



編集ボランティアのページ

●担当編集ボランティア／森 勝己、築城基裕、岩下茂子、石井恵子、東丘美子、小池涼子

2010年2月 母(55才)が介護を必要とする身体になりました まだまだ新米の介護生活1年生の私(29才)弟(26才)です

突然ですが、皆さんには介護をする、もしくは介護をされた経験はありますか?どちらもないという方は万が一にもそんな日が来た時の生活について考えた事はありますか?

近年「介護疲れ」が原因とみられる事件の報道をよく耳にしますが、高齢化が進む日本ではもはや他人事ではないかもしれません。

近年に家族や親族による「介護疲れ」を原因とした殺人、心中、介護放置などで死に至る事件が高齢者だけで少なくとも400件以上発生し(2009年東京新聞参照)、今も増加の一途を辿っているそうです。

「介護疲れ」は介護をする側だけではなく、される側にもきっとあります。先日仕事を終えて帰宅すると、母から一枚の手紙を渡されました。そこにはたどたどしい字でこう書いてありました。「おかあさんをハチ(母が大切にしている犬のぬいぐるみ)といっしょにきそ川にきてください。さむいからダンボールかブルーシートだけ買ってくられますか。ハチといっしょならさみしくないからね。もうめいわくかけません。」母も同じように苦しんでいるんだ…。それに気付いた時、涙をこらえる事は出来ませんでした。私達家族3人にとってこの1年は毎日が手探りで、そして戦いでした。正直全てを投げ出してしまいたいと何度も思った事でしょう。でも、投げ出した先に未来という光は見えるのでしょうか?

どうか「介護疲れ」による悲しい報道がなくなりますように…日々そう願いながら、私達家族の介護生活もいよいよ2年生に進級です。

毎回「はじめまして」でも… これからも傾聴ボランティアを続けて

私が傾聴に興味を持ったのは、編集ボランティア委員として関わるようになったことがきっかけです。広報紙で見つけた傾聴ボランティア講座を受講後、老人介護施設へお邪魔するようになって早や2年が過ぎました。初めて施設を訪れた時は、見かけない私を見て不思議そうな顔をされるお年寄りに「こんにちは」と挨拶することで精いっぱい。また、お話を聴かせていただく方の健康状態も三者三様で最初のうちは戸惑いました。なかなか口を開いてくれない方とはどうしていいかわからず隣に座っているだけで終わってしまったり、途中で不機嫌になって黙ってしまわれた時は自分が原因ではないかと落ち込んだり…。

それでも、同じボランティアの人のアドバイスを聞いたり、いろいろ迷ったりしながら今まで続けてきたわけですが、先日、施設の方からこんな言葉をいただきました。

「いつも夕方になると気持ちが不安定になる方も、ボランティアの皆さんに来ていただいた日は不思議ですが落ち着いていらっしゃいますよ。」

少しでも傾聴の効果があるのなら、とても嬉しいことです。

私は月に1回の活動なので、何度もお話を聴かせてもらっている方から「あなたと話をするのは初めてだね」と言わされて寂しい時もありますが、帰り際の「また来てね」という言葉はやはり嬉しいものです。これからもボランティアを続けていこうと思う瞬間です。



「介護初心者」としてのレポート1

最近、私の職場でも、親御さんの介護についての話がちらほら出るようになりました。実際にはもっとたくさんの人が、親の介護に向き合っていることだと思います。

実家の団地でも、いわゆる「老老介護」のご家庭や、両親の介護のために働き盛りで会社を退職なさった男性などもいらっしゃいます。

自身も、親元から離れて住んでいることもあります。もし両親に介護の必要が生じたら、まず何かしなくてはいけないのかという、初步の初歩ともいえる知識は皆無です。そして、もし看てくれる人がみつからなかったら、仕事を辞めることまで考えなくてはなりません。

上記のケースは、決して他人事ではないのです。

介護という状況に直面したとき、どんな行政サービスがあって、それをスムーズに利用できるよう相談できる窓口はどこか等、簡単に知ることができる保存版冊子のようなものを作成していただき、各家庭に配布してもいいのでは、と思います。もちろん介護を受ける経緯は人それぞれ違うはずなので、単純にマニュアル化することは難しいのは想像できますが。

介護に関する知識ゼロの私が、「もし自分が介護をすることになったらどうしたらいいのか」というテーマで、これから紹介していきたいと思います。

『介護と暮らし』実録体験レポート5 ～何とか猛暑を乗り越えたものの…～

前回までの連載に引き続き、私の父の介護生活の紹介を通して、“介護”生活について思案したいと思います。お付き合いくださいれば幸いです。

「要介護2」の認定を受けて、早1年半が過ぎようとしています。(2010・12月現在) そろそろ来年の要介護更新申請～調査～決定の時期になりました。

週1回のデイサービス（入浴含む）と週2回ホームヘルパーによる家事支援も、まもなく1年が経つことになります。この夏は歴史的な猛暑で、かなり心配していましたが、何とかギリギリですが乗り越えることができました。（神様に感謝！）

また、寝床の「おねしょ」も夏中ほぼなかったことは意外でした。（本当に助かりました）しかし、安心しているのも束の間、11月頃より、朝晩冷えてきた影響からか？徐々に衰えていく過程か？昨今、急速にまた「おねしょ」率が上がり、布団が濡れていない日の方が少なくなりました。（オムツをついているんですが…トホホ）

普段仕事に出ていた私は休みの日くらいしか世話ができず、毎日父の家を訪れて世話をしている妻に感謝です。来年はようやく一番下の娘が保育園に行く年齢になります。

最悪何とかそれまでは、今以上の悪い状態にならないように祈るばかりです。
世の中の被介護者を抱えているご家庭の方から見れば、今の我が家は多分「序の口」なのでしょう。（今後はわかりませんが…）世間では介護にまつわる家族間の事件や事故が益々増えています。私も正直なところ理解できる部分がたくさんあります。

ここ最近は自身の仕事もかなり多忙で、介護の世話については今まで同様に、公共サービス等にもお世話になりながら、何とかできる範囲でその時その時で精一杯やっていくことしかないとっています。私や妻が潰れてしまえばどうしようもありません。今後も、これが私自身の介護に対する基本ポリシーです。皆様はどのように思われますか？

では皆様、お体、お心をご自愛されお過ごしください。ではまた。