

日本の高齢化率が上昇を続けています。内閣府の高齢社会白書（2018年度）によると、我が国の総人口に占める65歳以上の人口の割合を表す高齢化率は、27.7%で、4人に1人が高齢者だということになります。高齢者の増加にともない、介護保険制度で要介護又は要支援の認定を受けた人も大幅に増加しています。誰もが無関係であるとは言えない介護の問題について、男女共同参画の視点から考えてみました。

## 介護者による虐待

介護が必要な人の増加で、介護者（家族等）による虐待が問題になっています。通報を受け、虐待と認定される件数も増えています。厚生労働省の調査によると、虐待を行った介護者の続柄は、息子が40.5%で最も多く、次に夫が21.5%、娘17.0%となっています。虐待の発生要因は、介護による疲れ・ストレスが27.4%で一番多く、介護者の障がい・疾病が21.3%、経済的困窮が14.8%です。（厚生労働省：平成28年度「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況に関する調査結果より）

介護に関係する事件の加害者の約7割が男性だという調査結果もあります。（日本福祉大学湯原悦子准教授の調査【毎日新聞2016年2月14日東京朝刊】）

在宅で介護を担っている人の7割が女性ですが、介護事件の加害者の7割が男性だということは、慣れない家事や介護で疲れやストレスを溜め、追い詰められていく男性が多いということです。

男女間の役割分担の固定概念を超えて、男性も料理や掃除などができれば、介護する生活はもちろん、自分自身もより豊かな暮らしが送れるのではないのでしょうか。



## 介護で離職しないために

介護のために離職をするとキャリアや仕事の人脈を手放すことになり、離職期間が長引けば年金額や再就職にも影響が出ます。離職しないためには、早めに準備することが大切です。介護は一人で抱え込まず、職場や周りの人の協力を得て、プロの助けを借りましょう。

会社は育児・介護休業法に基づき介護を支援する制度の整備が義務付けられているため、まずは就業規則等をチェックしましょう。また、地域包括支援センター（芦屋市における「高齢者生活支援センター」）が、公的介護保険サービスの利用等、高齢者の多様な相談に対応する地域の拠点となっているため、まずは相談をしましょう。

高齢者生活支援センターについてはこちらへ▶



## 介護中心の生活ではなく人生の先を見て

親の介護をする子の年齢は40代～50代。働き盛り、子育て真っ最中の年代です。介護サービスの利用計画を立てる際に、ケアマネジャーなどに家族の意向を尋ねられたら、「一人でトイレに行けるようになって欲しい」「病気や怪我なく過ごして欲しい」という要望とともに、介護する人自身の数年先の暮らしを見据えて、「子どもが中学校に入ったら仕事に出たい」「介護が始まって、仕事は辞めずキャリアを積みみたい」など、思いを具体的に伝えることも大切です。



## 知っておきたい 身近な相談先

芦屋市では、介護や健康、福祉等の高齢の方の生活に関する身近な総合相談窓口として、市内4ヶ所に「高齢者生活支援センター」が設置されています。

介護のこと等お困りのことがあれば、まずは気軽に相談してみましょう！



(出所) 厚生労働省「雇用動向調査」より大和総研作成

名称	住所	連絡先	担当地区
● 東山手 高齢者生活支援センター	芦屋市朝日ヶ丘町6-9	TEL 32-7552 (直通) FAX 22-0339	六鷲荘町・岩園町・楠町 翠ヶ丘町・親王塚町 朝日ヶ丘町・栗山町
● 西山手 高齢者生活支援センター	芦屋市山芦屋町9-18 (アクティブライフ 山芦屋内)	TEL 25-7681 (直通) FAX 25-7687	奥山・奥池町・奥池南町 山手町・山芦屋町・東芦屋町 西山町・三条町・月若町 西芦屋町・大原町・船戸町 松ノ内町・業平町・上室川町 三条南町・前任町・清水町
● 精道 高齢者生活支援センター	芦屋市呉川町14-9 (保健福祉センター内)	TEL 34-6711 (直通) FAX 31-0674	茶屋之町・大樹町・公光町 川西町・津和町・竹園町 精道町・浜芦屋町・伊勢町 松浜町・平田北町・平田町 打出小幡町・宮塚町・若宮町 密川町・浜町・西密町・呉川町 春日町・打出町・南密町・大東町
● 潮見 高齢者生活支援センター	芦屋市潮見町31-1 (あしや富楽苑内)	TEL 34-4165 (直通) FAX 31-3714	若葉町・緑町・潮見町 高浜町・新浜町・浜風町 陽光町・海洋町・商浜町 涼風町

※高齢者生活支援センターは、芦屋市が委託する、ご高齢者やそのご家族等のための総合相談窓口です。各受託法人施設内に設置していますが、公的な機関ですので、あしんしてご利用ください。

## 人としての尊厳を守るために

介護をしていて、一番つらいのはどんな時でしょうか。相手を人として扱っていないと気づく時ではないでしょうか？何度言ってもこちらの気持ちをわかってくれない時。一度はこの人のために介護を引き受けようと思ったのに、気づくといつまで介護が続くのかと考えてしまっている時。

家族だけで介護を抱え込んでいると、どんな人でも限界が来ます。そんな時は行政や高齢者生活支援センター等に相談し、介護サービスをうまく使しましょう。そして、プロの技を参考にしましょう。

特に、認知機能の低下した人に対するケアの方法を知っていると、役立ちます。まず、こちらの存在を認識してもらうために、視線をつかみに行きます。そしてすぐに、穏やかに話しかけます。触れるときは、広い面積でゆっくりと優しく触れます。友人に対するときと同じように接し、合意を得てからケアします。（参考資料『ユマニチュード入門』医学書院）

人が尊厳を保っていくためには、その人を変えようとするのではなく、相手の思いを大切に扱うことにより、信頼関係を築くことが大切です。

## ★体験記★ 介護保険の認定調査を受けて気がついたこと

生活を共にしてきた妻が亡くなり、一人暮らしに不安を感じて介護保険の申請をした。申請した後、訪問調査日の調整をし、自宅に調査員の方が来てくれた。身体機能、生活機能、認知機能、精神・行動障害、社会生活への適応、特別な医療の6項目、合計74にわたる調査項目について聞き取り、確認をされる。その後審査・判定を経て最終的な結果が出される。

印象に残ったのは、「今の季節は何か」や「今日は何日ですか」などという認知機能を確認する質問があること。そして身体機能についての質問で「出来るか」「出来ないか」と問われると、人間の心理かもしれないが、何か出来るかと答えてしまう。実際に調査を受け、介護保険の審査の過程を知るとともに、自らの現状を正確に伝えることの難しさも感じた。

印象に残ったのは、「今の季節は何か」や「今日は何日ですか」などという認知機能を確認する質問があること。そして身体機能についての質問で「出来るか」「出来ないか」と問われると、人間の心理かもしれないが、何か出来るかと答えてしまう。実際に調査を受け、介護保険の審査の過程を知るとともに、自らの現状を正確に伝えることの難しさも感じた。



【芦屋市HP】  
介護保険サービス  
利用までの流れ

さいごに・・・

介護した人は、介護のされ方も上手だという話を聞きます。介護をするのもされるのも、誰にでも起きる、ごく身近な問題。多くの人がある「道」です。男性も女性も、家事のスキルと同様、介護のスキルを身につけて、ごく自然に介護し、介護される社会になればいいですね。