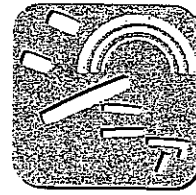


自分が将来、介護を受ける身になった時、どうしたいのか具体的に考えている人は少ない。いざという時、家族に世話してもらおうと漠然と思っているだけでは不十分。元氣なうちに自分の意思を定め、家族と情報を共有しておきたい。



11月末、千葉県浦安市の有料老人ホーム「グッドタイム」リビング 新浦安で、同ホーム

の取り組みを説明するセミナーが開かれた。施設長の茂永純子さんが、認知症ケアなどにも対応していることなどをビデオを交えて説明、近隣住民らが聞き入った。

近所で独り暮らしをしている女性(75)は、施設入所も選択肢に入れており、ホームを訪ねるのは2軒目。「今は健康で、娘夫婦と一緒に暮らそうと誘ってくれているが、万一を考えたらホームもいかなあと思って」と話す。

もっとも、この女性のように自身の介護について考え、行動に移している人は少ない。介護サービス大手のオリックス・リビング(東京)が今年9月、全

国の40代以上の1238人に行った調査によると、自分の介護について「不安を感じる」「やや不安を感じる」という回答は86%に上ったが、将来については「まだ何も考えていない」が68%、「考えているが、家族に

は多い。しかし、脳卒中などで倒れ、急に介護が必要になることもある。健康であっても70歳を過ぎたら、そろそろ真剣に考える時期です」と話す。

そのために、大塚さんはまず、家族介護を考える際のポイント

自分の介護 家族と認識共有

伝えていない」が23%だった。

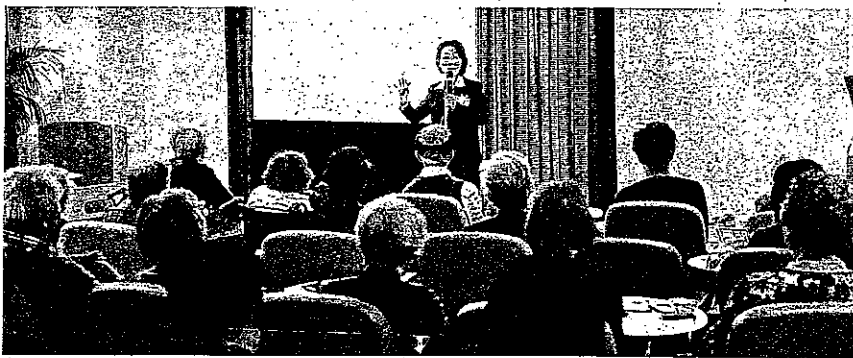
「人生設計の中に介護費用が含まれているかという問い」には「い」と答えた人は3割に満たなかった。

青梅慶友病院(東京)会長で医師の大塚宣夫さんは「自分が介護を受ける可能性は、理屈として分かっていても実感できない人

■家族介護を考える際のポイント

- ・気心が知れた身内による介護は意思疎通が楽だと考えがちだが、相手に期待してしまう分、意識ギャップも生まれやすい
- ・ベッドからの移動介助などは素人が行うより、訓練を受けたプロのほうが快適
- ・家族介護は無償ではない。食費やおむつ代などの出費のほか、仕事を休めば収入減に

※大塚さんの話をもとに作成



有料老人ホームでの生活についての説明会。近隣住民らが認知症対応などの話に耳を傾けた(11月30日、千葉県浦安市で)

くべきだ」という。

その上で、特別養護老人ホーム、有料老人ホーム、老人保健施設など、様々な施設を見学する。必要な費用の相場や自分がどんな最期を迎えたいのかについてもイメージしやすくなる。

「『もしもの時は、子どもの世話になればいい』と漠然と考え話になればいい」と話している。

「表」を押さえておくよう提唱しているだけではダメです。当てが外れる場合もあるし、子どもに過度の負担を強いることにもなりかねない」(大塚さん)

「認知症のひとと家族の会」東京都支部で相談員を務める原英子さん(80)は、実母や義母の介護を経験した。その経験から、

自分に介護が必要になっても、介護サービスを活用して、基本的に子どもの手は借りないつもりだと子どもたちに話してあるという。