



# 空間 NPO 会報

第66号  
2019年7月

発行 特定非営利活動法人 女の空間NPO  
〒153-0061 東京都目黒区中目黒1-4-18-401  
TEL&FAX 03-3711-5054  
発行人 長沖暁子

office@space-for-women.org  
http://www.space-for-women.org



## 定例会

- 8月 4日(日) 13:30~16:00
- 9月 8日(日) 13:30~16:00
- 10月6日(日) 13:30~16:00

\*日時が変更となることもありますので、ご出席の方は直前にお確かめください。



## おしゃべり会

- 7月28日(日)13:30~16:00  
「女性監督の映画を観て話そう Part 6」

- 8月 (休み)

- 9月29日(日)13:30~16:00  
「リソース・エンパワメント・ネットワークRENのやってきたこと」

話し手：山中いづみさん

- 10月14日 (月・休)  
13:30~16:00  
「女性監督の映画を観て話そう Part 7」



## 女の空間カフェ

第2月曜日 14:00~21:00

- 8月 (休み)
- 9月 9日 14:00~21:00
- 10月14日 16:00~21:00

\*10月の時間帯が不規則のため、ご注意ください。

\*会場:女の空間NPO事務所

\*予約は必要ありませんが、初めていらっしゃる方はメールでご連絡願います。

office@space-for-women.org

\*詳細は最終ページ、またはwebサイトをご参照ください。

http://www.space-for-women.org

## ちょっとした期待

秋谷 楓

不満や愚痴だらけの日々で、#MeTOOや#KuTOO などといったツイッタ一の拡散はまさに「個人的なことは政治的な事」というお手本のようなできごとで感慨深いことです。「#保育園落ちた・・・」から待機児童の問題も可視化され、「パタハラ」ということばもできるほど、ハラスメントに対して敏感な人々が増えました。今年度は医学部受験生の合格率が、問題になった順天堂大や東京医大など10校では、女子が男子を上回る合格率になったなど、少しずつでも差別が明らかになって、前へ進んでいる感があります。(問題にならなかった大学全体の合格率では、まだ有意の差があるというのだから根は深いですが)。東大の入学式で上野千鶴子さんが「フェミニズムは弱者が弱者のまま尊重されることを求める思想です」などと祝辞を述べたことも驚きの一つでもありました。

ところで、さらに女性の地位向上を加速させるために、イコール自分たち自身が暮らしやすい環境にするために、私たちは何をしたら良いでしょう。6月8日に日本学術会議の公開シンポジウムで、企業、教育、医療、メディアの分野での女性の採用についての話を聞きました。そこで、仕事をいている女性たちが、それぞれの職場で、今までのおやじ文化や思想に過度に適應しようと努力している状態にあるという発言がありました。たとえば「外科医は長時間の手術に体力が必要」とか「新聞記者は夜討ち朝駆け」などといわれますが、疲れた医者や記者の手術は患者さんをむしろ危険にさらしているわけですし、戦争の現場などにいち早くかけつけることが記者にとって必要なことかというわけです。私たちは私たちの女の勘や感性をもっと大事にしたいのだと思うのです。それは経験に裏打ちされているはずだから。疲れたら休もう。できないことは無理しないで、助けを借りよう。弱音を吐こう。怪しいと感じたらその勘を信じ、その場をはなれよう。そう声をかけあいましょう。遠慮せず、忖度せず、後ろめたく思うことなく発言しましょう。もちろん不快なことに怒ることも。グローバル化より日本の身の丈にあった、格差と差別のない一つの居場所、おしゃべりする場所があれば良いのです。「勇気をだして」カミングアウトしなくても、普通に多様性を認めあう社会の構造を身の回りから作りましょう。きっと「自信過剰でナルシストでカリスマ系」のおじさんが大量に退場したあとは、良い時代になると期待して。



## 定年後の思いがけない展開

(3ヶ月経過中間報告)

今春、3月末日をもって定年退職した。2018年4月号の会報に「定年退職ジャスト1年前」を書いた時には全く想像もしていなかった状況になっている。が、自分で決めたことに現時点で後悔はしていない。むしろこの状況を面白がっている自分を発見して驚いている。ヒマを持って余してなんてとんでもない。時間とエネルギーが足りない。あれ？これって退職前と同じではないか！

2019年1月号会報の編集後記に、いつも玄関から出て見送ってくれた母が、それができなくなった旨を書いたのが1月5日。その直後8日の夜だった。仕事中に弟から母が救急車で病院に運ばれたと連絡が入った。

夕方暗くなって家に戻った父が、灯りがついていないことを不審に思い、母を探したがどこにもいない。どこかに倒れているかと家の周囲を探してもみつからない。すぐに弟に電話を入れ、職場から駆けつけた弟が家の周囲を探したところ、段々畑に降りる階段下で右手右足が池に浸かり、敷石の上で頭が血まみれになって仰向けに倒れている母を発見したというのだ。階段の上にはざると鎌とサンダルが片方あったというから、バランスを失って転げ落ちたらしい。それでも意識は失っていなかった。

そんなわけで急遽帰省した。(1月号の発送作業をドタキャンしてごめんなさい)その後、2月の半ばに状態が悪化したという連絡が入り、喪服を持って再び帰省した。母は私のことも妹のことも解らなくなっていた。その後3月末までは入試、卒業式と席をはずせない仕事が続く。卒業式に卒業生の担任がいけないのではシャレにならない。葬式と卒業式どっちを採ると問われたら、私は卒業式を採らせてもらおうと腹をくくった。病室を去る時、会うのはこれで最後かと覚悟を決め、声には出さずに別れを告げて横浜に戻った。代わりに度々帰ってくれた妹夫婦に心から感謝している。

母は現在も生きている。定年退職の最終日まできっちり仕事をさせてくれたのだから、後はもういいや！このお礼は返さないかね。4月5日、状況を把握するため実家に戻った。翌週、主治医から父と私たちきょうだい3人に説明があった。脳挫傷で、頭蓋硬膜下に血がたまっている。他に脳内にも数ヶ所出血があり、このままりハビリを続けてもこれ以上の回復は望めないとのこと。母はずっとウチに帰りたいとせがんで父を困らせていた。だったら自宅に連れて帰ろう。信州の遅い春は花が一斉に咲く。母が長年育ててきた花を見せたい。ターシャの庭とは様式が違うけれど、祖母、母と受け継がれてきた花畑に遜色は無いと勝手に思っている。延命措置は一切しない。私たちはそう決めた。

翌日から新しい経験が待っていた。へえ～、そうなってるの！の連続。実家のある長野県飯田市では在宅介護に対する支援システムが予想外に進んでいた。裏返せば地域の高齢化が進み、行政として在宅介護を進めざるを得ないという実情が背景にあるのだろう。4月27日付信濃毎日新聞は、県最南部の飯田・下伊那地域では全国でもトップクラスの高齢化率50%を超える自治体が複数あることを伝えている。

明日から在宅介護に向けた訓練を始めませんか？あ、お願いします。毎日2時間病院で母を相手におむつ交換、食事介助、ベッドから車椅子への移動、体位交換等々、担当の看護師や理学療法士、栄養士などから、実習を受けた。病室には自宅で使う車椅子がすでに届けられていた。そして病院の相談員と今後母に関わるケアマネを始めとした福祉・医療関係者が一同に集まり、ケース会議が開かれた。

思えば17年ほど前、当時勤務していた高校で高卒求人急減期を経験した。その中で介護関係の求人は減っていないことに気づいた私たちは、卒業までにホームヘルパー2級の資格が取れるカリキュラムを立ち上げた。時間割を組んでみたら、私が社会福祉基礎を担当すると他教員の持ち

時間の収まりが最もよくなることが判った。自ら望んだわけでは無いが、こうして2年間社会福祉基礎を担当するハメになった。校長は実技指導をしてくれる非常勤講師を確保して応援してくれた。まさか15年後、自分が当事者となってこの経験が役立つとは。ケース会議で飛び交っている用語や内容が理解できるのだ！

後日担当者による自宅調査があり、介護ベッドをどの部屋に置くか、どこから搬入するか、車椅子での屋外への出入り方法など在宅療養に向けた支援が進められた。実家は古い養蚕農家である。幅4尺の広縁とそれに面した部屋に壁はほとんど無い。引き戸は各4枚両開き、外せばどこからでも出入りできる究極のバリアフリー構造。ケアマネさんが連絡してくれた2時間後には介護ベッドが設置された。アマゾンより早いぜ！

4月26日、母の86歳の誕生日に退院した。エレベーターに乗る母を、ナースステーションにいたスタッフが全員立ち上がって見送ってくれた。その時の母の笑顔といったら。ビデオで撮っておけばよかった。本来の利き手ではない左手が少し動く以外は全介助を要する要介護5に認定された母のもとには、退院翌朝からホームヘルパーさんが毎日朝と午後におむつ交換に訪れてくれる。月・木は入浴を主な目的にデイサービスへ。火・金は訪問看護、隔週で医師が訪問と毎日誰かが来てくれる体制を整えてくれた。緊急時には24時間看護師または医師が駆けつけてくれる。そして月に一度私が2泊3日で横浜に戻る際にはショートステイも利用できる。しかも飯田市からは新宿往復の運賃と同額の補助金が支給される。そうか！発想を転換すればいいのだ。出かけられないなら自宅に来てもらえばいいんだ。連絡したらこの夏は横浜の友人たちも拙宅を訪れてくれるという。

しかも経済面では、私自身の収入はほとんどゼロになったが、生活費もほぼゼロになり、当初の予定より黒字に転換した。母にかかる費用は私と妹で母の預貯金を洗い出し、母のお金なのだから

母のために使い切ることにした。会計担当は私（当然のことながら毎月末に会計報告を出す）今年度予算は300万円と見込んだ。遺産など最初から当てにしていけないし、残さなくて結構である。

あつと言う間の3ヶ月だった。これ以上の回復が望めないということは、退院時の状態が維持できれば満点ということになる。ならば現在の状態は120点と評価したい。なぜなら明らかに向上が認められるからだ。先日など自力で車椅子からベッドへ移ると言ってきた。やってもらおうじゃないの。ベッドと車椅子の座面を同じ高さにしておいて柵をはずした。母はマット運動の飛び込み前転のように上半身だけベッドに突っ伏した。が、下半身は動かない。しばらくそのままの姿勢でもがいたあげく、ギブアップして救助要請。ここで初めて私は手を貸す。母がどんな反応を示すか面白くて仕方がない。

そして現在私が目にしている母の姿は、25年後の私かもしれない。私もできる限り最期まで在宅でと願う。延命措置も御免だ。しかし母との決定的な違いは子どもがいないこと。もっとも子どもがいても一緒にいて、かつ世話ができるとは限らない。私だって昨年だったらこんなことはできなかった。たまたま定年退職と重なったから実行できたに過ぎない。私は幸運だった。そしてやむなく定年まで数年を残して介護離職していく同僚たちを何人も見てきた。だから高い費用を払ってまで施設への入所を希望する人が多いのだ。飯田市内のある施設は30人待ちと聞いた。

問題はここにある。在宅で一人で最期までいられるか？母のようにはいかない。どうすればいい？今から何をどのように準備すればいい？余命なんかわからない。そもそも正しく判断がいつまでできる？誰か一人に頼るには負担が大きすぎる。友人？財産を預けるとなるとちょっとハードルが高い。むむむ・・・これからの研究テーマが見えてきた。  
(木下禮子)

# おしゃべり会報告

2019年4月7日(日)

「明子さんのサポートを通して学んだこと」  
話し手 高木澄子さん

ウーマンリブ運動の中で出会った4人の女たちが、名前の頭文字をとった「あさすみ会」というランチ会を行っていた。当初からエンディングノートを書いたり、老後の話をしていたという。そのメンバーのおひとり高木澄子さんから寺崎明子さんを看取ったお話を伺った。

明子さんは私も長く知っていて、伊豆の友だち村の設立にも関わり、3.11以降は経産省前のテント村でも活躍していた。ドイツ語の翻訳家でもあり、女の空間の前身時代に中目黒で行われていた女性翻訳家の会にも何度かいらしたことがあると思う。明子さんは2005年にガンが見つかったが、医学的治療は選ばず、食事療法やさまざまな療法で5年後にガンが消えるまでになった。しかし、15年に再発し、その後も代替療法を選んでいった。

18年3月末にひさしぶりにあさすみ会が行われ、当日明子さんはエレベーターがないマンションの上り下りがつらいと語ったという。そこで他のメンバーは彼女にケアが必要な状態になっていることに気づき、すぐにあさすみ会のメンバー+3名がサポートメンバーとなり、まず地域の在宅ケアや施設に関する情報を集め、必要なケアの手配をし、マンションの売却の準備と部屋の片づけを始めたという。この思い立ったらすぐ行動する腰の軽さがさすが活動家たちと思わせる。

そして5月4日にナーシングホームに入所の運びとなった。入所時には「痛み止めは行方が、延命治療はしない」という終末医療に関する希望も提出した。サポートメンバーはマンションの片づけ(6月9日に完全退去)と見舞いの両方を担い、メールで情報共有し合った。5月23日にメンバーの助けも得て、自筆遺言証書を作成させた。

8月になると介護型居室に移動した。9月には埋葬などの希望を確認し、共同墓を決定した。その後も交代で見舞いを続けたが、亡くなる1週間前くらいまでは食欲もあり、元気に過ごされていたようだ。そして10月28

日救急車で搬送され、死亡が確認された。メンバーのうち家が一番近かった一人だけが間に合った。その後葬儀社に安置し、手続き等は葬儀社に依頼、すぐに施設の部屋の片づけも必要だった。前号にも載せたが、火葬許可証が友人では出ず、施設長の判で出たという。

そして、本人の意思で闘病中には広く知らせなかったので、2月10日に80人が参加した偲ぶ会を行った。その場で語られた明子さんは、その交際の広さとともに、それぞれの場でのさまざまな明子さんの顔だった。

明子さんはご自身の先が短いとは思ってはず、準備はあまりできてなかったという。そのサポートを経て、高木さんは早めに終活の準備をすすめなければいけないと思ったという。

まず荷物整理。日記や郵便など個人的な物は自分で処分しておく必要があるし、一方で女性運動の財産として残しておきたいものは、わかっている人、つまり本人がしかるべきところに残したほうがよい。そして、自筆遺言証書を作っておくこと。その時に自分の持っている通帳や保険を整理するだけでなく、各種カード類、加入しているグループの会費などわかるようにしておくことも必要である。また埋葬に関して決めて手続きをしておくこと、偲ぶ会などの希望も書いておくこと。そして、必要な費用を残しておくことが必要だと感じたという。ちなみに今回の場合は入所後の生活にかかった費用は月13~15万円程度、死後のさまざまな経費として約90万程度かかったという。

あつというまにサポート体制を作り、実際に担ってきた周囲の女たちの力に敬服するとともに、日常の関係、信頼感がそのベースにあったことがこれを可能にしたのだと感じた。あさすみ会で老後の話をしてきたことも役に立ったという。ちまたで語られている終活だけでなく、私たちが信頼できる関係を作っていく日常が大切だとつくづく心にしみたお話だった。

(高木さんへの女の空間の連絡が不十分で、開始時間が遅れ、参加者の皆さんをお待たせし、高木さんにもドキドキさせてしまい、申し訳ありませんでした。)

さとこ

2019年5月24日(金)

「遠距離介護を続けるノウハウ」

話し手 中村早苗さん

今回は、遠方で暮らしている両親の介護を、どう行っているか中村早苗さんから話を伺いました。

いつまでも親は元気であるものと勝手に思い込んでいる私(子ども)がいるのですが、いつの間にか親の介護が目の前の大きな課題(問題)になっていることに気付くのです。介護が現実に必要なではないかと思うきっかけは、親が今までできたことが出来なくなっていることを目の前にした時です。

早苗さんは1、2か月に一度程度4泊5日で愛媛まで介護に通っています。介護の仕組みはケア・マネや介護施設と連絡をとりながら進めています。その時大事にしたことは、一貫して現場は現場とケア・マネ、施設、ヘルパーに任せ、細かいことを言わないと気がついたという。ケア・マネとのやり取りは記録が残るようにFAXを使い、ヘルパーとは「連絡ノート」を用いて、例えば残存機能をなるべく使ってほしいなどと伝える。

自宅での介護を経て、いまご両親は同じショートステイ施設に二年間いますが、その施設ではリハビリ、機能訓練が行われず、病院への同行も行ってもらえないそうです。そのため、病院は帰郷したときに早苗さんが同行しています。近々老健施設に移れる予定で、この施設ではリハビリが行われるし、看取りまで介護をすること。

いままでご両親が生活していた地域には親類がおり、自然なコミュニティが形成されていて、介護する早苗さんを飛行機で大変だねとあっていてくれるそうです。お父さんは早苗さんの顔を見ると得も言われぬ笑顔を見せてくれるそうですが、お母さんはわかる時とわからない時があるそうですが、施設で周りの方たちと打ち解けることができていると感じているそうです。いまは、年7回ほど帰郷し、仕事を持ち働き続けることに軸足を置いているそうです。

実は私の父が一過性の認知症状態に陥り、行政の担当者とケア・マネの提案でショートステイに2ヶ月入所することになりました。その時、父とその家族の生活を維持することを考えた提案をしてきていたといまさらながらに感じました。父は2ヶ月のショートステイ暮らしで

覚醒して以後、最後の日まで認知症とは無縁で過ごしました。

早苗さんのお話を聞きながら、介護を必要とする人とその家族をサポートする仕組みがさまざまな形で創られていることでした。

ご本人の望む生活やスタイルが保たれるように介護システムを活用し、介護に当たる方々との協力体制を作り、無理なく介護できる体制を作ることが大切なのだと理解しました。また、当事者ご本人と向き合っていかなければならないのだとも思いました。(のりこ)



ターリさんの記録映像を観てきました

都美セレクション グループ展 2019「彼女たちは叫ぶ、ささやくーヴァルネラブルな集合体」が6月9日から30日に東京都美術館で開かれました。ここにイトー・ターリさんが「私の居場所 4つのパフォーマンス記録映像」を出品されていました。14日にはイトー・ターリ パフォーマンスアート「37兆個が眠りに就く前に」が行われたそうです。

私は、残念ながらパフォーマンスアートを観に行くことが出来ませんでした。が、「記録映像」は74分の作品を鑑賞することができました。ただ引き込まれ時間がたつのも忘れていました。

(則子)



