

### 男女共同参画推進セミナー「定年後、10万時間の生かし方」を開催しました

平成25年12月14日(土)に、「定年後、10万時間の生かし方」をテーマとして、コピーライターの上鶴瀬孝志氏を講師に迎え、男女共同参画推進セミナーを行いました。

定年後から新たな家族関係が始まること、友だちの大切さ、夫・妻の思いの相違、好奇心をもち外に出ることなど、定年後60歳からの自由時間＝10万時間を有意義に過ごすための考え方やヒントについて、事例を交えながら、わかりやすくお話いただきました。



#### セミナー参加者の声

- ・定年後の生活を考える機会になりました。(男性、50代)
- ・定年後夫婦のあり方、”相互の思い”方の違いが実感できたことは大変参考になりました。(男性、60代)
- ・これからの10万時間を大切に、夫婦関係をきずいていきたいと思う。(女性、60代)
- ・友達は”値”年金。定年退職はしてしまったが、何かのきっかけで自分と気の合う友達を作りたいと思う。(女性、60代)

#### DV(ドメスティック・バイオレンス)の相談窓口～ひとりで悩んでいませんか?～

配偶者や恋人からの暴力で悩んでいませんか?ひとりで悩まず、困ったときには次の窓口をご利用ください。

- 内閣府男女共同参画局 <DV相談ナビ>  
0570-0-55210(全国共通・24時間)  
お近くの相談窓口を自動音声でご案内します。
- 愛知県女性相談センター<女性悩みごと電話相談>詳しくはホームページをご覧ください。  
※電話相談 052-962-2527  
(月～金曜日 午前9時～午後9時、土・日曜日 午前9時～午後4時、祝日、年末年始は休み)  
※面談相談  
電話相談の後、必要に応じて女性相談員が行きます。  
(火～日曜日 午前9時～午後5時(水曜日は午後8時30分まで)、月曜日、祝日、年末年始は休み)
- 一宮市<女性悩みごと相談>詳しくはホームページをご覧ください。  
0586-28-9149 一宮庁舎1階 子育て支援課  
(月～金曜日 午前10時～午後4時30分、土・日曜日、祝日、年末年始は休み)

**弁護士法人 公園通法律事務所**  
http://www.park-lc.com  
愛知県弁護士会所属

弁護士 瀧 康暢 弁護士 鈴木 含美  
弁護士 武川 真弓 弁護士 丹羽加奈絵  
弁護士 中島 万里 弁護士 水野 ゆみ

法律相談は要電話予約  
相談料1回5,000円(税別) TEL 0586-26-6266

この「いーぶん」ご持参の方  
初回相談無料

一宮市公園通3-30-6  
(一宮裁判所交差点すぐ)

離婚・DV・養育費・相続・交通事故

編集協力者/岡西 美子、横井 秀子、吉田 和江、伊藤 孝司、岩田 宏美  
編集・イラスト協力者/後藤 明美  
編集・発行/一宮市企画部企画政策課  
〒491-8501 一宮市本町2-5-6  
TEL 0586-28-8952  
FAX 0586-73-9128  
eメールアドレス kikakuseisaku@city.ichinomiya.lg.jp  
ホームページアドレス http://www.city.ichinomiya.aichi.jp/  
\*企画政策課のホームページでは、「いーぶん」のバックナンバーがご覧いただけます。  
\*「いーぶん」は一宮庁舎などで配布しています。  
配布場所については、企画政策課までお問い合わせください。

「いーぶん」に対する、ご意見等をお寄せください。

\*広告の内容に関する問い合わせは、直接広告主をお願いします。

「いーぶん」は再生紙を使用しています。

# いーぶん

● 素敵なパートナーになるために ●

第30号

平成26(2014)年3月

## 特集

### 介護ってだれの役割?



家族に介護を必要とする人ができたとき、あなたはどうしますか?  
仕事は?家事は?介護はだれがするの?急速に進む高齢化社会において、介護は性別に関係なく、だれもが関わらなくてはならない問題になってきました。  
今回の「いーぶん」第30号では、「介護ってだれの役割?」を特集します。  
介護を通して男女共同参画を考えてみませんか。

応援しています。東北!



# 介護ってだれの役割？

1月1日現在、一宮市の人口は、386,591人。そのうち、65歳以上の人口は、91,729人で、高齢化率は23.7%、市民の約4人に1人は高齢者ということになります。今後も、高齢化がすすみ、介護や支援を必要とする高齢者が増え、団塊の世代が75歳となる約10年後には、「大介護時代」を迎えます。今は自分には関係ないと思っている人も、決して他人事ではありません。男女がともに介護に向き合って協力していくには、どうすればよいか考えてみましょう。



## 介護はだれがしている？

「男は仕事、女は家庭」という固定的な考え方が根強く残っています。家事や介護は女性の仕事と決めつけられることで、多くの女性は、子育てと仕事を両立しながら介護も担っています。

厚生労働省の「平成22年国民生活基礎調査」によると、介護を必要とする場合の主な介護者は同居家族です。同居家族の内訳は、「配偶者」が最も多く、全体の約4分の1を占めています。同居家族の主な介護者の約7割は女性で、介護の担い手は圧倒的に女性であることがわかります。

また、年齢で見ると、男女ともに60歳以上が約6割にのぼり、介護する側、される側の両方が高齢者である「老老介護」も深刻な問題になっています。

女性が介護の中心的役割を担いがちですが、ひとりで抱えるには負担が

大きく、限界があります。少子高齢化、核家族化など社会環境の変化に伴って、性別に関係なくだれもが介護に関わらなくてはならない状況になってきています。



## ■ 介護経験をお聴きしました

年老いた両親の介護、世話を仕事もあり、途方に暮れた日々を思い出します。脳梗塞で義父が倒れ、検査、治療、リハビリ、転院が続き、その頃から義母の認知症がひどくなり、嫁である私のことしか分からなくなりました。夫や家族の協力もなく、介護は私にまかせきりで、泣きたくなるような日々が何年か続き、二人とも旅立っていきました。出口の見えないトンネルのような日々の中で気づいたことは、介護をされる側も辛いということです。介護をされる親達の悲しさやせつなさで一杯の表情が忘れられません。

介護はひとりではできません。行政の介護サービスを利用することで助けられました。事前にサービスや相談先をもっと知っていたらよかったと思いました。助けてもらえる人がいないのは辛いです。みんなで協力し、支えあうことが大切だと実感しました。

介護は、いろいろな状況があり様々なケースがあって一言で説明することは無理ですが、他人事ではなく、前もって知識や情報に耳を傾けておくべきです。  
(女性、60代)



## 男性による介護が増えている

介護は妻や嫁の仕事とされてきましたが、少子高齢化が進むとともに家族形態の変化から、男性も妻や親の介護に関わらなくてはならない状況になってきています。男性介護者は、全国で200万人を超え、このうち、働きながら介護をしている人が約6割を占めています。家族介護者でみると、3人に1人が男性となっています。

仕事を抱えながらの介護は負担が大きく、介護を理由とする離職や転職のケースも多くなっています。総務省の「平成24年就業構造基本調査」によると、介護のために離職した人は、平成23年10月～24年9月までの1年間で約101,000人にのぼっています。介護に関する制度やサービスを利用し、いかに介護と仕事を両立するかが重要です。



## 介護に向き合う

介護は誰にでも起こりうることです。人によって状況は様々で、新たに介護が生活の中に加わることで、今までの暮らしが一変するかもしれません。いざというとき困らないために、介護に対する心構えと今できることを考えてみましょう。

### ● 意識を変える

介護は男女がともに協力して行うものとする。家事をみんなで分担する。

### ● 情報収集をする

日頃から介護について関心を持ち、介護サービスや介護休暇等、利用できることについて知っておく。地域の相談・情報支援を行う機関を確かめる。

### ● 家族関係を良好にしておく

普段から家族との対話を心がけ、コミュニケーションをはかる。

### ● ひとりで抱え込まない

家族や地域の助けを借りる。周りの人に悩みを相談する。



介護は、女性も男性も、ともに考え、ともに取り組んでいくべき問題です。「家事や介護は女性の役割」という意識を変えて、男性も積極的に家事や介護に関わることで、お互いの負担を理解し軽減することが大切です。介護をひとりで行うのは、非常に大変です。介護保険制度によるサービスや介護休暇などを利用したり、周りの人や地域の助けを借りたりして、ひとりで背負い込まないようにする必要があります。

男性も、女性も、一人ひとりが家事や介護に関わり、お互いに支え合うことで、だれもが自分らしく生きられる社会の実現につながっていきます。

みんなで一緒に協力して介護はもちろん、様々なことを行う意識を持ちませんか。