

福祉人材センター × 介護福祉士会

2024
12月
No. 41



ふくし・かいご通信

発行：社会福祉法人北海道社会福祉協議会
北海道福祉人材センター ☎011-272-6662



北海道福祉人材センター
HPリンク

北海道福祉人材センターでは、一般社団法人北海道介護福祉士会の協力を得て、福祉・介護に関する基礎知識や日常に役立つ情報を定期的に発行しています。

今月のテーマ

私のかいごストーリー

一般社団法人北海道介護福祉士会 釧根支部 高澤裕美子 氏
北海道介護福祉士会 釧根支部 事務局長
株式会社そよかぜ 介護事業部 部長 / 認定介護福祉士



◆エピソード1「介護の出会い」

私と介護の出会いは、祖母の死です。祖母は、私が中学生の頃から心疾患で、寝ている時間が少しずつ増えて入退院を繰り返していました。退院し、自宅で生活をしている際は、共働きの両親に変わり、私たち姉妹のことを気に掛けてくれ、一緒に習い事に行ったり、刺繍を教えてくれたり、お昼ご飯を作ってくれたりしました。

高校2年生の頃、母とお見舞いに行った際にはICUに居ましたが、看護師さんより「明日、一般病棟に移れます」と話があり、安堵して母と帰宅した記憶があります。しかし、昼過ぎに「幾ばくもありません…」と連絡。父と母は、先に病院へ向かい、私は、下校中の妹を探し、タクシーで病院へ向かいました。病院へ到着した際には、息を引き取った祖母に会い、ただただ涙した記憶があります。

祖母は、私がマニキュアを塗ると「爪が息ができなくなるからやめなさい」と言っていました。その時は、マニキュアを塗った爪を隠しながら、祖母に触れたことを鮮明に記憶しています。

いつの間にか親戚が集まり、ゴタゴタしながら葬儀を終え、気づけば親戚が居なくなっていたように感じます。

自宅療養中の祖母に、「猫にご飯をあげて」「猫のトイレを掃除してあげて」と言われ嫌々やっていました。もう少し、素直にやればよかったなぁと後悔ばかりです。

冬になると、母との合言葉は、「ばあちゃんに漬物の漬け方を教えてもらえばよかったね。」です。今でも「ばあちゃんの漬物」が食べたいと思っている母と私。いつまでも元気で居てくれると思っていたばあちゃんだから、一緒に漬物を漬けることはありませんでした。

高校3年生になって進路に迷っている時、何となく行った本屋で「病院で死ぬということ」(山崎章郎)という本を手に入れました。その本は、医師である作者が末期ガンの患者たちの闘病と死に向き合う中で、一般の病院は、人が死んでいくのにふさわしい場所だろうか。医療従事者にまかせるのではなく、自分自身の意思と選択で自分の死を迎えるにはどうしたらいいのか。人間らしい、おだやかな時間と環境の中で生き、そして最期を迎えるためにどのようなかわりが必要なのかという内容です。



その本と祖母が重なり、「何か出来ることはないのだろうか…」と考え始めた時に、介護の専門学校のパンフレットを手にした際に「これだ!!」と思いました。

専門学校の進学を父と母に相談した際…習い事など何でも中途半端で辞めてきた私に「きっと辞めるでしょ」と思っていた父と母は、渋々といった感じで進学を賛成してくれました。

専門学校での学びと実習は、辛いこともありましたが、様々な人との出会いもありました。多くの仲間と出会い、今も、それぞれの職場で活躍している仲間がいます。



◆エピソード2「痛くなく痒くなく」を叶える為に

私が、最初に就職したのは特別養護老人ホームでした。専門学校を卒業した私は、意気揚々と職場に向かいましたが、知らないことは沢山…出来ないことは沢山…悲しくて辛い時間もありました。

そんな中で、「身体が痛い…」と話される女性利用者さんに「背中を擦ってほしい」と言われ、擦った際に「気持ち良いね～」と。ずっとずっと擦って差し上げることができると思いました。私のやりたいことは、祖母に出来なかった「気持ち良いね～」を聴くことだと思いました。その頃から私の軸は「痛くなく痒くなく」となりました。

20歳の頃「お腹が痛い…」と言われれば、永遠に擦って差し上げられる!「痒い…」と言われれば、永遠と搔いて差し上げられる!とっていました。それが「痛くなく痒くなく」の原点でした。

経験を重ね…それは、お年寄りの身体のみ起こる事だけでなく、心にも起きると言う事に気づいたのをきっかけに…「心身ともに痛くなく痒くなく」に変わっていきました。

更に経験を重ね…「関わるすべての方が心身ともに痛くなく痒くなく」に変わりました。

それは、「関わるすべての方が心身ともに痛くなく痒くなく」を叶える為に日々、学び続け、介護技術の向上や知識を身につけ、チームとしてケアを提供するという事です。

特別養護老人ホームで15年勤めた後、母校の非常勤を経験し、縁があり今の職場で介護支援専門員として、地域にお住まいの方と関わる日々を4年経験し、今では、弊社でサービス付き高齢者住宅をオープンし、管理者・生活相談員として従事しています。また、介護福祉士会鉤根支部事務局長・専門学校の非常勤講師として、利用者さんだけではなく、地域の方や学生さん、その方々が関わる方の「痛くなく痒くなく」を叶える為に、何かお伝えすることができればと思っています。

特別養護老人ホームと介護支援専門員としての経験を活かし、30名の入所者の「痛くなく痒くなく」の生活を送って頂けるために日々、奮闘しております。



◆エピソード3「自分自身の中で軸となるもの」

介護職として「ありがとう」という言葉を頂けることは、嬉しいことではありますが、今は、1人ひとりが泣ける場所があることを大切にしています。

サービス付き高齢者向け住宅は、全室個室ではありますが、どうしても集団生活になりがちの中、ひとりの時間を大切にできる場所であることを大切に関わらせて頂いています。

利用者さんは、「今日、孫が来たよ。」とか「さっき、好きな演歌歌手がテレビに出てたよ。一緒に歌ったよ。」など、嬉しいことや楽しいことは、何も聞かずとも教えてくださいます。

しかし、辛いことや悲しいことは、なかなか教えて頂けません。そんな中、お部屋でひとり、シクシクと泣いている後ろ姿を見た際に、声を掛けるばかりが私たちの役割ではなく、そっとして差し上げることも私たちの役割だと感じました。さっき、シクシクと泣いていた方も食事の時間になると、無理して食堂に来て、明るい顔をしているのです。まわりに気を使い、いつも通りを演じるのです。そんなしんどいことってある?と思った際に、そっと「お食事は、お部屋にお届けしますよ。」の一言で救われることもあると信じています。

だから、私は巡回の際に部屋をノックせず、そっとお部屋を覗きます。(覗かれていると思うと怖い
ですよ…)安否確認という責任や役割はありますが、シクシクと泣きたい時・イライラして誰の顔も
見たくない時もあるのです。誰かと関わることがしんどいと思う時間もあるのです。みなさん、ひとり
の人として生きているのです。「ありがとう」と言ってくださる喜びもありますが、シクシクと泣かせ
てくれて「ありがとう」と思ったださる事もあるということを知っています。

介護職として、何を大切に大事にするかは、1人ひとり違うかもしれません。それをチームメンバー
に押しつけることは出来ませんが、何か自分自身の中で軸となるものがあると良いと思います。

「関わるすべての方が心身ともに痛くなく痒くなく」は私自身の大切にしたいものであり、譲
れないことであり、大切なモットーです。

介護福祉士として26年。語り切れないほどの出逢いがあり、楽しいことも辛いこともありました。
しかし、この仕事と出逢えたことに感謝してします。介護以外の仕事を考えることはできません。

読者へのメッセージ

“こんなに素敵な仕事はありません”とお伝えしたいです。他の仕事をしたことはありませんが…
介護の仕事?と迷っている方は、まずは、弊社に遊びに来てください。

こんなに素敵だよ!を沢山持ち帰ってください!!

【施設の紹介】 株式会社そよかぜ

[介護事業部]訪問介護事業所・居宅介護支援事業所・サービス付き高齢者向け住宅

[障害事業部]就労継続支援B型・相談支援事業所

[理念] 地域に根ざし、明るく、安心・安全なサービスを継続して提供する

在宅支援(訪問介護)・居宅介護支援事業所から始まった会社です。地域でのサービス提供のスキルを最
大限に発揮し、サービス付き高齢者向け住宅などを始めました!!

[HP] <https://www.soyokaze946.com>



北海道介護福祉士会

一般社団法人北海道介護福祉士会

介護福祉士の職業倫理の向上、介護に関する知識技術・
経験を深めて資質向上を図り、北海道の福祉の推進に
寄与している団体です。 ★ 新入会員募集中 ★

TEL&FAX 011-222-5200



ホームページ
はコチラ



入会のご案内
はコチラ

ご感想入力フォーム



「ふくし・かいご通信」をお読みいただきありがとうございます。
皆さまからのご感想をお待ちしております!!



北海道福祉人材センターでは、福祉職場への就職に関する相談を随時受付けておりま
す。お気軽にお問合せください。

TEL 011-272-6662

発行：北海道福祉人材センター

北海道福祉人材センターの利用時間

※月曜日～金曜日午前9時から午後5時まで

(受付は午後4時30分まで)

土曜日・日曜日・祝日および年末年始(12月29日
～1月3日)はお休みです。