生活
月・火・木曜掲載　☎098(865)5158　seikatu@ryukyushimpo.co.jp

高齢化で子のケア重く

老障介護 苦悩聞き取り

フリーライター・児玉さん新著

年老いた親が障害のある子どもを介護し続ける「老障介護」が深刻化する中、広島県呉市のフリーライター児玉真美さん（63）が高齢化する母親らの聞き取りを重ね、新著「私たちはふつうに老いることができない」（大月書店）をまとめた。老いる自分と向き合いつつ子の介護を担う親たちは今、何を思うのか。自身も重い障害のある娘がいる児玉さんに聞いた。

「若い頃は問題なかった介護が今は重労働。腰にサポーターを巻いて何とか踏ん張ってます」。児玉さんが苦笑する。重症心身障害があり、6歳から施設で暮らす長女海さん（32）は月2、3回の頻度で一時帰宅。体重約30キロの娘を夫婦で抱きかかえ、車いすに移したり、おむつ交換をしたり。その度運搬を越える体はきしむ。親子3人で一緒に入る「お風呂の時間」も諦めざるを得なくなった。

同書で児玉さんは、主に重い障害のある子をもつ50代後半から80代の母親ら40人に話を聞いた。長年の介護で損が変形し、常に痛みを感じながら在宅で子を支える人。夫のみとりの場面でも子のショートステイ先を探さねばならず「悲しみを感じている余裕もなかった」と話す人…。過酷な現実は多様で複雑だ。

特に深刻だったのは、自分がケアを担えなくなった後の子の生活について、多くの親が「考えられない」と答えたことだ。

「地域の施設や介護事業所などの受け皿も人手も不足し、家族支援が圧倒的に足りないことを痛感しているからこそ、先を見通せないんです」

近年は「親亡き後」がよく議論されるが、その前に「私たちはそれまでの長い時間を老い、病み、衰えながら生きていかなければならない」と児玉さん。だが、母親らの老いへの戸惑いや苦悩はこれまであまり言語化されてこなかった。背景には「母親が『苦しい』『助けて』と口にすることを自ら封じ、周囲からも封じさせられる状況を生きてきた」ことがある。

児玉さん自身、海さんが2歳の時に仕事を辞め、在宅介護に専念したが、病弱な命を丸ごと預かる重圧で心身は限界に達し、主治医の勧めで入所を決めた。その時も「母親である私たちは『療育機能』『介護役割』としか見ない周囲の目を内面化し、苦しいと感じる自分自身を『母親なのに』と責め、さらに追い詰めていった」と振り返る。

「誰かが親の内面を少しずつ言葉にし、『自分も言っていいんだ』と思う親が増えることが大切」と児玉さんは言う。「『障害のある子の親』という抽象的な存在にされてきた私たちが、1人の生身の人間としての言葉を取り戻すには、耳を傾け、受け止めてくれる人が必要です」

児玉真美さん（左）と海さん。お出かけ先のフードコートで、海さんが大好きなオムライスを前に（児玉さん提供）

児玉真美さんの著書「私たちはふつうに老いることができない」

重い障害のある子をもつ 高齢期の親たちの語り

※「私たちはふつうに老いることができない」から抜粋

- 体力の限界と衰えを自覚しつつある。夫婦のどちらか1人になったらお手上げ
- （長年の介護で）手の指が変形し、常に痛みがあるが在宅介護は今まで通り。時々この生活がいつまで続くのかと考える
- 夫がいよいよ（亡くなる）という時、2人の子のショートステイ先を急いで探さなければならず、悲しむ余裕もなかった
- 子の将来や行き場が決まらないと、私自身のことどころじゃない
- 親亡き後なんて、一体どうなるんだろう。想像もつかない