ケアラーの風景

支援者たち 1

介護担い手 心と体の調査票

全国の市区町村で初めて「ケアラー支援条例」を制定するなど、ケアラー支援に力を入れる北海道栗山町。栗山町社会福祉協議会ケアラー支援室参与の吉田義人さん(77)は、推進役の一人として、ケアラーの心身の状態を評価するアセスメントを導入した。課題解決に有効な指標として、他の自治体の注目も集める。（山田朋代）

「お変わりはないですか」。町社協のケアラー支援専門員、高橋みはるさん(68)は5月、ト部澄子さん(85)の自宅を訪ね、声を掛けた。軽度の認知症とがんを患う夫(89)と2人暮らしのト部さんは「おかげさまで。昨日も病院や買い物に行って。どこに行くにも一緒ですよ」と、笑顔を見せた。

高橋さんは2年前から毎月1回、ケアラーであるト部さんの健康状態や生活の状況を確認するために訪問している。近況などを尋ねて、変化があると感じたら、町独自の調査票「ケアラーアセスメント・サポートシート」に内容を書き込む。医療機関の受診などを勧めることもある。目を向ける対象は、あくまでケアラーだ。

「家族を世話するケアラーは、自分の健康や悩みを後回しにしがち。予防的な支援が重要だ」。吉田さんは、そう力を込める。

アセスメントシートについて説明する吉田さん

悩みや健康 早めに対応

■心身の不調訴え

町社協がケアラー支援に本腰を入れるようになったきっかけは、2010年のケアラー実態調査だ。町内全6104世帯を対象に実施したところ、約15％にあたる約900世帯にケアラーがいることがわかった。さらに、その6割が心身の不調を訴えていた。

末期がんで歩行困難な妻を介護していた70代男性は「精神的にも体力的にも限界です。助けてください」と、重い口を開いた。

吉田さんは思った。「介護保険サービスを充実させれば、ケアラーも楽になるだろうと考えていたが、そうではなかった。対面で話を聞いて、目に見えない内面の負担にも気づくことができる支援を行わなければいけない」

■シートで情報共有

町社協はボランティアや民生委員らと協力し、家庭訪問を行ったり集いの場を設けたりして、ケアラーとの接触機会を増やした。14年には、ケアラーの状態を把握しやすくするためのアセスメントを考案した。「イキイキ」から「ヘトヘト」まで5段階の顔のマークで評価し、感じたままの様子や対応策などを専用のシートに記入。ケアマネジャーらとも情報を共有する。

これまでに約300件のアセスメントを実施。義父の介護で疲れ果てていた女性がアセスメントの結果を材料に家族の協力を得られるようになった例や、「妻の介護は自分の仕事」と考え、体調を崩していた男性に「オーバーワーク」を自覚させて、介護サービスの利用につなげた例などがあるという。

「課題の早期発見、早期対応につながるだけでなく、ケアラー本人にとっても自身の状況を客観視するきっかけになる」と、吉田さん。シートは介護関係者の注目を集め、長崎県や北海道でも導入されるなど、広がりを見せている。

町は21年4月、「ケアラー支援条例」を施行した。アセスメントも町が実施主体となることで関係機関の連携が強化され、持続的な支援態勢が整いつつある。

「小さな町の取り組みにとどまらず、全国に地域でケアラーを支えるという機運が高まっていくといい」。吉田さんは強く願っている。

＊

病気や障害などの家族を無償で介護、世話する「ケアラー」を支援する動きが広がりつつある。孤独の解消、将来不安の軽減……。先駆的な取り組みを進める人々を紹介する。

▲ト部さん（手前右）と夫の話に耳を傾ける高橋さん（奥左）ら

感想・体験談募集

ご感想をお寄せください。親や祖父母を世話するヤングケアラー、依存症や認知症の家族の世話をしている人の体験談も募集します。連絡先を明記の上、〒100-8055　読売新聞東京本社生活部「ケアラーの風景」係へ。メールは（kurashi@yomiuri.com）。

これまでに掲載した「ケアラーの風景」の記事は、読売新聞オンライン＝QRコード＝で読むことができます。