

5 自分が介護者・要介護者になったら

高齢社会といわれて久しい日本。65歳以上の高齢者の割合は2035年には3人に1人、2060年には2.5人に1人になると予測されています。

このような中で、誰もが高齢の家族の介護に関わる可能性があります。もし、あなたが介護者になったらどうしますか。また、高齢で要介護者になり家族の世話を受けるようになったら、どうしますか。

ワーク 1

ペアを作って介護者と要介護者の立場を考えてみましょう。 ワークシート（別紙）

- (1) 1回目の自分の役割に○をつけ、その立場における生活へのこだわり(大切にしていること)を挙げる。
- (2) 生活項目に対して自分のこだわりを挙げていく。
- (3) ペアで意見を交換する。お互いに相手の欄に交換した意見を書き込んでいく。
- (4) 役割を交換して(1)～(3)(2回目)を行う。

ワーク 2

- (1) 介護者と要介護者の両方の立場になって感じたこと、また意見交換をして感じたことを書きましょう。

- (2) (1)についてグループでの意見交換を通して、気づいたことや考えたことを書きましょう。

ワーク 3

- (1) ワーク1、2を通して、介護者と要介護者の人権を守るためにはどのようなことが大事だと思いますか。思ったことを書きましょう。

- (2) (1)についてグループでの意見交換を通して、気づいたことや考えたことを書きましょう。

■ ワークシート（別紙）

自分の役割に ○をつける→		1回目		2回目	
		介護者	要介護者	介護者	要介護者
生活への こだわり		(例) 仕事は続けたい	(例) おしゃれも したい		
生活 項目	起 床 就 寝	(例) 毎日同じ時間 がいい	(例) たまには寝坊 したい		
	食 事	(例) 介護食のサー ビスを利用してほ しい	(例) 手作りのご飯 が食べたい		
	排 泄	(例) 夜はおむつを 利用してほしい	(例) トイレを利用し たい		
	入 浴	(例) 冬場は一日おき にしてほしい	(例) 毎日入浴したい		
	身支度	(例) 日々の服装をパ ターン化してほしい	(例) 毎日の服装をそ の日の気分で決めたい		

解説 5 自分が介護者・要介護者になったら

1 ねらい

人権の尊重とは自他の人権を正しく理解し、相互に尊重し合うこと。つまり「自分の大切さとともに他の人の大切さを認めること」である。自分らしさや、相手のその人らしさを相互に尊重し合うことが重要である。人権が侵害されるということは、それが否定されることである。介護が必要になったとしても、「その人らしさ」は保たれていなければならない。しかし要介護者の立場は一般的に受け身であり、介護者の一方的な都合で「その人らしさ」が保たれなくなることもあるだろう。このワークでは要介護者の立場を考え、要介護者である高齢者の「その人らしさ」を保つ＝人権を尊重するにはどうしたらよいかを考えさせたい。

その一方で、介護の現場では介護者の身体的・精神的負担も問題になっている。介護を一人で抱え込むことによって心身ともに疲労し、介護者の人権を損なう恐れもある。そこで介護者の立場も想像し、介護者・要介護者双方の人権を尊重するにはどうしたらよいかについて理解を深めさせたい。

2 進め方

展開例（50分 ペアと3～4人のグループを作る）

学習活動	指導上の留意点
1 導入 (3分) ① 高齢社会の概要を理解する。	○ ワークシート冒頭の説明文や解説(1)を読み上げるなどし、高齢社会の概要について説明する。
2 ワーク1 (23分) ① ペアで介護者と要介護者の役割を決める。(1) ② それぞれの立場で生活へのこだわりと、各生活項目へのこだわりを挙げていく。(2) ③ ペアで意見交換をし、相手の意見を自分のワークシートにそれぞれ書き込んでいく。(3) ④ 役割を交換し、②、③を再度行う。(4)	○ こだわりとは「『自分らしさ』を保つために大切にしていること」とであると伝える。現在の自分のこだわりを参考に、介護者・要介護者になったときに「自分らしさを保つ」ための生活全般及び各種生活項目へのこだわりを挙げるよう伝える。
3 ワーク2 (7分) ① ワーク1を行って感じたことを書く。(1)	

- ② (1)についてグループ内で意見交換を行い、その中で気づいたことや感じたことを書く。(2)

4 ワーク3 (17分)

- ① 高齢者の人権を守るために大事なものはどのようなことかを考える。(1)
- ② (1)についてグループで意見交換を行い、その中で気づいたことや感じたことを書く。(2)
- ③ (1)(2)について、グループ内で話し合った内容を発表する。

- 人権の尊重とは「その人らしさ」が保たれているということであり、「その人らしさ」を保つためには相手の気持ちに寄り添って考えたり、配慮したりすること、またそれをお互いに尊重することが大切であると伝える。

3 解説

(1) 高齢化の現状と将来

平成26(2014)年の統計では、日本の65歳以上の高齢者人口は過去最高の3,300万人(前年3,190万人)となり、高齢化率(総人口に対して65歳以上の高齢者人口が占める割合)も26.0%(前年25.1%)と過去最高となった。今後は、総人口が減少を続ける一方で、日本の65歳以上の高齢者人口は2060年には国民の約2.5人に1人になると見込まれている。このような状況下では家族の介護を経験する可能性は誰にでもあるといえる。

(2) こだわり

「こだわり」→「こだわる」は「ちょっとしたことにとらわれる。拘泥する。元来は良い意味ではない。近頃は特別の思い入れがあることも言う」とある。(「岩波国語辞典 第六版」より)

ここでは「こだわり(る)」の良い方の意味に着目し、各個人が「『その人らしさ』を保つために大切にしたいと思うこと」と考え、「こだわり」を持つことをそれぞれの個性と捉えた。個性は「その人らしさ」であり、これを尊重することが人権を尊重することである。介護者、要介護者がお互いに「その人らしさ」を尊重するために、個々の「こだわり」を理解し歩み寄りながら生活することが重要である。

〈引用文献〉「岩波国語辞典 第六版」 岩波書店 (平成16年2月)

〈参考資料〉「平成27年度版 高齢社会白書(全体版)」 内閣府ウェブサイト