

あの・なはん

No.85

あの・なはん 盛岡弁で「あのねえ」と呼び掛けることば

「あの・なはん」はボランティアの「あの・なはん編集委員会」が編集しています。担当：男女共同参画青少年課 ☎626-7525

支え合う
介護

進む高齢化

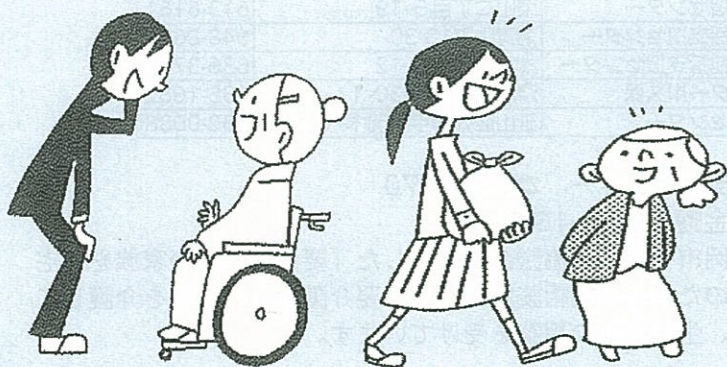
盛岡市の高齢化率※1は、平成18年に19.3%だったものが、25年は23.4%となっており、全国、県ともに高齢化が進んできています（グラフ1）。

高齢化の進行に伴い、要介護※2（要支援）認定者数が年々増加し、平成25年は65歳以上の19.0%が介護が必要となっていて、18年と比較すると約1.4倍になっていることが分かります（グラフ2）。

また、盛岡市統計書により、平成25年の人口と世帯数から算出した1世帯当たりの人数は約2.3人となっていて、昭和30年に4.9人だったものが年々減少。かつての大家族のようにみんなで介護をしていた時代と異なり、同居している配偶者や子どもに頼らざるを得ない状況も多くあります。

※1 65歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合

※2 負傷・疾病または身体上もしくは精神上の障がいにより、2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態



誰もが介護を担う時代

右のグラフ3は、厚生労働省の「国民生活基礎調査」から、介護時間が「ほとんど終日」の場合の同居している主な介護者の割合を表したものです。

これを見ると、介護者は女性が約7割と多いですが、男性の介護者も、平成22年が27.2%だったのに対し、25年は31.3%と増加しています。

また、男女ともに配偶者が介護する比率が高く、次いで子どもとなっています。これからは、家族の状況に関わらず、誰もが介護を担う時代になってきています。

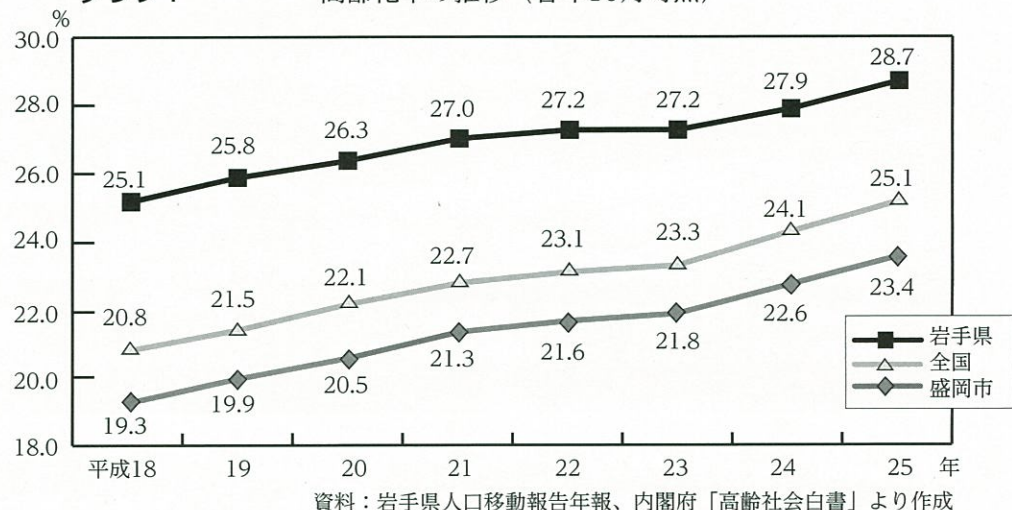
核家族化が進んでいる現在、同居家族が少ないため、家族内で協力し合える体制がなく、仕事と生活を維持することが難しくなっているのではないのでしょうか。

内閣府の平成26年版高齢社会白書によると、平成25年には高齢化率が25.1%を超え、4人に1人が高齢者という時代を迎えています。

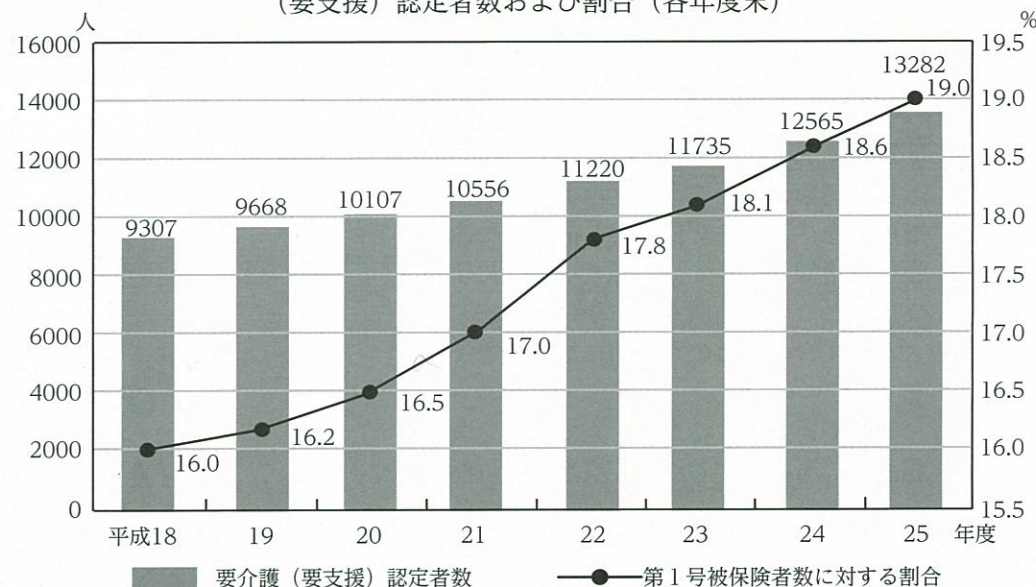
少子化や核家族などの社会背景や、高齢者が高齢者を介護する「老老介護」など、個々の課題を抱えて介護を行わなければならない時代になってきています。

今回は、介護と仕事や生活との両立について考えました。

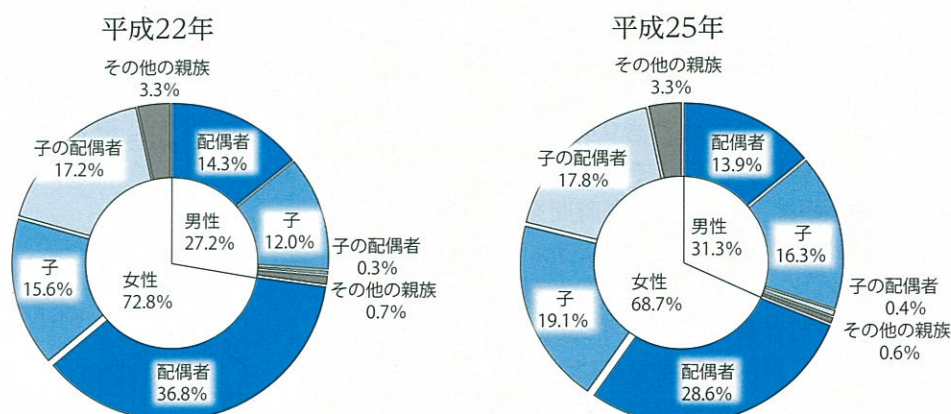
グラフ1 高齢化率の推移（各年10月時点）



グラフ2 第1号被保険者（65歳以上の人）における要介護（要支援）認定者数および割合（各年度末）



グラフ3 介護時間が「ほとんど終日」の同居の主な介護者割合（男女別）



インタビュー

母親の介護をしている中野正志さんに話を伺いました。



中野 正志さん

(60代) = 西松園 =

物忘れの気づき

1人暮らしの母が物忘れをするようになり、行動がおかしいと感じることがありました。年をとればこんなものかと思っていました。

しかし、ある日ゴミ出しに行った母が家に帰れなくなり、近所の人が家まで送ってくれたという出来事がありました。また、ありもしない葬儀に代理で出席するように母から言われたこともあり、不安になってかかりつけ医に相談し、総合病院で診てもらったところ、認知症の診断を受けました。

認知症は病気

当時は「痴ほう」という言葉を使っていた時代ですが、敬愛する母が変わっていくことを受け入れることができず、認知症という病気の内容を納得するまで時間がかか

りました。

また、認知症について詳しく知りたくても、聞く場所が分からず、やっと探し当てたのが認知症対応型のデイサービスセンター「第二のわが家」でした。間もなく、母の週2回の通所が始まりました。母の変化に気付かなかった申し訳なさや悔しさがいつもあり、自分で母を介護すると決め退職しました。

家族会の立ち上げ

認知症にはさまざまな症状があります。そのため、介護をしている中で分からないことがたくさんありました。また、同じ悩みを分かち合うことも必要だと感じていました。そうした気持ちからデイサービスセンター内に「家族会」を立ち上げました。当時の家族会は7割が女性で、男性は3割ほどでした。月に1回交流の会を開催し、みんなで悩みや不安を打ち明け励まし合って、心身のリフレッシュにも効果を発揮しました。

再就職した今

母は症状が進み、1年半のデイサービス通所の後、特別養護老人ホームへ入所し、間もなく私は再就職しました。今は、週2回母に面会に行っています。私のことはすっかり忘れていますが、私にとっては大切な親。笑顔で答えてくれるだけで良いと思い、いつもまっすぐ目を合わせて話し掛けています。

正確な情報の把握を

母が老人ホームへ入所してからも「家族会」に関わっています。私にとって介護は続いており、家族会は情報交換を含めて、心の支えとなっています。

高齢化が進む中、「介護」についての正確な情報を得て、その上で当事者に応じたケアマネジャー（介護支援専門員）や介護施設を選択する能力を持つことが大事だと感じています。

一人で抱え込まないで

誰もが最期まで自宅で自立した日常生活を営むことは理想ですが、現実にはいろいろな課題があります。介護はもはや同居家族だけではなく、男性であれ女性であれ、仕事を持っている、持っていないに関わらず避けて通れないものです。

少子高齢社会や核家族化などによる家族を取り巻く環境の変化など、高齢者のみの世帯も増加していて、介護サービスによる支援とともに、地域での声掛けや見守りによる支え合いもとても大切になってきています。

そして、介護する人も1人で抱え込まず、相談窓口を利用するなど、身近な人に話をしてみませんか。

介護に関する問い合わせ、相談はこちらへ

●地域包括支援センター

福祉サービスの説明や介護保険の説明、介護全般に関する相談業務などを行っています。

名称	所在地	電話番号
盛岡駅西口地域包括支援センター	盛岡駅西通一丁目2-2	606-3361
浅岸和敬荘地域包括支援センター	浅岸三丁目23-50	622-1711
五月園地域包括支援センター	東山二丁目5-19	613-6161
青山和敬荘地域包括支援センター	南青山町13-30	648-8622
イーハトーブ地域包括支援センター	本宮一丁目6-12	636-3720
地域包括支援センター川久保	津志田26地割30-1	635-1682
玉山地域包括支援センター	玉山区好摩字夏間木70-190	682-0088

●在宅介護者等相談支援センター ☎622-7570

相談受付 月～金曜 9時～16時

市の委託を受け盛岡市社会福祉協議会が設置した「要介護状態の家族を在宅で介護している方」のための専門相談窓口です。要介護状態の家族を介護している人の悩み、不安、生活全般の相談を受けています。

ご存じですか？

介護休業制度などは、家族の介護を行いながら仕事を続けることができる制度です。

家族1人につき93日間利用できる「介護休業」、単発で休みを取得できる「介護休暇」、1日の労働時間を短くする「短時間勤務」などがあります。家庭の事情に合わせ、このような制度を利用しながら、仕事と介護の両立を図っていきたいですね。

介護休業制度などについて詳しくは、岩手労働局雇用均等室 ☎604-3010にお問い合わせください。



男女共同参画青少年課からのお知らせ

男女共同参画について町内会などで学習会を開いてみませんか。開催する場合、無料で講師を派遣します。

詳しくは、市公式ホームページ内、中央公民館「学びの循環推進事業まちづくりコース」をご覧ください。中央公民館 ☎654-5366にお問い合わせください。

こちら編集室

インタビューを終えて、中野さんのお母さんに対する深い思いと、社会が必要としている介護についての問題に前向きに関わっている姿に胸を打たれました。