あなたの安心

介護、離れて近く 2

〝三種の神器〟で地域の情報収集

いずれは離れて暮らす親の老いと向き合う日がくる。そう覚悟はしていても……。東京都羽村市に住む太田知子さん(54)の「その日」は06年1月にやってきた。

妹から、母(78)の左の手足に力が入らなくなったと電話があったのだ。脳梗塞の発症だった。「我が身に降りかかって初めて、現実問題になった」と振り返る。

母と81歳の父は埼玉県で2人暮らし。県内の別の場所で暮らす妹も、実家の隣で3歳の子を育児中の弟夫婦もフルタイム勤務。太田さんは長女で一人暮らしだが、当時は東京の西部に拠点を置く小さな新聞社の編集長だった。

主治医は「24時間見守りが必要だ」。同居介護か、施設入所か――厳しい選択を迫られた。そして母の希望は「家に帰りたい」だった。

再び夫婦2人で暮らす道はないか。子ども3人が「チーム」となり、方策を探ることにした。仕事柄、最も携帯電話に出やすい太田さんが司令塔兼調整役だ。

太田さんには介護保険制度の取材経験はあったが、役には立たなかった。実家を離れて30年近く。「介護サービスの供給状況は自治体や地域で事情が違う。その土地に住んでいなければ、口コミには頼れず情報収集が難しい」

病院の医療ソーシャルワーカーに相談したり、町役場に介護保険を申請したり。半身不随となった母のリハビリのため、インターネットで老人保健施設をリストアップ。カーナビを駆使して効率的に見学して回った。

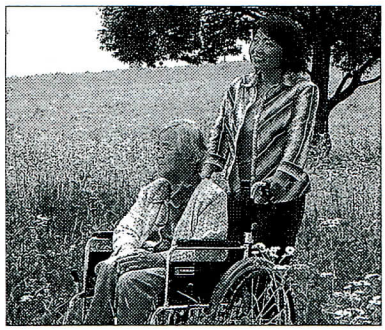
車いすで暮らしやすいように実家も改修した。ケアマネジャーやヘルパー介護用品レンタル会社の担当者らが実家に来て真剣に話し合う姿に感心した。「家族も頑張ろうと思った」。入院から9カ月後、母は帰宅を果たした。

07年、太田さんは介護の体験を「老親介護は突然やってきた！」(ユック舎)という本にまとめた。太田さんは同年、新聞社を退社。きょうだいが交代で介護に当たっており、太田さんは2週間に1度の割で実家に通う。

「私の三種の神器はネット、カーナビ、携帯。遠距離介護はまさに情報戦です」

突然親が入院したら？

1. チーム作り役割分担
2. 病院や役所に相談
3. 「三種の神器」で地域知る



自宅近くの渡良瀬遊水地で車いすの母と散策する太田知子さん(右)　太田さん提供

The Asahi Shimbun