

4/12  
朝日

家族の介護に直面するのは  
中高年世代だけではない。

## 大介護時代

働きながら

③

# 20代から母と向き合う



有料老人ホームの屋上で母の手を握りながら語りかける熊谷浩平さん(右)=東京都板橋区

3月下旬の週末、東京都北区の熊谷浩平さん(36)は、母(68)が暮らす有料老人ホームの屋上にいた。

「お母さん、桜が咲き始めたよ。後で日なたぼっこしようか」。手を握って語りかけた。

平日はフルタイム勤務、週末じとに母を訪ねる。この生活に落ち着くまで、道のりは平坦でなく、会社の支援制度を駆使してきた。

### 入社して3年目

「若年性の認知症です」。

病院で告げられたのは2003年の初夏だった。NTTドコモに入社して3年目。渋谷の支店で営業企画などを担当していた。父は6歳の時に病

## 有給・時短 フル活用

## 職場の理解が支え

母は1年経ったころから身の回りのことが次第に出来なくなつた。日中は近所に住む叔母(64)にみてもらひ、なるべく残業せず、帰宅した。

05年4月、本社のマーケティング調査などをする部署へ異動になつた。「くまちやんはこの若さで介護していくね」。上司も話題にしてくれ、時間外の打ち合わせは同僚が代わってくれた。

ただ、残業なしでも自宅に戻れるのは午後7時半過ぎ。母の状態をみて、06年6月からは会社の短時間勤務制度を使い、帰宅時間をさらに早めた。その間、母はデイサービスに週5日通い始めた。短時間勤務でも、朝8時半過ぎのデイへの送り出し、午後4時半ごろの帰宅時の出迎えは、叔母に頼らざるを得なかつた。「保育所みたいに夜まで預かってもらえた……」

### 施設で付き添い

その叔母も体力的に辛い年齢。「自宅介護はもう限界では」という親戚の勧めもあり、特別養護老人ホームに申し込んだ。だが、入居待ちの人が多く、順番は来ない。結局、民間の有料老人ホームに入つた。不安が激しくなつた母は、他の入所者とトラブルを起し、2カ月で精神科の病院へ移つた。

雑誌やインターネットで情報を探し、08年7月、今の有料老人ホームに入った。「今度は失敗できない」。新しい環境に慣れるまで母に付き添うこと決めた。まず有給休暇を取得。さらに介護休業も

増えた。元気がなく、ぐつた

りしている時間が増えた。

「施設任せにしたくない」。

母の不安が強くなる夕方から休みの後も、有給休暇を1時間単位に分割してとれる制度や短時間勤務で夕方に仕事を終えられるようにした。

そんな生活が1年半余り。母に穏やかな表情が戻り、夜もよく寝るようになったのは、この3年のことだ。

### 遅れていく不安

もともと会社員の有給休暇の取得率は8割以上。有給休暇の分割取得など進んだ制度もあり、上司や同僚の理解が得られやすい職場だったことは、仕事と介護を両立する大きな支えだった。

それでも「会社を辞めようか」。途中、何度もそんな思いが頭をよぎつた。同期の多くは主査などの役職に昇格していく。海外留学してMBA(経営学修士)を取つたり、海外企業と仕事をしたりと活躍する友人の話も耳に入る。「1周も2周も遅れていく」という不安がありました」。

法科大学院の願書を取り寄せたり、医学部の編入学試験を受けたりしたこともあった。

心は揺れ続けたが、今は心はよかつたと思つている。

「母と向き合つ時間が長くなつたら、本末転倒ですか」

この日々が1日でも長く続くんことを願つてこる。

(編集委員・板垣哲也)

次回は15日です。日立ソリューションズの管理職世代を取りました。