

男性介護者へのメッセージ②

「語ろう・伝えよう男の介護、広げよう介護の仲間とつどい」

はじめに

平成27年度の男性介護者のつどい第1回は、私のストレス解消法をテーマとしての意見交換。

第2回は、九州各県から男性介護者や支援者が集まる、九州ブロック交流会へ参加した。



第1回男性介護者のつどいの様子（7月22日）

今は自分のことを考える余裕もない

最近近所から「奥さんよくなった？」と言われ

ることもあるが、家では何をすることも意欲がわかない状態。

妻が病気であると割り切れない自分もいて、とても戸惑っている。

自営業をしているので車に乗って妻と一緒に仕事をすることもある。

自分が寝込んだらこの先どうなるのだろうか不安がある。

今はストレス解消の時間をとる余裕すら考えられない。

昼間からビールを飲むことも

認知症で92歳になる要介護5の母を在宅で介護している。使える制度は最大限利用しているが、妻とは介護のため別居中。

私のストレス解消法は母がショートステイを利用している時に、庭を眺めながら、昼間からビールを飲むこと。

自分の時間を習い事に

妻は認知症かどうかはつきりしない状態。検査にはひっつかからなかったが、曜日がわからない、同じことを何度も繰り返すなどの言動があり、私自身いらいらすることも多々ある。

デイケアに週3日間通っているのですが、その日は太極拳を習いストレスを解消している。

参加した方の感想

・皆さんの活発な発言は参考になりました。今の気持ち再確認できました。

・初参加でびっくりしています。継続が大事です。皆さんご苦労されているのに、とても愛情に溢れ温かいと思いました。



第2回男性介護者のつどいの様子（10月24日）

介護のある暮らしや働き方を標準モデルに

内閣総理大臣が、介護離職を0にするという方針を打ち出したことで、介護休業中の給付金を引き上げる議論が行われている。

介護を排除して成り立つ社会ではなく、介護のある暮らしや働き方が社会の標準モデルになっていく必要がある。

なぜ今、男性介護者なのか

介護者全体の3割と言われる男性介護者は、介護事件の加害者となる可能性が高く、仕事、家事、孤立に悩み苦しんでいる。

この苦しみをなんとかしようとした人たちが全国にいて、男性介護者の会やつどいを開催している。

それぞれが小さな活動だが、とても意義のある活動であると思っている。

介護体験が今を生きる力に

男性介護者と支援者の全国ネットワークが発行している、男性介護体験記を読んだ方からは「貴重な体験が心をうち、行く手を明るくしてくれる辞書のようだ」という意見や、介護体験を参考にしたいと女性にまで反響を与えている。

各々の介護体験が、誰かの役に立つことは、今日を生きる力を共有することにもつながっている。