

# 仲間、医療関係者、地域に支えられた 10年間の感謝を、これからお返しします。 鈴木恵子さん

「すずき・けいこ」 ボランティアグループ 「すずきの会」 代表

介護生活は、ある日、突然やってくる。川崎市の鈴木恵子さんのその日は、実母が、くも膜下出血で倒れた'86年1月1日だった。

それから約10年間の介護生活の後、ボランティアグループを立ち上げ、今年の春には地域の介護サービスをまとめた「タッチII」を発行。長い介護生活をどう乗り切り、その経験をどう社会に還元させてきたのか。家族の介護で燃え尽きないコツを聞いた。

「母が倒れた時、99%命はない、と言われたんです。もう大出血で。なんとか命はとりとめたものの、寝たきりで意思の疎通もできなくて」  
その時、母はまだ60歳、鈴木さんは30代で、二人の子ともは小学生だった。「入院では、毎日通いきれない。自宅で見れば、子育てとの両立もできるかもしれないと思いました」

在宅介護を決意した。でも当時、母ほど重度の病人を、在宅で介護するケースは稀。担当医から、やる気、根気、

元気ある？ と切り出された。

はい、と答えると、病院側は医師、看護婦、リハビリ担当者などでチームを作り、在宅介護の知識と技術を徹底的に教えてくれた。食事、入浴、体位交換、痰の吸引……。

「また、訪問看護もヘルパーシステムもなかったから、私がやらねば、という一心でマスターしましたね」

## 仲間や看護婦に支えられ

落ち込んでいるヒマはなかった。まず、家をバリアフリーに改装。大学の研究室のミニターになり、市の助成制度を最大限に利用した。

さらに、実際の介護生活が始まると、子どものPTA仲間と事情を話し、4、5人が助けてくれるようになった。「ちょっと外出する時、留守番してくれたり、体位交換を手伝ってくれたり。今でいう、スポットサービスみたいなことをしてくれました」

この時の仲間が、今のボランティア

グループにつながることになる。

また、通院先の看護婦たちの中で、在宅看護に興味をもった何人かが、頻りに自宅を訪ねてくれた。母の状態は年ごとに悪くなっていったが、鈴木さんはそのつど彼女たちからプロの介護法を教わり、彼女たちは鈴木さんの試みを「生きた教材」として学んだ。

「今、あの頃の看護婦さんたちはみんな在宅看護の専門家や指導者になって、全国で活躍してるのよ」

自宅も、厳しい現実も、あえて複数人の立場の人々にさらすことで、鈴木さんは自分も家族も支えられた、と言う。その後、義母と義父に相次いで介護

が必要になった。

## 充分に母を介護できた自信

長男夫婦が中心となり、夫の兄弟8人とその妻たちで介護のシフトを組んだこともあった。

家族だけで介護を続けることの限界をみな感じ、家政婦や入浴サービス、訪問看護・施設などのサービスを有効に利用した。

「家族関係が良いというのが、長期化する在宅介護を継続させるポイントですね」

'96年に、母を自宅で静かに看取った。「お医者さんに、いい臨終に立ち会わ



「つらいことや医師とのトラブルもたくさんありました。単身赴任を続けてくれた夫、一人暮らしで頑張りが精神的に支えてくれました」。父も昨年8月に見送った。

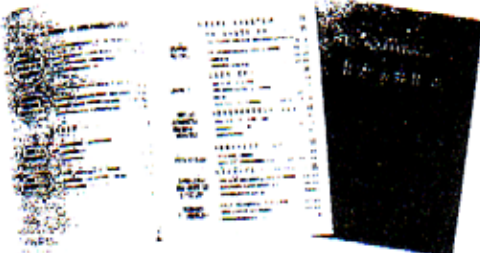
せてくれて、ありがたうって言われたくらい、いい最期でした」

翌年に義母、その翌年に義父を見送った。

母の死の5か月後に立ち上げたボランティアグループ「すずきの会」では、地域の老人センターを拠点にミニデイサービスや外出の付き添いなどを行う「仲間がずっと私や母のためにしてくれたことなんです」

鈴木さんは、周囲の人に、がんばるわね、と声をかけられるたびに、母を心残りなく看取ることができた自信と満足が今の自分に力くれたのだ、と感じている。

親を在宅で介護しきるには、兄弟の関係が、いいこと、価値観が似ている」と、負担は平等にする」となどがポイントかもしれません。



「すずきの会」で発行した介護サービス利用のためのガイドブック。川崎市、横浜市と町田市の一部の相談窓口、施設など1400か所を網羅。「始めの一歩を踏み出すお手伝い」ができれば、1,000円(送料別)。☎044-755-7367 鈴木さん