

# チギリタイムズ

7月号

The Chigiri Times

「忘れてはいけないこと」

看護師 松田貴美代

私が小学6年生の頃、父と祖母が倒れ入院しました。

母は二人の付添でほとんど家にいなかった為、家の事は、田舎だったこともあり身内や近所の人に助けてもらいながら兄弟三人で協力し生活していました。

まだ幼かった私は、父が生死をさまよっているとは知らず、面会に行くたびに病院を探検することを楽しんでいました。

その時『なんで私はこんなに元気なのに病気の人がたくさんいるんだらう？私も病気の人のお手伝いがしたい！』と思ったことが、私が看護師を目指したきっかけでした。

学校を卒業後、東京で看護師として働き始めました。病院勤務をしていた頃は、健康の増進、疾病の予防、健康の回復、苦痛の緩和を責任とし、医師の指示のもと治療や患者様の身の回りのお世話をさせてもらっていました。

あまりの仕事の厳しさに『なんで看護師になったんだらう？』と逃げ出しそうになったことがあります。私の友達も同じ悩みを抱えており『壁にぶつかっているのは私だけじゃない！』と気づかされ、目標を持って働けるようになりました。先輩や同僚にも恵まれ、公私共に優しさ、厳しさに包まれ、支えていただきました。もちろん患者様からもらった笑顔や『ありがとう』も私を元気づけて成長させてもらった私の『栄養』です。東京での思い出は一生忘れられません。

そして私は、縁あって千両荘に就職しました。病院でしか働いたことがなかった私は、施設でどう働くのか？施設看護師とは？ということに悩みました。その頃、ある研修に参加させて頂き、なんとなく施設看護師ということを理解したことを思い出します。

『施設＝生活の場＝家』

これは私の大好きな鳥海先生の言葉です。

生活の場での関わりとは暮らしを大事にすることです。

その暮らしとは、その人が施設に入る前にしてきた固有の生活習慣を継続すること。

生活習慣は人それぞれです。しかし施設に入所したことで、集団生活だからと全ての生活パターンを変えられてしまっは、その人らしさを無くしてしまったり、認知症を悪化させてしまいます。生活習慣を継続するためには、その人を知ることが大事です。

病院でも施設でもまず情報を見て対象者と関わります。情報も大事ですが、一番はその人と関わる時間を多く持つことだと思えます。受け入れてもらえると思えば誰でも心を許して自分を表現したくなるものです。喜怒哀楽が表現できるのが人間。穏やかな暮らしの中で、毎日笑顔が見られれば、それはとても素敵なことです。気兼ねなく喜怒哀楽を表に出してもらえ、一日に一回でもいいからお年寄りの素敵な顔を引き出す。そうできるように関わっていきたいです。

千両荘に入社して、素敵な出会いがありました。私は毎年、桜が咲く時期に佐奈川までピクニックに出かけることを楽しみにしていました。

十数年前、いつものように佐奈川に出かけ、娘が「ママさくら♪」と、風で落ちた桜の花を拾って見せてくれました。

カメラを持った方が、私に近づいてきて「写真撮ったから、住所書いてくれたら送りますよ」と言われ、半信半疑で住所を書きました。

数ヵ月たった頃、本当に写真が届き、私は有難くて感謝の気持ちでいっぱいになりました。

そしてその方と千両荘で会うことができたのです。

ある方の面会に来られた方でした。

話しているうちに、なんとなく昔の記憶がよみがえり半信半疑の中、その方に聞いてみました。

「失礼ですがお名前を伺ってもよろしいですか？」と尋ねると、送られてきた封筒に書いてあった名前でした。いつかまた逢えたら、お礼が言いたいと思っていた私は「ありがとうございます」と伝えることができ、自己満足ではありませんが幸せな気持ちになりました。

あの時あの場所で知り合っていなければ繋がりは生まれません。

人との出会いは私を成長させられる。常にそう思っています。

たくさんの出合いや出来事で、私自身成長させてもらっています。

とある母の日、娘が『仕事しているときのママは生き生きしてるね！・・・』と手紙をくれました。いつも負担をかけているはずなのに、子ども目線で私を見

守っていてくれたんだととても嬉しく、これからも頑張らなきゃ！と励み

になり、看護師を続けてきて良かったと思えました。

そんな娘も看護師を目指して猛勉強中です。

出会った全ての人に感謝して、これからも頑張っていきたいと思っています。

ありがとうございます。感謝。



十数年前、撮ってもらった写真です。

## 《ビワの木》

梅雨に入る前にビワの実がまたたくさん色づきました。

千両荘のB1棟の前の庭で食べたいと毎日楽しみに眺めています。その日を待ち望んでいるライバル達がいいます。

山のお猿さんです。毎年先手を取られて丸坊主に皮だけ残して退散していきます。

今年こそは…



## 《すいれん》

C棟の中庭に設置した5個のすいれん鉢。5月に最初の花がピンク色に可愛らしく咲きました。ボウフラ対策に職員が協力してくれてメダカや金魚も泳いでいます。

数名の利用者様と共に観察しました。覗き込む姿が癒されます。

# 「心の声をきく」

生活のために介護士という職業について 20 年目になります。

ここにきて気づいたのがありきたりの介護だけでは満足できない自分がある事、私の信念は介護士だからではなく私達だからできる介護をしたいと思うようになりました。

いろいろな支援方法がありますが、特に外出支援にやりがいを感じています。はじめて自分で企画した時の事です。その方は 90 歳を超えた女性で脳梗塞を発症し障害が残り、車椅子生活となり入所となりました。

両足が不自由でしたがとにかく自分でやらないと気がすまない気丈な方で人の手をかりる事を嫌がっていました。食事や排泄も自立で私達も見守る程度でした。それがだんだん思うように動きができなくなってくると自分にじれてイライラしだしストレスから職員にもあたりちらすようになり、暗い表情になりました。

そんな時、職員の一人がこの方は温泉が大好きで「いかまい館」に毎日のように行ってたらしいからもう一度実現できたらよろこんでもらえるかもと提案してくれました。早速計画を立て車椅子で入場可能なか確認したところ更衣所までなら OK という事で準備しました。他に 1 名自立度の高い利用者様を誘い、共に入浴できる職員と 4 人で本宮の湯にでかける計画です。

「温泉楽しみですね」他の職員達も声をかけてくれてワクワク感で待ち遠しくて期待感で毎日盛り上がるはずだったのですがその日が近づくにつれて不機嫌になり最終的には「行きたくない」という発言ができるようになってしまいました。そんなはずはない、私のエゴや自己満足で行こうとしているのでは…。あなたのために計画したのに「えー」って感じ。当日マイクロを玄関に待機して私達は本人を迎えに行ったら予想どおりギャーギャー泣き叫んで行きたくないと言車椅子をロックしてフロア職員を困らせていました。なんで行きたくないの聞いてみると食事が上手に食べられない、立つ事もできない、言葉も筆談がままならない状態…。結局不安材料がありすぎてこわい思いばかり考えてしまうようだった。私達なら行けばなんとかなるとい思いで決断しました。「私達に任せなさい。全部支えてあげるから、甘えて大丈夫。安心して」そう説得したところ、スーッと車椅子のロックが外れ行く気になってくれたのです。それどころか外出用のペットボトルにお茶、着ていく洋服、バッグがもともと用意されており、本人的にはいつでも行ける支度をしていたのです。やっぱり行きたかったんです。あいかわらず車中에서도泣いていましたが、その年は 3 月 30 日というのに満開の桜が咲いており途中で見物したらやっとな笑顔を見せてくれました。

温泉について更衣所から少し抱き上げて二人で対応しましたが無事に入る事ができました。昼食もそれぞれチャーハン、カレーライスを選択して完食でき 4 人でゆっくりしてきました。帰りの車中、一緒に行ったもう一人の利用者様に「楽しかった？」と尋ねると「カレーがからかった」なんて「そこか～」と思って大笑いしました。本日の主役である女性はあいかわらずまた泣いていましたが今度はうれしくて感謝の涙だったようです。怒ったり、泣いたり、笑ったり忙しい 1 日でした。

行きたいけど行けない、その人の心の声を気づいてあげられて本当によかったと思いました。外出支援はその人と密に接する事で多くを知る事ができます。新しい発見、気づき、相手を敬う気持ち、又信頼関係も自然に生まれます。いいとことり支援策です。

その年、最後の日までトイレに立ちオムツをつける事なく、ねむったまま天国に行かれました。偶然にも夜勤者として私ともう一人一緒に行ってくれた職員がいました。私達二人にお見送りさせてくれたんだと思えました。このようなエピソードの一つ一つが私の信念を築きあげモチベーションをあげています。私達だからこそできる介護です。



主任介護士 深澤京子

～温泉に行く途中に出会った満開の桜の前で～



## 続けて言ってみて!



換気扇、食器洗浄機、食器乾燥機など常に騒音の中で働いている筆者(厨房の人)です。そのおかげで聞き間違い、言い間違い、勘違いをよくします(言い訳)。そこで強引ではございますが今回は「言いにくい言葉」を集めてみました。  
**5 回続けて**声に出してみてください(どっかにつかえます)。

- ① 僕ボフ (ほボ…?)
- ② ゆず酒ソーダ割り (ショーダ?)
- ③ お憐れみ (おあら…?)
- ④ パン壁 (パンパン…?)
- ⑤ 神アニメ (かみアミ…?)
- ⑥ 炙りカルビ (あるび…?)
- ⑦ リヒャルトシュトラウス作曲
- ⑧ 貨客船 万景峰号
- ⑨ チョウチョちょっと取って頂戴 (ちょうちょっちょっチョ…?)
- ⑩ アンドロメダ座だぞ (ざぞ…?)
- ⑪ 野田だな 野田だな 野田なのだな (言いにくいのだな)
- ⑫ 東京特許許可局 許可局長 (伝わらない肩書き)



## ナースのひとりごと

先日、以前一緒に働いていた十数年ぶりかにかに会う友人と、退職される先生のプレゼントを買うため喫茶店で会うことに!

その当時と全く変わらない「おまちー。」という声が… (いつも明るく元気)

弾んだ声で退職した切っ掛けから始まり、職業安定所で紹介されたパソコン教室、職業訓練校でアドバイザーの資格、競輪場、休日診療所でのパートと数々の経験の話聞き「変化に満ちた生活を過ごしていたんだねー」と(笑)あっという間の1時間半でした。

行動的な所が少し憧れます。

数日後、送別会にその友人と一緒に三ヶ日へ行ってきました。

みんな、少し一回り大きくなったような、ないような!?先生始め、皆年を重ねています。

20代の頃に働いていた人もいて、本当に懐かしかったです。

あの頃の記憶がだんだん蘇り、何だか元気が出た感じで帰ってきました。

でも足腰は痛いし寝返りするのも大変だしやっぱり若いって良いよね!!!



### 【編集後記】

もうすぐ夏本番ですね♪最近私にはマイフォームがあります。それは、仕事帰りにコンビニでシュークリームを買うことです。シュークリーム美味しいんです。誰かオススメのシュークリームを知ってましたら教えてください。大きいシュークリームがいいです。私のシュークリームフォームがいつまで続くのでしょうか…

P・N 小餃子