

第31回 働く介護者おひとり様介護ミーティング

議事録 (H30.11.17)

=====
テーマ 祝・6年目突入記念 介護者みんなの誕生日会！～将来の夢・この先いちねんの夢～
=====

1. 今日の趣旨

今日から6年目です！皆様おかげでなんとか続いております。引き続きよろしく願いいたします。

今日はNさんの提案で誕生日会をします。

親が認知症だったり、介護している忙しい日々で、誕生日を覚えてもらっていない寂しさがあります。

なので、みんなのお誕生日をやりたいとってくださって、

であれば、本会の誕生日と一緒に、ということで本日このような運びになりました。

みんなの誕生日ということで

皆さん、おめでとうございます！！

お気づきの方も多いかと思いますが本日は news zero の取材が入っています。

「あなたの経験が誰かのためになる」の会なのでご理解ください。

そしてそして、9月にウェブユニオンから独立しまして株式会社ワーク&ケアバランス研究所として始めました。

本会も今日から場所も変えてリスタートです！

2. 自己紹介

元ドロonz大島さん

- ・ 去年まで母の肺がんの介護
- ・ 在宅から入所
- ・ 約1年半介護生活だった
- ・ 介護中にブログとかで、介護の発信をしたら、コメントに「勇気をもらえた」とか「すごく、ためになった」とか、自分が思った以上に反響があった
- ・ なので、この経験を何かの役に立てないかなと思って、できることはお手伝いさせてもらっています。

Tさん

- ・ 在宅介護している
- ・ 話は苦手なので、すみません

Kさん

- ・ 認知症の母、足の悪い叔母と同居

- ・母が叔母の面倒を見ているのを端でみながら、介護に向き合う準備をしている
- ・介護離職になったらどうしようとびくびくしながら生活しています

Nさん

- ・現在は母の入所介護
- ・母の乳がん、叔母の介護、そして母の介護、父の他界など介護歴は20年近く
- ・認知症の母には父の他界は伝えていない
- ・介護が終わった人のケアをしたいと思って、その準備中

Sさん

- ・2年半前に父他界
- ・9年間、要介護3アルツハイマー型認知症の父の介護、脳出血ののち亡くなった
- ・母は腰椎狭窄症で歩行困難

Wさん

- ・母入所ののち、父も介護が必要になり、同じ施設に入所
- ・母は他界、今は父のいる施設に毎週通っている
- ・父は「最後に、またお母さんと一緒に住めてよかった」と言っている

Hさん

- ・父が脳出血で倒れ、介護がはじまり、のちに母の認知症が発症
- ・父は他界、そのあとも母の介護を在宅で7年やっていた
- ・いろいろあって、母はグループホームに入所介護
- ・いいとこどり介護をしていて、任せると事は任せる
- ・余裕がでてきたので、こういった会で誰かのお役に立てればと思って参加しています

3. 将来の夢、この先1年どうしますか

日々格闘なので1日過ごせてよかったな、という感じではありますが、今日はリスタートということで、夢を語りたいと思います。

- ・一人娘なので結婚式を見せてあげたいのが1番の夢！そうはいつでも・・・現実的には（笑）
- ・一日でも長く母に笑っていてほしい、その環境を作ってあげたいのがひそかな夢です
- ・昔は、どこかに連れていきたい、どこかに連れて行ってあげたいという思いがあり、例えば歌舞伎座に連れて行ったりしていました。1日つぶせるしちょうどよかった。
- ・体力的にもだんだんと遠くに行けなくなり、それでも、できる範囲で笑っていてくれたらいいなと思う
- ・できることなら1日でも長く私のことを忘れないでいてほしい
- ・ホームの方と仲良くなって、チームになって母の人生を支えていきたい

そのためには、私たちが笑っていなくちゃね！

- ・私の両親には認知症状はない。だからこそ「いつ私は帰れるの」と言われつらかった。
- ・母の愚痴を聞くのもつらかったけど、一緒に生活できてよかったと父が言ってくれたのはよかった！

・足が悪いので外に出れないので、お昼を欠食にしてお弁当を買って行って一緒に食べる

・最後まで寄り添って見送ってあげたいのが夢

・保育士目指してます！

・私はインテリアの仕事をしているので、老人ホームの内装をやりたい、という夢がありました。

とおもっていたら、その話がきて、夢がかなってしまった

・結婚もしたいけど・・・もおいしいかなと

・頼れる友達がいるほうがいい

毎日一緒にいてもいいなと思える

・親にも結婚しろと言われる、それ以外にもいろいろ言われてストレスになる

・結婚はいいかなと、身軽なほうがいいかな

・ひとりでいるのが好きだから自分の時間を確保したい

・叔母と両親のエンディングのことを考えていて、もし介護になったら自分の時間が無くなるのでは？それが一番怖い

・怖くなって自殺サイトを調べたりした

・親のこともそうだけど、自分のことが一番

・いろんなところで新しい友達ができるといいなと思ってます

・夢というより、寝たい

・睡眠時間がない

・毎日、4時間ぐらいしか寝てない

・会社が遠いので、4時半には起きて、5時30分には電車乗ってる

・急いで帰ってきていろんなことしなきゃいけないし

・残業とかあれば、家でやることが先送りになるので、必然的に時間が減る

・会社は介護に理解はない

・付き合い残業みたいな、早く帰れない空気がある

・そのくせ、残業代は出ない

・ストレス解消にテレビ見ちゃう、そして睡眠時間がまた無くなる

・会社のハラスメントがすごい

・若い子にいじめられてる老害と言われる

・仕事もふってもらえない

・お金が必要なのでしがみついている

・介護中に芸能活動を自粛していたのでもう少し活動したい

・子供が生きがい

・子供が大きくなったら、一緒にお酒が飲みたいという夢がある

4. ケアラーからの報告がありました・・・

-
- ・会社で介護をしているんで、何かできることがあれば、といっても「あっそう」で終わってしまう
 - ・少し前に、ここの会の紹介で読売新聞に出たことがあり、会社にも提出した
 - ・やっぱり「寝た子を起こすのは難しい」
 - ・だから、少し起きている人を探しに、会社の飲み会や、レセプションなどに積極的に参加して、偉い人にそれとなくアプローチを続けていたら、少しずつ理解してもらえるようになって、とうとう「社内報でインタビュー」という依頼が来ました
 - ・ただ、目的は仕事と介護の両立ではないので、広報の方も、順をおって、その話に持っていくように構成してくれて。
 - ・和氣さんがよく言う「出しゃばらず、時が来たら」というのがわかった
 - ・この分野においては地道な活動が大事なんだ、というのがすごくわかった
 - ・この会を続けていてくれること「もとの最初の場所を忘れないでつづけてもらえるのは ありがたい」

とても嬉しいお言葉をいただきました。

WCBの原点は介護者の会にあります。

介護者の支援がしたい、という思いから、この活動を始めています。

介護者の会も、セミナーも、メディアに出ることも、どえらいところで話をするのも手段でしかない
介護社支援をするための手段であり、有名にならなければ支援もできないので

その中でも大事にしているのが介護者の会（ここ）

だから辞めない、先輩たちに助けてもらってきたのがこういう場

私は、この会で成長させてもらった

参加する人、それぞれに目的がある

この会に意味がないのではなく、この会はみんなが作ってくれる

運営は確かに難しい

うまく回せなくて参加者を傷つけてしまったこともある

参加者をいっぱい傷つけてきた

申し訳ない気持ちでいっぱいだけど、そういうことを繰り返して今まだ続けていられる

「介護離職しない、させない」の書籍を作ったときは嬉しかった

ここに集まってくださっている方は自分の経験が誰かのためになると思ってきてくださっているので、その思いを形にできた

その原動力というかは「介護者の人権が欲しい」からかな

介護をしているひとが知られてなさすぎる

介護をしている人はいろいろな情報を持っている

だからこそ、介護者の存在をおもてにだしたい

とはいえ、矢面に立つと、いろいろなことを受け止めなくてはならなくなる

「社会人としての礼儀は持ってほしい」とは思うけどイライラをぶつけたくなる気持ちもわからなくはない

でも、介護者も弱者意識は持ってほしくない

弱者だから何をしてもいいということではない

介護に関わる相手は人間なんです。

人間として対応できる介護者になってほしい

- ・ こういう場があったから、親を殺さないですんだ
- ・ 地域包括にもできないことはある
- ・ ソーシャルワーカーに助けもらった
- ・ その知識をくれたのが介護者の仲間だった
- ・ こういう社会の仕組みをわかってないと、負けちゃう
- ・ 介護保険は要介護者のもので家族は守ってもらえない
- ・ だから、介護家族者支援の場を作りたい
- ・ 仲間がいるってことがありがたい

結婚の話に火が付き

- ・ 相手も介護をしているので介護別居
- ・ 一度も同居したことのない結婚
- ・ 介護していても結婚できる！という証明です（笑
- ・ 親にはすごく反対された「私のことはどうするんだー！」って
- ・ だから相手のことは認めないし
- ・ 正直言えば 2 人の時間が取れてない
- ・ でも、それは私たちの価値観だからいいよね
- ・ 介護している同志なので、気持ちが共有できる

他のケアアラーの結婚観を聞く . .

- ・ 理想の結婚は別居結婚
- ・ 一人の時間が欲しいから
- ・ 形にはこだわらない

話は変わって、初参加ケアアラーさんの展望を聞く

- ・ 自分の経験が誰かのためになるのであればと思い、定年後の生き方を探している
- ・ 長い目でみて、何かできないかと模索中
- ・ いまの仕事は属人的に仕事がついているのでそれがよくない
- ・ そのことを上層部に伝えているのですが、全くと言っていいほど響かない
- ・ 私も再雇用で残ろうとは思っていない
- ・ いずれ誰もいなくなるような、そんなことが想像できないでいるように感じる

抜本的な業務改革が必要な時期だと思うんだよね

- ・ 業務改革も必要だけど、周りの理解も欲しい

・周りの理解というのは会社だけではなく、例えば役所。すぐに「来てくださ」というけど、すぐにいけないのがサラリーマンだということを知ってほしい

じゃあ、仕事をするために何が欲しい

- ・ 応援者
- ・ プロに任せると事は任せる
- ・ 「お金！」

いいね「お金」！では、どういお金が欲しい？

- ・ 介護休業中の社会保障費は免除にならないのはおかしいし、さらに無給だから使いにくい

▼

まず、社会保険料は育児休業に比べて介護休業は格段に短いので、作業が煩雑になるから免除にしてないそうです。

無給というのは当たり前ですよ？だって働いていないんだから。

逆に言えば、介護休業を有給にするのであれば、その代わりにあなたは何かができますか？ということが明確ならいいと思う。

ノーワークノーペイは当たり前。

でも、ノーワークで有給であれば、その分、誰かが稼がなくてははいけない。

私たちはそれを理解しないとはいけない

ノーワーク分の支給を、どこから持ってくるのかまで考えたうえで、

介護休業を有給にしてほしい！というべきではないだろうか

- ・ 消費税アップが生活費に打撃！これは何とかならないかな。オムツ代もばかにならぬ・・・
- ・ 遺品整理をするのに補助金が欲しい
- ・ 会社の近くに社宅を借りてくれる+企業内保育園の介護版

▼

- ・ 通勤時間が疲れを倍増させるし、時間も浪費する

- ・ 職場も家も介護も近いと息が詰まるのでは？

話はワークライフバランスに・・・

- ・ 根本的に会社が介護に無関心なので、そこから改革していかないと・・・
- ・ 定年が60歳で、再雇用で65歳と言っているけど、実際には60歳で辞めていく。給料がぐっと減るから
- ・ そうはいつでも60過ぎに同じベースの給与をもらえる会社があるのだろうか・・・？
- ・ ワークライフバランスがしっかりしている会社じゃないと未来はないという気はする。若い人たちはワークライフバランスを考えている会社が選考理由なんですよ？

- ・いろいろな働き方があっていい
- ・介護がはじまったらこっちの道はダメと勝手に決められるのはいや！「早く帰ったほうがいいよ」とか言わないでほしいし、「遊んじゃだめ」みたいな空気も意味が分からない
- ・今までと同じように接してほしい
- ・会社で介護のお金の話をしていたら、「職制が上がれば 5 万ぐらいいけるだろ」と言われたときは嬉しかった。普通の社員と同じように見てもラッテいるのが嬉しかったし、そういう道もあるんだ、と希望がもてた
- ・初めて「自分が頑張って自分で稼ぐっていう道があることを知った」

今日は誕生日ケーキの入刀から始まって、夢を語り、社会問題を議論し、そして仲間の成長に目を細め、盛りだくさんの 1 日でした。

介護者支援は「細く長く」が口癖でしたが、介護者の存在にスポットが当たってない今、みんなの夢をかなえ、希望をもって生きられる社会をスピーディーに作っていかなくてはいけないと感じました。

株式会社ワーク&ケアバランス研究所としては「太く長く」を目指して真摯に介護者支援に向き合っていきます。

次回は来年 1 月！

良いお年を！