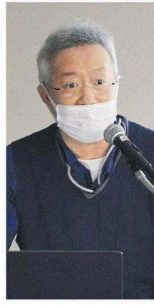


介護、育児 社会で支える

パネリスト4人が報告

ケアラ 心身に不調のある人の介護、看病、療育、世話、気遣いなどのケアを無償で行う家族、友人などの「連く」にむく心を配り、電話による、がんや精神疾患などの病気の家族を支援する「ケアラ」支援活動の一環として、北海道の2023年度に「ケアラ」支援活動の一環として、北海道に合わせ、北海道社会福祉協議会(札幌)は支援体制の構築のためケアラ支援推進センターを設置、市町村の事業策定の後押しや、福祉関係者への研修を通じて理解促進を図っている。

おわび 15日の「陽だまり」で「妻は亡くなったが、母親から教わった漬物を毎年漬けた」とあるのは「妻は、亡くなった母親から教わった漬物を毎年漬けた」との誤りでした。投稿を載記する際に誤りました。おわびひきこもりを訂正します。



■8050問題 ひきこもりの子が親介護 共倒れも

NPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク(札幌) 田中敦理事長

ひきこもり当事者や家族の相談支援を25年間続けてきました。ひきこもりの人の平均年齢は、KHJ(全国ひきこもり家族会連合会)の2023年度調査で初めて40歳を超え、42・8歳となりました。札幌市から委託を受けて開いている当事者・家族会の集団支援拠点「ひきこもり」は、子が50代になると参加人数が極端に減ります。親の足腰が弱くなり外出できなくなると、他の支援を利用していないケースも多いです。また、8050問題は親が子の世話をすると言われますが、逆に子が高齢の親を支えているパターンもあります。これは非常に見落されやすい。子どもが勝手に親を介護して共倒れ寸前だったケースもあります。ひきこもっている人は他人を寄せ付けず家に入れることを拒否するケースが多いです。具体的な支援に結びつけるには、ひきこもりの要因も支援方法も一人一人違つてを認識する必要があります。ひきこもりの〇〇さんではなく、その人らしさに着目して対等に関わることが大事です。



■ダブルケア 15年担い精神的負担を実感

Ka-ELLE(札幌) 野嶋成美代表

ダブルケアとは複数のケアが同時期に重なることを言います。代表例が育児と介護。問題となった背景には晩婚化や介護の長期化、地域や親戚関係の希薄化があります。他にも自身の体調不良やペットの介護が含まれます。私自身は両親の介護と育児を15年間担いました。長女だからと一人で責任を背負って孤立し、周りが敵を見えてきました。後にダブルケアという言葉を知って2017年にKa-ELLEを立ち上げ、周知活動をしています。ダブルケアの何が辛いのか。21歳の23年度の調査では、家事や身体的負担より精神的負担が最も大きいとの結果でした。世話を十分できないことで、自分を責める、命に関わるような選択を口々に迫られる、複数のタスクをこなす必要があるなどです。精神的負担は全てのケアに共通しますが、複数のケアを抱えることで問題が複雑化するのは、行政が縦割りでケアの種類により窓口が異なることで、相談を難しくさせていると知っています。



■若年性認知症 介護者6割以上うつ状態に

NPO法人北海道若年性認知症の人と家族の会(札幌) 森林美恵子副理事長

若年性認知症は65歳未満で発症する認知症の総称です。7割以上の人が退職または解雇された現状があり、経済不安が最も大きな問題です。不安や焦燥感から症状が進行することもあり、同僚や上司の助けを得て就労を継続できることが最善です。就労系障害福祉サービスの利用も少しずつ増えています。私たちの会では家族や当事者、男女別の集いの他、病気の介護方法、制度を学ぶ教室を開いています。介護者は6割以上がうつ状態になると言われ、特に配偶者に負担が集中します。「私もそうだった」という共感、「自分のやりたいことをやっていいんだよ」という心援を大切にしています。子ども世代の集いも開いています。親の姿が変わっていき姿を受け入れられなかったり、両親の争う姿を目にしてつらくなったりしても、友だちや先生には言えず悩むことが多いです。認知症という疾患について、それぞれの年齢に合った理解ができるような説明を医師から受けられることを望んでいます。



■ビジネスケアラ 仕事と両立 職場の理解重要

ワークサポートケアラマネジャー 秋場隆章さん

仕事をしながら家族の介護をするビジネスケアラは、2020年の262万人から30年は318万人になり、業務効率の低下などによる経済損失は9兆円に上ると推計されています。現在も介護離職は年間10万人近く、疲れて業務に集中できない、出張できないなどが理由に挙げられています。こうした離職を防ぐため日本介護支援専門員協会(果実)が22年に始めた認定資格がワークサポートケアラマネジャーです。企業と契約して従業員の就労継続を支援します。具体的には、介護保険制度の仕組みや介護休業の取り方など、両立支援制度を説明するセミナーを開き、従業員の相談を受けるなどしています。職場では介護などのプライベートな話題をへらんと感じたり、勤務評価への影響を心配したりする人も多く、職場の理解が重要です。時短勤務やテレワークも必要になるでしょう。来春は改正育児・介護休業法が施行され、両立支援制度の周知が事業主に義務付けられます。より良い環境が整うことを願っています。