

NPO法人「パオッコ」のホームページ



「できるだけ早く帰省して話し合うことが大切だと思います。離れていても、親が頼りにしているのは、やはり子ども。心のケアと同時に、介護に必要な情報を集めることが重要です」

高年齢の親と遠く離れて暮らしている人はたくさんいます。あるとき、「お父さん（お母さん）が、がんになった」と告げられて……。そこから、遠距離介護が始まります。どのような点に注意して介護をすればいいのでしょうか。

遠距離介護について考えるNPO法人「パオッコ」（東京）代表の太田差恵子さんは、こう話します。

「できるだけ早く帰省して話し合うことが大切だと思います。離れていても、親が頼りにしているのは、やはり子ども。心のケアと同時に、介護に必要な情報を集めることが重要です」

遠距離介護に関する情報が得られる。http://www.paokko.org/

307 遠距離介護のポイントとは？

情報を集めて、介護の協力態勢を整えます。心のケアも大切です

まずは主治医から病状や治療、予後（病状の見通し）などについて話を聞き、今後の展開を頭に入れておきます。

さまざまなサービスも活用

仕事の都合などで短期間しか帰れない場合は、入院中や退院後の洗濯や買い物など、身の回りの世話をどうするか考えておかねばなりません。その際、重要なのは、誰と協力態勢を組むか。きょうだいがいるなら、順番を組んで乗り切ることができそうですが、身内の協力が得られない場合は、ヘルパーを頼んだり、有料の洗濯サービスを利用したりすることも一法です。社会資源をうまく活用することは、遠距離介護の大切なポイント。病院のソーシャルワーカーや自治体などに問い合わせ、情報を入手しましょう。

「経済的な事情も確認しておくといいでしょう。たとえば、親ががん保険や入院保険などに入っているかどうかチェックすることも重要です。経済的な余裕があれば、大部屋から個室に移るなどの自由も利きます」（太田さん）

また、両親の一人ががんになった場合、もう一人の親もショックを受けていますから、心のケアが欠かせません。まめに電話をするなどして、コミュニケーションをはかりましょう。

- 212
- 231
- 238
- 287
- 306
- 324

この章の執筆はライター・佐田節子が担当しました