

平成 29 年度第 3 回市民交流会を、12 月 16 日(土)に開催しました。

小金井市から 5 名、国立市から 2 名、狛江市から 7 名が参加し、「介護と男女共同参画」をテーマに講義、グループ討議及び発表を行いました。



◇講義

(狛江市男女共同参画推進委員会委員長 西山 偕子 氏)

- ・ご自身の介護経験から感じたことから、生活の工夫や相手への思いやりの大事さなどについて紹介

(社会福祉法人狛江福祉会 こまえ苑 総務課／狛江市男女共同参画推進委員会委員
石黒 昌和 氏)

- ・介護の現状について、統計データなどを基に高齢化率の上昇や要介護度別認定者の増加などについて紹介
- ・育児と介護のダブルケアの実態について紹介

◇グループディスカッション

- ・4 グループに分かれ、「突然やってくる介護に対して、どんな準備をしておけばいい？」をテーマに、グループディスカッション及び意見発表

《Aグループ》

- ・5つの項目に分けて考えた。
- ・「日常生活」では普段からやっておきたいこととして、健康対策、自分達のキャリアプランと人生プランについて考える、介護経験者の話を事前に聞いておく、一人で抱え込まないよう相談相手を見つける、元気うちに終活ノートなどを活用するといった意見が出た。

- ・「行政のサービス」では、自分の住んでいる地域の介護サービスを調べておく、地域包括支援センターを知っておくなどが出た。
- ・「介護の前に」では、兄弟姉妹・親・子どもなどと介護になった時なにを望むか（自宅で介護かホーム入所かなど）日常で話し合っておく、ホームの見学に行くなどが出た。
- ・「親情報」では、資産の管理について家族と話す、財産等を事前に分与してもらっておくなどが出た。
- ・「介護について」では、延命措置についての話し合い、認知症になった時の対応を学んでおく、自宅で長く生活できるように介護ツールの取り付け工事をしておくなどが出た。

《Bグループ》

- ・大きく 4 つの要素を抽出できた。
 - ①家族で出来ることとしては、家族で話し合い確認し知っておくことが必要
 - ②介護孤立しないことが必要
 - ③地域社会からの協力を得ることが必要
 - ④家の中のバリアフリー化が必要
- ・①では、大切な物の保管場所や服用している薬、かかりつけの医療機関などを知っておくこと、介護される側とする側の生活リズムを知っておくこと、男性も介護する側となる意識を持つことなどが出た。
- ・②では、地域コミュニティの中に高齢者が入っていける場づくり、介護施設などでのボランティア活動に関わる、介護離職とまらないよう職場の理解を求めていくなどが出た。
- ・③では、日頃から助け合える近所との関係づくり、学校教育の中で介護の大切さを教えていくこと、日頃から車椅子やベビーカーなどの手助けと思いやりを心がけることで地域全体が受け入れやすい環境となるのではないかといった意見が出た。
- ・④では、家の中でも普段は気が付かない点があるのでチェックしておく、階段の手すり等出来るところから少しずつ住宅改修を行っておくといった意見が出た。
- ・家事や育児に関わってこなかった男性の場合は、介護する側となった時に大変な思いをするので、日頃から男性も家事に関わった方がよいのではないかという意見も出た。

《Cグループ》

- ・参加者が各々、必要と感ずることなどを話し合った結果、「介護について知る」ということで 4 つに集約できた。
- ・介護者、被介護者、家族、地域、友人知人などと情報を交換しあい、いざというときにどのようにすればよいか知っておくことの重要性を再認識することができた。
- ・「モノについて」では、実体験より被介護者に携帯電話を持ってもらおうと良い、車がないと自宅介護をするのは難しいといった意見が出た。
- ・「情報について」では、ケアマネージャーの方がどのようなことをしているかなど介護手帳のようなものを入手しておいていざと言うときに備えておくのがよい、介護をされる側にも様々な情報提供をしていく必要があるなどが出た。
- ・「コミュニケーションについて」では、被介護者（親等）が健在のうちからよく話し合っ

おく、親族（兄妹等）と色々話し合っただけという時に備えるなどが出た。

- ・「男性のかかわりについて」では、独身の男性が増えて介護を自分の問題として捉えられていない人が多いのではないかと、女性一人での介護は力仕事で負担がかかるので介護ロボットなどが早く普及してくれると今よりも介護者の負担が減ると思うといった意見が出た。

《Dグループ》

- ・大きく3つの要素を抽出できた。
 - ①いざという時、チームワークが発揮できるように準備する。ハッキリ役割分担することも、チームワークである。
 - ②家族（つまり親族、兄弟や孫など）関係が大きく影響してくる。「誰がどこまでやるか」を話し合っておく。
 - ③地域における人脈づくりをしておく。そして社会の制度も知っておくべし。
- ・お世話する人がどう協力していくかが問題。一人で世話をするのは無理だが、介護を主になってやる人は必ず必要となってくる。
- ・要介護者でも自分でできることは自分でやってもらうようにしている。
- ・80代前後の世代は、嫁や家族に介護してもらって当然だという認識だと思う。
- ・介護に直面するまで実感が湧かない。誰に頼っていいのか？誰が介護するのか？
- ・西山さんの話の中に「夫の手助け」という表現が出てきて驚いた。助ける、ということは、介護は主に妻の仕事であり、実子である息子の役目ではなかったのだろう。
- ・物理的ケアは介護施設でもできる（しかし外との関わりも大切）。心理的ケアは家族にしかできない。
- ・男の虐待は力の問題ではない。男性はストレスのはけ口が狭い。介護は仕事と違って、どれだけ努力しきちんとやっても、成果が出ない。

平成 29 年度第3回市民サポーター会議を、12月16日(土)に開催しました。

交流会の後、小金井市5名、国立市2名、狛江市7名が市民サポーターとして第3回会議に出席しました。

◇情報冊子について

今年度の研究テーマ「私たちに身近な男女共同参画」を基に作成途中の情報冊子について、意見をもらった。

◇平成 30 年度以降の活動テーマ

来年度から始める市民サポーターによる調査研究活動について、テーマを決定してもらった。

