



さんかく

女性 (Female) と男性 (Male) が共に支えあい、対等な立場で社会 (Society) を形成することを願って!!

2007年8月15日

第4号

私がみる？あなたがみる？

もし、家族を介護することになったら…。

自分が寝たきりになってしまったら…。あなたはどうしますか？

介護は女性だけの役割でしょうか？



表紙イラスト/白川 大詞

* 特集 *

“介護”になっても大丈夫!!

～ひとりで頑張らないでみんなで支え合って行こう～

- * 五所川原市民の介護についての意識と現状
- * どうして介護に女性が関わることが多いの？
- * 仕事も育児も介護も…
- * 介護は家族がやるのが一番いいの…？
- * これからの介護
- ～支え合う無理のない介護のために～

c·o·n·t·e·n·t·s

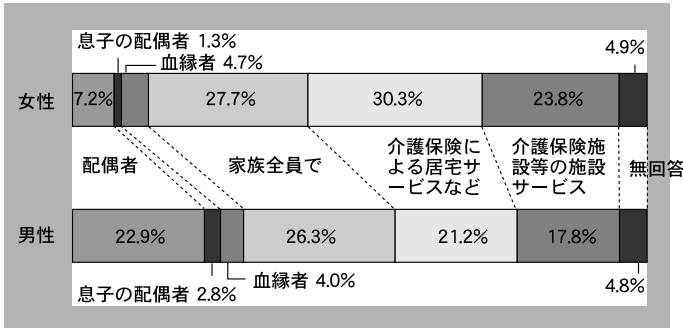
- * おじゃましまーす！
インタビュー 中谷ミツさん
- * おすすめBOOKS
- * インフォメーション
学習会「あなたの気持ちはなぜ伝わらないのか？」
～気持ちの通い合う人間関係を築くためのコミュニケーション～

* 特集 * “介護” になっても大丈夫!!

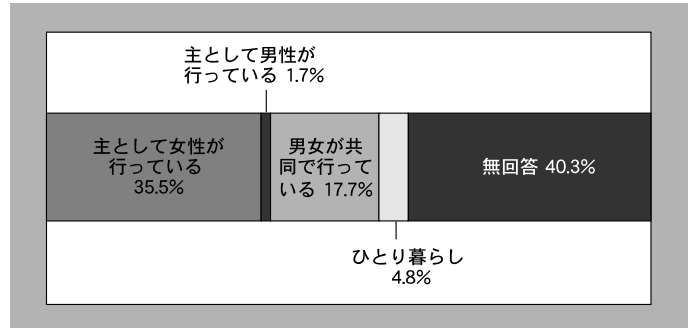
～ひとりで頑張らないでみんなで支え合って行こう～

～ 五所川原市民の介護についての意識と現状 ～

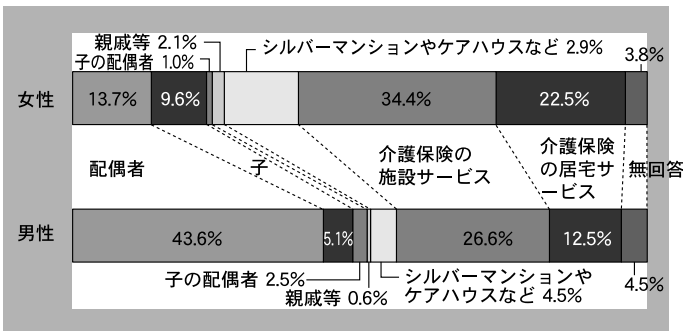
Q. 家庭内での高齢者介護の分担について、どのようにお考えですか。



Q. あなたの家庭では、親などの介護をどのように分担していますか。



Q. もしあなたが介護を受けなければならなくなったとき、介護は誰にしてもらいたいですか。



平成18年に行った五所川原市民男女共同参画に関するアンケート結果によると、家族内での高齢者介護の分担について「配偶者が受け持つ方が良い」と回答した人は女性7.2%、男性22.9%でした。また、自分が介護を受けなければならなくなったとき、誰にしてもらいたいですかという問いに対して、男性の約半数は配偶者や子などの「家族に」と答えているのに対し、女性の約7割はケアハウス等も含めた「介護保険施設で」と回答しています。

実際に、五所川原市民の家庭内で介護分担がどのようになっているかということ、「主として女性が行っている」が35.5%、「主として男性が行っている」は1.7%でした。「男女共同で」と回答した人も含めると、女性の約半数以上が何らかの形で介護に関わっているのが現状です。

どうして介護に女性が関わることが多いの？

明治時代、「家」制度がつくられ、男性は一家の大黒柱として経済的な負担を負わされ『男は仕事、女は家庭』という性別役割分業がすすみ、さらに教育をとおして社会に浸透していきました。

戦後は、高度経済成長の中で夫は日本の経済成長のために会社で企業戦士として働き、妻は家庭内で専業主婦として家事・育児、そして介護をするのが当たり前のことになっていきました。

※参考引用：あおもり女性大学第5期生卒業論文 姓名 桂子『「家」の意識の現状と課題』

仕事も育児も介護も…

現在は「男は仕事」「女は家庭」という意識は変わりつつあります。働く女性が増加し、家庭にいる主婦たちの社会活動もめざましく、女性の生き方は多様化しています。働く女性にとって「家庭と仕事の両立」をいかにうまく成し遂げるかということは、仕事を続ける上で大きな課題となっています。

出産・育児を乗り越え働き続けてきた女性たちが次に悩まされるのが、親などの「介護」に直面したときなのです。

どうして介護に女性が関わる人が多いの？

一昔前までは、介護は家族がやるのが一番いいと言われてきました。しかし、家族だけの介護は家族の特定の人に負担がかかることもあります。一人で頑張って長期間にわたり介護を続けていると、自分でも気づかぬうちに身体的疲労や精神的ストレスもたまっているかも知れません。介護に関わらずとも、誰だって色々なことが原因となってイライラすることもあれば、優しい気持ちを持ってない事もあるでしょう。

高齢者虐待は、様々な要因が絡み合って起こると考えられています。要因があってもすぐに虐待が起こるわけではありませんが、長期間にわたる介護によってストレスを持ち続けていると、万が一…、ということも起こりかねません。

介護をとりまく環境は、高齢社会を迎え家族の形態や女性の働き方が変化したことや、介護保険制度が導入されたことにより大きく変化しています。これからの介護を考える時には、一人で頑張り過ぎずに、「家族と地域と社会サービス」の連携により、バランスのとれた介護をし、みんなで支え合っていくことが大切です。

これからの介護

～ 支え合う無理のない介護のために ～

社会サービス を上手に利用しよう



介護者がいきいきと
介護をするために。
また、介護を受ける
人が今ある能力を保つ
ために、社会サービス
を上手に利用してい
きましょう。

家族 みんなで支えよう



誰か一人だけに任せ
てしまうのではなく、
一緒に考え、女性も男
性も介護や家事を分担
し、家族みんなで協力
しあいましょう。

地域 でつながろう



誰もが気持ちよく生
活を送れるように地域
で見守りましょう。

ひと声かけてくれる
人がいるだけで、乗り
越えられることもあり
ます。

こんなとき
お役に
立ちます！

地域包括支援センター

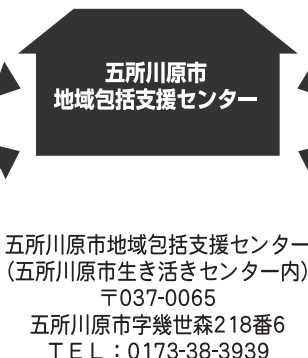
主任ケアマネージャー、社会福祉士、保健師
などが中心となって、互いに連携をとりながら
高齢者の支援を行います。

高齢者の
介護や
健康のこと

高齢者の
権利を
守ること

高齢者の
さまざまな
相談ごと

高齢者の
暮らしやすい
地域のために



ご存知
ですか？

介護者のつどい

日頃、気づかぬうちにたまっている介護疲れ、
ストレス等…。「介護者のつどい」は保健師による介護
相談を行ったり、介護者同士の交流等を通して介護者が
リフレッシュするための集まりです。あなたも参加して
みませんか。

【対象】市内に居住する現在介護にかかわっている方

第2回

- 日時：9月25日（火）
9時～15時
- 内容：『ウォーキング
と植物観察』
(堺野沢溜池)

第3回

- 日時：11月14日（水）
9時～15時
- 内容：『温海水浴体験・
アクアジム』
(し～うらんど海遊館)

※参加には10日前までの申込みが必要です。

〈お申込・お問い合わせ先〉

五所川原市民生部 健康推進課 保健指導係
TEL35-2111(内線2223 2224) 担当/山内、佐藤

知っておきたい法律コーナー

介護休業制度

1995年6月育児休業法を一部改正し、介護休業法制度
の創設を含む改正育児・介護休業法が成立しました。

【対象労働者】労働者（日々雇用を除く）。2005年4月1
日の改正により、休業の取得によって雇用の継続が見込
まれる一定の範囲の期間雇用者（有期契約労働者）も取
得することができるようになりました。

【取得回数と期間】要介護状態にある対象家族1人につき、
常時介護を必要とする状態に至るごとに1回の介護休業
をとることができます。休業期間は通算して（延べ）93
日までです。

【対象範囲】配偶者（事実婚を含む）、父母、子、配偶者
の父母、同居し、かつ扶養している祖父母、兄弟姉妹、孫。

高齢者虐待防止法

高齢者の権利を守り、高齢者を養護している方を支援
するために2007年4月から施行されました。

【高齢者虐待とは】高齢者を養護している家族・同居人や
養介護施設等の従事者等からの虐待をいいます。

【虐待とは】身体的・心理的に外傷が生じる恐れのある言
動、衰弱させるような著しい減食、長時間の放置、養護
を怠る、著しい暴言、拒否的な対応、わいせつ行為をする・
させる、財産の不当処分、不当に財産上の利益を得るこ
となど。

【相談窓口】五所川原市福祉部 介護福祉課 高齢福祉係
TEL35-2111（内線2275）

地域福祉権利擁護事業 (日常生活自立支援事業)

認知症や知的障害、精神障害などの理由で判断能力が
不十分な人を対象に、福祉サービスの適切な利用や日常
の金銭管理を支援する制度です。

【お問い合わせ先】五所川原市社会福祉協議会
TEL34-3494

成年後見制度

判断能力が不十分なために、財産管理をしたり、法的
な契約を結ぶことが困難な人を保護し、支援するための
制度です。認知症、知的障害、精神障害のある人などが
対象です。

【お問い合わせ先・相談窓口】
青森家庭裁判所 五所川原支部 TEL34-2928

おじゃましま〜す！

五所川原市金木町に住む中谷ミツさんは現在、様々な農産物の加工品づくりを通して地域活動に取り組んでいます。中谷さんが地域活動に参加するようになったきっかけについて、お話をうかがってみました。



中谷 ミツさん

金木町川倉生活改善グループ会長
川倉ふれあいセンター加工部会リーダー
*ViC・ウーマンとして活躍中

『川倉生活改善グループに入ったのは、義母の勧めがあったからです。「一歩外に出たら、何か収穫してこいへ」と背中を押され、昭和55年に入会しました。その年は冷害で、売れない米（青米）を自分たちで食べるといった状況で大変苦労しました。

その後、旧金木町で『村づくり協議会』が立ち上がり、生活改善グループの女性たちも味噌や豆腐など農産物の加工品を作ることで村づくりに協力することになりました。また、町で買ってくれた一台のポン菓子機械を持って“おこし”を作り、町を回ったのがきっかけでポン菓子作りをするようになりました。やがて機械が壊れ、作る人もいなくなり3年くらい休んだでしょうか…。でも、どこからか「あの懐かしい味が食べたい」「東京に住む娘に送ってやりたい」という声が聞こえてきました。そんな時、私がもう一度ポン菓子をみんなに作って食べさせてあげたいという気持ちを知ってかどうか、夫と娘が私に内緒でポン菓子の機械を購入しプレゼントしてくれたのです。それから家でもポン菓子作りをするようになりました。今に至るまでには大変な苦労がありました。でも楽しみもあります。常日頃「これをふくらましてみたらどうだろう？」と考えていますが、ある時、台所の片隅に眠っているマカロニを機械に入れてみたら、すごくよくふくらんで…。こうしてマカロニのポン菓子が誕生したのです。

一方、生活改善グループでの活動もますます活発になって、加工品を作る場所が欲しいという意見が持ち上がりました。そこで思い切って、仲間たちみんなで旧金木町役場に加工所設置を要望しに行ったのです。その甲斐あってか、川倉ふれあいセンターに加工所を設置して頂きました。現在はそこで農産物の加工だけでなく、米の転作として育てたそばを活用してそば打ち体験の指導も行っています。大盛況で、お陰様でほんのわずかですが収益も上がるようになりました。

こうして色々な活動ができるのは、家族、特に夫の協力があったからです。義母も義父も大変理解のある人でした。本当に心から感謝しているんですよ。ポン菓子活動を始め、私や仲間の作った加工品を喜んで下さるのが何よりうれしいんです。』とミツさんは笑顔で語ってくれた。

※ViC・ウーマンとは、Village Conductor of Womanの略称で、「地域のよりよい『農林水産業とくらし』を指揮する女性リーダー」を意味し、青森県知事が認定している。

●おすすめBOOKS●



『太陽さん〜モコの老入介護の現場だより〜』
（いさやま もとこ著）
／出版：竹書房

新米介護者の奮闘記

ある日突然、実父が脳梗塞で倒れたという1本の電話連絡で漫画家モコの介護生活は始まった。病院探し・在宅介護の悩み、家族関係や介護職との人間関係など問題は尽きる事はないけれども、家事や仕事を中途半端にはしたくない…。実体験に基づいた介護情報を満載のエッセイコミックです。



『親の入院・介護に直面したら読む本』
（長岡 美代著）／出版：実務教育出版

親の入院・介護に直面したら…？

自分の親が病気で倒れ入院したり、長い介護生活が始まることになれば、誰でも動揺したり不安になる。

この本には介護サービスを上手に使う方法や、無駄な出費をしないための知識、暮らしの中の介護技術など項目別に詳しくまとめている。親の入院・介護に直面したときにはバイブル的な1冊となることでしょう。

インフォメーション

学習会

「あなたの気持ちはなぜ伝わらないのか？」
～気持ちの通い合う人間関係を築くための
コミュニケーション～

講師：親業インストラクター
津島 弘美

●日時…平成19年10月22日（月）
10時～12時まで

●場所…働く婦人の家（第3会議室）
※先着20名まで

【問い合わせ先】

五所川原市 企画課 男女共同参画室
TEL：0173-35-2111（内線2462）

編集後記

まだまだ考えて、調べて、書いて、
伝えたい男女共同参画情報紙
（ハッピー）

始めて参加させていただいた編集会議は、自分がいかに無知であったかを知ることにになりました。

今回のテーマである介護については、身近な問題として勉強させていただきました。知ることができて良かった!!というのが正直な感想です。（ぐい）

●編集スタッフ

境谷 葉子・福士千恵子
津島 弘美・三由 恵子
千葉 敦子

●発行

五所川原市 男女共同参画室
〒037-8686

五所川原市字岩木町12

TEL：0173-35-2111

（内線2462・2463）

FAX：0173-35-3617

Eメール：danjo@goshogawara.
net.pref.aomori.jp

みな様のご意見、ご感想を
お待ちしております。