

5

MAY 2018
Volume 20 / Number 05

地域ケア・在宅ケアに携わる人のための

コミュニティケア



第1特集

人材の確保と定着

第2特集

仕事と介護の両立のための支援



おかげさまで

創刊

20
周年

「コラム2」介護者支援団体 介護者の孤立を防ぎ “人に頼れる”状況をつくる



川内 潤
(かわうち じゅん)
NPO 法人となりのかいご
代表理事

疾病における患者家族会と同様に、近年、家族を介護する人のための支援団体・当事者団体も全国各地で広まりつつあります。NPO 法人となりのかいご代表理事の川内潤さんに、介護者支援団体の活動や介護者がそれらの団体とつながる意義を解説いただきます。

NPO 法人となりのかいごは、「家族を大切に思い一生懸命介護するからこそ虐待してしまうプロセスを断ち切る」をミッションとし、誰もが自然に家族の介護に向かうことのできる社会の実現をめざして活動しています。

代表理事である筆者は、講演や書籍*などをおして「仕事と介護の両立」の重要性を発信し続けています。また、同テーマについてのセミナーも多く行い、受講者の個別相談に対して専門家の視点から問題解決に向けたアドバイスをを行うほか、介護の悩みを抱える人同士が自分の言葉で語り合うワークショップも実施しています。

近年は、全国でさまざまな介護者支援団体が活動しており、インターネット等で探すことが可能です。介護者には、介護者支援団体等とのつながりが必要だと考えます。介護者は孤独になると自己肯定感が低下し、問題があっても他人に相談しにくい状態に陥ります。当事者同士が気持ちを打ち明け合い、相談しやすい環境があれば、介護者は問題を1人で抱え込まず、適切に他人やサービスに頼ることができるように

なります。

訪問看護師には、介護者のなかなか声にならない声に耳を傾けてほしいです。特に、医療的な支援を必要とする療養者を介護する人は常に不安を抱えているため、訪問看護師のサポートやアドバイスが重要です。介護者の気持ちの安定への支援は療養者の支援にもつながります。また、働きながら介護する人には、仕事を続けることを後ろめたく思う気持ちもあります。訪問看護師のサポートにより、仕事を辞めなくても介護ができることは、介護者にとって、介護中や療養者を看取った後の生活で抱くさまざまな苦痛の軽減に役立ちます。そういったところまでサポートできるのが、在宅における支援の醍醐味だと思います。

仕事と介護の両立においては、どちらも全力投球をするのではなく、介護のプロに任せられることは任せ、仕事でも活躍しながら自分らしく生きることが、介護者自身はもちろん、療養者にとってもプラスになります。介護上の困難から介護者と療養者の本来の関係性が崩れてしまう前に、人の手を借りられるようにすることが、仕事と介護の両立におけるポイントです。

「川内 潤さんのプロフィール

上智大学文学部社会福祉学科卒業。老人ホーム紹介事業、外資系コンサル会社、在宅・施設介護職員を経て、2008年に市民団体「となりのかいご」設立。2014年にNPO法人化し、現職。著書『もし明日、親が倒れても仕事を辞めずにすむ方法』（ポプラ社）。

* 76ページ「BOOKS」で紹介しています。