

働く人の健康管理・健康づくり情報誌

へるすあっぷ21

4

2022
APRIL
No.450



—特集—

子宮頸がん予防 最前線

わかる!身につく!健康力
最前線レポート
けんぼREPORT

新しい薬で治療が変わる! 頭痛は予防する時代に
イオンモールで買い物しながら健康づくり イオンモール(株)
富士通健康保険組合



NPO法人となりのかいご
代表理事 川内潤

(かわうち・じゅん) 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。14年にNPO法人化、代表理事に就任。厚生労働省「令和2年度仕事と介護の両立支援カリキュラム事業」委員。社会福祉士、介護支援専門員、介護福祉士。

働く人のための

介護リテラシー向上講座

心得 1

「よかれと思つて…」が 退職を後押しする

高齢化に伴い要介護者も増加の一途をたどり、働き盛り世代に仕事と介護の両立が求められる時代です。そんななかで問題となっているのが「介護離職」です。この連載では、多くの働く人が今後直面するであろう仕事と介護の両立に役立つ「心得」を提供していきます。

さて、第1回目の心得は「よかれと思つて」したアドバイスが、かえつて本人の離職を後押しするというものです。本誌の読者の方は、企業などで従業員の相談を受ける側の人も多いと思います。この心得は、そうした方々に覚えておいていただきたいものです。

たとえば、よくあるのがこんな事例です。ある男性従業員が睡眠不足や疲労を理由に健康相談室を訪れました。保健師さんがよく話を聞いてみると、同居の母親が亡くかけて迷子になることが多くなり、目が離せず、仕事でも何度も母親から着信があると言います。そこで、その保健師さんは「しばらく休んで、お母さんの様子を見てあげてはどうか」と提案しました。

おそらく、従業員やその家族を思いやつての一言でしょう。介護休暇などの制度もありますから、もつともなアドバイスにも思えます。けれども、この状況で休みをとると、かなりの確率で離職につながります。というのも、息子さんが家にいることでお母さんの家族への依存度が高まり、要介護度が促進される恐れがあるからです。また、介護する側も親孝行ができている錯覚に陥ったり、真面目な性格の人ほど自分が介護しなくてはという使命感に苛まれたりして、結果、離職につながります。私なら、「お母さんの電話は、たまにはスルーしてみよう」とか、「お母さんとの会話の頻度をいったん下げてみましょう」とアドバイスします。無責任に聞こえるかもしれませんが、少し距離をおくことで冷静に判断ができるようになるのです。

育児と介護は似て非なるもの 安易に休職を勧めない

働き方改革の名のもと「育児・介護休業

法」が整備されました。育児や介護のために会社を休める制度ですが、ここで注意しなくてはならないのは、育児と介護は似て非なるもの、ということですが、どちらも家族のために仕事を休める制度です。育児は保育所、介護はデイサービスなどを活用して仕事との両立を図る点でも共通しているように思えます。

しかし、育児は子どもが成長していくため終わりが見えますが、介護は状況がよくなることはなく悪化する一方で、個人差が大きく終わりが予測できません。だからこそ、家族が介護状態になった＝即退職ではなく、まずは相談者がどのような状況にあるのかを丁寧に聞き取り、その人に合った体制を整えることが重要といえます。

私の経験上、話を聞くということは思っている以上に相談者の力になれるものです。企業で介護相談会を行う際、時間の半分以上は聞くことに徹しています。すると、こんな話をしたのは初めてだと号泣される方もおられます。介護に直面した人の不安をやわらげるために、まずは話を聞く。そして、そこで得られた情報を今後の社内での体制づくりに役立てることが大切といえるでしょう。

NPO法人 となりのかいごの 情報サイト

<https://www.tonarino-kaigo.org/>

「誰もが最後まで家族と自然に過ごせる社会」というビジョンを掲げ、家族としての介護へのかかわり方を、ブログやポッドキャストなどを通して発信するウェブサイト。よくある介護の悩みや疑問にも答えているので、職場での情報提供にも活用できる。

