

「多重介護」 支援広げて

昨年11月、福井県敦賀市で義父母と夫を世話していた妻が、その3人を殺害した容疑で逮捕される事件が発生した。このように一人が同時に複数の家族らを介護し、過度な負担を抱える「多重介護」の増加が懸念されている。介護現場の専門家や支援者からは「介護する側への支援」の重要性を訴える。

敦賀市の事件では、90代の義父母と70歳の夫を介護していた70代の妻が逮捕された。妻は仕事をしながら要介護1の義母と「要支援2」の義父、足が不自由な夫の3人の世話を担い、逮捕後、「介護に疲れた」と供述したという。

「多重介護は決して『レアケース』ではない。まずは同じ苦しみを抱える人が多くいることを知ってもらい、孤立させないことが重要です」。横浜市立大学の叶谷由佳教授(老年看護学)は言う。

叶谷教授からは、介護現場のケアマネジャーを対象にした調査結果を昨年発表。それによると、多重介護の事例を担当した経験のあるケアマネは約8割に上り、「3人以上の介護」「介護と子育て」の事例を経験した人も5割以上いた。

一方、調査では多重介護で「介護離職」する人が増える結果にはならなかった。「経済的負担が増え、むしろ辞めるに辞められないのではないかと。過度な負担は介護する側を追い詰める。勇気を持って『一人では無理』と言う

負担増懸念 孤立させない仕組みを

ことが大事です」

介護関連会社「ガネット」が昨秋、介護経験者約600人に行った調査では、22.7%が多重介護の経験があると回答。一方、厚生労働省の2018年度の調査では、家族ら介護者による虐待の発生要因は「虐待者の介護疲れ、介護ストレス」が25.4%で最多だった。

NPO法人「介護者サポートネットワーク(東京)」の牧野史子理事長は「困難の渦中にいる人は自分にケアが必要なのに気付かず、SOSを出せないことが多い」と指摘。重要になるのは、個々で状況が違う介護者同士の向き合い、その心身の健康状態を把握し、支援の緊急性などを判断する「アセスメント」(評価分析)だという。「まずは何より自治体が、介護をする側の支援に本腰を入れることが重要です」

アラジンでは、介護者同士が集い、悩みなどを語り合うサロンを定期的に開催しているが、ここ数年は一人っ子の介護者の参加が増えているという。「介護を分担できる兄弟姉妹がいなくても、一人でも両親を世話するとなれば、必然的に多重介護になる」



「虐待や事件が起きて介護者支援の対策に乗り出す自治体もあるが、なかなか波及しない。必要なのは施策にすることです」と牧野史子さん

気持ちが沈む日に ケアラ(介護者)のあなたへ

- ・うまくいかない日は誰にでもある。あまり自分を責めないで
- ・家族や友達など元気になれそうな人と話をしてみましょう
- ・問題解決は、焦らず、ゆっくり、冷静に、一つずつ
- ・やることが山積みでうんざりしたら、15分、30分と決めて「自分の時間」をつくってみて
- ・「今日は無理せず、明日から頑張る」と決めるのも一手です

※日本ケアラー連盟のケアラー手帳から抜粋した内容を基に作成

疲れたら「あなた自身をいたわって」

介護するあなた自身をいたわって。日本ケアラー連盟(東京)は、主に認知症患者を介護する人に向け、孤立を防ぐための情報や、心身の健康を守るチェックリストなどをまとめた「認知症版ケアラー手帳」を作成し、介護者本人や支援者に活用を呼び掛けている。

「認知症の人と家族の会」愛知県支部と協力して制作した。相談窓口の一覧のほか、さまざまな介護体験の事例などを掲載。「気持ちが沈む日」と題した項目では、「あまり自分を責めないで」などと、介護で落ち込んだときの心の持ちようもアドバイスする。

健康状態やストレスの有無などを確認するチェックリストには、「介護するあなた自身の体や心をいたわってあげることが大切」との言葉が添えられている。

手帳は1部200円で販売(送料別)。メール(info@carersjapan.com)で申し込める。詳細や申し込み方法は日本ケアラー連盟のホームページで。問い合わせは同連盟(☎03・3355・8028)金曜日午後1〜5時、ファクス03・5368・1956)。

元旦から「斜面」しを始めました。新でから、時間のできつくりと書き写し、新聞や雑誌などを読けれど、いざ書き写ると大変です。読めてい字がたくさんあります。辞書き、老眼鏡でやっこのことで見書くことがほとんどなくなった少し書く腕や肩が痛くなり、限ります。

私が「斜面」の書き写しを始めたのは、2年ほど前に夫から言葉が予防に書いてみたら「一言の時は1時間があつたらね」と言いました。しかし間もなく、夫は闘いになり、天上の人となつてした。

夫が旅立って2カ月余り。まして受け止められないのですが、ばかりいられません。泣くなら、前を向かなくてはと自分に

夫を思い筆を止

せています。夫は若い頃から読書家でした。現代物、漫画などなんでも。病てからも川柳、短歌、俳句などくさん手元に置いていました。ツドにいても、食べられなくな話することができなくても、少いしました。大切な宝だったので夫が本好きだったので、分かつとは何でも尋ねましたし、夫は必ず答えてくれました。頼るなくなった今、自分で何でもやっくはいいません。

読書だけでなくマレットやグ、カラオケなど多趣味の夫との私。ただ一つ、夫と2人で里たくさんしたことが、一番幸せです。一緒に歩いた人生にありがたしがあります。夫の言葉を思い出した「斜面」の書き写し。1よう頑張るから、見守っていてね。

(中田昭子・72歳)

知っとく シニア塾



38

相続が発生すると、故人の預貯金は凍結されると聞きました。すぐに必要な葬儀費用などはどうしたらいいですか。

* * *

亡くなった人の預貯金は遺産分割が決まるまで引き出せなかつたのが、民法の改正で昨年7月からは遺産分割前でも仮払いとして一定額なら単独で引き出せるようになった。葬儀費用はもちろんだが、生前の生活費にも困る場合が多かったことへの対応です(図参

照。

一定額とは、金融機関ごとに「預貯金の3分の1×仮払いを求める相続人の法定相続分」。財産を相続できる法定相続分の割合は民法で決まっています。相続人が配偶者と子どもなら、配偶者は2分の1、子ども全員で2分の1(複数の場合は均等割り)です。例えば、ある金融機関の預貯金が600万円とすると、配偶者は単独で「600万円×3分の1×2分の1」の100万円を引き出

相続預貯金の引き出し 一定額の仮払い可能に



せます。子どもが2人いれば、1人が引き出せるのは「600万円×3分の1×4分の1」の50万円です。

ただし、金融機関では仮払いを求める人の法定相続分を確認しなければならぬため、故人が生まれてから亡くなるまでの連続した戸籍簿本などの書類一式が必要で

仮払いが認められたのですが、それでも慌ただしい限りの手間や時間がかかると、留意が必要です。ただ、預貯金の引き出し、相続では不動産の登記もさまざまな場面です。それが必要になります。それに相続情報証明制度の利用が

故人の戸籍簿本などが同じですが、「法定相続権図」を作成して法務局でもらえば、その写しは無料です。写しは無料。通数分の交付を受けられ、以後の手続きが簡便になり

火曜日