介護は誰にでもやってきます

女性も男性も支え合いの介護

十和田市男女共同参画市民情報誌ゆっパル編集委員によるコーナーです

男性の介護、増えています

昨年11月19日に南公民館で落語家の柳家小袁治（こえんじ）さんを講師に招き、介護講演会が行われました。

柳家さんは妻と共に両親の介護を行いました。そのときに役立ったのが、高校卒業後に落語の師匠の家に住み込みで修行した経験でした。修行中は、料理、洗濯、掃除など家事全般を行っていたので家事はお手の物。

おかげで、妻が介護に従事している間も不自由なく、家を切り盛りしていたそうです。むしろ子どもには「お母さんよりお父さんのご飯がおいしい」とこっそり言われたほど。

柳家さんは、講演の最後に「結婚は顔ではない。心です」と、結びました。心の奥底で結ばれる夫婦、家族の絆があるからこそ、お互いに協力して介護ができるんですね。

厚生労働省が実施した国民生活基礎調査によると、男性介護者の割合は平成16年25・1％、平成19年28・1％、平成22年には30・6％と全体の3割を占めるほどになっています。このように、男性による介護は増えている傾向にあります。

家族みんなで支え合う介護を

介護保険制度が制定されたことにより、介護の必要な高齢者が自宅で生活するために欠かせないのが、「訪問介護」です。それを支えている訪問介護ヘルパーの多くが女性です。

介護職には暦通りの休みなどなく、多くの女性労働者は、家族に感謝しながら働いているのではないでしょうか。

このようなヘルパーを続けるには、家族の理解と協力が必要です。

家庭で介護しているかたは、ひとりで背負い込まず、家族みんなで協力し、支え合いながら行うことが大切です。介護する人もされる人も、みんな同じ家族なのですから。

もしも、介護に疲れたときはほっとひと息、リラックスしましょう。誰かに相談することも大切なこと。悩みはひとりで抱え込まず、分かち合うことで少しは気晴らしになるのではないでしょうか。

ゆっパルの願いは、介護する人、される人、どちらもハッピーであることです。

お互いが「ありがとう」と思える介護、素敵なことですね。

ゆっパル's インタビュー

妻を14年間自宅で介護している中野渡宏次さん（88）にお話を聞きました。

中野渡 宏次（こうじ） さん

妻の兼子（かねこ）さんが、病気のため寝たきりの状態になり介護が必要となったとき、宏次さんは迷わず、自宅で介護をすることを決意しました。

保健師や看護師の訪問指導を受けながら医療的な技術なども教わり、宏次さん、息子夫婦、3人の孫、別に住んでいる娘による在宅介護が始まりました。

宏次さんは、毎日兼子さんの傍に寄り添い、栄養を摂るための管を交換するなど、献身的に介護。また、力の必要な体の向きを変えるときは息子が手伝ったり、孫は積極的に兼子さんに声を掛けて話をしたり、家族みんなが協力して介護を行っていました。

公的なサービスとしては、週に1回、訪問入浴と体を拭くなどの訪問介護のサービスも受けていました。

当時は「白い鳩教室」という介護者の集いがあり、介護のサービス、技術などの情報交換や講座が行われたり、介護者同士で苦労や喜びなどを話せる交流の場となっていたようです。

現在、兼子さんは施設にショートステイ。宏次さんは通院しており、自分が元気になったら、妻をまた自宅に戻して介護を続けたいと意欲的です。

インタビューを終えて…

宏次さんは、インタビューの合間に戦争のことを話していました。シベリアでの戦争体験で「助け合う」ことの大切さを身をもって知った、と当時持っていた水筒を見せてくれました。水筒の水を仲間と分け合っている姿が想像できます。

その経験から、何事も「協力して助け合うこと」を大切にする宏次さん。「介護は命がけでやるもんだ」と話していました。妻を命がけで介護する夫…カッコいいと思いました。

「ゆっパル」の由来

この地方の方言で〝結ぶ〟という意味の「ゆっぱる」と、英語で〝仲間・友だち〟という意味の「パル」からできています。『一人ひとりの思いが結びついて仲間をつくる』という願いが込められています。

ホットな一句

幸せを　温（ぬく）めてくれる　介護の手　木村 奈生美

「さんかく日和」その2

Akemi.N

相談窓口

■介護しているかた、認知症を抱える家族のかた

▼ほほえみ家族の会
毎月第3水曜日
午後1時30分～3時30分
問 十和田市社会福祉協議会
☎㉓2992

▼認知症の人を抱える家族のつどい
日程など詳しくは問㈳認知症の人と家族の会青森県支部十和田地域世話人・佐々木☎㉒1617

■介護など高齢者のかたについての相談

▼十和田市地域包括支援センター
☎⑩3671

編集後記

◆介護とは、誰もが乗り越えなければならない道。施設に介護をお願いする前に、家族間で、できることから始めてみようと思います。「支え合う」絆を忘れまいと思う今日この頃です。（木村）

◆老後を考えて、上野千鶴子著の「おひとりさまの老後」「男おひとりさま道」「当事者主権」を読んでみました。参考になりました。みなさまもぜひ。（中野渡）

編集　十和田市男女共同参画市民情報誌ゆっパル編集委員
木村奈生美、中野渡明美
イラスト　中野渡明美
発行　総務課広報男女参画係
☎⑤1⑥7⑥2