

シングル single style スタイル

高齢化、非婚化とともに、
独身の子供による親の「シ
ングル介護」が目立つようにな
った。実家暮らしを続けるう
ちに親が衰え、そのまま介護
生活が始まったり、「身軽だ
から」とお鉢が回ってきたり
もする。(中館聡子)

介護者支援団体「つどい場
さくらちゃん」(兵庫県西宮
市)が運営する一軒家では、
介護者や介護職、地域の人ら
が集い、ランチをともにしな
がら話をする。認知症の母親
(70)を介護する奈良県の女性
(45)が、胸の内を明かした。
「仕事をやめたけれど、毎日
しんどい。仕事で介護から離
れられる時間があった方が、
精神的に楽だったかも」
両親と3人暮らしで、小売
店の店長として午後11時まで
働いていた。2年ほど前、母
が手入れしていた庭木が伸び
放題になっていたりと、料理が

親介護で思う 私の老後



人とのつながりの大切さ認識

できなくなったり、異変が出
始めた。
高齢の父に多くは望めず、
女性が仕事の合間に家事や介
護を担ったが、「これでは十
分みられない。母の認知症が

進んでしまおう」と退職した。
要介護度は2で、週1回サ
イバービスに通う。ふだんは
家で、着替えなど、何とかで
きる動作を声かけしながら見
守っている。夜は2、3回、
母が壁をたたき合図で起き、
トイレに連れて行く。親の年
金と、自分の貯金を崩して暮
らす。それでも、介護は自分

の役割だと考えている。結婚
して別に暮らす弟には、「子
供を連れてきて、喜ばせてあ
げて」と言う。
「悲観的にならないように
はしています。でも、もし結
婚していたら、家計を夫に頼
ったり、相談したりできたか
もしれない……」

さくらちゃんの理事長、丸
尾多重子さんは、「介護は選
択の連続だからね。選んだか
らには良しとせんと前に進ま
れへん。ここで気持ちをほき
出して、人の話を聞いて、選
ぶ、大いにある。

ぶべき道が見える人は多い
よ」と笑顔で励ました。
丸尾さん自身も独身で、が
んの母を在宅で看取り、認知
症の父を10年間介護した経験
がある。「シングル介護者は、
『親の世話にしても、自分は
子供に老後を見てもらえな
い』という現実を突きつけら
れる。だから、自分はどうな
老後を迎えたいかを考え、人
とのつながりの大切さを認識
できる貴重な機会にもなるん
です」
介護者が集える場が増えて
きた。そこでの出会いが、そ
の後の人生を支える可能性
も、大いにある。

◆介護者の集いの主な連絡先

兵庫県 西宮市	つどい場さくらちゃん	0798-35-0251
兵庫県 宝塚市	ほごり庵 (地域の人も集まる常設サロン)	0797-26-7818
京都市	認知症の人と家族の会 (全国に支部がある)	075-811-8195
京都市	男性介護者と支援者の 全国ネットワーク <small>※電話対応は 水曜午後1~4時</small>	075-466-3306

「つどい場さくらちゃん」の
昼食会で、母を介護するシ
ングル女性(手前)が気持ちを
打ち明けた。丸尾多重子さん
(右端)らがうなづく(兵庫
県西宮市)＝守屋由子撮影

仕事と両立「まずは自分の人生」

厚生労働省の国民生活基礎調
査によると、高齢者と未婚の子
のみの世帯は2013年に約444万
世帯で10年前の1.6倍。シingle
介護世帯はさらに増えそう
だ。

立命館大教授の津止正敏さん
(地域福祉論)は、「介護サー
ビスが豊富になり、企業の支援
策も充実しつつある。利用できる
ものはすべて利用するつもり

で仕事との両立を図って。『こ
れ以上無理』と感じたら、『親
より先の長い、自分の人生を大
事にしたい』と胸を張って主張
している」と助言。

まだ親が元気な人について
も、「あわてないように、親
が65歳になったら一般教養と
して介護保険の仕組みなど、
基礎知識を学んでほしい」と
話す。