

<ワン・ポイント・レクチャー> “いのち”を紡ぐコース

第1回：要介護者の”生きがい”を支えつつ介護負担を軽減できる

ケアサービスの活用と住宅改修のポイント

フランスの哲学者アランは、「幸福だから笑うのではない、笑うから幸福なのだ」と言いました。言い換えると、健康だから生きがいがあるのではなく、生きがいがあるから健康を維持できるということになります。因みに、“生きがい”が有る高齢者とそうではない高齢者とを6年間にわたって追跡調査した結果、6年後に介護が必要な状態になっている割合は、生きがいがある高齢者の方が割合として約 40%も低かったという調査結果があります。たとえ要介護状態になったとしても、“生きがい”をもって日々を過ごすことが出来れば心身の状態を現状維持に保つことが出来、ひいては介護する側にとっても身体的・精神的に負担の軽減につながり、介護者自身も“生きがい”をもって日々を送ることが出来ることに繋がるのではないのでしょうか。

さらに、公的介護保険サービスの活用と上手な住宅改修を上手く組み合わせることにより介護する側の負担を一層軽減できますし、介護を受ける方にとってもスピリチュアル・ペイン(こんな状態で家族に迷惑を掛けながら生きる価値があるのか？という自らの存在価値の揺らぎ)をも少なくすることに繋がり、双方の QOL を高めることになる…はずですし、理屈ではそうです。でも、介護サービスを利用するには何がしかの費用負担が必ず付きまわってきますので、理想通りに進めるには、あまりにも現実の壁は大きいように思います。

ならばこそ、経済的負担がかかり過ぎないようにしながら、効果的、効率的なサービス利用と優先的に室内・外の何処を改修すべきかに知恵を絞ることが大切になってきます。具体的には、介護者も要介護者もケアマネやサービス提供事業者と対等の立場に立っていることを十分に認識した上で遠慮することなくドシドシ意見・要求を出していき、人的・経済的・物理的な面で現実的なすり合わせを行うことができるような、いわば“賢い”利用者になることが大切なんです。

医療でも介護でも、“お任せ”主義でいるのは権利放棄に繋がりますので、結果的には当事者が一番損をする(心身両面での負担軽減に繋がらない)ことになってしまいます。せめて支払いに見合うサービスは最低限、手に入れようではありませんか。