

Bouquet

ブーケ



伊藤さんの朝

contents

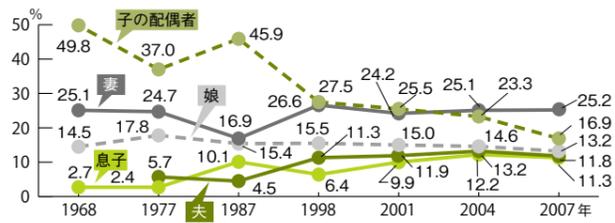
特集 介護する男性たち

座談会 老いゆく父、母、妻を支える	2p
増える男性介護者、求められる支援とは 立命館大学教授 津止正敏氏に聞く	5p
輝く人にインタビュー in 中央区 聖路加産科クリニック副所長 堀内成子さん	6p
事業スタッフのお薦め図書	7p
Bouquet Information 第10回中央区ブーケ祭り 第1回実行委員会報告、 水曜イブニングトーク平成23年度第1回ご案内	7p
TOPICS 「男性のためのお料理講座」報告、ブーケ21ご案内	8p

No. 64
2011.3

図表 主たる介護者の続柄別年次推移

● 家族介護者の多様化が進んでいます。



1987年までは全国社会福祉協議会調査、1998年以降は国民生活基礎調査（厚生労働省）による。いずれも「その他家族」は除いている。
資料：立命館大学産業社会学部 津止正敏研究室

「男性の介護者100万人」というタイトルで介護体験記を作りました。実際、主たる介護者の3人に1人が男性となり画期的な時代になったといえます。

男性介護者増加の背景

「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」事務局 立命館大学教授

津止正敏氏に聞く

増える男性介護者、求められる支援とは



年齢を取り巻く家族の形が変わったことがあります。核家族が定着し子どもや孫と暮らす高齢者は減り、夫婦だけの世帯や一人暮らし、あるいは未婚の子との同居が増加しています。夫婦だけの世帯であればどちらかが介護することになり、現に介護者の3分の1は夫です。親と独身の子どもとの世帯では30代から60代の息子との同居が増えています。女性の社会参加が進んだということもあり、かつて介護者の半数を占めていた「嫁」は少なくなっています。こうした背景から男性介護者の増加は、一過性のものでなく構造的なものといえます。家族に要介護者が出れば性別、年齢、仕事の有無、家事ができるできないにかかわらず、介護の役がまわってくる時代になったということです。

家族介護者への支援

2000年、介護保険制度がス

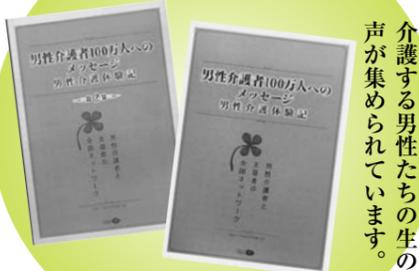
年齢を取り巻く家族の形が変わったことがあります。核家族が定着し子どもや孫と暮らす高齢者は減り、夫婦だけの世帯や一人暮らし、あるいは未婚の子との同居が増加しています。夫婦だけの世帯であればどちらかが介護することになり、現に介護者の3分の1は夫です。親と独身の子どもとの世帯では30代から60代の息子との同居が増えています。女性の社会参加が進んだということもあり、かつて介護者の半数を占めていた「嫁」は少なくなっています。こうした背景から男性介護者の増加は、一過性のものでなく構造的なものといえます。家族に要介護者が出れば性別、年齢、仕事の有無、家事ができるできないにかかわらず、介護の役がまわってくる時代になったということです。

男性介護者のネットワーク

男性介護者への支援でいえば、ネットワークの必要性があります。男性の多くは地域とのつながりも希薄であり、弱音を吐ける相手もないことから、孤立感、閉

塞感をもつ傾向があります。そこで介護者の声を聞いたり話したりする機会が必要になります。介護は負担が大きい一方で喜びや生きがいにもなる側面もあるため、家族介護者の集いや介護体験記などを通して、介護感情を分かち合うような取り組みが必要です。地域に求められることも同様で、介護者の声を聞く活動、プログラムを始めてほしいと思います。地域、職場、学校などで介護者の声を聞くことです。無縁社会といいますが、介護は普遍的な問題であり人をつなぐテーマとなります。また、介護を語ることで、介護が地域や社会の表舞台に出てきます。そうした「介護の経験知」を蓄えていくことが社会や地域にとっても重要なことであると考えます。

「男性介護者100万人へのメッセージ 男性介護体験記」第1集、第2集 男性介護者と支援者の全国ネットワーク著・編集



男性介護者と支援者の全国ネットワーク <http://dansei-kaigo.jp/>



伊藤恵夫さん
現在、要介護3の妻を在宅で介護中。ご自身も要支援1。

必要な支援は、激安サービス、

伊藤さん…妻が世話好きで地域でいろいろやっていたので、みんなが「お父さん気をつけてね」と労わってくれます。ちょっととした親切心ですね。
長谷川さん…閉塞感が強くなる中で、会社に行くことが救いでした。妙なもので月曜日の朝が幸せでしたね。会社に行くことで外とのつながりがもててよかったと思います。

啓発、息抜き、ネットワーク、そして介護のインフラ整備

男性の介護者は増えていますが、ご経験を通してどのような支援やサポートが必要とお考えでしょうか。
石川さん…24時間激安のマンツーマン介護。料理も簡単なものや宅配弁当で激安のもの。自分の手を抜こうと思うと全部お金がかかります。あと施設は職員の人数を増やす必要があります。介護の職場に光をあててほしいですね。男性ヘルパーが多くなっていますが結局収入が少ないので仕事に就けません。柏原さん…男女というよりも、親の介護はだれでもやらなければならぬのでそれを啓発していけばいいと思います。

認知症サポート電話

電話をとおして、保健師やソーシャルワーカーなどの専門職員が、認知症ではないかと思い悩んでいるご本人や認知症の方を介護されている家族の、さまざまな悩みにお答えします。匿名でも構いません。必要に応じて訪問もします。

- 電話相談 電話 03-3546-5286 月曜日～金曜日（祝日および年末年始を除く）午前9時から午後5時
- 出張相談
- 京橋おとしより相談センター 第1水曜日 午前9時～正午
- 日本橋おとしより相談センター 第2水曜日 午前9時～正午
- 月島おとしより相談センター 第3水曜日 午前9時～正午
- 対象
 - ・認知症かなと思っている方
 - ・認知症の方がいる家族 等
- 費用 無料

立をケアする必要があります。ケアマネジャーのネットワークでこの家庭がどういう介護をしているというのがわかると思っています。男性のところに行つて困りごとを尋ねるのもいいでしょう。
伊藤さん…息抜きですね。ほっとすることが必要。私も気分転換に桜川敬老館で将棋をさしたりしています。ケアマネジャーもいろいろやってくれますけど経費もかかります。資料も多いので分かりやすくして



石川陽一さん
父親を在宅で8ヵ月間マンツーマンで介護。

ほしいです。支払いも2か月に1度の年金にあわせてほしいです。
長谷川さん…孤立感が怖いのでネットワークが大事です。自分も「介護を考える会」に入りました。やはり同じものを背負っている人同士集まって話を聞くだけで気が軽くなりますし、愚痴も言えます。ただ男性の介護者に出会うことがありません。また私の場合は介護者としては年齢的に若いため同年代の人と話し合いたいと思います。母は、結果的に施設に入りましたが有料老人ホームなのでお金もかかります。リーズナブルな施設がほしいです。介護保険制度は介護から家族を解放する趣旨でしたが、結局は家族に負担が戻ってきています。多くの人が利用できるようなインフラ整備が必要です。

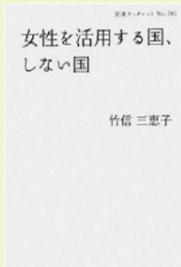
事業スタッフ **お薦めの4冊**

女性センターでは、男女共同参画に関する本や資料をそろえています。ぜひご利用ください。

「女性を活用する国、しない国」

1985年に「男女雇用機会均等法」が施行して26年、法整備が進んだ割には日本女性の社会的活躍の場は世界に比べて少ない気がしていましたが、この本から、日本において女性登用が進まない原因を理解し、真の男女平等とは何かを学ぶことができました。

事業スタッフ 中原玲子



「女性を活用する国、しない国」
竹信三恵子 著
岩波書店

「ひとりの老後ノート」

このノートはさまざまな情報を提供してくれます。60代に突入した私にとってはすべてが自分のために書かれているようでした。親の介護をしつつ自分自身の老後を真剣に考えている世代にとってヒント満載の一冊です。

事業スタッフ 橋谷信代



「ひとりの老後ノート」
佐藤朝子 著
北海道新聞社

「男たちのワーク・ライフ・バランス」

「仕事と子育ての両立」というテーマが今や男性の眼前に迫っています。この国の未来を揺るがさんとする問題を一身に背負って立つ、フツの男性たち。「仕事だけじゃつまらない」と、育児パパに変身する葛藤と本音が綴られている感動のレポートです。

事業スタッフ 村田進益



「男たちのワーク・ライフ・バランス」
ヒューマンリソース研究所 著
幻冬舎リソース

「素敵なヘルメット——職域を広げたアメリカ女性たち」

建築現場監督、機械工、溶接工、大工……この本は男の職域に踏み込んだ米国の女性職人達の体験記です。自分に挑戦していく彼女達の姿に、女性の無限の可能性を再認識し、性差とは何かを改めて考えさせられる一冊です。

事業スタッフ 脇坂文崇



「素敵なヘルメット——職域を広げたアメリカ女性たち」
モリー・マーティン 編集
バンドラ

輝くひとにインタビュー

in 中央区

自然の産む力、生まれる力を大切に
助産師と自然分娩を
多くの人に伝えたい

聖路加産科クリニック副所長
聖路加看護大学教授
堀内成子さん



現在の仕事につかれるまでのキャリアについてお聞かせください

中央区にある聖路加看護大学を卒業した後、聖路加国際病院の内科で看護師として働き、その後東京大学の大学院に進み、以来、卒業後、聖路加看護大学に戻り、以来30年近く助産師の教育と研究に携わっています。2010年度からは聖路加産科クリニックの仕事が90%、大学院での教育が10%です。

結婚して子どもも二人いますが、これまで一度も仕事を辞めたことはありません。

現在の仕事につかれるまでのキャリアについてお聞かせください

堀内成子さん

夫は山形県の鶴岡市におり、子どもたちも高校を卒業するまで鶴岡市で育っています。私は週末だけ鶴岡に帰り、火曜日から金曜日まで単身東京で仕事をするという生活をしてきました。保育園のころは二重保育、三重保育で、家政婦さんや私の母の力を越えています。網渡りのようなときもありましたが、夫も同じ医療関係者ですので同志のように二人で頑張りました。

聖路加産科クリニックの創設にご尽力されたそうですが、どのような思いがあったのでしょうか

助産師は看護師の資格をとった後にとる資格で、女性に限定されています。助産師は妊娠、出産、産褥のケアを行い、正常分娩の場合、単独で介助できませんが、病院ではリスクの高い出産もあり、医師がリードして助産師が補助役を担う構造になります。けれども、現在副所長をつとめている聖路加産科クリニックでは、助産師が中心になり、自然分娩をサポートしています。それは、助産師がもっと技量や力を発揮して、女性をサポートする医療従事者として働いてほしいという聖路加国際病院の日野原重明理事長のお考えとも一致して



家のような環境づくりを考え、和室も用意しています

今後の抱負をお聞かせ下さい

助産師として仕事に携わる喜びは、女性の強さ、美しさに出会うことです。生理的な痛みを引き受ける女性は、キリッとして壮麗です。女性にとつての晴れ舞台である瞬間を、黒子に徹して支えたいと思います。

また、日本助産師会 東京都支部中央区分会では、毎年ブーケ祭りに参加しハンドマッサージを提供しています。触れ合うことは癒す効果があり、触ることはつながることです。こちらにもぜひお立ち寄りください。



生まれてきた子どもたちを祝福します



出産間もない母子を見守る堀内さん

います。設立まで3年かかりましたが、女性が最も心地よい状態で出産できる環境をつくりました。女性はみな産む力を持ち、赤ちゃんも生まれてくる力を持っています。

Bouquet Information



ブーケ祭り第1回実行委員会の様子(ブーケ21にて)

中央区ブーケ祭り実行委員会
今年のテーマは「未来へ向けて、さらなる飛躍へ！」に決定!

今年、第10回を迎えるブーケ祭りの開催に向けて、2月8日に、第1回実行委員会が開かれました。

今年の参加団体は、34団体。会長には、昨年引き続き、小林里美さんが選任されました。

第10回を迎える今年のテーマは、「未来へ向けて、さらなる飛躍へ！」に決定。10年の節目を迎え、次に向けての新たなスタートを表しています。

また、10回目の記念講演や、記念品、記念誌作成などについても決定しました。

期日は、6月24日(金)、25日(土)。今年もさらに熱いブーケ祭りが期待できそうです。

4月から毎週月曜日に
電話による女性相談窓口を
新設します

● 相談専門電話(予約不要)
03-5543-0653

● 毎週月曜日 午前10時から午後4時

● ※祝日および年末年始(12月28日~1月4日)は除きます。

● 女性センター「ブーケ21」では他にも予約制の女性相談を行っています。詳しくは、8ページに掲載の「ブーケ21」女性相談をご利用くださいをご覧ください。

● お知らせ
平成23年度 第1回水曜イブニング「日本橋に生まれて〜私の生活空間〜」

● 会場 女性センター「ブーケ21」
● ゲスト 日本女子大学名誉教授 小川信子氏

● 日時 4月6日(水)
午後6時30分~8時

● 費用 無料

● 申込方法 電話またはファクス(講座名・氏名・住所・電話番号を記入)で左記へ申し込む。

● 女性センター「ブーケ21」内
TEL 5543-0651
TEL 5543-0652
FAX 5543-0652

T O P I C S

報告

初めて挑戦！ 男性のためのお料理講座

去る11月20日(土)、27日(土)の両日、吉田光一先生を講師に「初めて挑戦！男性のためのお料理講座」を開催しました。参加者は30代から60代までの10名。慣れない手つきの方もいらっしゃいましたが、卵焼き、から揚げ、きんぴらごぼうなど、お弁当づくりにも挑戦しました。



見事なお弁当です！

お弁当づくりのポイント

1. 短時間で作る
 - ①前日の残り物を利用する
 - ②定番メニューをいくつか作る
 - ③冷凍食品を使う
2. 栄養バランス保持
 - ①米(飯)の量を考える
 - ②色を増やす
 - ③味を増やす
3. 夏場の衛生保持
 - ①一度、温める(残り惣菜等も一度しっかり加熱する)
 - ②蓋をする前にしっかり冷ます(漬物等はこの時に入れる・生野菜)
 - ③保存場所に注意し、場合によっては保冷する

参加者の皆さんに聞きました

- ◆講座に参加したきっかけは？
 - ・将来一人でも食事が作れ、楽しい食生活ができればいいなと思いました。
 - ・料理の楽しみを体得したい。作る人の喜び、大変さも理解したい。
- ◆参加してみていかがでしたか？
 - ・大変楽しく自分での料理作りに向けたきっかけとなった。
 - ・日本食を教えてもらいたかったので、とても参考になりました。レポートを増やしたい。イタリアン料理やスイーツにも興味あり。
 - ・チームメイトがよかったので手際よく作れた。1人で全部洗い物までやるとなると大変。



最初は吉田先生による実演です



▲いよいよ実践です

最後は食器を洗って終了です



▲実習後は皆で楽しく試食タイム

館長

雑記

国際化と女性

▶2月の初めに、「中央区女性海外研修者の会」が20周年を迎えたお祝いの会にお招きいただきました。盛大な会で、なかでも、歴代会長さんがずらりと並んでご挨拶されたのは壮観で、たくさんの方がこの会を支えてきたことに心から感激しました。▶一口に20年といっても、実は大変なことです。ただ「会が存在する」というだけでなく、ブーケ祭りへの参加をはじめ、料理を軸に外国の方と交流する事業「台所から世界が見える」の主催など、たくさんの活動を続けると同時に、この会のメンバーは、得意分野を生かして、環境、福祉、男女共同参画などへと活動を広げています。「海外研修」が豊かな実りを結んでいるのです。▶この20年の間に日本の国際化事情も大きく変わりました。海外と往来する人が、日本人でも外国人でも増えたのは当然ですが、海外から日本に来て、あるいは日本から海外に出て、そこで住み、学び、働く人も大変増えました。会社でもまちでも「お隣は外国人」という状態があちこちでみられるようになっていきます。男女共同参画の視点からも、国際化時代にふさわしい社会にしていきたいものです。これまでの20年間、この会が地道に積み上げてきた知恵や経験が今後ますます重要になるわけです。会の発展を心から願う次第でした。(松川淳子)

女性センター「ブーケ21」へ来てみませんか？

女性センター「ブーケ21」は、男女共同参画推進のための活動を支援し、一人ひとりが自分らしく輝くことができる中央区をめざす施設です。

- 〒104-0043 東京都中央区湊一丁目1番1号
- 電話 03-5543-0651
- ホームページ <http://bouquet21.genki365.net/>
- ◆開館時間 午前9時～午後9時(12月28日から1月4日までと臨時休館日を除く)
- 東京メトロ日比谷線・JR京葉線 八丁堀下車 A2・B3出口徒歩3分
- 都バス「東15甲」(深川車庫⇄東京駅八重洲口/豊洲駅・明石町経由) 鉄砲洲下車 徒歩3分
- 江戸バス「南循環」鉄砲洲下車 徒歩3分



「ブーケ21」女性相談をご利用ください

DVをはじめ、女性のさまざまな悩みに専門相談員がお応えします(費用無料)。お気軽にご相談ください。*託児付(要予約)

相談日(要予約)

毎月第1・5水曜日 第4火曜日 10:00から16:00まで
 毎月第2火曜日 第3水曜日 15:30から20:30まで (ただし祝日、年末年始を除く)
 上記以外の時間でも、女性センター開館時は予約を受け付けます。
 相談専用電話 03-5543-0653

●4月から毎週月曜日に電話による女性相談窓口を新設 (ただし祝日、年末年始を除く)
 相談専用電話(予約不要) 03-5543-0653 10:00から16:00