ダブルケア経験談

一般社団法人　ダブルケアパートナー
松浦　由美子

発表者について

- 14年前、実家で暮らしていた独身の時（32）に実母（64）が脳梗塞で倒れ、左半身麻痺、高次脳機能障害が残る状態に。5回にわたる開頭手術、合計1年以上にわたる入院生活の後、退院。要介護３の車いす生活になる。実父（64）とともに在宅介護を始める。
- 兄二人は結婚して県内にそれぞれ家を構える。母が倒れる前、兄家族との関係は良好で、兄たちはよく実家に家族で遊びに来ていた。
- 母の入院中博士論文を書き上げ、大学の非常勤講師を勤める。

家族や関係者

- 父

　責任感が強く、几帳面。母のことは全て自分がみるべきだと思っており、他人の手を借りたくない。サービス利用に消極的。

- 兄たち

　入院中は1か月に1度、退院後は2，3か月に1度の頻度で、基本的に一人で来て様子を見て帰る。相談して何か頼めばやってくれる。

- 医師、ケアマネージャー、施設の職員の方たち

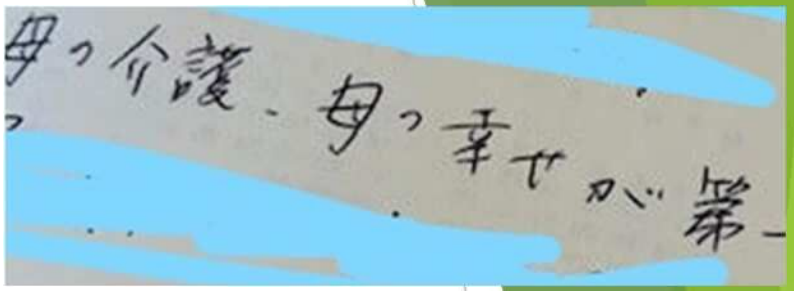
　父が代表者であるので父とやり取りをする。父は性格的に要望や苦情を言わないので、常に「問題ありません」ということになる。

同居介護をしていた独身時代

- 「1:50 2:13 2:30 2:45 2:50 3:06 5:15 5:52 6時二回」（2011年8月24日）
- 「午後4:30 5:00 6:00 6:40 7:10 7:45 8:10 8:50 ?23:20 23:30 0:00用なし 1:40 3:50 5:20 」（2011年9月20日）
- 「朝立ったまま食べる。車で大学について車内で五分寝る。夕方帰り家に入る前に車内で十分ほど寝る。帰ると食事、歯磨き、着替え。トイレ、夜食、歯磨き。もう、がんばれないかもしれないと思う。やれるところまで、がんばろう、親を助けるのだ。自分のことなんてないよ。」（2011年11月21日）
- 「病室に座り、毎時間トイレの世話をし、兄たちは家族で夏休みを満喫し、自分の人生はなんなのだろうかと思う。」（2012年8月1日）

【当時の携帯電話のメモより】

結婚、そして妊娠・出産



2014年に結婚　両親とは別居

⇒実家と新居の二重の家事

母の介護度　要介護3⇒4⇒5

妊娠すると手厚い！でも
介護は別なんだな・・

第1子妊娠　妊娠中期に母が
入院、つわりをこらえて毎日仕事の
後病室へ。張り止めを飲みつつ非常勤講師の仕事
は12月末まで、翌1月5日に出産。
4月から新学期が始まり、娘を通勤途中にある認可
外保育所に預けて働く。仕事の後はほぼ毎日実家
に寄り、食事を作り、母の面倒をみる。

第2子の妊娠

- ６月ごろ第2子の妊娠が判明。
- 2016年10月に切迫早産の診断。仕事を休み、実家に帰って安静にするよう言われる。

2018 10/10 (水) けい管3cm. 先週とかわらず。仕事を出産まで休み、実家に帰ることをすすめられずかいどちらもいり、仕事中が一番休める旨強して現状維持のまた来週。入院したら万事休す。母が元気でいてくれればと

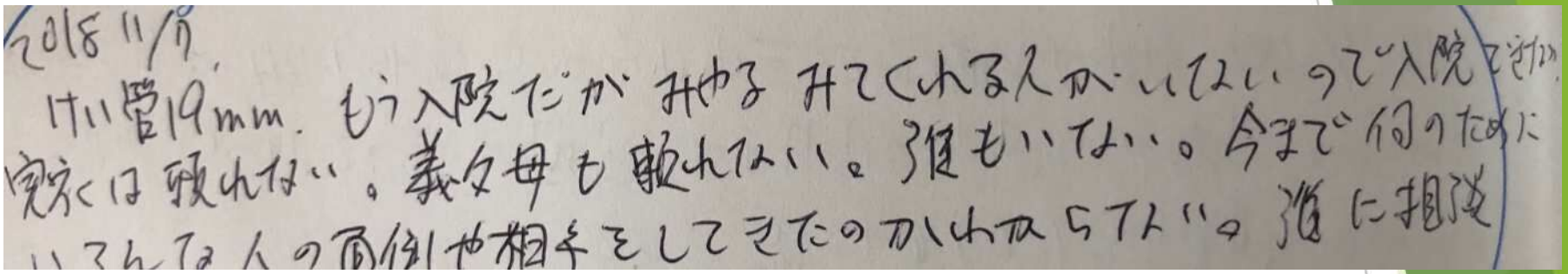
今は何の助けも得られない。振根、入院だけは避けねばならないと見うと同時に、入院してしまって後は野となれ山となれとも思う。自宅安静などいり。私も早く寝たい。

子どもたちがかんしゃくを起こしている時に、あなたまでがかんしゃくを起こしてはいけません。
Dr. Judith Kuriansky

お母さんにいてほしい。

週まるわれ仕事始まってほしい。

当時の状況


2018 11/7
けい管19mm. もう入院だが みゆる みてくれる人がいてないので入院できない
実家には頼れない。義父母も頼れない。誰もいない。今まで何のために
いろんな人の面倒や相手をしてきたのかわからない。誰に相談

仕事　非常勤講師であるため利用できる制度がない。11月上旬に自分で他の講師を見つけ代わってもらう。

娘　通勤途中にあった認可外施設の利用をやめ、日中も面倒をみる必要。来年度の認可園の手続きも。

夫　自宅近くの職場になったが、家事・料理はしない。子どもの面倒はよくみるが、手続きや送迎は自分の仕事だとは思っていない。自分から自分の両親には連絡しない。

実家　父は料理しない。母が心配。飼い猫が病気に。

兄たち　２，３か月に1度実家に来るか来ないか。

結局・・・？

市の保育課に連絡し、一時保育を利用したいと言うも
⇒「空きはありません」

自分で地域の認可外園を探し、見学に行き、申し込む。
夫に送迎を頼む。
家事は結局自分で！
実家では配食サービスを利用
掃除はあきらめる
だが猫の通院のために3日に一度は自分で運転して行く。
力を使わない介護は自分で。

産院には
「いつも自宅で寝て過ごしてる」と伝えていた

さいごに

今年7月に母が逝去、14年間のダブルケア生活が終わる

後回しになってきた
自分のケア

ケアされることは誰にとっても必要で不可避なこと。ケアすることは社会にとって必要なこと。ケアされる人も、ケアを担う人も、幸せに暮らしていける社会になりますように！