



Smile

# ケアケア通信

【Vol.8】

発行人:スマイル☆ケアケア事務局

発行日:令和2年9月11日



インタビュー

## 元気だった家族が突然病気になつたらあなたはどうする？Mさんインタビュー！(前編)

様々なケアラーにお話を伺いしてきたこのインタビュー企画ですが、今回は病気のお子さんのケアをしながら仕事をされてきたMさんに、これまでのお話、そしてこれからのお話を伺いました！

誰にとっても、突然家族が病気になるという事態は他人事ではありません。家族の病気に直面するケアラーには、どのようなことが起きるのでしょうか。

Mさん：女性

お二人の子どもを育てながら

教職員として勤務

お子さんの突然の発病



ケ：どんなケアをして来られたのですか？

子どもを育てながら教職員の仕事をしてきました。

とてもやりがいと責任を持って取り組んできた仕事でしたが、長男が高校1年生の時に病気を発症し、日常的にケアが必要になりました。あんなに元気だった子が突然病気になるとは信じられず、また元に戻るはずだと信じて治療に取り組みましたが、今でも長男は完全に治癒はしていません。

**病気と付き合いながら生活しなければならない現実**を受け入れるのに、私自身も、とても時間もエネルギーも必要になりました。

やっと病気のことを受け入れてからも、**病気の子どもや親に対する支援が少ない現実**に、二重のショックを受けました。病気でありながら仕事をすること、患者や家族が経済的に自立すること、普通に社会で暮らしていくということに、**社会の理解が圧倒的に足りない**と感じていました。

疾患に対する正しい理解や教育がなされていなかったからだと思います。次男も長男の病気によって**生活がガラッと変わった**と思います。

ケ：Mさん自身も傷つく中で、ケアをしながらお仕事を続けられたのですね…

正直、何かを振り返るような余裕なんてありませんでした。一生懸命仕事をして、家事もほとんど私がやっていたので、教師の仕事が特に忙しくなる年度末は、ほとんど眠ることもできないような日々でした。

でも**仕事があつたことで、アイデンティティを保つことができたし、自分を守っていた**のかもしれません。病気の治療は、何をしたらいいのか、明確にはわからないこともあります。仕事をしていかなかったら、病気や子どものことばかり考えて、**つぶれてしまっていた**かもしれません。

ケ：仕事によって助けられたことも、大変だったこともあるんですね。

子どものケアをしながら仕事をするのが大変だったのは、教職員という仕事が、それだけ難しく、やりがいがあり、重要なものだったからということもあります。教職員は、単に知識を教えるだけではなく、長い時間を一緒に過ごすことで人格形成にも関わりますから、自分自身の心身もよくメンテナンスをして、100%の状態で向き合わなければならないと思って取り組んできました。

一方、自分の子どもや病気に100%をかけるということも、仕事に100%をかけることも、できませんでした。「**どうにか折り合いをつける**」しかできないというのも、現実の一つです。

\*\*\*\*\*

後半では、**病気をしながら自立や生活を実現する**ためにMさんが取り組んでこられたこと、私たちへの**メッセージ**を掲載します。下記コラムでご紹介しているIPSは、実はMさんに教えていただいたお取り組みです。困難を乗り越えるための重要なヒント、ぜひ次号（10/11発行予定）もお読みください！

### コラム

## IPS（個別就労支援プログラム）とは？

IPS (Individual Placement and Support)をご存じですか？これは精神疾患経験者がスムーズに就労するために米国で1990年前半に開発された**就労支援モデル**です。「**元気になって働くのではなく、働きながら元気になる**」という考え方に基づいています。特長を下記にまとめました。

- ◇訓練してから働くのではなく、職場で短時間から出来そうな仕事にチャレンジする
- ◇超短時間雇用でもOK
- ◇本人の強み、興味、関心を重視した仕事探し
- ◇働き方も多様で自宅での勤務もOK！→雇用先に交渉
- ◇就労後もキャリア形成支援を継続的に行う



本人が**技能や興味・選択**に基づき仕事をしていくことで、自立度が高まり、自尊心が高くなり、症状に対する理解も深まりそれにに対応し、生活全般に満足感が高くなるとの報告がありました。そもそも精神疾患経験者の就労支援は、リカバリー（病気や思いがけない出来事で夢や希望を失った人の**人生の再構築**）を目的としているのでその目的にも合致しています。今日本では、**病後のリワーク、発達において困難を伴う人**などにも支援が広がっています。その人の得意なことに目を向け、そこからまずはやってみて、その結果から学んで修正していく。また一人ひとり違う多様な私たちが、**自分の得意なことや本来持っている力を發揮し、それをパートでつないで行けたら、全ての人々が満たされる幸せな社会が創れそうですね！**

### 琵琶湖から生中継！

### イベント

## お月見サロン《無料オンライン》



～ケアをしている皆さまとつながる企画です！～

『月に願いを☆』と題して、**お月見サロンを開催します**！トークテーマは、『**コロナとケア**』。

新型コロナウィルス感染症により、ケアされる人もケアをする人も、いろいろな**変化や気づき**があったと思います。

バーチャル琵琶湖にみんなでGO TO！お月見をしながら、日々を振り返り、**ゆる～く、お話をしませんか？**ぜひ、お月見団子やお茶など、お好きなものを各自お持ちください。イベント大好きなケアケアメンバー一同、心よりお待ちしております！



◆開催日：2020年**10月2日（金）**

◆開催時間：**19:00～21:00** ※途中参加・途中退出可

◆人 数：**10名**（先着順） ◆参加費：**無料**

◆テーマトーク：**『コロナとケア』**

非接触・非対面で変わったこと・気づいたこと・家族に会えない・家族だけで過ごす、ということ等

◆申込：**Peatix** で参加チケットを入手してください

<https://peatix.com/event/1630818>



### 編集後記 皆さま、今月のケアケア通信はいかがでしたでしょうか？

記録的猛暑に最強台風にコロナ…息をつく間も無く、トラブルがやってくる今年の夏でしたね。多少のことなどは、泣いて笑って助け合いで乗り越えていくスタイルのケアケア編集部。たまにはメンバーも切羽詰まってしまうこともあります、我らの秘訣の「スマイル」にいつも救われています。秋のお月見サロンでもこの特製スマイル（？）を大盤振る舞いの予定ですのでぜひお寄りください＾＾（ケアケア通信編集部）

次号は、10月11日発行です。お楽しみに～(^\_^)/

【連絡先】スマイル☆ケアケア事務局 Email: smilecarecare@gmail.com