

うらやす P-Life

ひとひと 女と男が認めあい、共にかがやくまち・うらやす

vol.12

2014年
9月

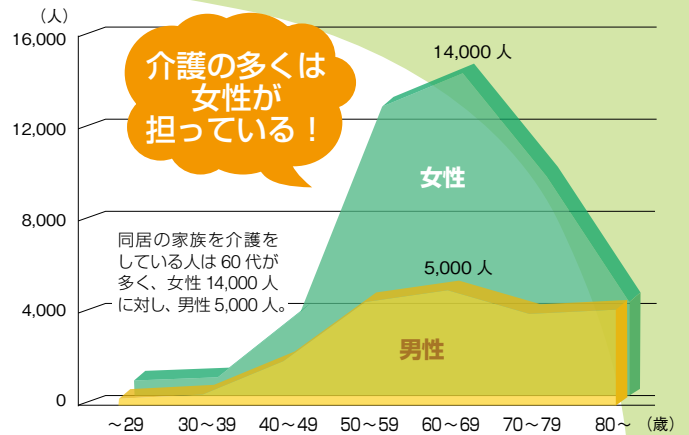


男女共同参画ニュース
男女共同参画センター ルピナス

P-LifeのPとは
Personality (個性・人格)を尊重する
Positive (積極的)な生活に
Plus となる情報紙という意味です。

高齢化社会を迎え、介護を必要とする人の数が増えています。これまで、多くの場合、女性が介護を担っていましたが、今や、男性が自分の妻や親を介護することも特別なことではなくなってきています。ときには仕事と介護の両立に悩む男性も見られるようになってきました。性別にかかわらず誰もが担う可能性がある介護。今号では、戸惑いながらも実際に介護と向き合っている市民の方や、男性が介護をすることについてくわしい専門家に話を伺いました。

要介護者 10万人に対する同居の介護者数 (平成 22 年度)



介護の多くは女性が担っている！

同居の家族を介護をしている人は60代が多く、女性14,000人に対し、男性5,000人。

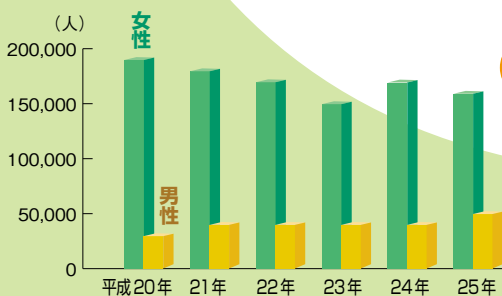
出典：「男女共同参画白書平成 26 年版」(内閣府)



特集

男性が介護をするとき

介護・看護が理由による離職者数推移



介護を理由に仕事を辞めた男性が増えている！

介護を理由に離職した人は女性が多いが、平成 24 年から 25 年は男性も少し増えている。

出典：「男女共同参画白書平成 26 年版」(内閣府)

◆市民インタビュー

親を介護することになって
齋藤 哲さん

妻を介護することになって
武元弘文さん



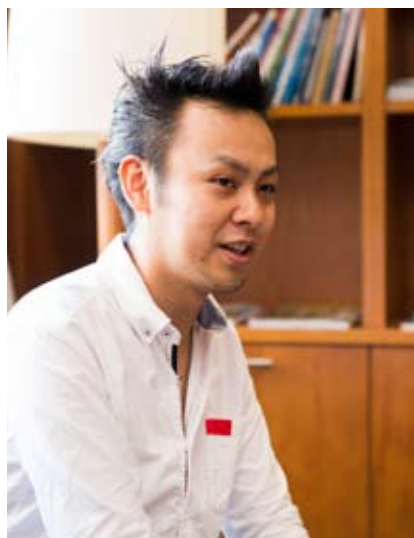
専門家に聞くー 根岸貴子さん
男性の介護を応援しています

特集 男性が介護をするとき

市民インタビュー

親を
介護すること
になって

介護は 親子関係を見直し、 地域を知るチャンス



齋藤 哲さん (34歳)
オムソーリ・プロジェクト代表
会社員

浦安市内で認知症家族の会「オムソーリ・プロジェクト」の代表を務める齋藤さん。「認知症から家族を守る分かち合い社会の実現」をめざし、2013年8月に団体を立ち上げた。きっかけは父親が認知症と診断されたこと。診断の数年前から、少しおかしいと感じることはあったが、年のせいだと思っていた。この診断がきっかけで、齋藤さんは親と向き合うようになる。平日は会社勤めがあるが、ひとりにしておく症状が悪化してしまうため、食事をいっしょにとったり、仕事が休みの週末は、できるだけ父親と過ごす。

「仕事が生きがいの母親に介護をまかせっきりにする訳にはいかない」と思いながらも、齋藤さん自身「仕事を辞めなければダメなのか」と考えることがあった。しかし、認知症や介護について調べる中、「介護離職」には経済的に苦しくなる上に、精神的にも追いつめられるなどのリスクがあることを知り、母親も自分も仕事を辞めずに介護をしていく選択をした。今では仕事の合間をぬって、父親の居場所でもあり、介護の体験を分かち合う場である「オムソーリ・プロジェクト」の活動もしている。

生まれたときから浦安に住んでいたが、市外の学校に通い、地域では人とのつながりが少なかったという齋藤さん。活動を通して「今ではたくさんの仲間ができました。父親のことも知ってもらい、安心感が増えています」。月に1度開催している「オムソーリ・カフェ」には、認知症の方、介護をしている家族、地域の相談員、市の専門職員など、さまざまな人が集まり、笑顔にあふれ、みんなリラックスした時間を過ごしている。父親と自身のために始めた活動が今では地域の人に元気と安心を与えている。



妻を
介護すること
になって

介護で 知らなかった世界が ひらけた



武元弘文さん (79歳)
NPO キラキラ応援隊
(高齢者在宅療養家族の相談支援)メンバー

武元さんが認知症の妻、泰子さんの介護を始めたのは、定年退職をして数年経った頃だった。それまでは、仕事一筋だった武元さん。単身赴任をしていたときは、思春期だったふたりの息子の子育ても妻にまかせっきりだった。「泰子がいたから仕事に専念できました。今度は自分が支える番」と、武元さんにとって妻を看るのは当然のことだった。

しかし、一日のほとんどを仕事に費やした武元さんにとって、浦安は家があるというだけの場所だった。妻の症状は悪くなる一方、介護について、誰に相談すればいいか、介護保険でどんなサービスを受けられるのか、どこで手続きをすればいいか、何もわからなかった。

ようやく辿り着いたのが、地域包括支援センター。そこで、介護についてのあらゆる情報を手に入れることができた。今では地域包括支援センターが開催する「はーとなーサロン」(浦安市認知症家族交流会)のアドバイザーとして、自身の介護体験を話し、同じような悩みを持つ人を勇気づける。

約3年間、自宅で介護をした武元さん。今は特別養護老人ホームに入所した妻を毎日訪ねている。まさか、定年退職後の人生に「妻の介護」があるとは思っていなかったそうだ。「でも今は妻に恩返しができる」という。その経験を地域活動に活かし、参加している団体「キラキラ応援隊」では、小学生に認知症について伝える活動や講演会などを行っている。「地域でも必要とされて、生きがいを感じています。これも泰子のおかげ」と笑顔で話してくれた。

男性の介護者へのメッセージを聞いてみた。「我々世代の男が介護をすることは、難しいことだと思いますが、楽しくなければ介護じゃない！それを言い続けていきたいですね」。

インタビュー

専門家に聞く



男性の介護を 応援しています

根岸貴子さん
了徳寺大学
健康科学部看護学科 准教授

◆男性の介護者についてどのような研究をしていますか？
数年にわたり妻を介護している男性に介護継続について、インタビューをしています。近年、男性の介護者が増えています。男性の介護スタイルは確立されていません。男性の特徴として、ひとりで抱えてしまいがちで、限界までがんばってから相談するケースが多いようです。「男性の介護」の肯定的な面を提示することで、介護を生活の一部として捉え、夫婦が住み慣れた家で長く過ごせることにつながればと考えています。

◆男性が介護をするということ
男性は物事をマネジメントする力を仕事を通して培っています。学習能力や問題解決能力が高く、成果を上げる方法を知っています。それは、介護についても発揮される場合が多いです。ただ、相談をしたり、他人に頼る場面が少ないようです。第三者の視点が入ると、もっとよい介護になるのにと感じることもあります。

◆「介護」は生き方そのもの
妻や親・きょうだいなど、身近で介護するべき人がいる方は、「人生の中に必ず介護があること」を忘れずにいてほしいと思っています。「自分にはできない」と考えていても、突然始まることがあります。決して他人ごとではありません。介護はマイナス面ばかりに目が行きがちですが、介護をやりきった人の満足度はとても高く、その介護を見ていた子どもや孫にもよい影響があると言われています。どういった介護をするかは、その人の生き方そのもの。介護保険制度や民間の支援など、たくさんの社会資源を活用することも忘れずに、男性のよさを思う存分発揮した介護を期待します。

地域包括支援センター (ともづな)

高齢者が住みなれた環境で、自分らしい生活を継続するため、介護・福祉・保健・医療などのさまざまな支援を行います。浦安市には2か所あります。

猫実地域包括支援センター	☎ 047-381-9037 猫実1-2-5 健康センターB1	当代島・北栄・海楽・猫実・堀江・東野・舞浜・富士見
新浦安駅前地域包括支援センター	☎ 047-306-5171・5172 入船1-2-1 新浦安駅前プラザマーレ内	美浜・入船・今川・富岡・弁天・高洲・日の出・明海・港・鉄鍋通り・千鳥

男性介護者と支援者の全国ネットワーク

男性介護者と支援者の全国的なネットワークづくりや、介護する側もされる側も安心して暮らせる社会をめざして、男性介護者の会の支援活動や交流、情報交換をしている団体です。サイトでは介護に関するニュースやさまざまな介護体験談などを読むことができます。➡ <http://dansei-kaigo.jp>

女性プラザから 男女共同参画センター 「ルピナス」へ



愛称の「ルピナス」は、たくさんの応募の中から決めました。ルピナスの花言葉は、「多くの仲間」「いつもあなたといっしょ」、多くの人と交流ができる拠点となるよう願いが込められています。

◆男女共同参画センター ルピナスのイベント◆

「子育てがラクになる女性学講座」 (3回連続講座)

保育あり

子育てに追われる毎日。社会から孤立したように感じるのはなぜ？
講義やワークショップを通して、自分らしく生きることについて考えてみませんか。

日時：10/7(火)、10/14(火)、10/28(火)
10:00-12:00

講師：加藤千恵氏
(東京女学館大学国際教養学部教授)

場所：文化会館3階 中会議室

著書に「図説 変わる家族と乳幼児」「女性学
キーワード」ほか多数

対象：市内在住・在勤の子育て中の女性20名

ヒューマンフェスタうらやす

受付開始9/16(火)

講演会「出会いの人生から学んだこと」

講演会や市内中学生による人権作文コンテスト入賞作品の朗読を通して、人権の大切さについて、今一度考えてみませんか。

日時：11/1(土) 13:30-15:30
場所：市民プラザ Wave101 多目的大ホール

講師：菊地幸夫氏(弁護士)
日本テレビ「行列のできる法律
相談所」「スッキリ!!」に出演



インフォメーション
カフェ(Ⅲ)

「パパと一緒に手作りおもちゃでGO！」

受付開始10/15(水)

パパオリジナルのおもちゃを手作りし、お子さんと一緒に遊みましょう。育児の楽しさ再発見！

日時：11/29(土) 13:30-15:30
場所：市民プラザ Wave101 市民サロン6
対象：市内在住・在勤の父と子(1-3歳)15組

講師：永田陽子氏(臨床心理士)
NPO法人子ども家庭リソースセンター理事と
してカナダの子育て支援の紹介に力を注ぐ。

※インフォメーションカフェとは…身近で役立つ情報をセミナー方式で実施する講座です。

お申し込みなど詳しいことは… 男女共同参画センター ルピナス

TEL 047-351-1111 (内線1050-1051) FAX 047-353-1145 MAIL danjyo@city.urayasu.lg.jp

男女共同参画センター ルピナス information

開所時間

月～金 8:30～17:00
(土・日・祝・年末年始休み)

男女共同参画センター ルピナスでは、「相談」・「講座」の開催や図書の出し入れ等を通じての提供、「市民の交流・ネットワークづくりの支援」をしています。

相談

女性が抱えるさまざまな問題を自ら解決するための支援をしています。

- 女性のための相談(予約制)
毎週 月・火・木 10:00～16:00 ※このうち3回は 14:30～20:00
第2水・第4金 14:30～20:00
- 女性のための法律相談(予約制・月2回)
人権に関するさまざまな問題について、法務大臣から委嘱された人権擁護委員が相談に応じます。
- 人権相談
毎月 第2月 13:00～15:00

個室で相談が受けられます▶
(※秘密は守られます)

相談室

