

介護への励まし ラジオで

支援団体の会長が経験談

介護で困ったことや、老人ホ

ームの選び方などを紹介する
ラジオ番組「あったか応援団

元気な介護」が始まった。介護
に疲れて孤立し、虐待や自殺、

殺人にまで至る事件が相次ぐ
なか、98歳の父親を世話する

全国介護者支援協議会長の上原
喜光さん(68)が、「1人で抱

え込まないで」と語りかけて
いる。

番組は10月に始まり、TOK
YO-FM系の「ミュージック

バード」が全国約60カ所のコミ

ュニティーFMに配信。放送は
毎週火、水、木曜日の午後3時

30〜40分の10分間だ。テーマは
「介護はいつから始まる?」や

「高齢者の寒さ対策」など身近
な話題ばかり。認知症に詳しい

医師や、介護ヘルパーに出演し
てもらったこともある。

すでに収録を終えた30日のテ
ーマは「介護者の年末年始の過

ごし方」。上原さんは「大掃除
やおせちの準備でバタバタする

ラジオの収録に臨む上原喜
光さん(東京都千代田区



と、介護される人は精神的に不
安定になる。なるべく通常のペ
ースで接してあげて」と話した

うえで、「帰省する人は、介護
している人に『ありがとう』と
いう言葉にリボンをつけて贈っ
てほしい」と呼びかけた。

反響も多く、愛知県豊川市の
リスナーは「要介護1の認定を
受けた父と2人暮らし。この先
不安に思っていた。番組を聴い
て希望ある人生を歩みたい」。

「義母が亡くなった後、友人
の『ご苦労さま』の一言で癒や
された」(京都市)、「父が手
を合わせて『ありがとう』と言
ってくれたのが忘れられない」
(新潟県新発田市)という体験
が寄せられている。

ラジオ局の担当者は「上原さ

んの経験に基づいた本音の話が
魅力。将来介護する時の勉強に
なります」。

番組への相談は、ファクス
(03・3288・8902)と
電子メール(kaigo@musicb
ird.co.jp)を受け付けら
れる。番組のホームページ(htt
p://www.musicbird.jp/k
aigo/index.html)で放送し
ている局と、過去の番組も公開
している。(見市紀世子)

◆オチビサンは本日で
1月2日はお休みし、9
日再開します。