



魅力と感動

岡山県老人福祉施設協議会 21世紀委員会

介護職員からの
メッセージ



介護の問題は、人生のどこかで必ず私たちにふりかかってくる問題であり、日本の社会になくってはならない分野です。しかしながら、介護の歴史は未だ浅く始まったばかりであり、介護をきちんと成熟させていかなければ、今、介護をしている私たち自身の人生も不安でいっぱいです。今私たちは、介護が高品質なサービスとなるよう日夜研鑽を積んでいるところです。

ところで、皆さんは介護にどのようなイメージをお持ちですか？介護の仕事は、厳しい、きついとよく言われます。確かに、介護は決して楽な仕事ではありません。しかし、介護は介護を提供する私たちに「感動」「奇跡」そして「きらめき」を与えてくれる仕事でもあります。私たちは介護という仕事を通じ、沢山の感動と奇跡的な出来事を経験し、私たちの心をきらめかせています。介護以外の仕事では体験することの出来ないことばかりです。

介護に関わる職員の「介護に対する思い」を言葉にしてみました。私たちの介護に対する思いや感動が少しでもお伝え出来れば幸いです。



【表紙写真】

第2回 介護フォトコンテスト入賞作品
(笑門来福、わっはっは！！)
特別養護老人ホーム／ますみ荘

あなたの笑顔に出会えたとき

第二回 介護作文コンテスト入賞作品

「おはよう。今日はね……。」

という声をかける

一日の始まり。でもこちらに目をやるだけで口も真一文字、表情に変化もない。やっと口を開いたと言葉を待つと「バカバカ」の言葉が返ってくる。それでも嬉しかった。

瀬戸内海が一望でき、天気の良い日は四国まで見れるこの地にあなたが生活を始めて早三年。いつも車椅子に座って栄養を注入してもらっていたあなた。ある時、口についていた髪の毛を取ろうとした瞬間口を開けた。

「食べれる。」と感じ、口の訓練を始めた時、私の顔をにらみながら、出てくる言葉はやっぱり「バカバカ」だった。

「頑張っって食べれるようになるうね。何が食べたい？」と声をかけている時、窓の外はトンボが飛び、すぎが風に吹かれ、さやさやと音をたて励ましてくるかのようにだった。

「さあ、プリン食べようか。」

ゴックンと上手にプリンを食べた時、あ

なたは「美味しい。また食べる。」と初めて感情を言葉にした。二口目のプリンをスプーンにのせる時、私の手は震え、

こぼれ落ちそうな涙でプリンが見えなかった。施設の裏山の木々が赤く染まりまるで喜んでいてくれるように思えた。

「信じられません。医師から無理だといわれお腹にチューブが入っていたのに、ありがとうございます。」母娘で向き合い会話できる姿が増え、娘さんからの差し入れを食べる表情も穏やかになった。

食べるということを取り戻した日々の中、車椅子で座っているあなたが、初めて顔いっぱい笑顔で話しかけてきた。「頭痛い？」私を気遣う姿に癒され、勇気づけられた。

浴衣を着て化粧をし、家族と夏祭りに参加、たらふく屋台の料理を食べたあなたの笑顔は花火の光に照らされ輝いていた。あなたと初めて会って一年半が過ぎた夜だった。

特別養護老人ホーム／倉敷シルバーセンター



「ありがとう」の言葉



「ありがとう。いろいろな事を頼んでごめんね。」

「いや、かまやしませんよ。他にはよろしいですか。」

毎日繰り返されている、私とご利用者の会話です。

私が特別養護老人ホームで働かせてもらうようになってから、3年4か月が過ぎようとしています。介護の仕事を始めたばかりの頃は、右も左もわからない状態で、何をしても初めてのことは一杯でしたが、笑顔だけは忘れまいと必死でした。夜も夢にまで見て、夜中に何回も目が覚める日々が続きました。

それでも頑張れたのは、ご利用者の方より「ありがとう。」の言葉を掛けてもらえたからです。こんな私でも何かしらお役に立てていると思うと「ああ、また頑張ろう。」と力が湧いてきました。

私の母は長男の嫁で、結婚した翌年に姑が病に倒れ、以来18年間介護を経験した人です。私も子供ながらに、母の大変さを見てきました。私が高校2年生の春、祖母の最後の時がやってきました。以前より祖母は母に「あんたの世話には

ならん。もう一人の嫁（県外在住）が世話をしてくれると言った。」と言い続けていました。でも、最後の時を迎えても来てはくれませんでした。ついに祖母は母に言いました。「今まで、ありがとう。」と。

母はその時のことを後日「苦労はしてきたけど、最後にありがとうと言ってもらったら、もうええかなと思えた。」と話していました。

「ありがとう。」・・・この一言で、お互いが笑顔になり優しい気持ちになれる不思議な言葉です。

これからもご利用者の方々に安心して過ごしていただけるような、穏やかな生活の場を提供しながら、「ありがとう。」の言葉に1回でも多く出会えるように頑張っていきたいと思っています。



第二回 介護フォトコンテスト入賞作品
(あま名人)
特別養護老人ホーム／シルバークロニクルセンター後楽



私の応援団

「お年寄り

の事が好きですか？」

「…はい」

13年前の就職試験に、こんな質問があった事を覚えている。

私は福祉の事を何も知らずに現場へ入った。何でもやってあげれば感謝されると勘違いしていた。そんな時、ある利用者と出会った。

いつも苦虫をつぶした様な顔をして、あまり笑わず怒ってばかりいた。

口も悪く人を「これ、あなた」と呼び「あなたじゃいけん。別の人と呼んで」と、職員に訴える日々…。ワガママ人だと思っていた。

その時は「こちらが良いと思ってやっていることが、相手にとっても良い事だとは限らない」こんな当たり前の事も分からなくなっていた。

しかし、日が経つにつれ少しずつ色々な事を話す様になった。小学校の修学旅行では松明に先導され歌を歌いながら山道を超え列車に乗り伊勢参りに行った事。学校から帰って鞆を玄関に投げて馬を見に行った事。ご主人が早くに亡くなり苦労した事。そして、ある日突然、両足が動かなくなり足を引きずり這って子

育てをした事…。

「私はこんな身体じゃから何とか自分で出来る様に頑張ってきた。それなのに、ここへ来たら…」色々な話をしていくうちに、どんな気持ちで生活しているのか分かってきたある日、コールがあり私の忘れ物を教えてくれた。

「あなた、私がおらんと一人前に仕事も出来んなあ」と、大笑い。

私が利用者を支えているのではなく、お互い支え合っている事を気付かせてくれた。この一言で、何だか楽になった気がした。

晩年は入退院を繰り返したが持ち前の頑張りやで元気にしていた。きっと、この入院も、笑って帰って来ると思っていたが、「ありがとう」も伝えぬまま別れが来た。

今でも仕事で悩んだ時、ちよつと意地悪なあの笑顔を思い出す。

原点に戻る言葉。「あなた、私がおらんと一人前に仕事も出来んなあ…」

私は一人ではない。何でも相談できる先輩、同僚、そして何より私には50人のしわくちな優しい笑顔の心強いサポーターがいる。さあ、今日も頑張ろう。

特別養護老人ホーム

介護の仕事

について2年目
になります。

仕事の事を友人に話すと「すごいなー、大変じゃろう」と言われますが、いまひとつピンときません。思い通りにならない事、肉体的なしんどさはもちろんありますし、精神的なつらさもありませんが、それは介護に限らず、どの仕事についても同じだと思います。

でも、確かに言えることは、「この仕事を選んで本当に良かった。」と自信を持って言える私が居ることです。

夜勤明けの眠気まなこの中、勤務に關係なく、本当はこちらから元気な挨拶をするべきなのに、朝一番に起きた利用者様から、「夜勤だったの？ 疲れたでしょう、お疲れ様」と笑顔で声を掛けて下さる優しさ。どれほど多くの元気を頂いている事でしょう。

また、昨日まで介助で全部歯磨きされていた利用者様が、今日はご自分でコップを持つてうがいをされました。それだけでも私にとっては喜びで、それは他の職員も同様です。

また、なかなか食事がすすまない利用者様に、ご負担ばかり掛けての介助

を申し訳なく思っていると、利用者様がにっこりされながら「ありがとう」と言つて下さったり、オムツ交換の時に、何度も身体の向きを変えさせて頂き、大変申し訳ない気持ちで介護が

終わつた事をお伝えすると、「また来てください。あなたじゃないとおえんわ」との一言を頂いたり。本当に嬉しく、涙が出そうになり、もつと介護技術を磨いて、ご負担を少なくしたいと改めて思い直しました。

私たちの仕事

は、利用者様の

優しい笑顔と言葉

生活全般を支える仕事で、そこで生まれる小さな感動と人の優しさがあふれている素敵な仕事です。

また、利用者様と私達職員の心が通じ合った時の感動も、介護をしていく上でのとても大きな魅力・原動力となり、これからも多くの笑顔と言葉にふれたいと思います。

特別養護老人ホーム



自宅で介護を支える



初めて

訪問介護に携わったのは、家庭奉仕員と呼ばれていた頃です。今では介護保険制度が行われ訪問介護員と名称も変わり、時の流れを感じているところです。

施設には、トイレや廊下などスペースが確保され、動きやすく介護しやすい環境や介護機器が整っています。そして、一緒に働く仲間もいて安心出来ます。

しかし訪問介護では、その場で自分の判断を頼りに、一軒一軒違う間取りや浴室環境で一番適した介護サービスを提供する事が求められます。その家にある物で使える物はないか、どの位置で介護すればよいかなど色々と考えて実践するしかありません。

訪問介護は、ご家族がされている介護方法を尊重する事が大切な事になります。毎日の状態を熱心に記録されたり、家にある物で介護用品を作ってみたりと

ご家族の一生懸命な姿に心を打たれる事もあります。中には、堰を切った様に色々なことを話しだされるご家族もおられ、日頃の大変さを感じる事もあります。

ご利用者やご家族の思いをしっかり受け止め、その家庭に合う介護方法を一緒に考え、時にはアドバイスをし、「楽になったわ」と明るい顔で言ってくれた時は、ホツとして良かったと思える瞬間です。

介護には様々な形（サービス）があります。それぞれに大変なこともあれば楽しみや喜びがあるものですが、それを日々実感しています。訪問介護は、生活の中のほんの一部にしか過ぎません。

しかし、その時には介護を通じて、少しでもご利用者、ご家族の身体的な負担や気持ちの楽になるような関係を作り、望まれる生活が長く続けられるように、より良いサービスの提供を目指しています。

訪問介護支援センター



今まで　そしてこれから



以前

「最近では知らん人ばあで不安だったけど、あなたの顔はよう知つとる。あなたの顔を見たら安心する。」と言ってくださったご利用者がいます。その方が亡くなる前日「明日、また会おうな」と握手したときの、その時の笑顔が今でも鮮明に思い出されます。その方は今にも「今日も来たんか」と言ってくださるのでは…と感じられるほど、とてもやすらかな表情で人生の終止符を迎えました。

人は死んだとき、その時の思いが表情に現れると耳にしたことがあります。無念な思いで亡くなれば無念な表情。苦しければ苦しい表情…と。

なぜ介護士という仕事を続けているのかと真剣に考えたことはなかったけれど、改めて考えてみて、まず日々の関わりの中で違った表情が見られること。そして何より人生の終わりまでのお世話をさせていただけるということなのだと感じています。

ご利用者が亡くなられたとき、ご家族は「ありがとうございます。大変お世話になりました。」と言われますが、本当は日々違った表情を見せてくださり、そして最期を看取らせていただき「ありがとうございます」というのは介護士の方なのだと思います。介護士という言い方をされていますが、特別なことをするのではなく、原点は人と人との関わりなのだと思います。



私たちも一日一日と人生が終着駅に向かっていますが、大切なのは生きる時間ではなく内容なのだと私は思っています。残りの時間を後悔のないようサポートするのが介護士の努めなのだと思います。ご利用者お一人お一人のちょっとした表情や仕草の変化に気づき「心の声」が理解できる、そんな介護士になれたらいいなあと思ひ、またそんな介護士を目指し頑張っていきたいと思っています。

『人が好きだから一生懸命』で…



美食家Aさんの思い出

私が

特別養護老人ホームに就職したのは、大学を卒業した年の4月でした。私はAさんというご利用者から、毎日買い物頼まれることになりました。Aさんは昔コックをされていた為、食事にこだわりが強く、時々刺身やら珍しい果物やら、何かしら買わないと気がすまない方でした。しかも食べ物に私に勧められることが度々あり、困ってしまうことが多くありました。

またAさんは寿司が大好きで、特に地元のある有名店のちらし寿司の出前がお気に入りでした。Aさんは一人での食事が

嫌いでしたので、私もわがままに付き合いい、随分一緒にちらし寿司を食べたように記憶しています。

しかし、そんなAさんも年月が経つにつれ、段々と機能が低下していきまして、食事の喉を通らない日が多くなり、いつの間にかちらし寿司を頼むことも無くなっていました。

そんなある日、Aさんは振り絞るように「ちらしが食べたい」と小さな声で言われました。

ちらし寿司が届くと、Aさんの瞳にかすかに光が戻りました。震える手でやつとお箸を持ち、2口、3口と食べられま



した。そして箸を置き「もうちらしなんて、食べられないかと思ってた。ありがとう。」と言われました。気づくと、Aさんも私も周りの職員も、皆ポロポロと泣いていました。

その2週間後、Aさんは静かに天国に召されました。

Aさんが亡くなられた後、Aさんのタンスから私あての名前が書かれた封筒が見つかりました。中身はAさんが撮った写真で、ぶどう狩りを一緒に楽しんだ昔の写真でした。

真剣にぶどう狩りをする欲張りな私の姿に、Aさんは大笑いし「だから由香さ

んとは美味しいものを一緒に食べたくなるんだよね。」そんな風におっしゃっていました。

毎年葡萄の季節がくるたびに、わがままいっばいだったAさんの姿が今でもハッキリと思ひ出されます。そのたびに「ご利用者が人生の最後まで楽しみを持って生きる」ことを支える相談員でありたいと思います。



介護職

に勤めて丸3年になります。

最初は介護が私にできるだろうか、こんな責任のある仕事 私に向いているのだろうか、不安と緊張の毎日でした。でも、それ以上に充実した日々を送ろうと自分の中で決め、毎日介護の仕事を頑張っています。

でも、やはり介護の仕事は想像した以上に厳しく、怒られる利用者さんとうゆう声掛けをしたらいのか、泣いている、辛い表情をされている利用者さんにはどうしたら元気になってもらえるのか、常日頃考えさせられる事ばかりで、自分を追い込んでしまい、現実逃避したい位でした。辛い事もあるけれど、辛い事だけじゃない、楽しい事だってある、そう自分に言い聞かせながら。

そんなある日、私の職場で慰問があり、私が利用者さんの写真をとっていると利用者のYさんが突然私と写真を撮りたい、思い出を残したい、うちの孫みたいでかわいんじゃないと言われ、その時私は目から涙がこぼれそうになりました。

まだ知り合って3年しか経っていない自分はまだ介護の仕事もまともに出来ていない、利用者さんに迷惑しかかかっていない、こんな私にとっては思いもよらない言葉でした。

自分は仕事が出来ていないと感じても一生懸命やれば、利用者さんも見てくれているんだな、辛い事だけじゃない、利用者さんのたった一言言われるだけで、こんなに嬉しくて本当に介護して良かったなと実感させられました。

他人の世話をするのは簡単な事じゃない、責任もある、でも本当にやりがいのある仕事だと思います。利用者さんの何気ない一言で本当に元気づけさせられる事が多々あります。まだまだ私には知らない事もたくさんありますが、利用者さんを大事に元気に長生きしてもらえよう日々自分も成長しながら頑張っていきたいと思っています。

私にとっての介護



介護

の仕事に携わるようになり、早12年が経とうとしています。介護の知識・技術共に何も無い状態でこの世界に飛び込んだ私にとっ

て、毎日が勉強・発見の連続でした。これといって取りえない私は、日々利用者に対し笑顔で接する事を心掛けてきました。と言っても私も人間ですから、いつも笑顔でというのは難しい事です。心掛けて笑顔で接する事で、相手も自然に笑顔になり、その笑顔から何度となく元気を頂いたことも数えきれないほど。挨拶だけでも毎日笑顔で続けている事で、いつしか相手から挨拶そして話

しかけてもらえるようになり、そんな時は、受け入れてもらえたという思いから、心の中でガッツポーズをした事もありません。

しかし、ある日、いつものように笑顔で挨拶をし少しの時間ですが話をしようと思い利用者の隣に座ると、「あんた、どしたん？何かあったんじやる？」と心配そうな顔で言われました。その時、私はハツとしました。いつも通り笑顔で接していたつもりが、どこかきこえない私の言動を挨拶だけで察知し、心配させてしまった事を申し訳なく思い、少し涙が・・・



素敵な笑顔

その後、その利用者は私の背中を何も言わずにさすってくださいました。私の中で、利用者の生活をサポートさせて

いただいているのだから、介護者の心配をさせてしまうようでは駄目だと思っていました。しかし、この時から介護する・されるではなく、共に生活をする者として、自分のおじいちゃん・おばあちゃんではないけれども、時には甘えてもいいのかもしれないと思うようになりました。そう思う事で、コミュニケーションの幅も広がったように思います。

この経験をしてから、かなりの年月が経ちますが、介護という仕事は、一般的

に言われているように大変な仕事です。何度となく辞めたいと思ったことも正直あります。

しかし、今現在もこの仕事をしているのは、利用者の素敵な笑顔、そして知らず知らずのうちに色々なことに気付かされ、教えていただき、成長させてもらっている事が糧となっていると思います。人付き合いが苦手な私ですが、本当は人が大好きなのかもしれません。そう気付かせてくれたのも利用者です。



岡山県老人福祉施設協議会は、県内の特別養護老人ホーム、養護老人ホーム、軽費老人ホーム（ケアハウス含む）、老人保健施設、デイサービスセンターが会員となり、老人福祉を推進するため、関係機関等の連絡調整を行うとともに、事業に関する調査・研究・協議を行い、かつその実践をはかることを目的として設立された協議会です。

岡山県老人福祉施設協議会 21 世紀委員会とは、岡山県老人福祉施設協議会を構成する会員施設に所属する 50 歳未満の若手経営者、経営管理担当者及び介護チーフ等が中心になり、会員の相互の研鑽及び会員施設職員の資質向上を図るとともに、現場に密着した 21 世紀の福祉サービスを構築し、老人福祉の発展に寄与することを目的として設立された委員会です。

発行／岡山県老人福祉施設協議会 21 世紀委員会

〒700-0807 岡山県岡山市北区南方 2 丁目 13-1

TEL:086-226-3529

FAX:086-226-3557

<http://www.okayama-roushikyo.jp/>

このパンフレットで紹介しています「第 2 回作文コンテスト入賞作品」「第 2 回フォトコンテスト入賞作品」は全国老人福祉施設協議会が主催のコンテストによるものです。
※各ページの作文と写真の関連性はありません。