

優 秀

## 一条の光

相模原中等教育学校

3年

荻野あきの

美空みそら

「日本が世界一なことって何だろう」ぼんやりとソファに座りオリ

ンピックを見ていた私にふと、こんな疑問が浮かびました。日本はいろいろなところで活躍していますが、全体的に一位というのはあまり聞いたことがありません。スマホに手を伸ばし「日本、世界」と調べてみると、その結果の一つに「長寿」というワードがありました。私は日本が長寿大国で少子高齢化が問題となっているなどのことは当然知っていました。世界一ということには少々驚きました。そして「高齢者の人口では何位なのか」という新たな疑問が浮かび調べてみると、なんと世界一だったのです。もしかしたらこれは常識なのかもしれませんが、私はあまり興味を持っていませんでした。せいか全く知りませんでした。上位だろうとは考えていましたがまさかの一位だとは思っていませんでした。驚いた私はある大きな問題を感じました。それは、介護についてです。高齢者が多いということは介護が必要な人も多いということです。今あなたが、あるいはあなたの親が介護する立場になったら、快く引き受けることができますか。継続できますか。

私の父方の祖父は八十歳を超えていて、昨年「要介護」と診断されました。要介護とは簡単に言うと日常的な動作において介護を要する状態のことです。その際私の祖父は一時的に入院することが決まりました。後で祖父から聞いた話によると入院生活はとても辛かったようで、これから入院するという選択肢は自分の中でないと

いうことでした。特に今はコロナ禍で入院している患者さんが自由に院内を歩くことは許可されていない場合が多く、少し認知症の症状もあった祖父が病室から出ることは基本的に禁じられていました。家族が面会に行くこともできず、心配して父が送ったメールに早く退院したいと返信があったこともありました。そんな中、事情があり祖母や叔母が介護することが難しかったため、退院後は父が祖父の家に泊まって介護することが決まり、父とほとんど会えない生活が待っていると覚悟しました。

私の話をここまで読んで、重い気持ちになった方が多いのではないのでしょうか。これから自分が介護する立場になったらどうしよう、される側になったらどうしよう、将来に不安を感じた方も多いと察します。さらに追い打ちをかけるようですが、特に核家族化も進むこの世の中で、子供に迷惑をかけたくない、子供がいない、という理由で高齢者が高齢者を介護する老老介護、一人で自分の症状を見ないフリをする、ひどい場合には孤独死といった様々な問題があります。それに自ら助けを求めたり、自ら老人ホームへ入所したり、自ら入院を望んだり、といった高齢者の方がほとんどいないことは想像できるでしょう。それならどうすればよいのか、介護する側もされる側もいい気持ちを保てる方法はないのか。私にひとつ、提案をさせていただきます。

それは、訪問介護、ホームヘルプサービスをお願いするということです。訪問介護とは、介護福祉士やホームヘルパーが自宅まで来て、入浴、排泄、食事などの介護や掃除、洗濯、調理などの援助などのお世話をするサービスです。このことで高齢者は一番安心できる自宅で、十分な介護を受けることができ、入院や老人ホームへの入所の必要がなくなるのです。活用の仕方として例えば家族が仕事で出ている間のお世話をお願いするという利用方法があります。私の祖父も訪問介護をお願いしていて、父がリモートワークをしてい

る間にヘルパーさんが祖父を見ていってくれ、食事は祖父と父の二人分作ってくれるため、父は短い昼休みに昼食を作る必要がなくなり、祖父との会話の時間も増やせたと喜んでいました。また父が私たちの家に帰ってきやすくなり、そのことによって祖父の罪悪感も減ったようで、それに伴って症状もよくなってきたそうです。さらに祖父の入院前の介護疲れで鬱病となっていた責任感の強い叔母もヘルパーさんに任せるところは任せられるようになり、再び介護に関わってくれるようになりました。

このように、私たち家族にとって訪問介護はまさに救世主でした。父は今もお祖父の家で暮らしていますが、祖父は劇的に症状が良くなり、今は全員が心を開き協力して介護をしています。たまにリモートで話す祖父も元気そうで全てがよい方向に進んでいるように思えます。もちろんどんな場合も訪問介護で全てがうまくいく訳ではありません。しかし、訪問介護は少しでも必ず介護をいい方向へ導いてくれます。ここまででつまり私が言いたいのは、訪問介護こそ今の日本に必要だということ、介護を乗り越える家族にとって欠かせない存在だということです。

