な思いをのみ込んできました。でも皆に介護の責任が生じるとなれば事情がぶつかりあい、もめごとが増えます。よい分担方法はあるのでしょうか。

「完ぺき！」と言いたくなる経験を覚えてくれたのが大阪府の大串富子さん(61)。

両親とも介護が必要になりましたが、子供ら6人は当番制を組み、両親宅の一室に交代で泊まり込みました。半年に1度は全員が集まって交通費やお菓子代を請求。兄(68)が管理する親の財布か

誰もがいつかは直面する家族の介護。まずは最もシビアな問題から議論を始めます。

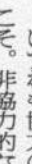
「もし自分が倒れたら誰に介護してほしいか」を全員に、「実際に介護した人」を経験者に尋ねました。すると、くっきりと差が！

「誰に介護してほしいか」では「施設」「妻」が断トツで多かったのに、「実際に介護した人」は「娘」「息子の妻」「施設」「妻」と分散。「息子」「夫」の男性介護も少なくありません。男性介護に詳しい立命館大の津止正敏教授は「まだ介護は女性がするものと思われているんですね。現実、核家族化や性別役割分担の揺らぎで、だれもが介護を担う時代になってきています」と指摘します。



「ずっと兄妹の仲がよかったわけではないんです」。それが今では何でも言い合える仲に。「年老いた両親を見て、みんなが子の義務を果たそうと思うようになった。両親が平等に育ててくれたのも影響していると思います」

最初は連絡帳で引き継ぎをしていましたが、「インターネットが便利」と娘に勧められて掲示板を作りました。「母のアメが切れたので持っていくて下さい」「血圧が〇〇でした」「大雨の中たいへんでしたね」。70歳の姉もパソコンを習得して参加。自宅のパソコンからのぞけるので皆に介護の様子が行き渡ります。



「お金」で分担する方法も。東京都の大村由紀子さん(62)は仕事をやめて母を介護し、給料と同額の約10万円を両親に出してもらいました。子育てや遠距離で介護できない姉妹が提案してくれたのです。「欲張りな人がいなかったのがよかった」。愛知県50代女性は和歌山の親の介護に通い、交通費を妹が出しました。うちは時間はあるが収入が少なく、妹は子供の受験で時間はないが経済的に余裕があった」。大阪府の富山弘毅さん(67)は妹3人と毎月5千円ずつ積み立てて交通費にあてています。

「何でも協力」の気持ちがあっても、非協力的な人がいたら？ 「最初からいなかっただのと考えると不満もなくなります」(秋田県 40代女性)。遺産相続で介護貢献を考慮する遺言を書いてもらうのも一案。「兄は連絡もしてこない」という母を介護中の大阪府の40代女性はこの方法をとってもらうつもりです。



「朝日新聞の会員サービス「アスパラクラブ」のホームページで、2月18日から同25日まで実施したアンケートの回答(8276通)をもとに、取材しました。

だれもが担い手になる時代の介護は、家族の仲を再構築するチャンスかもしれません。大阪府のケアマネジャー足立道子さん(52)は「介護に葛藤はつきもの。よくみるとったな、がんばったなど、最後にみんなが言えればいいのです」(八田智代)

あなたも参加 asPara会議

1人暮らしの認知症の母を姉と2人で在宅介護した北海道の会社員高橋嘉昭さん(56)も、コミュニケーションの大切さを強調します。2人とも働いていたので平日は宿泊サービスやヘルパーを利用。金曜の夜から月曜の朝までの介護を分担しました。時間割りは互いの予定を優先し、折り合いがつかなければ「その用事は別の日にできないか」と調整。秘訣は「合意できるまで話し合う」と。

当番制を試みて失敗した例も。東京都の60代男性は「6人兄弟で月5日ずつ親の介護を分担したが、自分の都合で不参加を決め込む兄弟が出てきて、結局、介護の気持ちを持ち続けた姉妹2人が担った」。離れて暮らす親のケアを考える会」の太田差恵子理事長は「気持ちがないのに形から入ると腹が立つことが多い。納得の上で始め、コミュニケーションを多

大阪の人に聞きました



離れて暮らす親に介護が必要になつたら途方に暮れてしまいませんか？
「家をいい」「気を使いたくない」
と、親が自宅での暮らしを希望す

選択もありますが、「住み慣れた
……なら遠距離介護？」
アンケートで「1時間以上かけ

に収まるようケアマネジャーに相
談してプランを組んだ結果、毎月
の自己負担額は約4万円。さらに
交通費が3万円ほど。夜行バスを
使ったので新幹線の約半額。体力
があるから続いたといいます。

くしました。仕事でなくても家の
前を通るとき様子をみてくださる
ようになり安心でした。

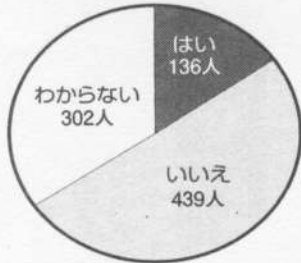


「こうすれば可能！」経験者が語る

- 食事の宅配やヘルパーなど使えるサービスは活用(60代 男性)
- 隣近所と親しくし、時々、様子を見に行ってもら(60代 男性)
- 毎日1回、電話で健康・生活を確認(60代 男性)
- ケアマネジャーと連絡をとりあ(60代 女性)
- 親が出してくれる交通費はもらう(60代 女性)
- 勤務先の理解を得る(60代 女性)
- 様子を見てくれるご近所にお礼をする(60代 男性)
- 介護を受ける人に生活をシンプルにしてもら(60代 女性)

The Asahi Shimbun

「遠距離介護」は可能だと思う？



(回答人数877人)

「遠距離介護」に関する情報は

NPO法人「離れて暮らす親のケアを考える会 パオッコ」(事務局・東京)

ホームページ <http://paokko.org/>

Eメール info@paokko.org

大阪の人
に聞きました

「一人暮らしで寝たきりの祖母
(80)を遠距離介護したのは東京都
の会社員藤本孝世さん(30)。月2
回、9カ月間奈良県桜井市に通い
ました。祖母が自宅の暮らしを望
み、仲のよかった藤本さんが担う
ことになったそうです。

「自分の人生も大事。祖母も私
が仕事をやめることは望んでいま
せんでした」。食事作りや着替
え、入浴など身の回りの世話は訪
問介護のヘルパーに任せました。
ヘルパーが来るのは朝の30分、昼
の1時間半、夕方の30分。「1人
でいる時間が長いとリスクが高
くなる」ので細切れの訪問に。加
えて週3回の訪問看護で、看護師が
排便と排尿をします。近所の人
や、桜井市に住む知人も時々様子
を見に行ってくれました。

緊急用には、市が無料で貸して
くれるNFTTの緊急通報装置を利
用。ボタンを押せばヘルパーを派
遣している事業者に通報できま
す。

できるだけ介護保険の限度額内

あなたも参加 asPara会議

千葉県母の介護に通った山梨
県の落合一樹さん(47)は、近所の
人に携帯電話番号を知らせてお
き、様子がおかしいときは電話を
もらいました。「自転車に乗って
足指を骨折したときも、心配をか
けたくないのか母は黙っていた。
近所の人との連絡で知りました。母
と同年代の人がたくさんいて交流
があったのが近所力になった」。

義母の介護に通った東京都の野川
豊子さん(62)は「曜日を変えて訪
れ、いろんなヘルパーさんと親し

一方、「認知症の遠距離介護は
無理」という意見も。大阪府の40
代の女性は車で40分の距離に住む
叔母(73)を介護しましたが、夜中
に高速道路を歩くなど命にかかわ
る事件が続き、ホームの入所を決
めました。でも認知症だからこそ
遠距離介護に挑む人も。東京都の
野川さんは、ヘルパーに「施設に
入って環境が変わると認知症が進
行する」と言われました。いつま
で一人暮らしができるかの見極め
は専門家に頼む手もありそうで
す。

「無理は禁物」と助言するのは
神奈川県母の介護に通った福島
県の女性(59)。「1泊2日を月2
回」を守りました。「介護は何年
続かわからないのですから」
(八田智代)

朝日新聞の会員サービス
「asParaクラブ」のホーム
ページで、2月18日から同25
日まで実施した全国アンケー
トの回答(8276通)をも
とに取材しました。