

くらしナビ ライフスタイル

15年戸惑い転じ慈しみに

家族 2016

介護のとき

1

高齢化が進み介護が大きな社会問題になってきた。家族介護が始まると生活は一変し、大切な人との絆が揺らぐ時すらある。人の輪やITによる支援システムが築かれつつある今、どんなサービスが頼りになるのか。家族はどう変わっていくのか。連載企画「家族2016」第2部で探った。

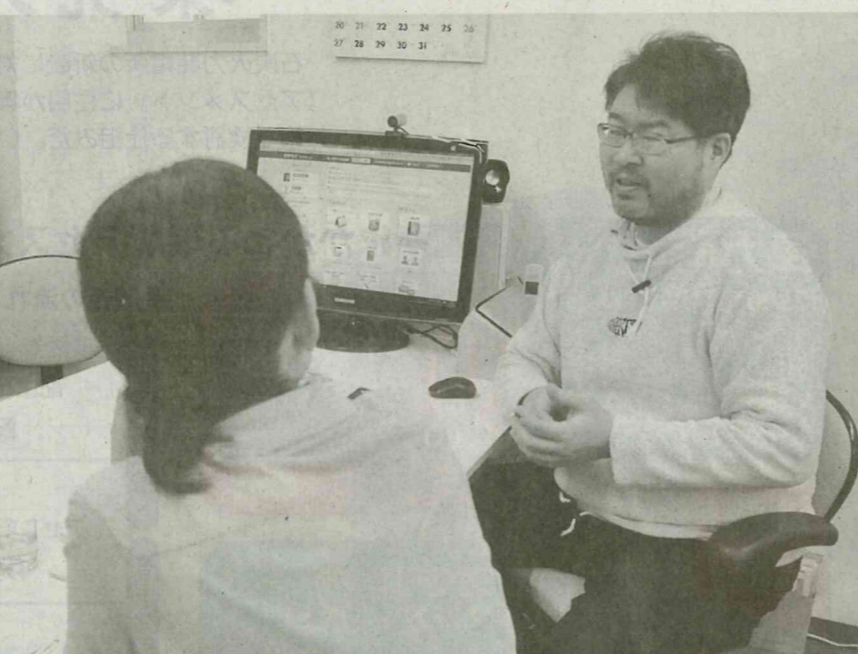
●叫び声を上げる母

激しい叫び声は、とても母のものと思えなかった。

「すべてを失ってしまっただ」。2001年、大阪府で暮らす横井孝治さん(49)に母(当時65歳)が電話をかけてきた。大学に進んで親元を離れてから、毎週電話をして近況を話してきた。実家に行く

と母はやせ細り、家も散らかっている。「家中にカメラや盗聴器が仕掛けられている」とおびえた様子で訴えた。何が起きたのか、とまどろばかりだった。きれいな好きで、父が入院した時も気丈に看護したしっかり者の母。一人っ子の横井さんを大事に育ててくれた。病院は老年期の精神障害と診断した。

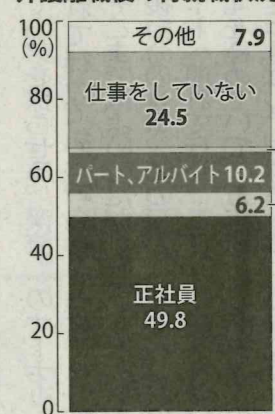
横井さんは当時パソコンで勤務し、妻と幼稚園に通う長女と3人暮らしだった。有給休暇を取り、大阪から母のいる三重県に赴いた。出張先の東京都内から実家に向かうこともあり、移動中の新幹線



遠距離介護を経験し、「おやろぐ」を運営する横井孝治さん(右)と話すおやろぐ利用者―大阪市都島区で、西田真季子撮影

●「離職後、再び正社員」半数以下

なぜ介護離職が生じるのか。三菱UFJリサーチ&コンサルティングが厚生労働省の委託事業として2013年、40〜50代の正社員2000人と同年代の介護離職者994人(離職前は正社員)にイ



ンターネットで行った調査によると、最も多かったのは「仕事と介護などの両立が難しい職場だった」で、約62%だった。離職しても必ずしも介護負担の軽減にならないことも多かった。離職後「非常に負担が増したまたは負担が増した」との回答は精神面で64.9%、肉体的面で56.6%、経済面では74.9%に上った。離職者のうち、再就職をはたし正社員となった人は49.8%。「仕事をしたい」との回答は24.5%に上った。中高年での介護離職が、失業や経済的困窮につながるリスクを浮き彫りにした。

線でパソコンを開いた。交通費が月20万〜30万円に上ったこともあった。一人くつろぐ時間も家族に向き合う余裕もなく、娘が寝付く時にたまたま絵本を読む程度だった。転機は、海外への異動話だった。横井さんが携わったプロジェクトが成功し、社から欧州への赴任を打診された。だが見知らぬ土地に親を連れていくことはできない。悩んだ末に退社し、知人の会社に勤めた。自分の介護の体験を広く世の中に届けたい。そんな思いが募り06年、介護情報サイト「親ケア.com」や介護に携わる家族の情報共有ツール「おやろぐ」を運営する「コミュニケーション」(大阪)市)を起業した。

●異動話を機に起業

「おやろぐ」はメールアドレスを登録すれば、最大9人の親族で介護スケジュール▽体温や血圧の記録▽介護日記▽1斉連絡―などを共有できる。利用料は被介護者1人につき1年で6000円だ。

「おやろぐ」を約2年間利用する女性(48)は、同居する義理の母(85)の介護をしている。女性が主に使っているのは「介護日記」だ。義母の様子が普段と違う時などに、日記に書き込む。手書きのノートと異なりいつでも複数の人が読めるうえ、キーワードを入れて検索できる。義母の世話をした経験が浅くても、情報が共有できる。女性は「関わる家族みんなが知っていると思うと、心の負担が軽くなる」と話す。ささいな変化を言葉にするのは難しいが、介護の世界では情報の共有が大切だ。介護日記なら「チームの一員として、協力しやすい態勢がつくれる」と横井さんは分析する。日記には、横井さんならではの工夫も凝らした。六つある日記カテゴリーに「楽しかったこと」という項目を入れたのだ。横井さんは「介護が楽しくてたまらない」といふことはないけど、悲惨なことだけが毎日あるわけではない。一日の中で一つでも楽しいことがあったら頑張れると思う」という。慈しみの気持ちに変わりました。

●天職教えてくれた

遠距離介護から介護離職をした横井さんは、「我が子にやらせたくないようなつらい介護はしない方がいい」という。認知症の親は、冷静な判断ができなくなった状態だと考えている。「その親の言うとおりにするのが必ずしも親孝行ではない。子どもが大変にしているものを奪った

大阪恋々

この春中学に入学したばかりの孫が「僕、東京の大学に行きたい」と言う。「大阪にもいい学校があるよ」と言いながら、昔、娘も大学受験や就職でしつこく東京行きをねだったことを思い出した。なぜそんなにも人は東京にあこがれるのだろうか。

私が子どもの頃、遊び場だった古墳に登って四天王寺さんに沈む夕日を眺めては、「大阪ってええところやな」と思ったものな。

女の気持ち

2016.5.11

確かに政治経済の舞台が東京中心となり、取り残された感はないが、それは時代の成り行きである。400年前、大坂の陣に負けさえしなければ、大手前あたりに国会議事堂が鎮座しただろうと、今はやりの真田丸の戦跡を巡りながら、歴史の私はずらめしく思うのである。幸村ならずとも、古来、大阪の反骨精神は「家康嫌い」「なにくそ東京」「アンチ巨人」と決まっている。だから弱いタイガースを応援してきたのだろう。その大阪にも最近、変化が起きている。近隣国から爆買いの

食卓の一品

トマト入り肉ジャガ

1人前 382kcal、塩分 2.7g

トマトのほのかな酸味とうまみ加わった肉ジャガです。トマトの皮は火が通るとはがれるので、そのとき取り除いてもかまいません。

《主な材料》(2人分)豚こま切れ肉100g▽ジャガイモ200g▽タマネギ1/4個▽ニンジン1/2本▽トマト150g▽酒カップ1/4▽A(だし汁カップ3/4、砂糖・みりん各大さじ1 1/2、しょうゆ大さじ2)▽サラダ

油小さじ2 《作り方》 ①ジャガイモは四つに切って水にさらす。タマネギはくし形切り、ニンジンは乱切りにする。 ②トマトは皮をむいて縦四つに切る。 ③サラダ油を熱して豚肉を炒め、①の野菜もさっと炒めたら酒をかける。②、Aを加え落としぶたをして20分煮る。 料理研究家 川津幸子