

て、他の男性の介護体験に耳を傾けることです。男性介護者の会はこうした相互性を何より大切にしています。

たとえば、これはある介護者の会での話ですが、80歳を超え妻を介護している男性が、母親を介護する50代の男性を見て、「若いのに、

地域社会はどう向き合い、どう支えるのか

◆直に交流できる場を増やす

介護者の会や集いのような、男性介護者同士が直接交流して介護体験を語り合える場が、地域にもっと必要です。

とくに「自分だけが…」と、自分の介護世界にこもりがちな男性にとつては、身近にそうした場があると知るだけで、「つらいのは自分ひとりだけではない」と思え、勇気もわいてきます。実際に会や集いに参加し、自分と同じ介護者から様々な実体験を見聞すると、専門家からの一般的なアドバイスとは違った現実味のあるアイデアも得られます。

そうした場合は全国で現在100か所

えらい」とほめ称え、対して50代の男性は、自分の父親ほどの年齢のその男性のことを「あの年代になっても妻の介護に一所懸命で、すごい」と非常に尊敬していた。「こういうリスパクトし合える関係を築くことも自尊心を支えるきっかけになるのではないだろうか。

地域社会はどう向き合い、どう支えるのか

◆新しい価値の発見

「男性介護ネット」などを通じて私たちが伝えている、介護はつらく大変だという現実には、多くの人々が理解していると思います。でも、つらいことばかりではないということも男性介護者の多くが語っていることなのです。それは、健康なときには理解できなかった生活の価値があるいは、関係の値打ちのようなものです。

たとえば妻を介護する男性の体

験談にあるように、「自分が作った美味しくもない食事でも、妻が『美味しいね』ありがと』と言ってくれた。それだけでもつ、その口のつらさが全部消え去ってしまった」と。介護するとは、それまで気づかなかった新しい価値を発見するきっかけでもあります。



◆希望を感じさせるサポート

人生の始まりと終わりには、ケアをしたり、ケアされたりする時間が必要があります。そこで重要なのは、それをつらく大変だからと排除するのではなく、そうした時間をどう生きていくのか、どうサポートできるのかだと思つのです。

ある男性介護者が語ったことです。買物に行き、八百屋の前を通つたら、妻が大好きだった果物の香りがしたので思わず買って帰ったのですが、妻は固形物など食べられない状況ではなかったのです。がっ

かりしていたそのとき、隣にいたケアマネジャーの方から、「若い頃に二人で一緒にその果物を食べた楽しい思い出があったんですね。そんな思い出があるって素敵ですね」と言葉かけられ、彼は少し救われたような気持ちになったそうです。

自ら介護体験記を書いたりして、往時を振り返ることで、希望が、未来が見えてくる。それが人生の後半期を意味あるものにしていくのだと思います。

日本には現在、要介護・要支援認定者が約615万人います。その人々には配偶者や子ども、兄弟姉妹、親戚がいるでしょう。また、友だち、知り合い、職場の同僚などを含めると、介護に無関係な人などほばいない時代になってきているのです。

介護はみんなのもの、新しい社会、未来を創っていくための投資と考えられれば、心の癒やしにもなっていくのではないのでしょうか。



『ケアメンを生きる』
著者：津止正敏
出版：クリエイツかもがわ