

ケアマネジャー座談会

介護の現場より

日頃の現場での様子を聞かせて下さい。

前田 認知症であっても、一人暮らしをしなければならない、または、高齢者世帯でどちらかが認知症になってしまったという相談がすごく増えてきています。

内田 周りに身内の方がいないということですね。

前田 やはり、近所・地域の方の手助けがないと在宅は難しい、と感じるケースが増えてきていると思います。

内田 夫婦で高齢者を介護している場合でも、実際に介護に携わっているのはやはり女性の方が多く、高齢になるほど「女性が介護すべきである」という傾向があるようですが、中には役割分担を決めて「薬の服用だけは」、「受診の介助だけは」夫に任せるといった方法を取っている家庭もあるので試していただきたいと思います。

緑川 男性介護者で、仕事をしている人は、介護と仕事の両立が難しいようです。また男性が女性を介護する場合、排せつなど清潔の部分の支援方法に抵抗があるように聞きました。

前田 定年後、介護に従事した男性は、介護が仕事の代わりになってしまうのか、生真面目で、介護に対しての理想が高く、入れ込む人が多いです。そういう人こそ上手な息抜きができるといいのですが…

緑川 男性は近所づきあひも少ない傾向があり、周囲の人に支援を求めるのが難しい人が多いかもしれません。

内田 地域によっては「男性の介護の会」といったものができていて、勉強会をしたり、愚痴を言い合ったり、ネットワークを作ることによって力を入れているようです。

1人ではどうにもできない…こんなときは？

内田 まずは介護者に対して共感「人の手を借りたり施設を選択しなければならないことは、親不幸などではなく、普通に起り得ることである」と折に触れて伝えることがいいのでは。

増田 施設利用者の症状は、環境、性格、好み等によって個人個人全く違うように思えます。グループホームでは、利用者によって対応の仕方を変えています。利用者のありのままを受け入れるという形を取りながら進めています。

緑川 行政側も相談しやすい窓口(きっかけ・チャンス等)を作ることが必要になるのでは。

前田 そういうときには包括支援センターに来てください。相談者に応じた必要なアドバイスができるので、そのための「包括」です。



左から
・居宅介護支援事業所ケアマネ 緑川さん
・居宅介護支援事業所ケアマネ 内田さん
・大井川地域包括支援センターケアマネ 前田さん
・グループホームケアマネ 増田さん

知る+発見からはじまる 男女共同参画

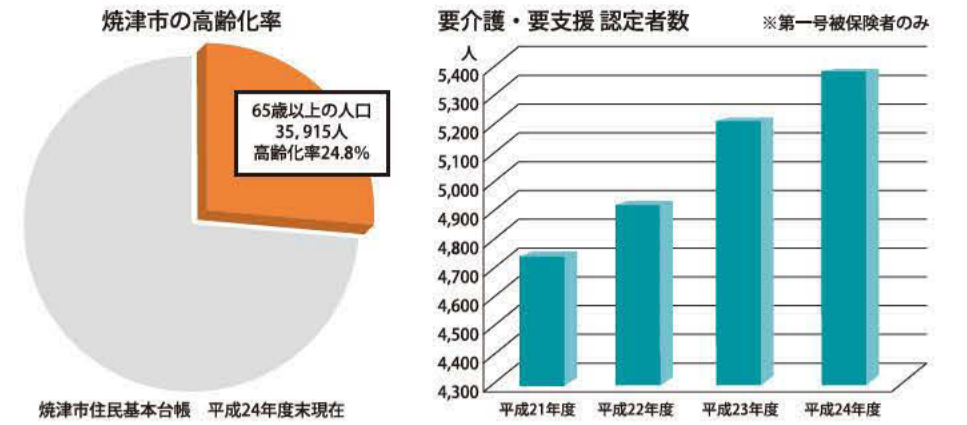
ひとりじゃない ひとりにさせない

— 一家族で、地域で支え合う介護を目指して —

現在、日本では高齢化が進み、介護の必要が高齢者が年々増えていきます。平成24年度焼津市の65歳以上の高齢者は、全人口の24.8%を占めており、国の24.1%を超えています。また、そのうちの約15%の人が要介護・要支援認定を受けています。

これまで介護といえば、女性が主体となってその役割を担ってきました。しかし、晩婚化・少子化・核家族化などにより、仕事をしているから…男性だから…と介護から目を背けることができない時代、誰もが介護者になるかもしれない…そんな時代となりました。また、介護する側・される側にはいろいろなケースがあり、こうすればよいといった改善策を見出すことが難しく、介護の悩みを独りで抱え込むケースもあります。

今回の紙面では、実際に介護にかかわる人の話を聞くことで、介護者として、家族・地域として「気づく目と心」をもって行動していくことの大切さに気づききっかけになればと思います。



共感・感謝
「ありがとう」も
協力のひとつ！



妻としての苦しみ

(50代女性、姑と夫の3人暮らし)

姑はアルツハイマーだが、周囲にはわからないように体裁を取り繕っている。一緒に暮らす私と夫には病気の進行はわかるが、市内に住む姉弟にはわからないようだ。夫は姑の病気や老いを認めるところができず、イライラして姑にあたってしまう。

加えて、実家の父母も介護が必要になった。3人の介護…嫁だから姑が気になるけど…

～編集会議にて～

- 本当は両親のことも心配で、気になってしかたないんだよね。
- 話をすることで、気持ちが軽くなったんじゃないかな…
- 介護する側の気持ちを受け入れてくれる場所や人の存在が大切なんだね。

夫が辛い気持ちを理解してくれなかった

(40代女性 姑の介護12年目)

介護を始めてすぐに妊娠・出産し、子育てと介護の同時進行となった。夫は帰りが遅いため話も出来ない。つらさを解ってもらえず、結局ストレスから体調を崩し入院することに。その後、姑の認知症の進行・病気治療の為の通院でさらに負担が増えた。初めは「なぜストレスが溜まるのか解らない」と言っていた夫も、少しずつ協力してくれるようになった。3年目からはデイサービスを利用することで、少しは楽に…。介護中に夫が怪我をして入院したことをきっかけに、施設に入所させることになった。

～編集会議にて～

- 全て一人で抱え込んでいた時期は大変だっただろうね。
- 夫の理解と協力はやっぱり大きな支えになるよね。

もう限界かな…

(60代男性 妻を一人で介護)

一人で妻を介護していたが、苦渋の選択の結果グループホームへ入れてもらった。徘徊が始まると早朝も夜中も徘徊してしまう。食欲も進まずチューブで栄養を送ったり、点滴に連れて行ったりもした。体重も減り、在宅介護か入所で悩んだ。一番辛い選択だったが、身内には相談せず入所を決めた。

入所して安心な反面、徘徊などで迷惑をかけていないか心配。今は心にぽっかり穴の空いたような複雑な気持ちでいる。

～編集会議にて～

- 辛い選択をしたんだね。
- 介護者が安心してありのままの気持ちを話せる場所も必要だね。

勇気を出して
外へ気持ちを出すことが
必要なんだ…



豆知識の豆博士

◆地域包括支援センターってどんなところ？

焼津市内に4か所ある地域包括支援センターは、介護や健康、医療など様々な面から、地域で暮らす高齢の皆さんを支えるための拠点です。お気軽にご利用ください。

- 北部地域包括支援センター (東益津・大村・豊田地区担当) 054-626-3219
- 中部地域包括支援センター (焼津・小川地区担当) 054-626-8811
- 南部地域包括支援センター (港・和田・大富地区担当) 054-656-3322
- 大井川地域包括支援センター (大井川地区担当) 054-664-2700

◆家族介護者向けのサービスが知りたい！

問合せ先 焼津市役所 長寿福祉課
高齢者福祉担当 054-626-1117

- 介護者リフレッシュ事業
- 家族介護者教室・交流事業(包括委託)
- 在宅ねたきり老人等介護手当支給事業 など

◆認知症家族会『めぐみの会』 電話相談

054-629-0900(毎週土曜日10:00～14:00 祝日休み)
認知症についての専門的知識を持っている者が電話で相談に応じます。
家族会では、会員の経験談や施設見学などの勉強会もあります。興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。(毎月第一水曜日AM10:00から 於:ウェルシップやいづ)

子どもから大人まで

※紹介した本は焼津・大井川図書館で借りることができます。
※紹介：焼津市立大富中学校 学校図書 山本 貴由美

「だいじょうぶだよ、おばあちゃん」

福島 利行/文
塚本 やすし/絵

講談社(2012年)

田倉のおばあちゃんが怪我をした。おじいちゃんが「介護」をしているそうだけど、「介護」って一体何だろう？離れて暮らす孫の弟がお見舞いに行くと、介護やお年寄りについて学ぶ様子を描いています。(絵本)



「おばあちゃんが、ぼけた。」

村瀬 孝生/著

理論社(2007年)

認知症を抱えるお年寄りが通う「在宅所」での出来事を綴った涙と笑いの介護記録。お年寄りの珍行動に、一貫したあなたかい眼差しを注ぐ著者。相手の気持ちを尊重し、一緒に付き合う介護の大切さを教えてください。(中学生から)



「男も出番！介護が変わる」

羽成幸子/著

春秋社(2012年)

高齢化が進む現在、誰もが介護は自分の問題となくなっています。目を背けることなく、介護を意識して行動する。その過程を子どもにも見せてあげよう。意識→行動で家庭介護の現場は大きく変わります。(一般)



女性に対する暴力をなくす運動期間 11月12日～25日

「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」(DV防止法)が平成13年に施行されて以来、ドメスティック・バイオレンス(DV)に関する相談件数は毎年増加傾向にあります。被害者の多くは女性です。国の調査によると女性の約3人に1人が被害を受けたことがあると回答しています。DVは大人の問題だけではなく、「デートDV」は中高生・大学生など未成年の間でも起こっています。

一人ひとりが「暴力について知る」ことが暴力防止へ向けての重要な鍵となるのです。



まずはお気軽にご相談ください「女性相談室」

市では、女性が抱えるさまざまな悩みを女性相談員(カウンセラー)が面談して共に考え、解決のお手伝いをする「女性相談室」を開設しています。相談は予約制で、プライバシー保護のため、相談の日時・会場はお電話で予約を受け付ける際に、ご本人に直接お伝えします。悩みが大きくなる前に、まずはお気軽にご利用ください。

相談日(相談時間は1時間程度です。祝休日・年末年始を除く)	9:00	10:30	13:30	15:00
毎週木曜日	○	○		
第1水曜日			○	○
第3水曜日			○	○

電話にて予約受付中
予約受付 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時
予約・問合せ先 市民協働課 ☎054(626)1178(直通)

ワンポイント基礎用語講座 「ドメスティック・バイオレンス(DV)」 夫婦や恋人など親密な関係にある(あった)男女間の暴力がDVです。身体への暴力だけでなく、言葉や態度による精神的な暴力も含まれます。それらの暴力は単独で起きることもありますが、実際にはさまざまな形の暴力が複雑に重なり合って起こっています。