

特集

オトコが変える、これからの介護

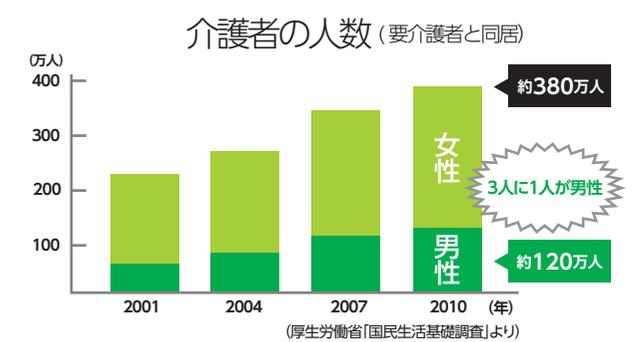


本当に辛かった。2、3年間は相談できる相手もいなかったし、地獄の底を見たくらいに苦勞しましたよ」
 そんな状況をなんとかしようとして、1994年6月に当時関わっていただいていた福祉関係者の呼びかけで始まったのが、荒川区男性介護者の会「オヤジの会」でした。男性介護者が集まり、普段は吐露できない本音を語り合う貴重な場です。当初7名で始まった同会ですが、現在は荒川区以外からも会員約30名が参加、情報交換をしながら英気を養っています。
 さらに2009年に荒川さんが中心になって、「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」が誕生し、東京以外の地方都市でも勉強会を開くなど、男性介護者を支える組織として広く活動しています。

プライドを捨てよう 自分をさらけ出そう

一般的に家事に不慣れなことの多い男性が、日々の家事に加え、初めての介護をすべて一人でこなすのは、

近年男性が介護に携わるケースが増加、厚生労働省の国民生活基礎調査によると、現在全国で約120万人の男性が、介護する側の立場にあると推計されています。しかし、家事に不慣れだったり、地域社会とのつながりが薄いことが多い男性ならではの悩みも少なくないようです。今後も増えると予想される男性介護者の現状と問題点、その解決策について考えます。



想像以上に大変なこと。「同じ経験を待つ仲間」に話を聞いてもらったり聞いたり…。気兼ねなく本音で話せる場があることは本当に大切です」と荒川さんは語気を強めます。
 介護者同士が同じ悩みを抱える仲間と交流し、支え合うことは、「弱みを見せたくない」という思いが強い男性にこそ必要なのだと思います。そのためにも、「まずプライドを捨てること。それが第一歩。見栄を張らず、自分をさらけ出し、仲間をつくること。恥ずかしがらずにどんどん話しましょう。そして聞く耳を持ちましょう。そうすれば、それまでとは違った介護生活が開けます」と荒川さんは力強く語ります。

元気なうちから つらい介護のための準備を

団塊世代以上の年代の男性は特に、家事の経験が少ないことが多く、いざという時に日常生活に支障が出がちだといえます。それを避けるためにも、パートナーや親に任せきりにせず、料理や洗濯など自分のことは自分ででき

Part1 インタビュー

支援ネットワークで 男性介護者の「孤立」を防ぐ

8年間パートナーの介護をした経験を持つ荒川不二夫さんに、ご自身の体験をおして得た男性介護者への応援メッセージをいただきました。

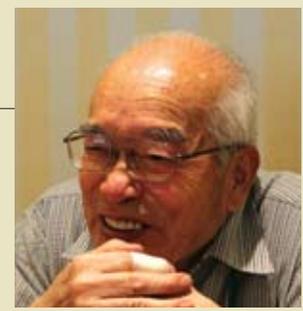
本音を語り合える場に 思い切って足を運ぼう

「まさか自分が妻の介護をすることになるなんて、思ってもいませんでした」荒川さんのこの言葉は、パートナーや親などの介護に携わる全国の男性の思いと同じかもしれません。今日本では、約120万人の男性が、介護をする側にいます。そしてその数は増加し続けているのです。
 パートナーが難病で倒れたのは荒川さんが59歳の時のこと。仕事をしながらも、家事に介護と、初めてのことが降りかかり、試行錯誤の毎日。「妻の下着を買いに行ったり、オムツを交換したり…それは



さまざまな苦勞や悲しみも乗り越え、今は「いろいろな方と出会い、話すことが楽しみ」と、熱く語ってくださいました。

るようしておくべきこと。」「恥ずかしがらずに聞いてやってみることです。実際にやってみると、日々の家事の大変さも理解できるようになる。将来に備えるという意味でも、家事の分担などを実行していくとよいです」
 介護の担い手が主に女性だったのはもう昔の話。男性も、いざという時に備えることがこれからは大切なことです。



荒川不二夫さん
 栃木県小山市出身
 山根建設株式会社代表取締役
 荒川区役所リフォーム相談員 (2009年まで)
 東京都高齢者住宅改修アドバイザー
 男性介護者と支援者の全国ネットワーク代表
 荒川区男性介護者の会「オヤジの会」代表

男性介護者と支援者の全国ネットワーク

1994年から活動している荒川区男性介護者の会「オヤジの会」を母体に、2009年に全国組織である男性介護者と支援者の全国ネットワークが誕生。全国10の団体と約250人の会員が、情報の集約・発信を行うとともに、交流会や勉強会などを開催しています。

