

# 仕事と長期介護の狭間で揺れ動く心

中村 寿美子

(株式会社ニュー・ライフ・フロンティア有料老人ホーム・介護情報館 館長)

## 1. 企業における職場での介護相談

企業に出向いて社員の介護相談を受けるようになって10年になります。ある大手広告代理店の人事部の方から声がかかりました。「人事部の相談室に介護に関する相談が増えてきたが、介護のことに不案内で対応できていない。月に一度でいいから出張してきて当社の会議室で相談を受けてもらえないか?」とのことでした。

その後、大手商社でも社内で介護相談を受けられるようにしたいと、出張介護相談が始まりました。

当初は「母をデイサービスとやらに行かせたいが、どうやったら利用できるのですか?」という素朴な相談が多かったように思います。まだ介護保険のサービス内容と利用方法が浸透していない時期でした。

### (1) 介護保険制度とは

2000年に施行された介護保険制度は同居家族がいるという大前提で創られた制度で、3年毎に法改正が行われ、保険料もサービス内容も変わります。介護保険の特徴は「選択と契約」なのですが、サービス内容を知らなければ自分が利用したいサービスを選ぶこともできません。最初の法改正で新しく創設された「地域密着型介護サービス」もサービス内容によっては「制度ありきでサービス無し」という不備もあり、全国では地域による介護サービスに大きな差がでています。

本来、介護保険のサービスは、サービスごとに報酬単価が公定価格で決められていますが、そこに各種の加算があるために、自

分が暮らす地域と両親が暮らす地域では利用したサービスにかかる費用も違ってきます。

もし、実家で一人暮らしの老親であれば、介護保険のサービスを利用するだけでは生活が成り立たなくて、保険外の自費サービスを利用せざるを得なくなることもあります。各自が自費で各種サービスを利用しますが、それを「横出しサービス」といいます。

また、介護度が進みサービスを利用する時間が増えれば、1か月の利用限度額を超えてしまいます。その超えた分は1割負担ではなくて全額自己負担になりますが、それを「上乘せサービス」といいます。

介護保険のサービスには「訪問系サービス」と「通所系サービス」、そして「地域密着型サービス」「その他のサービス」がありますが、サービスをどう組み合わせるか、それは担当のケアマネジャーの腕の見せ所になります。

企業での介護相談には専門用語の説明も必要で、一人の相談時間枠を90分としていますが、あつという間に時間が過ぎてしまいます。

## 2. 相談の流れ

人事部の担当者から社員全員にメールで相談日の案内が流れます。相談は予約制で先着順になります。相談の申し込みは、当社「有料老人ホーム・介護情報館」にメールあるいは電話で連絡がきます。

相談は先方の会社内の会議室で行われますので、相談内容は他者にはもれません。

相談後も、一人ひとりの社員名も相談内容も人事部には伝えません。ただし、相談者の所属と肩書きだけを記載していただきますので、どの部署で相談が何件あったという実数だけを人事部に報告します。

その後、相談内容の主旨を短くまとめて報告しますが、あくまでも相談者のプライバシーは守っています。

### (1) 最近の相談の傾向

一人の社員が最初は実母の相談、その後一人暮らしになった父の相談というように何年か後に再相談となるケースがあります。また、一度の相談で、実母と義母と両方の相談という事例もあり、時間切れになることも少なくありません。

基本的には会議室での相談なのですが、急いでいる場合には、当社の事務所に来館していただき相談を受けています。

さらに、赴任先の海外からメール相談もあります。メールでのやりとりで情報や注意事項をお伝えし、一時帰国の際に見学や話し合いをされて希望する方向に落ち着かれるという流れになります。

90分の間には、涙を流しながら実情を話され、最後にはホッとした表情になります。多くの相談者が、今まで抱えていた胸のつかえを吐き出すことができ、今後もいつでも相談できるということが分かり、最後は笑顔でお帰りになります。

## 3. 相談事例より

### (1) 認知症の症状がでている母親の対応について

「あきらかに認知症だと家族は分かっているが、それを本人に伝えていない。どうやって介護サービスを利用させたらよいでしょうか？」

「認知症を告知していないので、介護保険の認定を受けていない。介護サービスを受けさせたいので介護保険の申請をしたいけど、何と言って母を病院に連れて行ったらよいでしょうか？」

「毎週末に実家に行くが、ゴミ屋敷状態で冷蔵庫の中は腐った食品だらけになっている。娘の自分が片づけようとする怒り出す。どうしたら母を説得できるでしょうか？」

「工作中に数分おきに携帯が鳴る。それで、

業務に集中できない。今後、母の認知症はどうなっていくのでしょうか？」

以上は女性社員の相談内容です。母は日中独居になっているのですが、認知症状が進行していてそのままにしておけない。でも、どうすれば良いのか、その解決策を見いだせないのです。殆どの社員が祖母や祖父との同居の経験がないので、人が老いるという現象を知らないまま今日までに至っていません。

### (2) 家族旅行から父の認知症が発覚して人生観が変わってしまったケース

「年末年始の長期休暇に実家の両親を招待して、久しぶりに温泉旅館で皆のんびりすることになった。旅館について、夕餉のご馳走をいただきながら話に花が咲いていた。父親がトイレに行き、その後、しばらく戻ってこない。不思議に思ってトイレに迎えに行くが姿は見え、旅館内を探したところ、ロビーのお土産の前でウロウロしていた。父に声をかけたが、その時の顔つきがいつもの父親の顔ではなかった。そして、「自宅に帰りたい！今すぐに帰りたい！」とわめきだし、それは幼児が泣きじゃくる姿そのもので、すごくショックだった。

家族全員で言い含めて、その晩は旅館に泊まったが、殆ど一睡もできず、何がどうなったのか？考えても考えても理解できない。翌日、朝食を食べて、すぐに帰ることになり、せっかくの休暇も台無しとなりました。そこから父の介護が始まったんです。」と、せつせつと語る様子からは、誰にも話せない、でも誰かに分かってもらいたい、この事実を自分はどう受け止めたらよいのだろうか、毎日、悶々と暮らしていたことを裏付けるかのように暗い表情が印象的でした。

これは男性社員の相談ですが、今まで50年近く生きてきて、殆どのことは自力で解決できていたが、ここにきて父親の介護でこんな目に合うとは思いませんでした。人生にはどうにもならないことがあるということが父の病気によって、つくづく思い知らされたと言います。

### (3) オシャレだった母が別人のようになりショックを受けたケース

長く一人暮らしをしている母と毎月一緒に

食事をしているというKさんは、ある日、いつものように待ち合わせ場所に行きました。いつもは先にきているお母さんが見当たりません。あまり遅いので電話をかけると何と隣の駅で待っているというのです。それで、急いで隣駅に行くとお母さんは改札口に立っていましたが、いつものお母さんではありません。あのおしゃれなお母さんが、着ている洋服も汚れていて、靴もボロ靴を履いています。持っているバッグも布袋です。どうしたのかと驚きましたが、近くのお寿司屋さんで一緒に食事をしました。

その時の話し方がいつもと違います。同じことを何回も繰り返し、顔の表情も変です。その日は食事だけで別れましたが、とても心配でしたので、マンションでの一人暮らしから自宅近くの高齢者用の賃貸住宅に引っ越しをさせたいとの相談です。見守りの職員がいる住宅に移り、部屋が狭いとブツブツ文句を言っていたお母さんでしたが、朝に晩にと家族が代わる代わるの様子を見に行き、落ち着きました。

その後、病院へ連れて行ったところ、アルツハイマーと診断されて、とてもショックだったと言います。同居はできないけど、近居できて良かったと言います。

#### 4. 長寿親が重たい

長く相談業務を続けていて思うのは、介護に関しては、自分だけは要介護状態にはならないと思込んでいる高齢者が多く、介護とは他人事であると思っています。ところが、病気や介護はある日、突然に起こるのです。

また、介護には「身体的な介護（車いす状態）」「認知症の介護」「医療的ケアが複数必要な介護」とありますが、圧倒的に多いのが認知症の介護相談です。兄弟姉妹がいる場合は、認知症の親がとる態度や言動は、子供の一人ひとりに対して違うので、兄弟姉妹で意見が分かれます。それで、夫婦一緒に、あるいは兄弟姉妹と一緒に相談を受けるケースが増えています。社員の家族が同席しての介護相談になるのです。

その場合は、それぞれの環境などの違いから価値観の相違も著しく、家族や身内が多ければ多いほど、調整に時間がかかること

になります。

介護が必要な両親の年齢は75歳から100歳と幅広くなっています。90歳を過ぎるころから親の我儘が出てきます。

#### (1) 長寿親の毒親化とは

「実家に帰ると母親は長男の自分に「会社を辞めて帰っておいで！」と無理難題を吹っかけてきて、良い返事をしないとお茶わんやお皿が飛んでくるので、座布団でよけるんです。」という人。

「遠距離介護で実家に行くのは月1回なので、行けば2、3日泊まって食事の世話だけでなく、夜具の手入れなど、生活に困らないようにしてあげるのに、母からは感謝の言葉もなくて、帰る日になると「離婚して孫連れて戻ってきてくれない！」と無茶なことを言い出すんです。」と話す人。

どうやら、長寿親が毒親化しているようです。

そうかと思うと、一人暮らしが心配なので、ホーム暮らしを勧めると、「こんな立派な家があるのに、どうして老人ホームになんか行かなきゃならないのか？自宅が一番いいよ！お前が手伝いに来れば済むんだ！」と勝手なことを言います。それで、介護サービスを頼もうとすると、「家には他人を入れたくない。お前が来ればいい！」さらに、テレビショッピングで次から次へと買い物をして、その付けを子供にまわし、買い物三昧の母の部屋は、使わない商品で埋まっている状態と言います。

実家で入退院を繰り返していた母親は、「最期は長男の家で過ごしたい！」と言い出し、何本も管のついた寝たきりの状態のまま新幹線で上京し、まずは東京の病院に転院したいので病院を教えて欲しいという相談です。まだ元気な父親は病院の近くの賃貸マンションに一人暮らしをするという計画です。その打ち合わせから手続きは長男の嫁が走り回って行い、とにかく実家からの大移動が始まりました。相談を受けた時は、果たして実行困難かと思われましたが、順調に進んで、希望通りの最期になりました。

#### 5. 介護離職しないためには

老親の介護が長期化すると身体的にも精

神的にも疲労が増してきます。最近は一人っ子という人も多くて、「介護するのは自分しかいません」という子供世代も少なくありません。しかし、介護離職はしないで何とか仕事を続けられる方法を考えます。そのためには老親にもある程度の我慢をしていただきます。

#### (1) 一人っ子の息子が実家で一人暮らしの母を上手に支えている事例

60歳少し手前で現役の社員のお母さま、一人暮らしで要介護1です。毎朝毎晩、電話をして安否確認をしていましたが、それでもガスの点けっぱなしなど、心配することが増えるばかりです。そこで、一人っ子で長男の自分が実家に寝泊まりすることにしました。少し遠くなりますが、実家から会社に通います。そして、日曜日は自分の家に戻ります。平日、母は昼間一人になりますが、夜は長男が帰ってくるので安心ですし、親子の会話を楽しめます。昼間、母が退屈しないようにと、ジャニーズの嵐のビデオをセットして会社に行きます。85歳の母は嵐の大ファンなので、ビデオを愉しんで過ごしてくれます。

これは息子が母に生きがいを与えている素晴らしいケースでしょう。

それでも、いざという時のために、老人ホームの情報が欲しいという相談でした。

#### (2) できるだけ多くのサービスを利用して介護を乗り切ること

現在の介護保険の区分は要支援1～要介護5までの7段階になります。

まずは介護保険のサービスを考えましょう。認定度ごとに1か月の利用限度額が決まっていますので、その範囲で介護計画をたてます。

次に、地域で行われているボランティアによるサービスを探してみましょう。食事も配食サービスを頼むと安否確認も一緒に行われます。

持病の通院が大変になったら訪問医療に切り替えましょう。

両親の住む自治体には、介護に関するどんなサービスがあるのかを、調べることから始まります。

#### (3) 介護は一人で抱え込まないこと

昔と違って長期入院ができない時代です。救急車で搬送されても、じきに退院になります。その後、介護が必要になるのですが、何でも自分でという考えは止めましょう。たくさんの手を借りましょう。そして、相談相手を見つけることです。

「自助・互助・共助・公助」と言われています。しかし、介護は突然起きます。その時にパニック状態にならないように、情報を早めに集めておく気持ちに余裕ができます。

#### (4) 介護相談とは人生相談なのです

人間は必ず死を迎えますが、誰もが「そんな縁起でもないことを考えたくない!」と言い、「何とかなるわ!」と思っているのですが、実は「何とかならない」のが現代なのです。平成になってからは、「100歳不明高齢者」や「行方不明の徘徊老人」という社会問題が浮上しています。

一方、親が老いていく姿を見ていて、それを「見たくない!」「視界から消えて欲しい!」そう願っているような人も少なくありません。また、兄弟姉妹で意見が分かされると、「世間一般の常識的にはどうですか?」と聞かれることもあります。

子供として両親をどう支えるのか?今までは支えてもらっていた立場が突然、逆転します。自分が置かれた状態で、何ができるのかを一緒に考えるのが介護相談なのです。相談を何回か重ねていくなかで、相談内容が「介護」から「生き方」になっていきます。

医療の進歩と環境の改善で長寿化は留まるところを知りません。誰もが100歳まで生きると考えて生活革命が必要になるのですが、高齢になってからライフスタイルを変えるということは大変なのです。なるべく早い時期に生活革命の行動を起こした人だけが、憂いなく暮らせることになります。

それには、家族で、親子で、介護が必要になった場合のことを元気な時から話し合っておくことです。介護とは、24時間寝食を忘れて見守りながらお世話するという重労働なのですから。