



介護対談

もし明日、親が倒れても慌てないために、考えておくこと 仕組みづくりをしっかりとすれば、 遠距離介護も大丈夫!

遠く離れて独居する家族が要介護になった場合、仕事との両立はどうすべきでしょうか？
今回は、テレビや映画、舞台にとお仕事を忙しい日々を送りながらも、故郷に住むお母さんを遠距離介護する、女優の柴田理恵さんにお話を伺いました。

「富山を離れたくない」
お母さんの希望を第一に

川内 お母様は現在92歳、当初は要介護4の認定だったそうですね？

柴田 4年前に腎臓の具合が悪くなり、その時はこちらの言うこともわからず、万一事も覚悟したほどでした。その後、病状は改善したのですが、要介護4ということので、どうしようか迷ったすえに、遠距離介護の選択をしました。

川内 具体的にどのような介護にしておられるのでしょうか？

柴田 早い段階でケアマネさんに相談し、ヘルパーさんに来ていただいたり、デイサービスや入浴の介助をしてもらうようお願いしました。幸い近所に親戚がいてくれますので、手続きなどは全面的に委任し、私自身は帰れない分、毎日、電話で話すようにしています。

川内 親御さんと同居しての介護というのは、お考えにならなかった？

柴田 私は仕事があつて東京を離

れられませんが、本人に「東京で一緒に暮らす？」と聞いたところ、「絶対にイヤ」って(笑)。母は教師をして

いたため地元富山に知人も多く、今さら周囲が他人だらけの土地には行きたくないんだなと、本人の希望を尊重しました。

「こうしたい」という点は
ケアマネに本音で相談

川内 こうした場合、自分が仕事を辞めるとか、親御さん呼び寄せようとする例が多いなか、当初から遠距離介護の仕組みを整えられたのは、とてもよかったです。以前から、そうした点をご本人と話されていたのでしょうか？

柴田 前から「万一の時も胃ろうはしない、心臓マッサイジもお断り」と言われていましたし、介護する場合にも親子が依存するだけの関係になるのは良くない、という気持ちはおたがいにありましたね。

川内 万一のことを含め、ご家族でそうしたことを自然に話せる関係

が素晴らしいですね。最近のお母様のご様子はいかがですか？

柴田 腎臓の病気もあつて、今は病院の隣の施設に入っているのですが、家にいる頃は「デイサービスへ週2回行き、それ以外の日はヘルパーさんや看護師さんなど、毎日誰かが訪ねてくださって、ひとり暮らしでも見守ってもらえる安心感がありました。ただ、当初は週4回だった配食サービスを、本人が「量が多い」と言うので2回にして「飯と味噌汁は自分で作るなど、希望はその都度、ケアマネさんにきちんとお伝えするようにしていましたね。」

川内 柴田さんのように、ご家族には「こうしなくてはいけない」よりも「こうしたい」と本音で話していただけるとポタンのかけ違いが起きず、サービスする側も安心です。

電話での日々の会話が
今の自分の最大の親孝行

柴田 おかげさまで要介護4だった母も一時は要介護1まで回復して、

本当にありがたいと思います。

川内 柴田さんのお話を伺っていると、介護に対してほど良い距離を保つておられるのを感じますね。

柴田 24時間365日、ずっと母のそばで介護をしようとしても、やっぱり難しい。なら、せつかくの公的サービスを感謝して使わせていただいて、自分は母に何が出来るかを考えてあげたい。私が無理して介護すると、どうしてもケンカになったりするでしょうし。

川内 僕たち介護のプロも自分の親の介護は「してはならない」と教えられます。ハートは温かく、でも頭は冷静にという、あるべきかたちで接することができなくなるんです。自分の意志を殺してまで、介護人になりきろうとすると、結局はやりすぎ介護になったり、ストレスから相手を虐待したり、自殺や心中ということにもなりかねません。

柴田 自殺なんて、最悪の親不孝になっちゃいますよ。私自身で言うと、たとえ距離が離れていても心は

離れていない気がするんです。日に一回、天気の話をしたり、父との思い出を聞いたり、母も私も笑顔になるのが一番の親孝行。自分を生み、育ててくれて、今また最期の迎え方まで教えてくれる、親って本当にありがたいなあとしみじみ思います。

川内 おっしゃる通り、人には人の幸せがそれぞれある。その点を大切に、柴田さんのような前向きな遠距離介護が増えてくれるとうれしいですね。

要介護になってもひとり暮らしを続ける知恵

●近所・地域・社会福祉協議会と連携
隣近所、民生委員、自治会長、ボランティアセンター、地域包括支援センター

●シルバー人材センター・NPOを活用する
庭の手入れ・掃除・話し相手・身の回り世話・さまざまな情報提供など

●配食サービスの活用
NPO・社会福祉協議会・民間が実施

遠距離介護 NPO 法人/オッコ HP より抜粋、一部改変

「客観的に判断できる」「感情的にならない」「親が地元を離れなくて済む」遠距離介護のいい点を見ることが大切



女優
柴田理恵
Rie Shibata

1959年1月14日生まれ、富山県出身。84年、劇団「WAHHAHA 本舗」を設立。舞台の出演・演出のほか、NHK連続テレビ小説「ひよっこ」などテレビ・映画出演多数。NHK「週刊こどもニュース」、TBS系「東大王」などのバラエティにも出演。



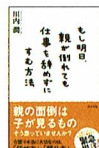
ワハハ本舗全体公演「王と花魁」
10/28(木)より東京公演を皮切りに全国ツアーを開催！全国ツアーは14ヶ所20公演！
※詳細はワハハ本舗ホームページをご確認ください。



NPO法人となりのかいご
代表理事

川内 潤
Jun Kawachi

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、NPO法人「となりのかいご」を設立し、現職。ミッションは「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悲劇を絶つ」こと。



『もし明日、親が倒れても仕事を辞めずにすむ方法』
川内 潤著
親の面倒は子だけが見るべき？
介護のプロが、介護で本当に大切な心構えと任せ方をやさしく紹介。