

## 「第5回 働く介護者おひとりさまミーティング」報告

こんにちは。ファシリテーターを務めさせていただきましたワーク&ケアバランス研究所の和氣です。  
参加者の皆さま、オブザーバー参加の皆さま、先日はお疲れ様でした。

今回はアラジンフォーラムの後ということもあり、オブザーバー参加のご希望をたくさんいただきました。  
ミーティング環境のことも考慮し、参加をお断りせざるを得なかった皆さま、申し訳ございませんでした。  
「介護者の声を生で聞きたい」というお声がこんなにも多いのだと肌で感じることができました。  
そして、介護者の声を発信していくことの希少性・重要性を改めて考えさせられました。

このミーティングは「働く介護者・働くシングル介護者・介護離職者」の現状を  
社会問題として「発信」することが目的のひとつです。

アラジンの全面的なご協力、ミーティング趣旨をご理解してくださった介護者の皆さまのご協力により  
無事に「第5回 働く介護者おひとりさまミーティング」を開催することができました。

本誌にてそのご報告をいたします。

なお、この内容はより多くの方にお伝えしていきたいので、皆さんのお力を借りて、  
介護仲間や会社の同僚、お友達や担当ケアマネージャーさんなどにも、発信できたら幸いです。  
そして、そのひとつひとつの行動が、ミーティングのスローガンである

「あなたの経験が誰かのためになる」

にもつながったら嬉しいです。

---

### 開催概要

---

[日時] 7月19日(土) 14:30 から

[場所] 阿佐ヶ谷・アラジンのケアラーズカフェで行いました。

[参加者] 女性13名、男性2名。年齢層は30代から50代。

記者の方、オブザーバー、アラジンスタッフも含まれます。

(詳細は控えさせていただきます。)

メインテーマは「働くおひとり様介護とケアマネージャーの関係」です。

非常に白熱?した議論が繰り広げられました。

※ケアマネージャーを以下ではケアマネと表現しております。

---

1. 現在ケアマネとどんな関わりを持っていますか。

- 
- ・月1回の訪問でケアプランを持ってきてくれる時に会う程度。
  - ・月1回の訪問でケアプランを持ってきているらしいが、ここ数カ月会っていない。
  - ・要介護者と相性が悪いため、要介護者との接触がなく家の前まで訪問にきて「特に変わった様子はないようです」と報告がある。(遠隔介護)
  - ・関わりたいけど、どんな風に何を関わっていいのかが分からない。
  - ・ケアプランを作るだけならマイケアプランで十分なのではないか。
  - ・要介護者が入院したので「では契約は打ち切りです」と言われた。
  - ・介護施設を探したいときに電話した。(探してくれたわけではない)
  - ・要介護者を散歩に連れ出してくれる。
  - ・何か気になることがあれば、電話をくれる。
  - ・介護者にも気を使って、買い物とかの車を出してくれると申し出てくれる。
  - ・友達感覚で親しい感じで付き合ってくれる。
- 

最初の議題で大きくわかれましてね。

ケアマネに満足している派と不満がある派と。

お散歩に連れ出してくれたり、気になることがあれば電話をくれるケアマネもいれば要介護者が入院になったがゆえに「契約は打ち切りです」と事務的な対応を取られる場合もある。また、ケアマネに質問しても明確な回答が得られず、結局介護者自身が調べて行動した方が早いとおっしゃる方もいらっしゃいました。

そして、とても大きな問題として

「そもそも、ケアマネって何をする人なの？」という疑問。

各々のケアマネとの関わり方からみても、これほど大きな差があります。

やはり介護保険サービス利用の一番最初に、「ケアマネの仕事とは？」を説明することで疑問は大幅に解消されるのではないのでしょうか。

第4回でも話題になっていましたが、説明用の分かりやすいツールを制度側で用意するのが効果的だと思います。

---

---

2. ケアマネと介護者の認識の相違について話し合しましょう。

～先日行われた「アラジンフォーラム 2014」の報告をもとに

---

この議題では、まず「アラジンフォーラム 2014」におけるケアマネの立場からの発表をもとに、ポイントとなる部分を抜粋して紹介しました。

- ・ケアマネジャーの支援対象はあくまでも「利用者」（＝要介護者）  
アセスメントによる家族情報は 23 項目中 1 項目の「介護力」のみ。  
ケアマネ教育における家族関連の配分は 194 時間中 6 時間のみ。
  - ・ケアマネジャーが家族支援に配慮する例  
「家族自身が支援なしに生命維持、安全確保できない」場合。
  - ・介護者の仕事に関することは通常の家族支援の対象にないので自らアピールしてほしい。
- つまりは、「介護者は要介護者に比べれば自立できている。なので必要であれば自ら声をあげる」ということらしいのですが・・・。

そもそも「ケアマネが何をやる人なのかわからない」と言っている介護者が多い中、「何をしたいか」「自分はどうか」を自ら声を上げろというのは少々酷な気がします。フォーラムに参加した介護者からも「ケアマネとの認識にズレを感じた」という声がありました。しかし、この温度差が今の現実なのです。

であるならば、今現在、目の前に要介護者を抱え、自分の人生をどう構築するか悩んでいる介護者は、このズレをどう捉え、ケアマネとどう付き合っていけばいいのでしょうか。

- 
- ・職場からちょくちょくケアマネに電話するしかない状態なので、メールでも連絡したい。  
メール対応が可能か否か聞いてみたことがないので、まずは聞いてみる。
  - ・こまめにケアマネに連絡してコミュニケーションをとる。  
実はその方が、ケアマネもプランを立てやすいと言われたことがある。
  - ・そもそも疾患に対する治療がケアプランの根底にあるので、医師や看護師からケアマネを動かす。
  - ・やって欲しいことはダメもとで何でも聞いてみる。
  - ・介護度の認定調査の際は、医師の意見書が重要といわれている。  
よって、会社を休んででも医師と面談をして根回しをする。
  - ・認定調査はあえて要介護者の疲れがでる夕刻にしてもらう。
  - ・ケアマネに言われるがままでは駄目。勉強も必要。  
このようなミーティングに参加するもよし。ネットや本で勉強するもよし。
  - ・人と人のことなので、自分もコミュニケーションを見直してともに成長していくべき。

---

私はかつてケアマネを変えました。

当時のケアマネは男性でした。  
ケアプランに対しての提案はないし、動きは遅いし、何よりも家に入ってほしくない！と生理的に受け付けなくなってしまったのです。

しかし、そのまま「生理的に受け付けられないので変えてほしい」では、私の主観だし、そもそも人として言うてはいけない言葉です。

そんなとき、アラジンで出会った先輩介護者が

「ケアマネは一生のお付き合いなのよ。お母様は女性だから、将来的にシモの話になった時に、ケアマネが男性だと言いくいでしょ。だから女性に変えてください。と言ったらどお？」と教えてくれました。

つまり、欲しい結果が得られるのであれば、話の中心を介護者ではなく要介護者にする事で、ケアマネが支援対象のための問題と認識してくれて

要望が通りやすくなることがあるのですね。

また、介護経験者からの情報は必須ですね。

ケアマネに頼りきりではなく、時間が許す限り、体力に余裕があるときは自ら情報を取りに行くことも、賢く介護をするコツなのかもしれません。

-----  
=====

3. 「働く」と「介護」の両立を可能にするためには、ケアマネにはどのような関わりを期待しますか。またはどんな支援をしてほしいですか。

- 
- ・プロとして長期スパンでケアプランを提案してほしい。
  - ・知識とケーススタディから検証して、今後の介護生活に予測を立てて、そのうえで我が家に適した介護のあり方を早めに提案してほしい。
  - ・認知のスピードを遅くしたいので、そのために「どのような生活をしたらよいか」など個人レベルで提案してほしい。
  - ・介護度は少しオーバー気味に考えてほしい。  
介護保険適応額ギリギリでプランを作っておくと、いざというときに自費負担になってしまう。  
いざというときのクリアランスも考慮したうえで、ケアプランを提案してほしい。
  - ・どんなサービスがあって、実際我が家の場合はどんなサービスが受けられるのか提案してほしい。
  - ・こちらの要望が介護保険サービス範囲を超えてしまうのであれば「できない」で片付けるのではなく、自費負担サービスや地域の生活支援サービスなど「どこならできるか」の情報提供をしてほしい。
  - ・ケアプランや今後の見通しなど選択肢をいただいたうえで、今後の準備をどうするか自ら選択したい。

-----

参加者の発言でとても印象的だったのが「プロの仕事」という表現です。

「プロの仕事をしてほしい！」という切なる願いが寄せられました。

我々も働いています。プライドをもって働いています。

すなわち責任と誇りを持って働く社会人として、

自分と同じような仕事への向き合い方をケアマネに求めたくなるのは当然のことだと思います。

介護者が笑顔でいることが要介護者の幸せだと私は考えています。  
ケアマネの仕事も要介護者の幸せ（満足）を考える仕事だと認識しています。

どんな環境を整えれば要介護者の満足度は高まるのか？  
そのとき「介護者（家族）」という要素が与える影響はどれだけ大きいのか？

そういった観点をもって  
プロの仕事をしてほしい＝要介護者に向き合ってほしい

というメッセージだと思ってケアマネの皆さまには受け止めていただけたら幸甚です。

-----

という感じで、「第5回 働く介護者おひとりさまミーティング」は  
朝まで討論会になってしまいそうぐらいの白熱した議論大会でした。  
働く介護者というよりも、おひとり様介護者にとってケアマネはやはり頼みの綱なんですね。  
ケアマネからの知識や提案がなければ、自ら調べなくてはならないのです。  
それが、働きながらとなると、介護者の生活にはプライベートな時間がなくなってしまう、  
というのは想像に難くないと思います。

介護者とケアマネの関係は切っても切り離せません。  
両者の言い分はあるかと思えます。  
この議事録は介護者発信のため、介護者視点の意見となっております。  
両者の歩みによりにより、要介護者にとってよりよい介護環境が構築されることを願います。

最後に、今回のミーティングではオブザーバーでケアマネの方が参加されていらっしゃいました。  
非常に耳の痛い時間だったかと思えます。  
ただ我々としては、介護者の声に耳を傾けてくださるケアマネがいらっしゃるとい  
事実を目の当たりにできたので、とてもうれしかったです。  
ありがとうございました。

=====

また開催します！

-----

次回は9月20日（土）14:30～です。

「働く」と「介護」を楽しくまじめに考えるミーティングです。  
介護者の声をバンバン発信していくので、  
「我こそは！」「物申したい！」という介護者の参加をお待ちしております。