

男女共同参画講座

「日本初の片づけヘルパーが教える親の健康を守る実家の片づけ方」

【事業協力スタッフレポート】

11月14日（土）、「ブーケ21」にて「日本初の片づけヘルパーが教える 親の健康を守る実家の片づけ方」の講座が開催された。会場にはこのコロナ禍の中で許容できる最大の人数が参集し、「実家の片づけ」に対する興味の高さが伺えた。

しかし、講座の導入は大方の参加者の想定していたものとは違っていたように思われる。おそらく参加者としては実際に実家が片付いていないことを憂い、どうすれば片づけるのか、あふれた物の始末の仕方や収納方法を学びたいと思っていたのではないか。

しかし、「日本初」の片づけヘルパー、永井美穂氏は、「誰のための片づけか」と話した。永井氏のもとに片づけについて助けを求めて来るのは多くの場合、子供、それも娘さんが多いという。子供が実家を片づけたと思うのは、「見た目」や自身のためではないか。

永井氏はもともと介護福祉士の資格を持ち、サービス提供責任者としてサービスを必要とするお年寄りと登録ヘルパーさんとのマッチングを行ってきた。そんな中、ヘルパーさんができない整理、収納等の手助けしていく過程で、お年寄りが元気になったり、家族との関係が改善されたりという事例を見てきたという。

そこで永井氏は整理・収納アドバイザーの資格を取得、介護の視点で高齢者が安心して暮らせる部屋づくりをサポートしてきた。

そこで先ほどの問いである。

片づけは誰のためのものなのか、何を優先すべきか。

お年寄りには自身に長い歴史がある。ものに対してもいろいろな思い、好きなもの、こだわりがある。この気持ちに寄り添わない限り、親とけんかしない片づけは実現しない。子供主導でなく、親のために子供ができる片づけが必要なのではないか。

では、親のための片づけとは何か。

お年寄りの自宅での事故ナンバー1は「転倒」だという。転倒防止のために床の上にものを置かないようにする。扉があかず、いざという時に救急隊員が入れないなどは避けなければいけない。お年寄りのための片づけには安全であることが優先される。

しかし、それはやみくもにものを捨てるということではないと永井氏は言う。

高齢者の片づけは①分類し、②減らして、③収める という3段階だそうだ。一般的な片づけは、まず①減らすから始めるのだが、そうではないのだという。捨てるものを探すのではなく、まず集めてみると本当はいらぬものがわかる。残すのは、覚えておける範囲のものにする。大切なのは今の自分に必要なもので、お気に入りは見ているだけで気持ちがよく、生きがいを感じる。また、きれいに収納されていることが第一でなく、体に負担をかけないため、見た目がよくなくても手の届く範囲に置くという方法も有効だという。

永井氏は、可愛いリボンやお菓子の缶、ブランドの紙袋を集めているお年寄りの実例を話して下さった。自分たちにも「あるある」である。そういったお気に入りのものは、とっておくだけでなく、何かに使うとよい。また、趣味の合わない貰い物でも下さった方に申し訳なく、自身でごみにできない時は、代わりに子供が貰い、始末を引き受けるという手もあるとのこと。これはまさに、お年寄りの気持ちに沿った片づけであるし、自分自身にも心当たりがあるだけに納得がいく。会場でも頷く姿が多く見られた。

永井氏からこういった事例を踏まえた話を伺い、「実家の片づけ方」の部分に惹かれて受講した参加者は、「親の健康を守る」実家の片づけ方というタイトルが如何に的確なものであったことに気付いたことと思う。筆者も実家の片づけについて如何に自分勝手な子供の視点で考えていたかを痛感した。

今後どこまで親に寄り添っていけるか、それは片づけに限ったことではない。いつの間にか守られる立場と守る立場が逆転していることになかなか親も子も気づかない。親は昔のままの親ではない。今現在の親の気持ち、身体の状態をよく知り、身も心も健康に老後が暮らせるよう、寄り添って行くことが如何に大切かを教えられたように思う。