



文：小川 康成

## Wケア問題を考えて見ませんか？

平均初婚年令が、男性 31.1 歳・女性 29.4 歳と晩婚化に伴い育児と親の介護、両方が同時に来てしまう「Wケア問題」が話題になる事が増えています。

特に、両親の介護とお子さんの大学進学が重なれば家計などへの影響は大きく、深刻な問題となりかねません。

Wケアに関するデータ		男性	女性	待機児童	待機老人
①	平均寿命	81歳	87歳	4万5,700人	52万人
②	健康寿命	71歳	74歳		
	①-②	<b>10年</b>	<b>13年</b>		

以前「日本死ぬ」で話題になった待機児童問題、現在は色々な地域で対策が立てられていますが、現在は高齢者が施設への入居を希望していても定員オーバーとなり入居出来ない“待機老人”が増えています。実は、その数を待機児童の数と比較するとはるかに多い事が分かります。

また、医療技術や治療方法が優れてきて助かる命が増えた一方、後遺症や治療が必要となり、健康ではないが生きている期間が上のデータに有るように男性では10年・女性では13年有ると言われており、家族の何らかの介助が必要な可能性が大きいと言えます。

そこで、皆様のご家庭のWケアの可能性を下記の表でご確認下さい。

家族年齢表	現在の年齢	お子様18歳	お子様18歳	ご主人定年	奥様定年	ご主人71歳	奥様74歳
		年後	年後	年後	年後	年後	年後
父	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
母	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
あなた	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
配偶者	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
お子さま	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
お子さま	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳

<記入方法>現在のご年齢を記入後、右側へ順に記入する。

父(71歳~81歳)、母(74歳~87歳)、お子様(18歳~22歳)までを赤ペンで囲む

重複するところが「Wケア」の要注意ですが、如何ですか？

将来Wケアの可能性が高い場合は、今のうちから「備え」について考えられた方が良くも知れませんね。

## クラークメンバー 近況報告

### 暑い時期ですね

暑い夏が続いています、今年の気候は変ですね。

朝方に足がつり、その後歩くのが痛くて難しい状態が1ヶ月続きました。歩けないと自分で色々やる事が出来なくて、本当に不自由きわまりないと思い、そしてとうとう「介護」を考えなくてはと…。とりあえず、主人に介護してもらいながら生活しましたが、介護となると両方とも大変な生活だという事がこの1ヶ月でよくわかりました。

やっと足が治り、久しぶりにお花（寄せ植え）を作りましたが、庭には暑さに負けじと「さるすべり」「ムクゲ」「ノウゼンカズラ」等が咲いています。水分不足になると足がつりやすくなるそうですので、この時期は、水分不足に気を付け、お花を見習って何とかこの暑さを乗り越えていきたいと思う今日この頃です。

小川 とも子



### レッツ弓道！！

先日、5月から通っていた弓道教室を無事卒業しました！

これからは決まった日時に通うのではなく、いつでも練習にいけます。しかし、弓や矢は道場の物を貸してもらえますが、その他弓具の消耗品は自分で用意する必要があります。（弓も自分の物を用意できると良いのですが、弓の強さが安定していない内に弓を買うのは難しいので、しばらくはお預けになりそうです…）ということで、道場仲間と一緒に弓具店さんに行ってきました(\*^▽^\*)

高校生の時、学校まで出張販売していただいていたお店に行ったのですが、店舗へいくのは初めてだったのでドキドキしました。

弦一つにしても何種類もあり、昔は部活の係りの子がまとめて買っていたので今まで何種類もあると知らず、どれが良いのか全くわからなくて混乱してしまいました…。

お店の人に一つ一つ教えてもらい、なんとか無事購入。

一緒に行った人は矢を買っていて、私も今の矢が使えなくなったら新調しようかな、と思いどんな矢があるかチェックしておきました。

早く次の矢に変えられるくらい沢山練習したいです。



小池 奈菜子

### ランドセル

娘が来年小学生になるので、先日ランドセルの展示会に行って来ました。

今のランドセルの特に女の子のものは、色々な色のランドセルやステッチの刺繍が有ったり、キラキラとした金具が付いていたり種類がとても豊富で、選ぶのが困るくらいですね。

我が家は、まだ他など検討していなく、色々なランドセルを見てみたいと言う軽い思いで行きました。そうしたら、お店の方に「人気のランドセルや革・デザインなど、こだわりが有る方は予約していますし、すでに売れ切れの商品も有りますよ」と言われ、びっくり！！

子供はラベンダーでキラキラとしたランドセルが気に入ったみたいですが、

親の意見としては、もう少し落ち着いた色やデザインが良いよと話し、結局他にも見てみようねとなりました。

メーカーさんの思惑で検討時期が早くなっているので、夏くらいまでには決めないといけない感じです。



小川 真紀