

20 家族・親族とうまく協力するコツは？

Q

近県に住む両親を月に一度帰省して介護しています。実家近くに住んでいる兄弟からの叱責や、もっと頻繁に帰省してほしいという無言の重圧があります。

[40代]



A

兄弟姉妹や親族との関係性はさまざまですが、負担が偏らないよう、それぞれの介護に対する考えや状況を本音で話し合うことが重要です。話しづらいかもかもしれませんが、ご家族とご自身のために話し合う機会を設けてみてはいかがでしょうか。



家族間のトラブルを避けるために

病気やケガの後遺症で、突然介護が始まることもあります。介護が始まる前であれば親御さんが元気なうちに、介護が始まった後であればできるだけ早いタイミングで、介護について家族間で話し合ってみましょう(→9)。

話し合いのテーマの一例

- 1 親御さん自身の介護に対する考えや、経済状況は？
テレビで介護の話題が出てきたときなど、タイミングを工夫して聞いてみましょう。
- 2 どれくらい介護に関われそうか？
家族間で負担が偏らないよう、早いタイミングでお互いの状況や介護への関わり方について確認し合ひましょう。
- 3 お金をどこから出すのか？
基本的には親御さんのお金になると思います。不足分や一時的な出費をご家族が負担する場合もあるため、誰がどの程度負担できるのかなど確認しましょう。

介護に参加しようとしらない理由は？

メインで介護をしていない方の中には、育児や健康状態、経済的に苦しいなどの理由があるかもしれません。また、メインで介護をしている方が介護の状況などを共有していないと、「聞いていない」「勝手に決めている」などと不満を感じて手伝わってもらえないケースもあるそうです。まずは、介護に対する考えや状況を本音で話し合い、それぞれが「できること・できないこと」を明確にしてみましょう。

組合員からのアドバイス!

一人で介護するのではなく、ご家族、兄弟など、みんなで話し合って協力できるようにすることが必要です。また、話を聞いてもらえるだけでも気持ちが落ち着くので、そういう機会も必要です。

[50代]

