

男性介護者ネットワーク通信



長野県「シルバーバックの会」のご紹介

ウガンダ、ルワンダのジャングルで、マウンテンゴリラは家族で生活をします。そのマウンテンゴリラの雄の背中には銀色に輝くそうです。(いつか本物を見たいと夢見る私) そのボスである雄はシルバーバックと呼ばれています。そんな「男の背中」をイメージし、2003年に「高齢者虐待」の問題をテーマに集まった仲間達により、翌年「シルバーバックの会」と名付けられた会が立ち上がりました。

妻を叩いてしまったり、怒鳴ったりする男性介護者達に出会い・・・ひとりで抱え込み、不慣れな洗濯や食事の支度をする男性介護者らの、「こんなはずじゃなかった」という心の叫び声が聞こえるような思いがしました。そんな男性介護者の、「孤独感」「敗北感」を少しでも少なくするために、「語りの効果」に着目したミーティンググループのサポートが始まりました。我々は介護して行く上で「語り」は大きな力になると考えます。「同じ立場だから分かり合える」「同じ立場だからこそ分かち合える」それは、喜びが何倍にもなったり、安心して自分の辛さやしんどさを口にする事で、しんどさも半分になると思っています。

現在、月に1回づつ2箇所、ミーティンググループをサポートしています。「女房の下着は何を買ったら良いのか分からない」「初めの頃は恥ずかしくてスーパーにも行けなかった」とか、「妻が早く死んでくれたら良いのに、そしたら俺も死ぬのに・・・」等と泣き笑いの話が広がります。現在は「良い放し」「聞きっぱなし」「他言無用」のルールを元に、70才から80才代の妻の介護をしている男性が集まってきています。(男性介護ネット副代表、シルバーバックの会代表：望月祐子)



おつき合いも少しづつですが生まれています。

「介護」が生んだ「出会い」を大切に拓げて行きたいと思えます。

「介護する人生も・・・」「介護される人生も・・・」まんざら悪く無かったと思えるような出会いが生まれることを信じて・・・。

「シルバーバックの会」のミーティングに参加している男性介護者より

人間誰でも、好き好んで病気になる人はいない。同じ病気でも痴呆（認知症）にはなりたくないと思っていた。現実には我が妻がなってしまった。初めは物忘れが多くなり「年齢のせいかな」と思った。嫌がる妻をだましながら病院へ連れて行き「アルツハイマー病」と言われた。その時には目の前は真っ暗になりそして頭が真っ白になった。何をどのようにして良いのやら分からずパニックになり、悩み、苦しみ、不安の毎日が始まったが、気が付けば1ヶ月、半年、1年が過ぎ診断を受けてから約5年がたった。何を話しかけても理解が出来ず、不穏な行動が続く。妻の行動が理解できず毎日が私自身との戦いだった。自分の思うようにならない彼女は、手のひらで机やコタツを叩きながら大声を出し、足で床をトントン踏みならしたり、来てもない兄弟の名前を呼びながら家中を探し、ひどい暴言まで飛び出すようにまでなった。私は彼女との付き合い方が分からず、外にSOSを出してみたこともあったが納得の行く回答を得ることは出来なかった。私自身ストレスも溜まり、言葉の暴力はむろん、手を上げたことも一度や二度ではなかった。「いつそのこと現実から逃げよう」とも何度か考え、一歩立ち止まっては「妻を理解してやろう」と努力する・・・そのうち我慢も限界になり、また爆発、そしてまた反省。現在の妻は、家族の顔も名前を忘れてしまったが、私の事だけはそれでも分かっているようだ。妻には私しか信頼できる人がいないのだと自分に言い聞かせている。そして「出来る限り理解するように努め、出来る限り介護してやろう」と自分自身に言い聞かせては、慣れない家事仕事をして日々を過ごしている。

毎日が孤独で、心身共に疲れ果てているときに、シルバーバックの会「男性介護者の会」を勧められ出席した。「先が見えないのがつらい」「食事の支度が面倒だ」「世間の人々が離れて行ってしまった」「ますます人との付き合いが少なくなり孤独だ」など愚痴話をしている。皆の話を聞いていると、自分だけではないんだと、気持ちが楽になる。気持ちが落ち込んだとき、「また行ってみよう」と思う。同じ立場、同じ環境なので心身共にリラックスして話が出来た。

現代医学では、原因も不明。同じ頭の病気でも、神の手を持つ医師がいて、手術で治る事もあるのに・・・認知症の妻は老いて行くだけ。本当に悲しい。奇跡が起きて妻が元気な姿に戻れたらと思う。

シルバーバックの会

代表者：望月祐子

所在地：〒386-2201 長野県上田市真田町長 7141-1

電話番号：0268-72-8039 FAX 番号：0268-72-8101

メールアドレス：enishi005@ued.janis.or.jp

活動内容：・男性介護者ミーティングの運営

毎月第1土曜日 14時から 15時 上田市地域生活支援センターえん

毎月第2土曜日 14時から 15時 小諸市相生町ノア

・援助職間の勉強会 月1回

男性介護ネット太田貞司副代表(神奈川県立保健福祉大学教授)からの介護事情です。
介護保険等に関わる情報や動きを紹介します。太田副代表が担当し連載します。

太田貞司の当世介護事情

連載 No.1 小規模多機能居宅介護と「場」づくり

小規模多機能居宅介護は、行政にも、介護関係者にも、住民にもまだあまり知られていないサービス。しかし、今後、高齢者支援、家族介護者支援を考える上で重要だ。

これは、06年の介護保険制度改正の“目玉”となった地域密着型サービスのひとつ。“泊”、“通い”、“訪問”の3つの機能を持った便利なサービスだが、介護報酬上、経営が難しいというのが一般的な理解。現在、まだ全国に2000か所程度で、あまり広がっていない。利用者もまだ少ない。

小規模多機能居宅介護のA事業所では、仕事をしながら介護する男性介護者支援に力を入れていた。仕事で帰りが遅れても、“通い”、“訪問”と“泊”で柔軟に対応し、仕事と介護の両立を何とか実現を図っていた。関係者間で、男性介護者支援「問題」の理解が進まない中で、お互いに考え合う「場」になった。この支援の取り組みは、その「場」づくりとも思える。柔軟さこそこのサービスの大きな特徴。だからこそ、経営だけでなく、ケアマネジメントの力量が問われ、また職員体制の維持が難しい。

こうした事業者はまだ少ないが、地域の中で、男性介護者「問題」を、行政、事業者、地域住民とともに考え、様々な支援の仕組みを創っていく協働の「場」づくりが大切ではないだろうか。

各地のつどい情報

都道府県	場所	日・時間	会の名前
東京都	荒川区社会福祉協議会 3階	9月11日 13時半～15時	荒川区男性介護者の会 オヤジの会 問い合わせ先：03-3802-3338(荒川区社協)
宮城県	みやぎ NPO プラザ	10月20日 13時～15時	認知症の人と家族の会 宮城県支部 問い合わせ先：022-263-5091
長野県	9/5 上田市地域生活支援センターえん 14時～15時 9/12 小諸市相生町ノア 14時～15時		シルバーバックの会 問い合わせ先：0268-72-8039
京都府	京都社会福祉会館	10月3日 13時より	認知症の人と家族の会 京都府支部 問い合わせ先：075-811-8399
兵庫県	8/27 伊丹市伊丹3丁目2-2 力湯(銭湯) 13時半～15時半 8/29 宝塚市小林3丁目5-22 宝塚小林よりあいひろば 時間同		NPO 法人スマイルウェイ 問い合わせ先：0797-62-9320
大阪府	豊中市すこやかプラザ 2階	8月19日 12時半～15時	豊中市老人介護者(家族)の会 問い合わせ先：06-6848-1279(豊中市社協)

連載



俺流の介護

みんなの介護経験から生まれた十人十色の介護ノウハウの共有コーナーです

認知症の奥さんを10年間自宅で介護された、堀内登さんです。
現在は、短歌にカラオケ、ゲートボールと大忙しの毎日を送られています。

心構え

妻は認知症を患い10年ほど介護をしました。最初の頃は戸惑うこともありましたが、先ず自分はどうあるべきかを考えました。
気づいたことは、体も心も健康でなければならぬと思いました。心身の健康は物事を的確に判断する余裕を持つことが出来ると考えました。そこで、今まで続けてきた趣味をこのまま続けて行こうと思いました。月に3回趣味の会に参加している時間は、全てを忘れることの出来る2時間でした。家に帰ると、心機一転介護に付くことが出来ました。この事が介護に疲れることなく気楽に子供兄弟に喜ばれる10年を過ごすことが出来たと思います。趣味の会に出席する日は老人介護の施設にお世話になりました。
今は、子供達に気遣ってもらう日々を送れるようになりました。



あなたの「俺流の介護」をお寄せください

お知らせ

あなたのお近くで開かれている男性介護者の集会をお知らせください。掲載していきます

発行 男性介護者と支援者の全国ネットワーク 代表 荒川不二夫
住所 〒602-8143 京都市上京区堀川通丸太町下ル京都社会福祉会館内
社団法人 認知症の人と家族の会気付 TEL.075-811-8195 FAX.075-811-8188
Eメール info@dansei-kaigo.jp ホームページ dansei-kaigo.jp