

<p>72歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 14点 孤立感 6点 充実感 15点</p>	<p>8年前、夫が心筋梗塞と同時に脳梗塞（重度左身体マヒ）により全面的な介助が必要な状態になりました。退院後、それぞれの立場の人々の協力・助言をいただき施設の短期入所と在宅介護をしてきましたが、長期になると介護者のエネルギーも膨大なものです。介護保険制度になっても以前と変わりなく施設と在宅（認定は5です）、在宅の場合は週1回訪問看護婦（主にリハビリ）と入浴（ヘルパー）の利用をしておりますが、介護保険になってから市の助成もなく介護保険以前より自己負担が増額になりました。また失禁がありますので常時紙オムツが必要です。紙オムツ代も介護保険にて利用できる事を願っております。老年介護者ですが頑張って夫の世話が出来る事を念じております。商品券をいただきありがとうございました</p>
<p>83歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 9点 充実感 11点</p>	<p>いずれにしても夫婦間の問題なので当然のことと受け止めているが、年々歳とともに日夜の介護が苦痛に感じられるようになってきた。最近、週に4日間のショートステイを利用するようになって少しくつろぎの時間がもてるようになった。できるだけ家庭介護をしていきたいと思っているが、これから先々のことを考えると不安だけがのしかかってくる。老老介護の大きな問題であろう。避けて通ることのできない課題である。</p>
<p>71歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 13点 孤立感 9点 充実感 2点</p>	<p>母を見て思うことは、同じ様な年だから、気持ちがあっても体力が続かないと心配しています。医者にも「年と共に良くなる事はありません」と言われ、分かってはいても最近大変だなあと感じます。介護する身の方が絶対に大変です。どうしていいものか悩み苦しんでいます。</p>
<p>61歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 2点 充実感 14点</p>	<p>2月より病院生活7ヶ月、今こうして家庭に戻り訪問看護の人やヘルパーさんに助けられて1ヵ月半、戻る前は不安ばかりで何も分からず、ケアマネージャーさんがすべて組んで下さり当初はお初にお目にかかる人が入れかわり来て下さり、病人も家族もとまどう事が多々ありましたが、今は本当に皆さんに助けられなければ何も出来ないと感じるばかりです。まだまだこれから将来の不安もありますが、一日を大切に皆様に助けて頂き頑張りたいと思います。</p>
<p>67歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 1点 充実感 12点</p>	<p>私の主人は脳梗塞で5年位前から寝たきりの生活です。食事出来ず経管の流動食です。水もくすりも一滴も口からは飲めません。毎回毎回口から胃までチューブを入れての食事です。全身何も動く事が出来ませんので常日頃手をかけています。頭・目・耳等は皆と変わりありません（口はいえませんが）。看護5で皆さんの週3回入浴1回とお世話になっておりますので助かります。これからも前向きで出来るだけがんばって行きます。</p>
<p>74歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 5点 孤立感 4点 充実感 8点</p>	<p>介護者自身が要介護者にならないような日常の工夫が必要。とくに高齢で2人家族の場合。</p>

<p>73歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 11点 孤立感 6点 充実感 11点</p>	<p>1回目の脳出血が38才の時に、左半身麻痺になった。約10年かかって固まった。その後14年間に孫3人を育てた。そして平成8年1月に脳出血が再発して右半身麻痺になってしまったので私の妻の大きな病である(身体障害1級、要介護4)。私は夫であるから再発後は彼女に総てを尽くして介護している。10年間は老老介護でがんばるつもりである。兄弟姉妹とか自分の子供でさえも気を使ったり、声をかけたり、手を出したりしない世相となった事を非常に残念に思う。</p>
<p>69歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 6点 充実感 8点</p>	<p>自分の自由になる時間がない。自分の体調がすぐれないのに、本人が我がままを言いストレスがたまる。</p>
<p>60歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 11点 孤立感 2点 充実感 15点</p>	<p>本人は肉体的な不自由から来るもので、頭は正常であるものの体の自由がきかないだけのことなので気の毒に思う。自分の夫であり病んでいても家の中心に居てくれることに感謝して、出来る限りの介護をして大切にしたい。いつの日か自分も夫の様になることがあるかもしれないので、少しでも夫の望む気持ちを汲み取れるように努力し、一つ一つを我事と受け止めて自分を向上させたい。負担に思うことは、夜中にトイレやタンをつまらせて毎夜5~6回起こされて睡眠不足になり、普通の生活に支障をきたすことと体力的に負担になる事。時々思い切り自由を満喫したい気分苦しめられる。</p>
<p>73歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 3点 充実感 11点</p>	<p>子供2人は独立別居している。孫が時々来るが、妻本人が話ししないのであわれだと思(幼児時代あれだけ面倒をみたのに)。私も仕事を69歳まで続けてきた。家の中では一切妻にまかせてきた。良くやってくれたと思う。私が介護しなければ妻も幸福とは思わないだろう。私達の勤務は日曜にもよく出勤した。妻が今日の私を助けてくれたと思う。介護は私の恩情だ!!!出来る限り私が介護すると決めている。いずれ入所介護が来るだろうと思うと心配だ。“老夫婦が独りになる時”山口道宏著 を読んでいる。子供嫁には毎日の介護は出来ないと思う。</p>
<p>61歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 7点 孤立感 0点 充実感 16点</p>	<p>私は自分では健康だと思っているので介護されるより介護する方がよかったですと思います。主人に早く良くなってもらいたくて一生懸命娘達も協力してくれるので助かります。感謝です、がんばらなくちゃ……</p>
<p>61歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 6点 孤立感 5点 充実感 12点</p>	<p>まったく病人の事を考えずに過ごす日が2ヶ月に一度5日間くらいあるといいと思っております。今のところ本人がとても入所を嫌がりますので。</p>
<p>77歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 2点 充実感 9点</p>	<p>私もガンで大変体が弱く、妻には大変苦勞をかけ世話になりこれからは私の番と心に決めて介護に頑張っております。最近私の手がふれること、ヒザが少々痛むようになりこれ以上進まないように祈りながら介護をしてまいります。</p>

<p>65歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 7点 孤立感 1点 充実感 13点</p>	<p>家内の介護があるので社会参加・友達・趣味・スポーツの時間は減ったが、自分を頼りきっている、よく働いてくれた妻を考えると、介護は夫としての私の役割と前向きに受け止め、又この経験は人間としての私の成長につながりこれからの私の生涯の働き場所と考え頑張る。</p>
<p>72歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 3点 充実感 5点</p>	<p>年齢と持病とで将来の介護に自身がなくなって不安です。</p>
<p>64歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 0点 充実感 11点</p>	<p>夫が特定疾患で看病していますが、だんだん進行していくので先がどうなるのか不安です。状態が安定していれば1人ぼっちになるより2人であるのが淋しくなくて良いと思っています。</p>
<p>51歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 11点 孤立感 0点 充実感 12点</p>	<p>被介護者が私の場合、高齢ではありませんので質問に適切に答えることが出来ましたか不安です。</p>
<p>60歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 10点 孤立感 7点 充実感 9点</p>	<p>2人共年金がないので私が働かなくてはならなく仕事と介護とで1日11時間費やすのでかなり負担だと思います。</p>
<p>76歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 3点 充実感 2点</p>	<p>病人が市の施設に9ヶ月お世話に成っている折に、自宅に帰りたいと長期間申して折り仕方なく暖かくなったら連れて帰ろうと思い、3月下旬に施設から許可を受けて自宅にて面倒を見て、2ヶ月程度経過した頃に病気が悪化、再び病院に行き精密検査を受けた。診断の結果、甲状腺の悪化と脱水症状であることがわかり、水分を多く取る事と甲状腺の薬を飲む事により以前よりも良くなりました。</p>
<p>85歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 14点 孤立感 8点 充実感 12点</p>	<p>介護という仕事がこんなに大変だとは思わなかったが、新聞等に報じられる事件を見たり聞いたりすると身につまされる。昼間の介護と別に夜間、放尿や排便、腰痛や足の痛みで坐薬を入れたりシップ薬の取替え等くらいで起こされるのがつらい。春夏はよいが、真冬の寒い最中にやられるとこっちの身体の調子がおかしくなってしまう。せがれもあまり丈夫な身体ではないので10のうち6から7を小生が介護して、残りの2から3をせがれに手伝ってもらっている。家にいて介護してやると「いつもお父さんがそばに居てくれるから」と喜ばれると「あっ、介護してよかった」と思う今日この頃である。</p>

B 自分の親を介護している家族介護者の自由回答

<p>4 1 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 4点 充実感 13点</p>	<p>母のボケが始まってから、最初のうちは、そのボケた姿を認めたくない思いと、又反対にもっとやさしく接してあげなければという思いが自分の中でうまくコントロールできず、母に対して強く責めてしまう自分自身がとてもつらかった。そして、月日が経つにつれ、デイケアを利用したり、母に対して以前よりうまく対応できるようになってきた。最近では、自分の実母であること（義母だと言一言にしこりが残ってしまうと思う）、そして寝たきりではなく他の人に比べて介護の割合がまだ少なくてすむこと、など前向きにとらえて、母の残り少ない人生を安らかに過ごしてほしいし、それにとまなう介護は私のできる限りやっつけていきたいと思っている。</p>
<p>6 3 歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 5点 孤立感 2点 充実感 4点</p>	<p>自分自身が年齢がきているので、お互いボケたり具合悪くなったりした時、介護の世話は大変だと思う。</p>
<p>6 6 歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 1点 孤立感 0点 充実感 14点</p>	<p>人間としてこの世に生を受け終焉の時を迎えるそれぞれの親子関係をみた場合、親が子を慈しみ育て、その子が親の面倒を見るという事は当たり前のものであり、少しもむずかしい事ではないと思います。個人的に私の場合はよき理解者である夫を持つ事が出来、又母娘の関係で手許に訊き取り介護出来ることをとても幸せに思っております。母もボケないように自分の立場を理解し努力をしております。近い将来、自分も人の世話にならなければならない時、母の様なシッカリした老々人でありたいと手本にしたいような生き方です。又いろいろと福祉に支えられ有り難く思っております。私共も一生けん命介護につくします。よろしくお願ひします。</p>
<p>5 0 歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 6点 充実感 10点</p>	<p>本人は90才で、寝たきりにはならず、デイホームに週2回通う程度である。兄弟会議で、本人の意向を聞き乍ら、本人の意識（志）があるうちは現状の生活をし、私達が面倒をみることになっているが、どうしても同居しているために、私自身が精神的に不安定になりがちである。食事の用意などは殆ど私がやっている（これは慣れたので苦痛ではなくなったが）ので、仕事の時間が小刻みになる。洗濯・掃除など身の回りの世話はヘルパーを利用するようになったので楽になったが、私自身の本来やらねばならぬ仕事はどうしてもおろそかになり、妻への負担も増えている。他の兄弟もそうひんぱんに訪れて来ないし、電話くらいかけてきてやって欲しいのに、やはり私達に頼っているようだ。苦勞してきた母の最晩年を良き日々させる為に努力をしているつもりだが、自分の仕事や家族のことを思うと、まだなかなか割り切れなくて困っている。</p>
<p>7 6 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 3点 孤立感 0点 充実感 13点</p>	<p>96才の母が脳梗塞で入院し、半年後寝たきりの状態で退院する時、医師から老人施設に入れるか自宅で介護するかと言われ、残り少ない時を自宅で過ごさせたいと思い自宅に病室をととのえて帰宅しました。退院と共に訪問（週5回）、ヘルパー（週5回）、入浴（週1回）と手厚い介助がつき、たりない所は自費でヘルパーをたのみ月20万円ばかりでしたが、私は仕事を続けながら介護を続けています。高度な医術と手厚い介助が得られたおかげで退院後2年4ヶ月と無事に介護が出来、月に1週間のショートステイが使えて休養も出来、自宅介護できてよかったと思っています。退院の折、自宅介護はもっと大変だろうと覚悟しておりましたが、困ればすぐに対応してくださり、薬局の方も薬を持って来て下さりながら困った事は無いのか、どうですか、と気を付けて下さり、老老介護もやっつけて行けると感謝しています。</p>

<p>6 2 歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 0点 充実感 14点</p>	<p>自分の親なので、最後まで見届けるのが子供のつとめだと思っていますが、自分の生活もあり人生もあるので、そのことを考えると100%親の面倒ばかり見ていられないという思いがあります。親の年齢まで多分こちらは生きられないだろうと思うと（わかりませんが）やはりジレンマを感じます。比較的手はかからない状態なので助かりますが、寝たきりになったらどうしようと思います。老老介護の悩みというのでしょうか。家内の協力はありますが、結局血のつながった子供を最終的には頼るようで、仕方ないと思いますが、先に行く程大変になって来るだろうと予想し覚悟しています。</p>
<p>3 7 歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 5点 充実感 11点</p>	<p>毎日毎日の事なので時々介護をする事がいやになる。父の事で1日のスケジュールが決まってしまうと自分の時間がない。かといって父から離れていると心配になる時がある。</p>
<p>4 5 歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 13点 充実感 13点</p>	<p>介護すればする程こちらを頼ってくる私の母。私が1才9ヶ月の時に母は夫を亡くし、自分の（母の）兄姉に助けられながら（私を預けたりしながら）働き、私を養ってきた。しかし今、自分の人生を振り返る時、苦痛の思いしか残っていない。趣味もなくプライドが高いため、同年代の方とも地域の方とも交われない。落ち込むばかりの母を支えるのは苦しい。</p>
<p>5 1 歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 2点 充実感 12点</p>	<p>介護の年数が長いので、幾つかの段階を通過してきた。初めの頃はどのようにいいのかかわからず、自分をコントロールするのが難しい事もあったが、介護を中心とする生活に慣れたこと、母（本人）自身の状態も段階を経て現在は全てを私に頼る段階に入っていることがあり、それなりに安定している。アンケートの内容をみると、数年前までは当てはまったが現在はちがうと思う項目が幾つもあった。また、デイケア施設の職員の方や運転手さんに精神的な面でもずい分支えられていると思うことがある。しかし、これは私の経験であり、様々の問題のあることも聞くので、これでよい、ということでは決してなく、介護保険制度についてはもっとよく知りたいと思っている。個人的には母の介護をできた事は幸せだと思っている。</p>
<p>4 8 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 7点 孤立感 1点 充実感 13点</p>	<p>当初、お勤めをやめる時点ではかなり考える事が多かった（主に私自身の今後について）。しかし、数年経ってみると、まったくと言ってよいほどごく普通の私の日常生活が進行していて、物事考えすぎる必要はないと思う反面、社会的な面ではかなり置いてきぼりをされているかもしれない。こだわることよりも、日々進行していく生活をしていることが心の平和であり、社会人の時とは違った、地域に密着した生活が始まったと思える。自分の中での優先順位にそった生活をするのが私はむいていると思えた。父の性格に救われているのだと思うが、今は何の苦痛もなく楽しく過ごしている。この裏付けは介護保険制度であり、心強いケアマネージャーさんの存在だと思う。</p>
<p>3 2 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 6点 孤立感 6点 充実感 7点</p>	<p>子供が小さいのでだれか社会的に助けてくれると助かると思う（例えば保育所とか）。</p>

<p>56歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 8点 充実感 11点</p>	<p>負担に感じる事は、以前行っていた事を現在も続けたいと思い（ゲートボール）、チームの人達に試合に出れるか確認しに行く（相手に迷惑をかける）。運動会が好きなので、今日は運動会ではないか？といい、違うという友達に聞きに行く（相手に申し訳ない）。何回も何回も。行事は本人のカレンダーに書いて毎日消すようにしているが、理解できず自分の思い付くまま口にする。私の事を同級生とか妹と間違えたりする。介護して良かったことは、本人の色々な思いが判った事（本心）。親子のわだかまりが取れた事（何でも本心から話し合う）。自分のこれからの生き方・考え方を学ばせてもらってる。もっと色々な事が相談できる人がほしいと思います。</p>
<p>51歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 5点 充実感 6点</p>	<p>88才の母ですが、ボケなどによる問題行動は今の所一切なく、介護というより身の回りの世話という感じです。</p> <p>ただ、本人の性格が非常にわがままなので、要望に添ってあげようとすると多分に振り回されるような感じがしてそれがストレスになります。つまりは私もわがままなのかもしれませんが…。</p>
<p>40歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 1点 孤立感 1点 充実感 14点</p>	<p>3度目の入院をした時の父の状態は、1人で起き上がることも車イスに乗ることもできませんでした。</p> <p>少しうつになりかけていたので、先生に頼んで外泊させてもらいました。それがよかったのか、今まで通りつえを持ち補助しながら歩けるようになりました。やっぱり家が一番だなと思い、何があっても家でずっと介護してあげたいと思っています。</p>
<p>57歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 13点 孤立感 7点 充実感 6点</p>	<p>私の場合は1対1なので、何かにつけてすべて私だけの負担になります。兄・姉・妹が居るのですが、姉が電話とか2ヶ月に一度位顔を出すだけで他は音信不通です。こんなことを私自身考えても仕方がないことだとは思いますがストレスになってしまっているように思います。ずっと世話を見てきたのですが、介護するようになって仕事をやめ、また働きたいと思っているのですが、母のデイサービスの時間、病院へ行く日などがあり予定が立たず仕事は見つかりません。私自身働かなくては食って行けません。今は母の年金を使っていますが、先のことを考えると不安しかありません。介護保険は介護者には何ももたらしません。ただ、もう少し上手く利用する方法があるのかもしれませんが。母が協力してくればの話ですが！</p>
<p>59歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 4点 充実感 12点</p>	<p>介護をはじめた時は両親共みていましたが、父は老人ホームに入所し負担が半分でよくなった。父は介護度4だったので、風呂に入れる時、おむつの世話。でも、ケアプランセンターでの出会いから一転し、いろいろ勉強ができた事も、将来自分自身が介護を受けることになるかと思うと本当に感謝しております。親孝行もこの年になって出来たこと、まだまだ続きますが健康に気をつけ頑張りたいと思います。</p>
<p>62歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 14点 孤立感 4点 充実感 13点</p>	<p>介護にもいろんな段階があると思っています。当方は介護5です。介護してよかったとか大変だとかいう状態ではありません。ただ、寿命というのは本人では決められません。残りの人生を安らかに過ごさせたいと思っています。本人は89才です。</p>

<p>70歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 4点 孤立感 0点 充実感 4点</p>	<p>仕事を持っているため、帰宅後休む間もなく夕食の仕度が負担。朝、母の朝食の仕度は出来ても、私自身朝食をとらずに仕事に行くのが毎日。母は夜中に起きてベッドの上で手仕事をしている事が多い。そのため日中は見る度に眠っている。介護の方は歩行が出来ませんので大変ですが、母娘の関係のため気付かなく世話が出来る事は有難い。</p>
<p>64歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 2点 充実感 11点</p>	<p>自分自身の健康状態が悪い時、親の介護が出来ない事に対して不安を感じる事はあります。施設に預けた場合、保険以外に個人負担（雑費含む）等経済的なことも考えます。介護をする様になってから、親との会話がとても多くなりました。親も楽しそうな顔、食事等でも「これおいしいね」等と気持ちを表してくれます。そんな時、自分自身の気持ちも救われます。長い間、東京で生活していましたので、せいぜい親孝行を（親と別の生活）したいと思います。</p>
<p>58歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 12点 充実感 10点</p>	<p>私は実母と同居し介護しています。家族は母、私、息子と3人です。一人っ子ですので、結局私が母の介護をしないではいけません。母はデイケアサービスなどで外に出るのを嫌がります。母は聴力が弱く、補聴器をしていましたが、今では雑音が入って頭が痛くなると言って使用しません。現在、私は勤めていますので、1日2回ヘルパーさんをお願いして昼食の世話と母の様子を確認依頼しています。家の玄関で倒れて頭を強く打ち、介護3の認定です。</p>
<p>58才女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 3点 充実感 2点</p>	<p>私は3姉妹の末子で身体に障害を持っているため、子供の頃から母や姉たちに迷惑をかけてきました。今、恩返しをしなければいけないと気持ちの中では思うのですが、私自身が現在、在宅酸素療法を受けていて、毎日調子が悪いので介護と言っても何もしてやれず、食事の用意をしてやるくらいで申し訳なく思います。今のところ、歩行が少々困難ですがボケはなさそうですので助かります。週2回はデイサービスに行ってくれますので、その日だけは安心して私は寝たり起きたりマイペースな一日をすごしています。この先、まったく歩けなかったり、ボケたりしたらどうなるのか…。それだけが心配です。</p>
<p>54歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 5点 充実感 12点</p>	<p>最初は、昔の母の姿が浮かび今の姿は夢なのか？と思う事もあり、自分の気持ちの整理を付けるまで大変でしたが、いろいろな事があり私の心の成長をさせているのだと母の事を思うことが出来るようになりました。負担に感じる事は、腸ガンなので弁がいつもゆるく、オムツの横から洩れてしまい、私は弁との戦いであると思う。 (心の整理が付くまでは、何時も何をしていても涙があふれてたまりませんでした。そんな私の姿を見て主人が大変協力をしてくれるようになり、私の涙も出なくなりました。主人と二人で介護に立ち向かってがんばっています。)</p>
<p>54歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 5点 充実感 15点</p>	<p>介護のために長年勤めていた会社を7月末で辞めました。でも本当の気持ちは働きたいです。フルタイムで働いていたので、このままでは両立は不可能でした。ホームを探してくれと母に言われ、四、五ヶ所あたりでしたが、5年待ちだの10年待ちだの言われました。自分の人生を考えると少し悲しい気がしますが、母には私しかいないのだと大好きな仕事をあきらめました。</p>

<p>37歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 3点 孤立感 0点 充実感 12点</p>	<p>介護が本人に必要な時、介護者としていろいろな方々に協力してもらい（先生方）、ご指導をいただきとても感謝しています。この事で人として成長できたようにも思われます。残念だった事は、やはり介護の為に仕事（正社員）を辞めることになった事です。社会と接している事が介護のはげみとなっていました。まだまだ介護の重要性を一般の人々が理解してくれないのが悲しいです。女性だけでなく男性も介護者として参加してもらいたいのだが難しいようです。</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 6点 孤立感 3点 充実感 8点</p>	<p>自分にも持病があるため、悪くなった時母親をどうすればいいのかとか、連絡方法とかできるか心配です。</p>
<p>71歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 2点 充実感 13点</p>	<p>私の家族は93才の母親、74才の夫、71才の私、3人です。母は2回の骨折をしましたが、頑張って歩けるようになりました。母は勝気で、昔何でも出来た自分と現在の自分を比べて何も出来ない自分を情けなく思い、卑下したものの言い方をしますが、93才まで生きて来た人生に対して神、祖先、生んでくれた両親への感謝と自分への愛しさをもっと感じて生きてほしいと思います。私は老年になり人の世話になるようになりましたときは、感謝といたわりを持って暮らしたいと思っています。母の介護をしてみて自分の生き方を学んだような気がします。</p>
<p>62歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 1点 充実感 14点</p>	<p>家事、仕事、介護と大変です。お陰様で介護サービスが出来、私も助かっております。これから先、何年かかるか解りませんが、一生懸命頑張りたいと思っています。介護して見て自分の勉強にもなりました。ありがとうございました</p>
<p>56歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 4点 孤立感 3点 充実感 10点</p>	<p>父親と2人暮らしの為、ストレスが多くて身体に害が表われた（めまい、いらいら、肩こり、頭痛、のぼせ、不眠等）。本人が私の言う事をすぐ忘れる。自分の事以外にあまり関心がなく、話をしても内容を把握できない。自分の思う様にならないとすぐ怒る。現在私自身、内科、婦人科、整体など通院中。</p>
<p>66歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 5点 孤立感 2点 充実感 11点</p>	<p>自分の将来を見ている様で、如何にしたら負担や迷惑を掛けなくて老後を通せるかと切実に感じる。見習う事も多々有り考えさせられる。</p>
<p>50歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 7点 孤立感 3点 充実感 14点</p>	<p>私の母はベッドでの生活にも関わらず、世の中の何事にも興味を持ち“世の中から取り残されたくない”との思いも強い人で、それと比例するように日常生活以外の欲求があるので、それに答えて行くのが大変と思う事があると同時に、そういう前向きな姿勢に感心させられる。母とは生まれてからずっと一緒に、リウマチも私の2才位の時からなので、自分でも感心する位母の考えている事、してほしい事が手にとるように分かり、その事に母がとても喜び感謝してくれているので、介護としてはやりがいがある方だと思う。しかし、父もだんだん年を重ね、私はあちこち言う所（具合の悪い所）が出て来たので、母がもう少し身体が動かさなくなった場合、どこまで面倒見られるだろうかと時々不安になる。</p>

<p>6 1 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 4点 充実感 14点</p>	<p>私は大学卒業と同時に就職し、結婚し 2 人の子供を育てながら男性と同等に仕事をして 60 才の定年となりました。今までの仕事は「自分が努力すればできないことはない」という充実感がありました。定年後は実父の介護に専念しておりますが、父は 6 年前に脳内出血で視野の 1/4 を失い、左手左足が少し不自由です。その結果やりたくてもできない事がいろいろあります。頭ではそのことを理解していてもどうしても元気だった頃の父のレベルまで期待してしまうところに私の苦しみがあります。現在は「介護は自分育ての仕事」と思い、「いかに優しくできるか」という課題と向き合っています。</p>
<p>6 4 歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 13点 孤立感 6点 充実感 9点</p>	<p>介護される側の人間性に問題があると、可愛らしさがなくなりストレスがたまる基になる。介護度の審査の為、主治医が必要なため無用と思われる医療を受けていて「そんなにしなくてもいいのに」といえずにその面でも出費もあるが、中よりも保険制度を揺るがしかねないことと憂慮している。このままでは役に立たない老人と医者だけの世界になるんじゃないかと憂える。</p>
<p>6 3 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 7点 充実感 13点</p>	<p>人もいないのに一人で物事をしゃべっているの、その事が私にとっても負担に感じる（声が大きいの）、ストレスがたまる。洋服もさかさに着たり、ボタンを先にはめて首を通し首に洋服がまきついている時がある。一人ではぜんぜん洋服は着れない。夜中に私の部屋に入ってきて（今日は、こちらに置いていただけますから）と、時計を見ると 1 時 2 時ごろ、一度目を開くと私ももうねむれない。</p>
<p>5 1 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 5点 充実感 14点</p>	<p>完全看護の病院にて 1 ヶ月間 24 時間 3 人でつきっきりの介護をして、もう限界といったところで退院、自宅で介護することになり途方にくれていたところ熱心なケアマネージャーに出会うことができ、皆でがんばって介護して寝たきりにしなくて良かったと思う。それまで病気ひとつしたことがなかったので介護のことなど人ごとと思っていた、プロの意見がとてもありがたく介護に対してとても気持ちが楽になった。</p>
<p>6 3 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 9点 充実感 12点</p>	<p>介護する相手によって負担が変わると思います（私の場合実父ですが、母であったらこれ程の負担には思わないのではないかな）。下の世話などで人には余り話すことが出来ないでストレスがたまります。ヘルパーさんや看護婦さんにはある程度話が出来るので助かりました。本人の施設に対する不満を聞いて施設の職員に乱暴に扱われた。人間扱いしてくれなかった。より扱いが悪くなるのではないかなと思うと云えない。福祉の仕事についているという意識が、職員の一人一人にあるのかどうか、採用する時にチェックをして欲しいと思います。施設の夜はある種の密室ですが、監督する立場の人が居るのかどうか？立派で広々した施設は職員が働きやすい環境で、入所する人はもっと家族的な雰囲気期待している。デイサービス→一日中靴をはいたままだった。畳の部屋がない。食事はまずい。高齢者だからといって小さくきざんだり柔らかければ良いというものではないと思います。失礼致しました。</p>
<p>5 4 歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 1点 孤立感 0点 充実感 12点</p>	<p>母の痴呆が始まってからの数年は私にはひどいショックだった。何たる人生と、アルコールの日々だった。97 年より看護婦さん・ヘルパーさん等の助けをかりて現実を受け止められるようになった。00 年よりアルコールも切れ、介護を自分のチャレンジと思えるようになった。</p>

<p>57歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 8点 充実感 10点</p>	<p>全体的に子供が親を見る事は変わっていないと思う。どこにでもある事ですが、自分の老後を心配になる。公的に年金で入れるような所が早く整ってくれれば40代50代の人達は安心すると思います。一番介護される方が心苦しく思ったり、当たり前だと思ったりしているでしょうが介護人にして見れば言葉で表してほしい（心では思っているかもしれないが）。</p>
<p>45歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 0点 充実感 13点</p>	<p>母の場合は、甲状腺癌が骨に転移し進行した状態での要介護なので、今回のアンケート内容とは異なった部分での問題が多々あります。介護する側としては、病気がこれ以上進行した場合（もう目の前に迫っているのですが）、母がどのような状態になるのか、又私はどのように介護したらいいのか等、大変不安です。常に手がかかる訳ではありませんが、外出は出来ないし、母をヘルパーの方にまかせるのも本人がいやな様子なので出来ません。痴呆とは違って限りのある介護なので、負担に感じる事の質が違うと思います。</p>
<p>63歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 7点 孤立感 4点 充実感 16点</p>	<p>介護によって、学ぶことが多いのに驚いている。</p>
<p>38歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 3点 孤立感 0点 充実感 9点</p>	<p>自分の親（父）を介護しているので、あまりストレスを感じる事なくできる。（家族も（特に主人）協力してくれているので）まったくの寝たきりで声もきけない状態なので、反対に私に対してもっといろいろやってもらいたい事はたくさんあるのではないかといつも思う。ちょっとかわいそう。</p>
<p>48歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 6点 孤立感 0点 充実感 8点</p>	<p>現在の所、夜中におむつ交替に起きるが、その他の介護は家事全般、お風呂介助。医療面でいつ具合が悪くなるか心配です（今まで何回も救急車で入院した事があるので。今年は家にいるより病院の方が多い）。1時間以上は留守できない。ちがう面で考えますと、ずっとはなれて暮らしていた母と同居しています。自分の親と一緒に暮らせという事は幸せだと思います。けんかしたり笑ったり、1日を大切にすごしていきたいと思ひます</p>
<p>64歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 12点 充実感 15点</p>	<p>母はボケてしまっている為、周りの人が色々言ってくるが普通にしてほしい。問題はありますがその状態も母なのだから好きにさせてほしい。</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 3点 孤立感 0点 充実感 15点</p>	<p>私は長い介護生活です。母（リュウマチで）が25年間の病気でうち8年間お風呂の介護、生活の介護が必要でした。その時は父が元気で、二人でがんばってきました。そしてホッとする間もなく父の心臓病が出て又介護、ふと自分の人生って何なのだろうと思う事がありますが、良き理解ある主人がいてどれ程救われていますか感謝の気持ちで一杯です。ただ介護をする事によって自分自身が廻りの人々に気持ちを配れる事、やさしくなれる自分に気づいた時とてもうれしく世の中に感謝の気持ちで生活できている事に自己満足しております。</p>

<p>38歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 6点 充実感 9点</p>	<p>親の介護は当然だと思う理性の部分と、介護がある為に制限のつく不自由さへの不満という本音の気持ちの部分でよく悩みます（子供が小学生なので外出の機会が多い為）。将来を考えると一層不安です。</p>
<p>57歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 15点 孤立感 13点 充実感 14点</p>	<p>特別養護老人ホームに申し込む事を何度も考えたりして、なるべくは入所させないで一人しかいない親だからと若い時は苦勞を重ねて来た人だから出来れば私と一緒に住んであげられる事が本人にとって一番の親孝行だと思います。住居の問題が一番のネックになっているだけなので、もう少し広い家で部屋の多い所に住めれば。なにより解決できる事なので！</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 2点 充実感 11点</p>	<p>介護するのは私だけで（兄妹等いないため）、他に協力を求める事ができないため、急用やチョットした時の介護依頼をする事ができず、不便不安を感じる事がある。昨年、本人が入院した時、仕事をしながら夜の付き添いをしたためか退院後介護を始めるようになって疲労を特に感じる。リストラ時代であり、仕事先の勤務状態も厳しく、仕事・家事・介護にと生活するのに精一杯であり、通院時の依頼や週2回のデイサービスを開始したりと大きな依頼はケアマネージャーと相談しながら決めてきたが、疲労の酷い時や急な仕事の延長、急用が出来た時など細かな所の対処についてや、本人の老人ボケに対する相談などもどこに行けばいいのか、誰に相談すればいいのかわからない。今までは毎日毎日が精一杯で、いろいろ細かく考える余裕が精神的にも時間的にもなかった。困っても私が少し頑張れば、とか、本人にちょっと我慢してもらったりして何とかやってきました。しかし考えてみると、この様な時期こそ協力が必要だったと思います。介護初心者に対して全般的相談を受ける所がほしいです。休日もやっている所で、この様な状態で介護してきましたが、介護することに対して嫌だと思ったことはなく、体調も回復しつつある今からは、いろいろ考えながらやっていきたいと思っています。介護しながらの生活はいろいろな事がありますが、私自身の成長になっていると思いますし、又そうしていきたいと思っています。</p>
<p>56歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 6点 孤立感 0点 充実感 9点</p>	<p>父が8年6ヶ月前から4年6ヶ月、寝たきりの状態で4年前になくなって、今は母が5年前に寝たきりの状態になっています。父と母は同時に1年間寝たきりの状態が続きました。今は母を介護していて母は自分には“ありがとう”と言わないが、ヘルパー・看護婦さんが毎日来て、よく母は自分の事をありがたいと言っているの自分では介護していて大変だと思ったことはない。これからもこの様な状態が続いて母に長生きをしてもらいたいと思う。</p>
<p>38歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 9点 充実感 7点</p>	<p>痴呆症の母親を見ている。週4日デイサービスを利用していますが、週1日だけ1人になってしまう日があり、自分で自転車でデイサービスの施設に行ってしまう困っています。趣味も今までほとんどなく、テレビもあまり見ず、1人で過ごす時間の過ごし方を身につけていない母を見ていると、将来の自分の姿であるかと思いきみしくなります。1年半前までどうにか半日のアルバイトが（母が）できていた時お痴呆の進み具合は止まっていたのですが、やはり職場の方の都合で辞めてからは人と合う機会も話す機会もまったくなくなりました。それからはずごく痴呆も進んでしまいました。父も亡くなってしまい、話し相手がない状態です。デイサービスの中にも何か仕事の様なものや、おしゃべりをさせたりするカリキュラムもあった方が良いでしょうと思います。</p>

<p>51歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 7点 孤立感 6点 充実感 10点</p>	<p>私の母の場合は、長年の薬の副作用で幻覚症状が出てきて、見えていない家族達にウソをついている、かくしていると云って困らせます。夜中に誰かいるからと何回も起こされたり、近所で家の悪口を云っているとか——そんな事はないと云うと、恐い顔をして怒ります。実際、私達には見えていなくても母には見えているのでどうに説明して良いのか困ります。これ以上進まないかと毎日不安です。</p>
<p>55歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 7点 孤立感 5点 充実感 10点</p>	<p>親に育ててもらったので、面倒を見るのは当たり前だと思っています。しかし、介護のため自分自身の時間がなくなり、ストレスが溜まり、怒りっぽくなっていきます。</p>
<p>50歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 13点 孤立感 2点 充実感 15点</p>	<p>介護して良かったと思うことは、寝たきりで話すこともままならない状態なので、本人の気持ちを汲み取る事が重要になってきます。日々の介護を通して相手の身になって考える事や、自分の気持ちをそのまま伝えて分かってもらうことなどを経験しています。そのことで人間関係が上手くいくコツが少しずつわかるようになった気がしています。年月を経るにしたがって、慣れたとでもいいでしょうか、今まで嫌だった作業やお世話もそれを楽しい気持ちに変えてできている部分もあります。負担に感じる事は、全てが負担に感じます。ただ本人との気持ちのやり取りや、主人や他の方たちのご援助のおかげをありがたく感じられてとても嬉しく思っています。</p>
<p>55歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 9点 充実感 8点</p>	<p>本人からのねぎらいや感謝を言われたことがない。自分の娘だから（私は独身）自分の良いように使うと言う様に言動に表れているのでやりきれない。結婚した娘も同様に思っている。</p>

C 配偶者の親(義理の親)を介護している家族介護者の自由回答

<p>60歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 1点 孤立感 1点 充実感 10点</p>	<p>私が嫁に来た時より一緒でしたので、嫌だという事はありません。大事にさせていただいたので今は一生懸命介護したいと思います。私の出来る限り。</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 5点 充実感 11点</p>	<p>介護の内容については、人それぞれ異なり、他人に理解してもらおうという事は無理だと思いますが、家族の者はそばにいて一番わかっているはず。たまには、介護者の話し相手になったり、ねぎらいの言葉をかけてほしいものです。介護をしている人(私の場合は嫁)に、夫・他の兄弟の感謝の言葉がストレス解消になります。</p>
<p>49歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 6点 充実感 8点</p>	<p>介護している私より、介護されている義母の方が心の負担は大きいと理解しながら、自分の中に蓄積するストレスにたえられなくなる時もある。実の母なら、この場合はこうも言えるのに、と思う事があり、夫の母である(私には他人)ことで、抵抗がありなじめない。私の心を開いて介護していないので、多くの場合で自分の中にネジレを感じる。義母を好きになれない自分は心がせまいと思う。</p>
<p>55歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 5点 充実感 13点</p>	<p>夜中、ねまき・シャツをぬいでしまう。よく熱を出す。38.7~39度くらい風邪を引かせないように注意しています。(肺気腫・大動脈瘤)よく大きな声を出す。昼夜。いずれ私達もお世話になると思う。長生すれば良いとは思えない。介護サービスが出来て、本当に良いと思います。大変勉強になります。(看護・入浴の人達の姿を拝見して)</p>
<p>51歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 12点 孤立感 10点 充実感 9点</p>	<p>介護のため、会社(20年間)をやめました。今はストレスもあり、体の方が思いようになりません。</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 10点 充実感 8点</p>	<p>歩行ができず車イスでの移動のため、外に出て行くことはできないので歩きまわる心配はありません。右小脳出血で手術をして1年、だんだんボケ症状が出てきて、嫁の私を「何をしに来た、出て行け、帰れ」と暴力を振るい、ののしられる時はつらい思いがします。病気だと頭でわかっているにもかかわらずあまりにひどい言葉なので。</p>
<p>36歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 16点 充実感 14点</p>	<p>神様より試練を与えられていると思っています。これを乗り切れば・・・という気持ちです。子供達がまだ小学校低学年という事もあり、まだまだ子供に時間をついやしたいのに・・・という気持ちもありますが、私が頑張る事が子供の教育にもつながれば・・・という気持ちです。</p>
<p>48歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 8点 充実感 8点</p>	<p>なかなか心から優しく介護する事が出来ず、“上辺だけで・・・”とよく自己嫌悪に落ちいます。“今日こそは”と気持ちを奮いたたせる毎日です。</p>

<p>55歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 3点 充実感 13点</p>	<p>自由な時間が欲しいと思いますが、自分が役に立っているという充実感があります。今は自分が健康なので余り悩んでいませんが、今後のことを考えるととても不安です。</p>
<p>41歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 13点 孤立感 8点 充実感 9点</p>	<p>昔は大家族で兄弟や伯母達が手伝って介護していたように思います。母が祖父・祖母を介護していた時の事を思い出します。今、自分がその立場にあった時、本当に大変さが解ります。『親を大切に下さい』という父と母の教えです。できる範囲で頑張ってみようと思います。時々イライラしたり疲れたりしますが、あまり気を張り過ぎないでゆったりした気持ちでやってみます。子供が小2でまだ手がかかるので時間に余裕がないです。</p>
<p>54歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 12点 充実感 8点</p>	<p>明るい笑いのたえない家庭だったのに、両親（舅・姑）の毎日の夫婦げんかの為、家の中が暗くなる。義兄・姉達の圧力が恐い。夜だけはゆっくり休みたい。いつまで続くのか不安で逃げたい。何をしても心から安らぐ事が出来ない。自分自身への健康への不安。夫への信頼感がなくなる。これはつらい。介護の大変さを体験でき、同じ立場の人の話を受けとめる事が出来るようになった。自分自身の精神的な弱点が確認でき、少しずつ自分を変えている。 お願い：介護者への精神的なサポートを強く望みます。</p>
<p>71歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 6点 充実感 9点</p>	<p>主人の行動に波があるのでその対応に苦慮して居ります。私の言うことが理解出来なくてどうにもなりません。でも注意すると怒り出したりします。</p>
<p>57歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 4点 充実感 12点</p>	<p>今年の6月まで夫の父親（脳梗塞で13年前に半身不随）も介護していたので、今母親一人になりかなり楽になりました。二人の時は一生懸命主人や子供達に助けられながらやってきましたが、一年に一度は風邪で熱を出し、去年は肺炎になるころでした。自営ですので仕事をしながらすぐとりに自宅があるものですから。介護、それも入院して退院した後などは体力が落ちているので夜も何かある度起きて、でもそれは少しの間なのでよかったのですが、もしずっとそれが続いたら私達が参ってしまうとよく思ったものです。その反面、娘の子供（孫）が今年3才になりましたが時々遊びに来ているので、私達のする事をみておじいちゃんの杖を歩く時に渡してあげたり、おばあちゃんの車椅子を押してあげたり、私がおばあちゃんの便の片付けをしてると「バァーバやさい、バァーバありがとう」と私にお礼を言った時にはびっくりしました。子供は私達のやっている事を見て、やさしい子供に成長していくと思うと、がんばらなければと思います。</p>
<p>41歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 6点 孤立感 4点 充実感 5点</p>	<p>寝たきり状態ではないのでさほどの負担はないが、近い将来そうなる状態がみえているので、その時どのように対応していったら良いのか、将来を考えてすごく不安になる事があります。実際問題、介護は家庭の中心にきてしまうので、家庭生活の中で自分の思い通りに事柄がすすまずストレスになる事も多々あります。まだ、主人も協力的で近くに介護者の実娘もいて協力的なので精神的に助けられています。</p>

<p>60歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 12点 充実感 7点</p>	<p>夫(故人)の母を介護しています。夫には3人の弟がいて近くに世帯を持っていますが、かかわりたくないのかほとんど顔を出しません。その配偶者である義妹にいたっては尚更です。きっと姑がこういう状態であることすら知らないでしょう。弟達も話さないでしょうし、たまに顔を出した時でも普通にしていれば変わらない姑の姿しか見ない訳ですから。姑が「世話になっているんだよ」と一言云ってくればと思います。弟達からの<u>実母が世話になっているお礼もないので、365日姑と居なければならぬという現状がやり切れません。姑の存在がストレスになります。夫さえいてくれたらと。先の見えない生活、たまりません(子供2人は独立しています)</u></p>
<p>50歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 8点 孤立感 8点 充実感 15点</p>	<p>現状では介護に当たるのが私一人なので、家を空ける事(泊りがけ等)ができない。ショートステイを利用したいと思うが、本人が嫌がるので困る。朝一番で出かけ最終で帰ってくる時等、食事の仕度を一日分してから子供に頼む(主人は単身赴任中)。多少ボケが入ってきているので近所に話をし、理解を得て問題にならず済んでいる。夫に何かあった時、この人をおかえ自分の生計をたてる事は無理だと思ふと不安になる。多くの介護のパターンを仕事上見ることが多い。自分が介護される側になった時を考え合わせながら考えるようになった。姑を見ていて思いやる気持ちが出てきた(今まではうるさい存在としか感じなかった)。</p>
<p>43歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 4点 充実感 10点</p>	<p>現状では介護に当たるのが私一人なので、家を空ける事(泊りがけ等)ができない。ショートステイを利用したいと思うが、本人が嫌がるので困る。朝一番で出かけ最終で帰ってくる時等、食事の仕度を一日分してから子供に頼む(主人は単身赴任中)。多少ボケが入ってきているので近所に話をし、理解を得て問題にならず済んでいる。夫に何かあった時、この人をおかえ自分の生計をたてる事は無理だと思ふと不安になる。多くの介護のパターンを仕事上見ることが多い。自分が介護される側になった時を考え合わせながら考えるようになった。姑を見ていて思いやる気持ちが出てきた(今まではうるさい存在としか感じなかった)。</p>
<p>52歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 10点 充実感 7点</p>	<p>現在、私は介護度Ⅱの姑を世話して2年半位になります。姑は、身体は健康なのですが、4年位前から少しずつもの忘れが多くなり、近頃は痴呆の症状がひどくて大変です。朝方は比較的状态がよいのですが、午後から夕方、夜間になると徘徊行動が出て家の内・外を頻りに歩きまわっています。この為、私は外出もままならず、家事も落ち着いてできず、常に姑中心の生活パターンに変わってしまいました。最近は嫁の私も誰なのかわからない時もあります。なるべく、介護のストレスを貯めないようにと思っているのですが、これも長男の嫁の宿命でしょうか…。</p>
<p>29歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 5点 充実感 12点</p>	<p>私の場合は子供が4才と1才で育児兼介護をしているので「休む暇がない」と言った感じです。一般的に介護が始まる方々よりは若い年齢なので忙しく動き回るのは問題は無いのですが、子供がまだ小さく、何かと手がかかるので育児と介護が重なった時には気持ちのいらだちが自分でも良くわかります。本人に当たるわけにはいかず、子供に当り散らす事もあつたりします。後で気付いて反省はするのですが、介護がある限り繰り返されるような気がして不安です。もっとしっかりした母親にならなくてはと思ひ続ける今日この頃です。</p>

<p>50歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 15点 孤立感 8点 充実感 12点</p>	<p>ただ今、葉介護2の姑の世話を日中は舅（84才）が中心に、夜は私が中心にしております。姑は持病性肺繊維症で身体障害者1級を交付されています。発病して年一回、4回の入退院を繰り返しております、これからは何回続くかわからないとの医師の言葉です。介護保険の負担額は1/3程しか使っておりませんので、月1万円以内です。ただし、いったん入院となりますと、本人が苦痛を大きな声で訴えますので大部屋では受け入れてもらえない状態で個室となります。そうなりますと大変な負担となり、この先どのくらいかかるか。年金生活者の舅だけでは負担しきれない状態にもなるかと思えます。大部屋では診ていただけない高齢者の患者の事も少し考えていただける介護保険であってほしいと思えます</p>
<p>69歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 8点 孤立感 5点 充実感 9点</p>	<p>年／2回位は夫婦で旅行に行きたいと思う…が行けない。ショートステイを嫌うから…。母の姿を見て、自分の老後を考えてしまうあまり長生きはしたくない。私達の時代にはもっと厳しくなって行くだろう。</p>
<p>50歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 8点 孤立感 9点 充実感 14点</p>	<p>私には3人の息子がいます。長男は大学を出て就職し家を出て県外にいます。三男は中3で高校受験で毎に学校と受験の事で忙しく生活しております。しかし、二男はと申しますと、高校卒業以来家に引きこもってもう6ヶ月になります。昼夜の逆転生活の毎日で、家の中が暗くなっており、母がそれを素直に受け止めてくれているので良かったと思っています。精神的に不安定な時もありましたが、今は少しおちついてます。それもヘルパーさんやお医者さん看護婦さんが家に出入りして下さるおかげと思っています。母の為に来る人々ですが、その出入りが二男の心に風を多少入れて下さっていると感謝しています。当面、二男と母の両方が私の介護の対象です。自立して欲しいことの具体的なものを考えながら生活しています。</p>
<p>56歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 13点 孤立感 3点 充実感 8点</p>	<p>痴呆になって約10年になり、目が離せなくなって約5年になります。今は週4回、デイサービスを受けています。家にいる時はいつも一緒に話が大好きな人なので、辻褄の合わない訳のわからない話に一日中付き合うのは大変です。体は丈夫なので歩く事も多く、家の外に出る時は必ずついて行かなければならないし、家の中にいる時も家の中の物に何でも手をつける。例えば、置時計を持ってくる、生花をぬいてくる、肩かごをガサゴソする等でストレスがたまります。良かったと思う事は家族のやさしさが見えた事、家族みんなが祖母に声をかけ、怒ったり笑ったりお互い労わりの言葉が自然に出るようになった。</p>
<p>69歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 3点 孤立感 0点 充実感 8点</p>	<p>、姑を介護していて多少は苦痛を感じることもありますが、91才となっても頭はしっかりしていて感謝の言葉をよくかけてくれます。嫁としての義務というよりも45年間一緒に暮らした家族として、又尊敬できる先輩だとも思っております。私も3年前に大腸がんになり健康とはいえませんが、家族の助けをかりて、あまり深くは考えずに毎日を暮らしております。今日一日がたのしければしあわせと姑とも話しており、息子夫婦も見倣ってくれたら有難いと思っております。</p>

<p>57歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 4点 孤立感 3点 充実感 10点</p>	<p>夫婦でたまに一泊の旅行に行きたいなと思っても、気軽に世話（2・3日）をしてくれる所があると助かるなと思います（急にといってもない） 若夫婦の負担にならない様気をつけています。車いすを借りても世間体を気にかけ出かける気にならない、といっています。外の景色を見ても楽しいと思うのですが残念。自分の健康には気をつけ、無理はしない。</p>
<p>50歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 6点 孤立感 1点 充実感 10点</p>	<p>仕事をしていないので、とり残されたような気がする。いつまで続くのかわからないので、将来設計ができない不安な面もある。いつも家にいて、同じことの繰り返しなので、自分が早くふけてボケそうな気がする。色々な経験ができたので、これからの人生に活用できる。</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 8点 充実感 10点</p>	<p>長い間のお互いに気をつかって暮らした嫁姑の年月があり、介護が必要になっても、お世話する側もお世話される側も素直になれず1・2年の間は周囲に愚痴っていました。3年目になり、自分の仕事の一部と思い介護がすべてとは思わず自分の時間を作って行動しています。時として、本当にこんな状態で長生きしなくても、と思ってしまう義母につらくあたってしまうことがあります、その後ひどくみじめになります。そんな思いをするのならやさしくすればよいのですが、毎日のこととなると割りきれない部分もあります。このような思いは介護を経験していないとわからないかも知れません。負担に思わないよう行動していますが、自分の時にはお嫁さんにはこんな思いをさせたくないと強く感じています。しかし、誰も老後はどうなるかわからないので、その時のために気をつけて寝たきりにならない努力をしたいと思っています。</p>
<p>48歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 6点 孤立感 3点 充実感 9点</p>	<p>まだ自分の事は自分でできるのでいいですが、これからの事が心配です。ポータブルトイレをかたづける時は少し負担に思います。</p>
<p>63歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 12点 孤立感 6点 充実感 7点</p>	<p>92才の姑を看護して『自分自身の時にはこうしよう』と反面教師として学べる事は、私にとってただ一つ感謝して良い事柄です。毎日看護はしていても私自身自己嫌悪の毎日です。自分の場合には身も心もすっかり看護者にゆだね、感謝の心を表したいと思っています。</p>
<p>53歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 3点 孤立感 12点 充実感 8点</p>	<p>介護される側が体が不自由になった分、口出しが多くなって嫌な思いをしている。「私だけ1人にして!」とか「私だけに言ってくれない」とかの思い込みが激しく、振り回されている。なるべく孤独にしないよう、そばにいてやれるように努力しているつもりでも1日中とか無理な点もあり困っています。それをたまに顔出しに来る娘たちに言うから話はややっこしくなる。初めは良い嫁をやろうと苦しんだが、今は開き直って肩の荷を下ろしている。(結婚した当初は娘にさせてもらおうと努力したが、おじいさんから「嫁はどこまでいっても嫁だ!娘にはならない」と言われたり若い頃の思いもあり、つみ重ねが今まであり、自分たちが年取ったから面倒みてくれとは、あまりにも一方的でどうかと思える。</p>

<p>46歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 6点 孤立感 1点 充実感 11点</p>	<p>力になる事ができ、本人も喜んでいるので良かったと思う。自分の存在感が高められたと思う。</p>
<p>54歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 7点 充実感 7点</p>	<p>私の主人が亡くなり 8 年になります。経済的に仕事をしないと生活が出来ないので、姑（寝たきりです）の介護をしながら続けています。これから先もこの状態で出来るか不安です。姑も私も年を重ねていますので、特別養護老人ホームは申し込んでいます。介護保険制度が始まり多少費用がかかりますが介護して少しは安心が出来ます。60 才迄は私もがんばって働きながら介護をし、その後は自由な時が……、と思うこの頃です。</p>
<p>70歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 11点 孤立感 1点 充実感 9点</p>	<p>まだ介護を始めて 1 ヶ月と少ししか経って居りませんので、負担に感じたりストレスが溜まったりと云う事はありませんがこの状態が長く続いたらどうなるのだろうと思うと不安はあります。家族の理解と協力が介護する方もされる方も不可欠だと思いました。女性が介護者の場合は母性本能が湧いてくるのか相手に対して子供に対する様な気持で接する事が出来ますが（可愛いとさえ思える時があります）、男性の方が介護者になった場合、さぞ大変ではないかなと思います。</p>
<p>58歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 1点 充実感 13点</p>	<p>介護は自分には出来ないこととと思っていましたので、痴呆がどんどん進んで行くうえで本当に大変でした。と同時に父の介護を 3 年前に看取りました。そんな時、かかり付けの医師、又その紹介で訪問看護、デイサービス、ショートステイ等の施設を利用する事ができ、又専門家の助言をききここまでこられました。今も週 1 回の（訪問看護＋ヘルパー）週 1 回の訪問看護、月 2 回の先生の往診、月に 1 週間のショートステイのチームワークがとっても良い方だと心強く感じています。私も週 1 回のパートで働いています。その間に主人ともども趣味の読書、野菜作り、洋裁、パッチワーク、イベントへの出席など出来るだけ今出来る範囲内で楽しみを見つけている今日この頃です。まわりの人達の暖かい支援のおかげだと思っています。</p>
<p>49歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 4点 充実感 11点</p>	<p>私は今会社も辞め、舅姑の介護に当たっています。舅は車イス生活で自分では何も出来ません。時には老人ホームに預けて見てもらい、仕事に出ようと思う事もありますが今まで元気で一生懸命働いた舅が今では自分で自由に動けない姿を見てるとかわいそうで家族の元で見てあげたいなと思っています。でも、私にも不安に思う事があります。家庭で主婦業をしながら介護に当たっていますが私にはこれからお金のいる子供達があります。介護をしていても収入が入ってくる所がないのでこれからの生活が心配です。家庭で介護する人は大変なのに手当もありません。収入がなければ自分の生活もやっていけないので、介護する人にも介護手当を付けてほしい。</p>
<p>39歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 8点 充実感 9点</p>	<p>肉体的よりも精神的につかれてしまう。家族は介護を受けている本人には気づかいをするけど、介護をしている者に対しては思いやりをもってくれないのがつらい。</p>

<p>4 2 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 10点 孤立感 8点 充実感 11点</p>	<p>私は神経症（もともと7～8年前から）なので、何に対してもあれこれと心配してしまいます。神経症のため、目に見えない症状がいろいろ（高血圧、動悸、発熱（37.0℃位）、その他）あります。なので、介護が負担に感じる事が多いと思います。それに親戚や近所の方たちに母の本当の症状がわかってもらえない事がつらいです。本人はプライドもあるので人が見えたととてもしっかりします。健康の人でも家族と外ではちがいますが、とくにちがうのでつらいです。私の気持ちが前向きになれる事を願います。</p>
<p>5 6 歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 8点 孤立感 7点 充実感 6点</p>	<p>やがては自分も老いていく様を近くで見る事により、行く先老いた時に自分はこうありたいと思う事が考えられる事、又私自身の両親を見てあげられない点で主人の母を見る事により心のすみで少しは親孝行しているのかなと思っている事。しかし、最近耳も遠くなり年寄りのいやな面ばかり、頑固で自分の事ばかり、少しは外に出て人と接することで、また生きる喜びを知るのにとデイケア等を勧めるが、家の中にばかりかじりつき自分は世界一不幸せと決めつけ、話が始めると病気の事や昔の事、ぐちばかりと最近では話をするのもいやになっている始末。気持ちではもっと話してあげて外に散歩にも連れ出してと考えているのですが、本人を前にすると出来なくなっている状態です。これから先、この状態が何時迄続くのかとても不安です。</p>
<p>5 3 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 7点 孤立感 6点 充実感 11点</p>	<p>性格的に常に自分中心の人ですので、入院するといつも大騒ぎです。 回りに他の人達がいてもおかまいなしに無理と言ったり、ベッドの横に付き添いの人の顔が見えないと夜中の2時3時でも看護婦さんを困らせ、家まで電話がかかってくるなど家族中ノイローゼ気味でしたが、治療のおかげでずい分落ち着きました。又、今は介護サービスも受け、デイサービスにも参加させていただき、いろいろな人達が声をかけ合ってくれるので気分的にも明るくなったようです（——本人はもちろんの事、私自身も）。前のままだったら、姑と2人でどうやって過ごそうと不安でしたが、今は全然不安はありません。これくらいの介護は当たり前と思えるようになりました。</p>
<p>5 1 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 0点 充実感 9点</p>	<p>母は脳梗塞の為、この2～3年言葉もあまり発せず寝たきり状態になってきています。排泄もおむつになり、右手が不自由なため食事自分では出来ません。日々弱っていく姿を見るとつらいものを感じます。</p>
<p>4 3 歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 5点 孤立感 1点 充実感 2点</p>	<p>本人が病気になってから介護を始めるにあたって、同居していたからこそ介護が出来たと思う。健康な時の生活や食事などわかっているからよかったと思う。別居していて、介護が必要になったから同居しようとしても何もわからない（食事・生活面）から、ものすご～～く大変だと思う。健康な時にお互いに助け合ったという昔の思い出がでてきて、「あ～、おじいちゃんも年を取ったんだな！」と思いながら接しています。子供達にも年を取るといいう事がどういう事なのかよくわかると思います</p>

D その他の続柄の高齢者を介護している家族介護者の自由回答

<p>26歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 3点 孤立感 1点 充実感 12点</p>	<p>尿取りパットを使用しているのですが、本人が使いづらい様です。裏と表の色がほとんど同じでよく間違えます。また、テープもはがすのが大変です。パットを当てる時の中ごしの姿勢がうまくとれずに結局パットが折れたままパンツをはいてしまっています。老人用の物であるのに老人には使いにくく1人できちんと当てられません。パンツ型のおむつを使用させようか、でもそれではトイレに自分で行かなくなってしまうのでは？と不安です。結局毎日パットをしているのにもらしてしまっています。企業がもう少し考えてくれればと思います。</p>
<p>36歳女性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 6点 充実感 11点</p>	<p>私の父母は別居。そのあと父は入院し、今は介護病院にいます。私が介護しているのは父の親（祖母）です。父は5人兄弟で、皆元気に市内で暮らしています。祖母が、具合が悪くなった頃は見に来てくれる事もありましたが、今ではほとんど子供達はくることもなく、どうして誰も世話してくれないかと思いました。具合が悪くなった頃に、4ヶ月の赤ちゃんがいて、赤ちゃんをだっこして体調の悪い祖母を病院に連れて行っただので、身体も精神的にもつかれた感じでした。祖母は気が強く、なかなか私の言うことは聞いてくれなかったし…。でも今は、子供はたよれない事がわかったのか、だいたいは私の言うことを聞き“私だけが頼り”みたいなところがあり、また少し負担を感じています。もう少し祖母の子供達にも協力してほしい。介護は大変だけど、自分の子供達に私と主人の行動を見せることも子供の成長につながるのでは、と思います。</p>
<p>93歳男性 要介護者痴呆無</p> <p>制約感 9点 孤立感 8点 充実感 12点</p>	<p>介護サービスを受ける様になってから友達が出来て少し明るくなった様に思います。介護前よりは大変変わりました。よかったと思って居ります。</p>
<p>76歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 15点 孤立感 8点 充実感 10点</p>	<p>介護者である私（＝姉）が、20年程前から血圧不安定（上196～下96）になっています。年に2～3回はなります。これには妹を月2回病院（デイケア・精神科）に同伴で連れて行きます。日曜毎の送迎バスも有料。障害年金は6万円。その中から月々7000円を支払います。生活する上で困難です。宜しくお願い致します。</p>
<p>51歳女性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 9点 孤立感 8点 充実感 13点</p>	<p>おばの世話をしているということで同居している。自分の両親が気を使ったりするのがかわいそうな気がする。両親ともおばよりも年上なのに頑張って自分の事は自分でしてくれている。いくらお世話しても本人の意識が前向きでない為むなしく感じる。</p>
<p>68歳男性 要介護者痴呆有</p> <p>制約感 1点 孤立感 3点 充実感 13点</p>	<p>隣家で当人は1人で生活している為、掃除洗濯入浴料理は全くしませんが、排泄や衣服の着脱はできますから大変有難いと思って感謝しています。そして制度としての援助、個人としてのお手伝いさんの手助けも得ています。</p>