

# いつかは だれも 「する人」か「される人」になります

いのちを守り 支える 介護

奇跡の回復から8年の介護

一番理解できる大切な人と終末ケアの…

親友に支えられて7年……

もう駄目かと覚悟したこともありました

男女共同参画へ一歩いっぽ。〔パ・ザ・パ〕

# Pas ā pas

No. **21**  
2013 OCTOBER

## 葬式の準備を

と言われてもあきらめず  
奇跡の回復から8年の介護



70代・女性 (静岡市葵区在住)

今から8年前、平成17年5月に、旅行から帰宅した翌日のことでした。トイレからなかなか出てこないの心配して見に行くと、中で夫が倒れていました。その時はまだ少し意識があったので、急いで救急車を呼んだのですが、到着が遅れ救急隊がようやく到着したときは、夫は大量に嘔吐し、意識も失っていました。この状態では搬送できないと言われていましたが、なんとかお願いして県立総合病院に運んでもらいました。

病院に着いたときには、倒れてから1時間が過ぎていました。医師からは脳出血だと告げられ、出血の場所が首元に近く、手術は難しいので家族を呼ぶようにと。そして看護師さんからは、お葬式の準備も…と言われ、もう駄目かと思いました。

そこからは神頼み。毎日毎日声をかけ続けたほか、夫がとても可愛がっていた孫たちの声をカセットに入れて、連日何回も耳元で聞かせました。孫たちも顔を見に来て「おじいちゃん、元気になってよ」と声をかけ続けたところ、45日目に夫は奇跡的に意識を取り戻したのです。

始めは鼻から栄養を取り入れていましたが、後に胃ろうとなって2年間過ごしました。

徐々に元気を回復しましたが、口から物を食べていないせいか言葉も出てくることはありませんでした。そこで、以前に食について学んでいた経験を活かしたいと思い、悪戦苦闘を続けました。すると3ヶ月で何とか食べられるようになり、それからはなんと言葉が出るようになりました。そこで夫にひんぱんに話しかけたり、歌を歌ってあげ

たり、本を読み聞かせてあげたりと、夫の回復のために思いつくことは色々と試みてきました。

すると、倒れてから2年、寝たきり状態から3年目にして、ついに動けるようになったのです。お葬式の準備を、とまで言われていたあのときのことを思うと、奇跡の回復だったと思います。

ところが、自分の両親も含め3人の介護の生活のストレスや疲れから、私も倒れてしまいました。嘔吐、下痢、不眠が続き、話すこともできなくなり、ついには体が動かなくなってしまったのです。食事もとることが出来ず体重も減少していったのですが、弱っていく自分の気持ちを奮い立たせてくれたのは孫たちでした。大切な人のために元気になりたい、生きたい!…そんな思いが芽生え、少しずつ食べられるようになりました。

これまでの介護生活では辛い時期もありましたが、9年目の今が一番良い状態です。そして8年間の介護経験から、気がついたことがいくつかあります。

ひとつは、介護を続けていくためには、とてもお金がかかるということです。

そしてもうひとつは、自分の楽しみの時間を持つことの大切さです。夫がショートステイで留守の時は、旅行や映画、学生時代の友人との食事、好きな料理を作って自宅に友人を呼ぶなどして、ストレスをためないようにしています。介護を優先するあまり、自分の楽しみを犠牲にすることなく、楽しめるときに楽しむということが大事だと思います。介護に一生懸命になりすぎるとストレスになってしまうので、適度に力を抜いて、前向きな気持ちを保つことが大切です。

## もう駄目かと

覚悟したこともありましたが  
人に支えられてここまで

60代・男性 (静岡市葵区在住)

**夫婦で事業を営み**、二人三脚でやってきました。そんな妻の介護をして4年。会社経営の片腕となり、記憶力も優れ、事務仕事をしっかりこなしていた妻が病気になるなど思いもしませんでした。

**振り返ると**7、8年まえから症状があったようですが、素人である私には、それが認知症であるとは確信できませんでした。その頃、些細なことで言い合いになるような夫婦喧嘩をよくしていました。当時は気がつきませんでした。それが初期症状だったようです。その後料理の際に、よく鍋を焦がすようになりました。初めのうちは笑ってすませていたのですが、そのうち、焦がした鍋を隠すつもりなのか、ペランダに並べておくようになりました。この時点でも私は気にしませんでした。子どもたちの勧めがあり、病院に行きました。そこでMR I検査を行い、直ちに認知症と診断されましたが、私はそれを受け入れることができず、脳専門医を受診しました。そこで同じ診断結果が出たことで、ようやく妻の病気を受け入れることができたのです。

**丸いものを三角だ**と言い切るなどの、妻の病気の症状についていけず、精神的に参ってしまいました。それをみていた子どもたちが私のことを心配してくれ、病院で、「公益社団法人 認知症の人と家族の会」を紹介され、電話をしてみました。そこでは優しい言葉で対応してもらい、ひたすら私の話を聞いてくれました。ほんとうに嬉しかったです。また、それまでは妻の症状を他人に隠してきたのですが、「それでは介護者が参ってしまい

ますよ」とのアドバイスを受けました。そして思い切って、隣組、友人などに話しました。話す前は不安がありましたが、今の時代、認知症になったからといって、そのことを悪く言う人はいないことが分かり、ホッとしました。

**他の人に話をしてから**は、肩の上に乗っていた重たいブロックが取れたように感じます。そこで“男性介護者の会”に参加するようになり、気持ち分かる者同士話をするのがストレス解消になり、次の介護に向かっていけるようになりました。それまでは行き詰まり、死を覚悟することも何度かありました。とにかく話を聴いてくれる場所を見つけられたことが大きな救いでした。

**現在、妻はアルツハイマー**が原因で、脳から排便の指令ができないので、それを促すために下部のマッサージをしています。以前はオムツの取り換えも大変に思っていたのですが、介護とはそんなことにとどまるものではないと身にしみてわかりました。

**とにかく今は**、妻の介護に専念しています。施設やデイサービスなど、子どもたちや他の人の手を借りることも可能ですが、できるだけ自分で見ていきたいと思うからです。それまで全く料理などしなかった私ですが、台所にも立ち、食事の世話もします。また、髪の毛を洗ったり、毛染めもします。そのために、美容院で使う洗髪用の椅子をインターネットで購入したりもしました。

**人間その気になれば**なんでも出来るものです。しかしそんな生活の中でも時間をやり繰りし、ボランティア活動や趣味の太鼓を楽しんでいます。このリフレッシュがないとやってはいけません。

**途中で投げ出してしまいたい**、というのは誰でも思うこと。しかし第三者に話をする中で冷静になり、続けてこられました。この自分があるのは妻のおかげだという想いを支えにして介護を続けています。妻の笑顔を見る回数は減りましたが、私は務めて明るくふるまっています。

## 親友に支えられて



**夫の介護を始めて7年目**になります。定時制高校の教師や、自宅で英語と数学の塾をし、パソコンなどの機械にも強かった夫が、「パソコンがうまく使えない」「テレビの録画方法がわからない」などと言うようになりました。病院に行きましたが、その時は特に問題ないという診断でした。

**その後2年間くらい**「どこかおかしいな」と感じながら過ごしていましたが、ある日「ご飯食べたかな」と言い出したり、徘徊が始まったりしたため、グループホームに入居することになりました。ところが、「なんで俺をこんなところに入れるんだ」などと本人がとても嫌がり、他の入居者の方ともうまくいかず、暴れるようになりました。精神安定剤の量が増え、薬を減らすとまた暴れるといった具合で、見ていてとても辛かったです。

**グループホームにいるときに**、てんかんの発作で病院に運ばれ、そこから経管栄養が始まりました。本当は自分の口から食べさせたかったのですが、病院の勧めにより、やむなく経管栄養にしました。

**その後、老人病院に移ったのですが**、そこでは、落ち着かせるためか、精神安定剤を多めに投与され、眠っていることが多くなりました。これでは良くないと考え、家に帰ることを決めました。今年の6月で家に戻って2年になります。

**病院から家に帰るとき**には、保健センターの介護講座で知り合った信頼できる友人に相談して、彼女の手助けを受けました。彼女がいるおかげで、なんでも相談できるし、息抜きもできています。

彼女は介護の仕事の経験もあり、ほんとうに助かっています。

**今は要介護5ですが**、ホームヘルパーによる支援は利用していません。先日初めて3泊4日のショートステイを体験しました。来月には2回目にトライする予定です。

**夫の様子は**、静かにしていたり、大きな声を発したり、その日によってさまざまです。話しかけるとオウム返ししてくれることや、息子たちの顔がわかることもあります。たまに状態が良いときには、会話が成立することもあります。

**夫は若い頃から**喘息、肺気腫、気管支拡張症という持病があり、長生きできるとは思っていなかったようです。

**素人なりに**夫の病気の原因を考えると、昔から頭を使って勉強はしていても、持病があったせいで運動を全くしていなかったのが影響しているのではないかと思っています。

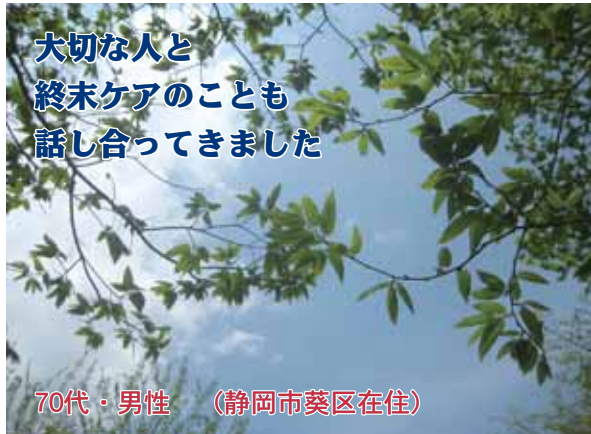
**彼は父親を早くに亡くして**、母親と5人の兄弟の面倒を見ながら苦労して勉強して生きてきた人です。そんな苦労をして一生懸命に頑張って生きてきた夫に精一杯尽くしたい、報いたいと思っています。

**最期は家で看取りたい。**経管栄養で生きていることは本望ではないとも思い、果たしてこれで良かったのかという気持ちでいます。でも、どんな形でも生きていてくれたほうがいいと思うのが家族です。

**在宅介護を続けていく上で**必要なのは、一緒に手伝ってくれたり、いつでも何でも相談できる友人、そんな人がそばにいてくれること。一人では孤独になり、無理だと思います。友人とはいつも、「ほぼえみを忘れず楽しく介護しようね」と話しています。

**介護は、ケースバイケース**ですから、その人にあった介護をすればいいのではないのでしょうか。大変な時には施設やショートステイを利用し、落ち着いたら家に連れてきて愛情いっぱいに見てあげればいいと思います。

## 一番理解できる



**最初の異変**は3年ほど前、避暑に訪れていた軽井沢で体調不良が続き、妻が入院したことでした。その時は、原因不明、脳に異常はないと医師に言われ、静岡に戻りました。

**しばらくして**、妻を趣味の会に送って行った時、会場から、「私は何でここにいるの?」と電話が来たのが、はじまりです。その夜、妻にそのことを伝え、「時々よくわからなくなることがあるのよ…」。

**そこで病院に行く**と、「認知症がかなり進んでいます、気がつきませんでしたか?」。送り迎えや買い物の支払い、書類記入など私がやっていたので、気がつかなかったのでしょう。それから薬を処方してもらい、約半年間でかなり症状は改善しました。

**ところが、ある夜**、妻はあわてて階段を降りようとして転び、顔を打つケガをしました。夜間救急の病院で診てもらいましたが、脳のCTに問題はなく、帰宅。次の日、調子がすぐれない妻を再び病院に連れて行ったところ、病院で体調が急変し、脳梗塞と脳出血をほぼ同時に発症。一時は付きっきりの看護となり、3週間目にはついには私自身が倒れ、入院。幸い妻は一命を取りとめ、退院後はリハビリ病院に入り、かなり回復。ところが自宅に戻る寸前、静脈血栓症を発症、再び入院しました。数か月後、退院する時は、手を引かないと歩けず、自分のこともよくわからないような状態でしたが、介助があれば、なんとか日常生活を送ることができました。

**介護を始めて3カ月**たった頃から長男夫婦が同居してくれるようになり、食事や洗濯の応援など、心強い支えになってくれています。10カ月後には妻と私は軽井沢に旅行することもできました。

**しかし今年2月**、足の感覚異常と手の震えが起きて、50日間入院。退院後も体力はあまり戻らず、現在、老人介護施設に入所し、1日30分のリハビリをしています。私は8時半に施設へ来て、夜7時まで一緒にいます。施設では食事やトイレの介助などを行っています。おむつを使えば楽ですが、トイレに連れていくことで、病気の進行がかなり違うように感じています。

**妻はよくできた人で**、自分にはもったいないくらいの人。仲良くやってきて結婚46年目の今、ここまでやってこられたのは妻のおかげなので、できるだけのことはしなくてはと思います。妻が元気な時、夫婦でよく、病気になった時や死を迎える時の話をしていました。そうした会話の積み重ねが相互理解を生み、介護の役に立っているとも感じています。

**これから介護に関わるかもしれない人**に伝えたいことは、日ごろから配偶者や家族と、介護や終末ケアについて話し合っておくのが大切だということ。そして、家の整理や、どこに何があるかも知っておくこと。妻には依存せず、自力で家事をこなせる力を養っておくことも大事だと思います。

**普段は会話もままなりません**が、妻の調子が良いと、瞬間的な意思表示をキャッチして、会話ができることがあります。できれば、そういう時間を少しでも多く取り戻したいです。自分にとって妻は、今も特別な存在です。妻を一番理解できるのは、自分しかいないという自負があります。人生をともに戦ってきた戦友としても、大切にしたいです。

女性だけでなく男性も ケアを引き受けられる社会へ！

## 人間社会にだけある「介護」



津止 正敏 (立命館大学教授)

介護は生き甲斐などと、それほど綺麗ごとで済ませるようなことではない。悲しくもあれば苦しくもある、とても負担の大きい日々には違いない。自由時間もままならず、家計負担も半端ではなくなり、空ろに沈む日も続くに違いない。介護が終わってもその喪失感は計り知れない。介護が辛くて大変、出来れば避けたい、ということだけであれば「介護を無くそう」といえばそれですむ話かもしれない。でも、決してそればかりではないことを体験記は私たちに教えている。ささやかではあっても、介護がなければ気づきようもなかったほのぼのとした幸せに浸り心が弾む瞬間も確かにあるのだ。家族だけでなく介護で繋がる友人やボランティアとの絆もあるのだ。

だからこそ、介護を排除することではなくて、家族の介護を引き受けることが可能な環境に社会の深い関心が寄せられる。介護はこの地球上に生きる数多の生物のなかで人間社会だけにみられるというが、そうであれば人間らしさそのものが介護という暮らしの中に潜んでいるのではないか、という希望も交えて語られる。

ヒトの老いや心身機能の衰えは避けることができない。障害等で日常生活に支障なく暮らせる私たちの健康寿命と平均寿命との差は男性で9年、女性では12年にもなる。この老後の長い時間は、誰か家族や他者、社会のケアサポートを受けなが

らあるいは誰かの介護者になって暮らす時間でもある。介護を理由とする自死や心中、虐待などの不幸な事件も後を絶たないが、不安は募るばかりだ。安心して私と家族の老後を託すことができる環境がなければこの9～12年間という時間は辛く度し難い暮らしが蔓延することにもなりかねない。

男女共同やワーク・ライフ・バランスが時代の要請となるのはこうした背景があるからだ。娘や妻、嫁たちだけでなく夫も息子も共に力を合わせて家族のケアを引き受けることが可能な社会環境を目指そうということだ。男性介護者と支援者の全国ネットワークも次のように訴えている。「かたろう！ 男の介護」「つたえよう！ 私の介護体験」「ひろげよう！ 男性介護者の会と集い」「かえよう！ 介護保険と介護休業」「なくそう！ 介護退職と介護事件」。いま介護を生きる人が語る言葉を集めた。

新しい介護者運動が始まっていることが希望だ。

### 津止 正敏 (つどめ まさとし)

立命館大学産業社会学部教授

京都市社会福祉協議会に20年間勤務後、2001年より立命館大学産業社会学部教授に就任。地域を基盤とした社会福祉政策の研究及び地域福祉・ボランティアの政策や組織運営、プログラムについての臨床的研究が主な分野。全国の男性介護者に調査を行い、『男性介護者白書』（2007年／かもがわ出版）を執筆。男性介護研究会代表で、2009年から「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」事務局長を務める。

## 介護に関する相談は…

生活の中で、不安なこと、相談したいことがあったら、地域包括支援センターに

「地域包括支援センター」は、市が社会福祉法人などに委託して運営している機関で、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から高齢者やその家族を支えています。

- 支援内容** ①保健・福祉・医療・介護などの総合的な相談 ②自立して生活できるような支援  
③高齢者の権利を守るための相談・支援 ④高齢者が住みやすい地域づくり

### 静岡市内の地域包括支援センター一覧

葵 区		駿河区		清水区	
センター名	電話番号	センター名	電話番号	センター名	電話番号
城西	273-1140	小鹿豊田	284-0284	港北	371-0296
城東	295-9993	八幡山	202-6677	興津川	369-3482
井川	260-2227	大谷久能	236-0778	両河内	343-1515
麻機千代田	292-6450	大里中島	280-4970	港南	355-0700
長尾川	265-9511	大里高松	203-3385	高部	347-5271
美和	296-1100	長田	268-5080	飯田庵原	364-6631
賤機	251-7772			松原	335-3382
服織	277-2622			有度	344-7721
藁科	270-1804			蒲原	385-5595
				由比	376-0417

地域包括支援センターに関するお問い合わせは、静岡市役所高齢者福祉課（TEL221-1203）をお願いします。

## 家族の介護などでお悩みの方はこちら

### ◆介護の悩みに関する相談

名 称	内 容	実施日・連絡先など
認知症の人と家族の会	認知症や介護に関する質問、 介護の悩みの相談	フリーダイヤルによる電話相談 0120-294-456（土・日・祝を除く10:00～15:00）
同 静岡県支部		認知症コールセンター 0545-64-9042（月・木・土10:00～15:00）
認知症よろず相談	認知症介護の悩み事相談	問合せ 静岡市社会福祉協議会 清水区地域福祉推進センター 054-367-5130（月曜10:00～12:00、13:00～15:00）

### ◆介護者同士の交流の場

名 称	内 容	実施日・連絡先など
男性介護者交流会	男性の介護者同士の交流の場	毎月第3火曜日開催 問合せ 054-248-7330（静岡市女性会館 アイセル21）
静岡介護者きずなの会	介護者同士のおしゃべり会、 リフレッシュ旅行、健康講座	毎月10日開催 問合せ 054-254-6330（静岡市社会福祉協議会 ボランティア・市民活動センター静岡）
清水介護家族の会	おしゃべりサロン、リフレッシュ ツアー、介護者交流会など	問合せ 054-371-0290（静岡市社会福祉協議会 清水区地域福祉推進センター）

※連絡先等は、全て平成25年8月現在の情報です。

# 女性の活躍からさらに一步先へ 多様な人材を活かす取組を

—— 大和リース 静岡支店 ——

平成24年度静岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所表彰において、特別賞を受賞した大和リース静岡支店様にお話を伺いました。



受付にはWLB事業所表彰の表彰盾が飾ってあります

企業や官公庁の事務所や工場の建築のほか、複合商業施設の展開、自動車などのリース、環境緑化事業などを行っています。

## WINGはあとプロジェクト

平成19年から、全社で『WINGはあと』プロジェクトを発足させ、女性の活躍促進に取り組んで来ました。

（「WINGはあと」は、W（Woman's 女性の）I（Innovation 革新的な）N（Necessarily必要とされる）G（Grand壮大な）は（はたらく）あ（あなたの）と（とくべつな）の頭文字により構成され、“女性社員が働きやすい会社”との思いが込められています。）

プロジェクトでは、各支店・営業所と本社をテレビ会議で結び、各支店・営業所におけるWLB推進に関する取組を情報発信することで、全社的にWLBを広げています。静岡支店では、育児を積極的に行う男性社員の“イクメン”体験の発表を行いました。

また、テレビ会議以外にも、社内のイントラネットを利用して、随時取組を紹介しています。

この「WINGはあと」プロジェクトは、今年の4月から、女性だけにとどまらず、さらに多様な人材を活かすため、「ダイバーシティ<sup>※1</sup>推進プロジェクト」に進化しました。

※1…多様な人材を活かす戦略のこと

## 子ども参観日

平成23年度からは、従業員の子どもが、親の働いている姿を実際に見ることが出来る、子ども参観日を実施しています。

今年の子ども参観日では、社内でタブレット型端末に触れる体験をしたほか、本社との双方向テレビを利用したクイズ大会や、同じ建物内にある大和ハウス静岡支店の協力によるリビングサロン体験を行いました。

子どもにとって普段経験することのできない貴重な体験となるとともに、親子の絆が深まるよい機会になったと思います。



タブレット型端末の体験



リビングサロン体験



子ども参観日の取組は、各支店同士で内容を競い合っていることもあり、支店のメンバーが丸となって企画しています。



今年の子ども参観日には、静岡県のキャラクター「ちゃっぴー」が登場しました

## 子育て支援のための各種休暇

当社では、休暇制度を整備する等によって、子育て支援に積極的に取り組んでいます。平成21年と平成23年の2回にわたって、全社で「くるみんマーク<sup>※2</sup>」を取得しました。

※2 子育て支援などに積極的に取り組む企業が取得できる認定証

特徴的な休暇制度としては、「ハローバ<sup>※1</sup>パ制度」を設けています。これは、配偶者が出産した男性社員を対象として、子どもが生まれた後の連続5日間を休暇とするもので、静岡支店においても昨年度4名の社員がこの制度を利用しました。

また、「リフレッシュ休暇」は、連続5日間（週末を含め9連休）の休暇制度です。1日や2日の休みでは、なかなか思い切ったことができませんが、長期の休暇を取ることで、心身ともにリフレッシュすることができます。

その他にも、「ホームホリデー制度」として、4半期ごとに各1日、有給休暇を取得することを定め、計画的な休暇の取得を促しています。

これらの制度を効果的に機能させるためには、従業員相互にスケジュールを把握し、誰かが長

期の休暇を取得した場合でも、業務に支障が出ないようにしなければなりません。そのため当社では、社内のシステムにより、従業員のスケジュールを相互に確認できるようにしており、計画的な休暇の取得が可能となっています。

## WLBの推進の効果

当初、女性の活躍促進を目的として始めたWLB推進の取組ですが、最近では男性社員にもWLBの意識が浸透し、メリハリをつけた働き方ができるようになってきました。

また、建築・建設という業種上、もともと女性が多い会社ではありませんでしたが、近年は女性社員が増え、活躍の場が広がっています。今後は、事務・経理だけでなく、営業や設計などの業務で活躍する女性社員が更に増えると考えています。

全社員が一体感を高め、生きがいをもって働き続けることができる会社であるため、今後も引き続きWLBを進めていきたいと思えます。



### 大和リース株式会社 静岡支店

事業内容：建設業、建物リース業

所在地：静岡市駿河区石田1-3-29

電話番号：054(202)6500

従業員数：39名（男性33名、女性6名）

※平成25年8月9日現在

ホームページ：

<http://www.daiwalease.co.jp/base/shizuoka/index.html>

# 介護は『人』

## 介護が好きな従業員のために

### — ヘルパーステーション ほっと —

平成24年度静岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所表彰において、奨励賞を受賞したヘルパーステーションほっと様にお話を伺いました。



株式会社ヘルパーステーションほっと  
皆見則子 代表取締役

駿河区長田地域を中心に、訪問介護（ホームヘルプサービス）と居宅介護支援（ケアマネジメント）を行っています。現在、およそ60名の方に利用していただいています。

## パート社員から正社員への転換

現在、ヘルパーステーションほっとには、正社員7名とパート社員11名が在籍しています。育児中・介護中だからとパート社員として入社した方でも、働いていくうちに、正社員としてもっと自分の力を発揮してみたいという方もいます。そういう従業員には、能力を判断したうえで、正社員への転換を認める制度を設けました。

昨年度は2名がこの制度を利用して正社員になり、第一線で活躍しています。

## 月40時間の時間外勤務が3時間に

開業当初は、人材不足もあり、日々の業務をこなすことで精一杯でしたが、適材適所でなかったため、大変非効率でした。

そこで、それぞれの従業員がどういった業務に向いているかといった適性を調べるテストを導入し、それと同時に、業務適性診断のスキルを学んだ社長自らが従業員と個別面談を行い、それぞれの従業員の適性に合った業務配置を行うようにしました。

その結果、時間外が多かった頃は、多い従業員で約40時間にもものぼっていた時間外勤務が、平成25年の上半期（1月～6月）では、一人あたり月2.7時間と大きく削減することができました。

時間外勤務の削減に取り組んだのは、会社のためというよりは従業員のためだと思っています。一人ひとりの従業員は、家庭に帰れば、母や父であり、妻や夫となります。家庭生活を大事にしてもらうためにも、定時で帰らせてあげたいというのが、一番の理由です。

## 研修参加率100%達成

介護の分野では、次々と新しい技術や考え方が出てくるため、常に最新の技術を取り入れていく必要があります。



社内研修の様子

当社では、従業員の介護に関する知識や技術の向上を促すため、毎月1回、外部講師を招いて社内研修を実施しています。研修は勤務時間外で行っていますが、昨年度から研修出席1回ごとに研修手当を支給することにしました。この研修手当を創設したことで、従業員の研修参加へのモチベーションが上がり、参加率100%を達成することができました。

万が一、家庭の都合等で研修に参加できなかった場合にも、後日、きちんと研修の内容を伝えられる体制を作っています。

また、社内で行う研修以外にも、外部研修受講の支援もしています。研修受講費を会社で負担し、従業員のキャリアアップの支援に努めており、昨年は2名が外部研修により介護福祉士とケアマネジャーの資格を取得しました。

## コミュニケーションの活性化

訪問介護という業種の性質上、どうしても会社での時間よりも利用者様のお宅に滞在する時間が長くなるため、従業員同士のコミュニケーションが少なくなりがちです。そのため、従業員同士で話合える場を設けるように心掛けています。

例をあげると、毎月行われる社内研修では、研修が始まる前に、従業員皆で社長特製のカレーを食べるのが恒例となっています。そこでは、お互いに仕事の状況を話したり、アドバイスし



社長特製のカレーは従業員の皆さんに好評です

合ったりたりしています。

利用者の方に良い介護を提供するためには、『人』が最も重要です。本当に介護を好きな人に長く働き続けてもらえるためには、ワーク・ライフ・バランスをはじめとした職場環境の整備が必要だと感じ、取組を進めてきました。

開業して7年目に入り、少しずつスタッフも整ってきました。ここに介護を任せれば安心、と言われる事業所であるように努めていきます。



### ◆従業員の方からもこんな声がありました。

以前は別の会社で事務職として働いていましたが、そこでは女性は必要以上の仕事は求められることはなく、逆に仕事をやりすぎたはダメだという雰囲気がありました。この職場は、女性の活躍を支援してくれます。今は仕事を頑張ることが本当に楽しいです。

(事務担当の石川さん)



### 株式会社 ヘルパーステーションほっと

事業内容：訪問介護事業

所在地：静岡市駿河区みずほ3丁目12-4

電話番号：054(256)3730

従業員数：18名（男性2名、女性16名）

※平成25年9月1日現在

ホームページ：

<http://www.geocities.jp/daisukihot/top.htm>

## 男女共同参画News

### 第3次静岡市男女共同参画行動計画策定に向け、男女共同参画審議会開催

7月23日、平成25年度第1回目の静岡市男女共同参画審議会が開催され、田辺市長から15人の委員に委嘱状が交付されました。

市長は挨拶の中で、「福祉政策上、また経済政策上も、女性がいきいきと活躍できる社会の実現は大事である。静岡市の男女共同参画の実現に向けて、議論をお願いしたい」と話しました。

委員の任期は2年間で、審議会では今後、第3次静岡市男女共同参画行動計画及び（仮称）静岡市DV防止基本計画策定の際の基本的な考え方について、議論される予定です。※審議会の会議録は、静岡市ホームページからご覧いただくことができます。

[http://www.city.shizuoka.jp/deps/soumu/25\\_kaigiroku.html](http://www.city.shizuoka.jp/deps/soumu/25_kaigiroku.html)



### ◆ 編集後記 ◆

- ・「介護」という言葉が今の私にはどこか他人事のように響いていました。そして今現在もやはり自分には来ないかもしれないと思ってしまう自分がいるのも確かです。いつかは自分も介護をする側、またはされる側になる日がくるのだろうか。。。正直な気持ちは「怖い」の一言です。でも怖がってばかりでは仕方なく、では今の自分に何ができるのだろうか。まずはいつまでも健康でいられるように意識した日々を送ること。いざという時の為に、家族と普段からもしもの話をしておくことも大切、金銭的余裕を持つようにすることも大切。心構えや準備をすることの大切さを教えて頂きました。(S)
- ・今回の取材で「介護」の現場を知り、そのすさまじさにショックを受け、気持ちがへこみました。が、その一方で皆さんのパートナーを思う気持ちに驚かされ、頭が下がりました。介護…私には出来るのだろうか？しかし、「いつかは“する人” “される人”」その日の為に家族を思い、一日一日を大切に生きていきたい。がんばります！(N)
- ・取材前は「介護」とはわたしにはまだまだ遠い先の話だと思っていました。取材を通していろんな方のいろんな話を伺っているうちに、誰にでもいつどこで関わることとなるのか…ということがわかり、これからいろいろ勉強していかななくては…と思いました。(Y)
- ・介護は究極の夫婦の姿かもしれないと思いました。楽しい事も苦しい事も乗り越え、二人で過ごした多くの時間は、まるで思い出の破片を閉じ込めた、きらきら輝く万華鏡の様です。とはいえ、介護の現場は重労働。一人ではもちろん、家族の支えがあっても大変です。介護者も自分らしく生きるために、介護者の立場に寄り添ったアドバイスや的確な支援の充実が早急に必要と感じました。(R)
- ・<生きる勇気もらえるかも> この人たちは人間の鏡だ。しかし自分には、とてもここまではできない。4件のいずれの取材のときも、そう痛感しました。しかしこの方々は、最善を尽くそうとしてきたという自信があるからこそ、取材に応じてくださったのでしょう。高齢者介護…この誰もが避けて通れない道を、誠実に歩き続ける人たちがいる。それを知ること、苦難と闘いつつある人も、生きる勇気をもつことができるのではないかと思います。(K)

### パザパ21号のご意見・ご感想をお寄せください。

〒420-8602 静岡市葵区追手町5-1

静岡市生活文化局市民生活部男女参画・市民協働推進課

TEL：054-221-1349 FAX：054-221-1782 E-mail：sankaku@city.shizuoka.lg.jp