

11月11日は介護の日!

第14回

こうち 介護の日

みんなで作ろう!
笑顔あふれる 高知の暮らし



高知県



ポスター《小学の部》

- 最優秀賞 『手をとって助け合おう』
- 特別賞 『かいごの日』
- 優秀賞 『力をあわせてたすけあい』
- 優秀賞 『わたしができるかいご』
- 入選 『思いやりを伝えよう』
- 入選 『みんなえがお』

- | | | |
|-------------|--------|---|
| 高知市立大津小学校5年 | 上田 陸斗 | 3 |
| 土佐市立蓮池小学校5年 | 下村 うみり | 4 |
| 土佐市立蓮池小学校3年 | 古谷 耀愛 | 5 |
| 土佐市立蓮池小学校3年 | 梅原 那瑠 | 5 |
| 土佐市立蓮池小学校3年 | 河林 慶 | 6 |
| 土佐市立蓮池小学校3年 | 白木 映任 | 6 |

ポスター《中学の部》

- 最優秀賞 『世代を超えて支え合い』
- 特別賞 『あなたの手を必要としている』
- 優秀賞 『笑顔の花を咲かせよう』
- 優秀賞 『思いやりと感謝』
- 入選 『老老介護を減らそう』
- 入選 『皆のつながり』

- | | | |
|-----------|--------|----|
| 高知学芸中学校3年 | 梅原 逢 | 7 |
| 高知学芸中学校3年 | 高本 佳凜 | 8 |
| 高知中学校1年 | 上田 さくら | 9 |
| 高知学芸中学校3年 | 小松 彩矢佳 | 9 |
| 高知学芸中学校3年 | 明神 小春 | 10 |
| 高知学芸中学校3年 | 谷 理乃 | 10 |

ポスター《高校の部》

- 最優秀賞 『誰かのヒーロー』
- 特別賞 『介護は笑顔のもと』
- 優秀賞 『支え愛』
- 優秀賞 『今までの感謝を』
- 入選 『ノーリフティングケアで安心な介護を』
- 入選 『介護で広がる笑顔』

- | | | |
|----------------|-------|----|
| 高知市立高知商業高等学校3年 | 菅 小桜 | 11 |
| 高知市立高知商業高等学校3年 | 下元 美結 | 12 |
| 高知市立高知商業高等学校3年 | 井上 怜奈 | 13 |
| 高知県立春野高等学校3年 | 山本 千星 | 13 |
| 高知県立春野高等学校3年 | 谷岡 夢桜 | 14 |
| 高知県立室戸高等学校3年 | 中島 麗華 | 14 |

作文《中学の部》

- 最優秀賞 『大好きな祖父の介護を考える』
- 特別賞 『面白家族』
- 優秀賞 『介護の大切さ』
- 入選 『福祉体験で学んだこと』
- 入選 『朝霧荘に行って』

- | | | |
|--------------|-------|----|
| 香南市立香我美中学校1年 | 別役 七華 | 15 |
| 香南市立香我美中学校1年 | 川崎 心夢 | 16 |
| いの町立本川中学校3年 | 三輪 愛未 | 17 |
| いの町立本川中学校3年 | 伊東 海波 | 18 |
| いの町立本川中学校3年 | 丸山 恵佑 | 18 |

作文《高校の部》

- 最優秀賞 『祖父が教えてくれた介護』
- 特別賞 『介護を受ける私の祖母』
- 優秀賞 『理学療法士として～高齢者問題を考える～』
- 優秀賞 『現代の介護の姿』
- 入選 『介護職員初任者研修を学んで思ったこと』
- 入選 『介護の難しさ』

- | | | |
|--------------|--------|----|
| 高知県立城山高等学校3年 | 山本 千尋 | 19 |
| 高知県立城山高等学校3年 | 澤村 藍里 | 20 |
| 高知県立安芸高等学校3年 | 植野 瑠唯 | 21 |
| 高知県立安芸高等学校3年 | 竹崎 功太 | 21 |
| 高知県立春野高等学校2年 | 石田 ひなの | 22 |
| 高知県立室戸高等学校2年 | 小松 友里音 | 22 |

学校賞

- ポスター《小学の部》
- ポスター《中学の部》
- ポスター《高校の部》
- 作文《中学の部》

- 土佐市立蓮池小学校
- 高知学芸中学校
- 高知市立高知商業高等学校
- いの町立本川中学校

WEBサイト開設紹介

ポスター 《小学の部》



『手をとりに合って助け合おう』

高知市立大津小学校5年

うえた りくと
上田 陸斗さん

おじいさんとおばあさんをみんなで助け合っ
てほしいと思ってかきました

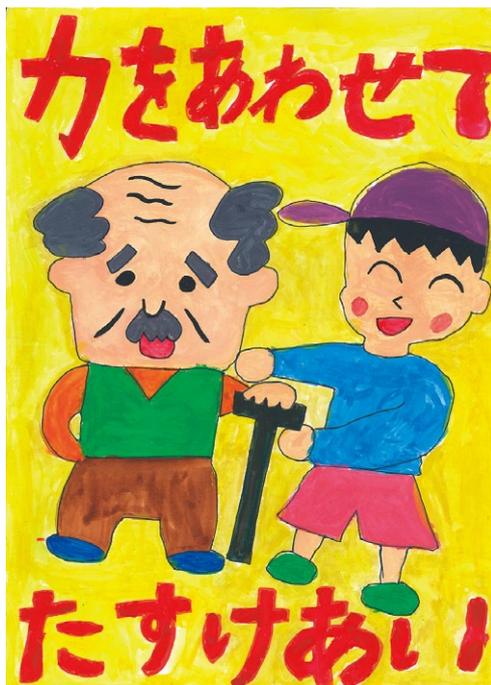


『かいごの日』

土佐市立蓮池小学校5年

しもむら
下村 うみりさん

かいごの日をもっとみんなに知ってもらいたくてかきました。四つ葉のクローバーであわせなみんなをかきました。



『力をあわせてたすけあい』

土佐市立蓮池小学校3年 ^{ふるや} ^{かい} 古谷 耀愛さん

みんなで力をあわせてたすけあったら、みんながえがおでしあわせにくらせると思ったから。



『わたしができるかいご』

土佐市立蓮池小学校3年 ^{うめばら} ^{なる} 梅原 那瑠さん

まえじいちゃんが車いすでしたからそれをおもいだしてかきました。



『思いやりを伝えよう』

土佐市立蓮池小学校3年

かわばやし けい
河林 慶さん

みんなのえがおにかこまれながらささえあうような考えでこのさく品をかきました。



『みんなえがお』

土佐市立蓮池小学校3年

しらき えいと
白木 映任さん

おとしよりをたすけたりこえをかけたらえがおになるかなと思ったから。

ポスター 《中学の部》



『世代を超えて支え合い』

高知学芸中学校3年
うめばら あい
梅原 逢さん

私は小さい頃からたくさんの人にお世話になって育ってきたので、恩返ししたいと思ってこのポスターを描きました。



『あなたの手を必要としている』

高知学芸中学校3年
たかもと かりん
高本 佳凜さん

毎年、高齢化が進み、介護を必要とする高齢者が増加しているから、介護のポスターを作りました。



『笑顔の花を咲かせよう』

高知中学校1年 ^{うえた}上田 さくらさん

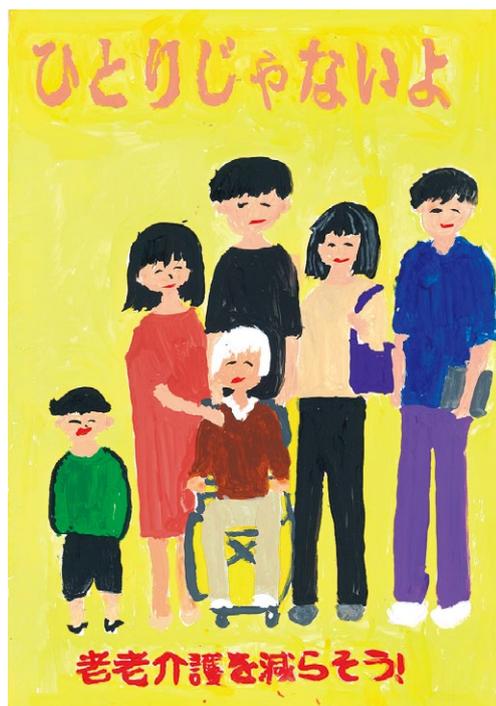
介護するがわも、されるがわも、おたがいが笑顔でいてほしいから。



『思いやりと感謝』

高知学芸中学校3年 ^{こまつ さやか}小松 彩矢佳さん

いつも介護をしてきている方の思いやりに感謝して、毎日を過ごしていく。



『老老介護を減らそう』

高知学芸中学校3年 みょうじん こはる 明神 小春さん

近年、老老介護等1人で抱えこむ介護が急増しているのので、1人で抱えずにみんなと助け合って介護をしてほしい。



『皆のつながり』

高知学芸中学校3年
たに りの 谷 理乃さん

人と人との繋がりを意識し、介護の大切さを考えて制作しました。

ポスター 《高校の部》



『誰かのヒーロー』

高知市立高知商業高等学校3年

すが こはる
菅 小桜さん

介護を仕事として当たり前に来てくれている方々がいるけど、介護を受ける本人や家族からするとすごく有難いものでヒーローのようだなと感じたから。



『介護は笑顔のもと』

高知市立高知商業高等学校3年

しももと みゆ
下元 美結さん

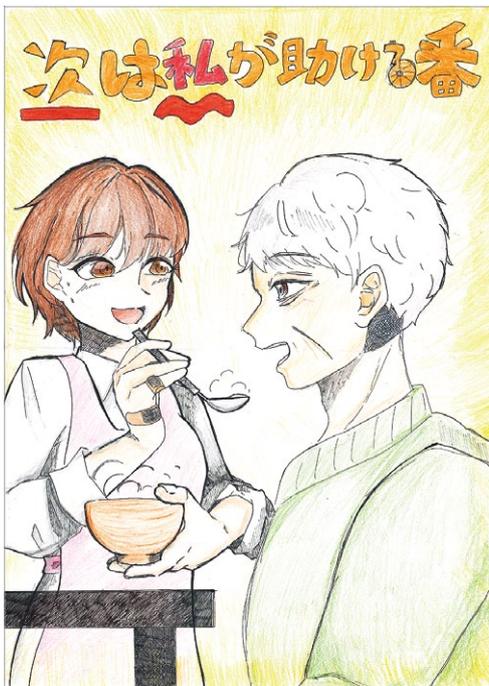
介護はされる側とする側どちらも大変だけど、介護を通して笑顔になることもあると思うから、そういうことがもっと広がればいいと思い制作しました。



『支え愛』

高知市立高知商業高等学校3年 ^{いのうえ} ^{れな} 井上 怜奈さん

一人ひとりが手を取り合って、支え合うというイメージで描きました。一つ一つのパズルはいろいろな人の手助けを表していて、それらが集まって出来ているというイメージです。



『今までの感謝を』

高知県立春野高等学校3年 ^{やまもと} ^{ちせ} 山本 千星さん

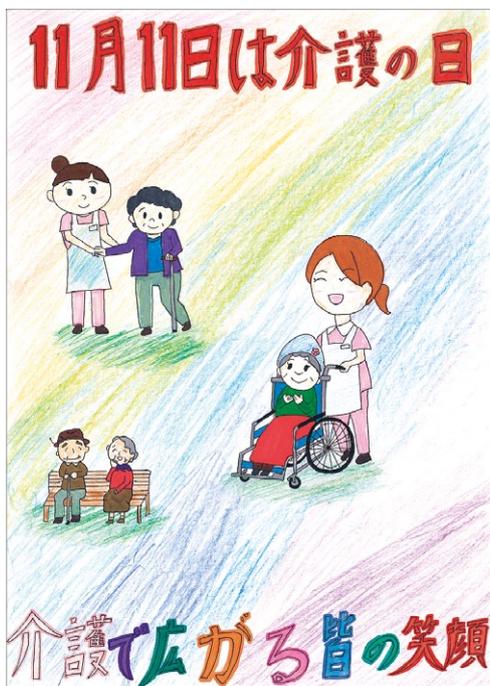
今まで可愛いがられてきたり家に遊びに行き、お世話になってきました。昔とは違い、大きくなった体、力もつき自分だけでなく周りの人を手助けできる力もついた。しかし比例していくように、祖母や祖父は体力の衰えやできることができなくなっていくように…だから「次は私が支える番だ」と思いこの作品を制作しました。



『ノーリフティングケアで安心な介護を』

高知県立春野高等学校3年 たにおか ゆら 谷岡 夢桜さん

私は福祉の授業で、ノーリフティングケア体験をしました。今まで介護方法について学び、基本は人と人が多少無理をしても力で利用者さんを動かすということはしかたないと思っていました。しかし、ノーリフティングケアではその必要がなく、お互い無理をせずに介護ができ、とても画期的だと感動しました。また、この経験からノーリフティングケアは介護の悪いイメージを払拭してくれると思っているので、ぜひ、認知度に貢献したいと思い制作しました。



『介護で広がる笑顔』

高知県立室戸高等学校3年 なかじま れいか 中島 麗華さん

介護は大変だけど、介護を必要とする人や介護をしている人とのコミュニケーションをとることで、大変なことだけではなく、コミュニケーションで皆の笑顔をみることができたらいいなという思いで制作しました。



作文《中学の部》

『大好きな祖父の介護を考える』

香南市立香我美中学校一年 別役七華さん べっちゃんのか

正直に言うと、私は最近まで介護という言葉は自分には全く関係がなく、ピンときたこともなかった。

私が介護について本気で考えるようになったのは昨年十月のことだ。私には大好きな祖父がいる。いつも遊んでくれて、本当に大好きな祖父だ。その祖父が突然くも膜下出血で手術をし、その後意識不明となったのだ。祖父はその一週間前まで、姉の実習の迎えに行ったり、普通に生活していた。手術前夜にも、祖母のご飯の心配や、姉の迎えに行かないといけないのにと、そんな心配ばかりしていた。一夜にして祖父は、私の知っている祖父ではなくなくなってしまった。

幸いと言っているのは分からないが、病院を転院し、何とか一命は取り留めた。だが、祖父は体が動かず、喋らず、笑うこともない。ただ生きていくだけの状態になってしまった。もちろん食事をすることもできない。

母に聞いた話では、介護度五とあって、何一つ自分でできずに、意思の疎通もできないのだそうだ。時々目を開けて腕を動かすことはあるそうだが、それも自分の意志でそうしているわけではないらしい。

私の姉は看護師になる勉強をされていて、「お風呂の世話も、体位変換もできるで。」

と言っていた。私も何となくの憧れから、姉のように看護師になりたいとは思っていたが、大好きな祖父の世話ができるのなら、何となくではなく、絶対に看護師になりたいと思っただ。そして、祖父のためにできることを一つでも増やして、少しでも祖父が気持ちよくいられるようにしてあげたいと思った。

コロナが五類にはなったが、実際にはまだ十五歳以下は病院での面会が一度も許可されることはなく、私はまだ祖父に会えることなく生活をしている。私をもっと年齢が上だったら：私が看護師だったらと、悔しい思いをしている。

祖母はそんな祖父を家に連れて帰って世話をしたいと言っている。看護師の兄や叔父はそんな簡単なことではないと言っているが、何とか祖母の思いを叶えてあげたいと色々動いている。もし祖母の願い通り祖父が家に帰ってくることでできたなら、きっと人の手がすぐくいるだろう。その時に少しでも介護の手助けができるようになっていたい。だから私はとりあえず、今できることを考えなくてはいけないと思う。いつか何が出来るだろう。勉強することだろうか。体力をつけることだろうか。まだ自分にできることが何なのかは本当に全然分からない。だが、祖父が私を愛してくれた分、私もいっぱいその気持ちを返していきたいと思っている。





『面白家族』

香南市立香我美中学校一年

かわさき みこと
川崎 心琴 さん

私には、七十代のおばあちゃんと八十代のおじいちゃんがあります。おじいちゃんの家には週に一回、妹と母と一緒に訪ねて行きます。

おばあちゃんは、鞆や箱を集めるのが好きで、安くなっているものを買ってきては集めています。食べることも大好きで、好物はおすしです。おじいちゃんは、一日の大半をテレビの前で座ってテレビを観て過ごしています。ビールが好きで、キンビールが一番だそうです。母は、おじいちゃんちに行くとき、冷蔵庫の中の物の賞味期限を確認します。おじいちゃんちの食べ物確認しないと怖いと言っていました。

おじいちゃんもおばあちゃんも元気で生活していますが、買い物に行った時に私に買い物袋を持って、とか、財布から小銭を出す時に時間がかかる等、高齢者になると力がなくなったり動作がおそくなるのだと感じる場面が多くあります。私は、おばあちゃんの手伝いをするのは嫌ではないので最近自分から進んで手伝うようになりました。

おばあちゃんは耳も少し遠いので、私が言った事が伝わらない事があり、「しか」と「イカ」を聞き間違えたりします。後は、私と妹がケンカをしていると、なぜか分からないけどおばあちゃんも参戦してきて、二人でケンカになることもあります。こんな、おばあちゃんとの関わりを昔は嫌だと感じて、「じいちゃんちには行きたくない」と言ったこともありました。今ではそれもおばあちゃんの個性で面白いおばあちゃんだと思えるようになりました。

私は、おばあちゃんからおみそ汁の作り方を教えてもらい私はおばあちゃんにティックトックやユーチューブで流行っている歌とかを教えて、毎週楽しく過ごしています。

おじいちゃんもおばあちゃんも、私が知らない事をたくさん知っているし、おじいちゃんもムカデもゴキブリも退治してくれます。

私が出来ない事を手伝ってくれて、私もおじいちゃん達が出来ない事を手伝っているだけ。私は、高齢者との関わりはすごくシンプルなお助け合いだと思っています。





『福祉体験で学んだこと』

いの町立本川中学校三年 伊東 海波さん



私の母は、私が小さいときから介護の仕事をしています。私は働く母を見るのが大好きでした。介護をしている母はとても楽しそうで、かっこいいからです。私が保育園児の時、母と一緒に職場に行き、利用者さんたちと一緒に遊んだり、体操をしたりしていました。私にとってはそれが日常だったので、そのときから介護という職業に興味をもっていました。

中学三年生になり、高齢者疑似体験、そして福祉体験学習が行われました。まず、高齢者疑似体験がありました。高齢者疑似体験では、自分たちが体験をしたり、介助体験をしたりしました。高齢者の大変さやしんどさを実感しました。

福祉体験学習では、朝霧荘に二日間行きました。利用者さんと話をしたり、食事の準備をしたり、レクリエーションをやったりしました。私にとってはいい経験になりました。二日間、本当に楽しかったです。利用者さんに笑っていただき、私の方が元気をいただきました。初めてのことが多かったですが、利用者の方と職員の方に助けていただき、有意義な体験にすることができました。また、相手のことを考えて、話したり、話を聞いたりするのは正直なところ気を遣いました。しかし、それ以上に、充実感があり、満足感がありました。私がやったことは「介護」とは呼べるようなものではないかもしれませんが、誰かのお世話をし、自分を頼りにしてもらえるのはこんなにもうれしいのだという経験をしました。人は誰かがそばにいて、話をきいてくれるだけでうれしいものです。だから、介護は自分にできることをやればいいのだと気づきました。介護士は介護のエキスパートなので、今の私にはできるはずがありません。だから、自分にできることをやればいいのだと気づきました。

この福祉体験学習を通して、私はさらに「介護」という職業に興味を持つことができました。きっと介護士の皆さんは、私の知らないところで、いろいろな苦労があり、いろいろな工夫をされているのでしょう。実際、二日間の体験では、私たち中学生が、利用者さんと関わりやすいように、そして動きやすいように工夫してくださっていたのだと思います。

私は母を尊敬しているので、将来は母のような介護士になりたいです。今回の体験で改めて「介護士」は憧れの職業になりました。介護は大変だとレッテルが貼られ、若い介護士が少なくなっていると聞きます。「介護」は楽しいことの方が多いと今回の体験で学びました。たくさん勉強して、介護士になります。

『朝霧荘に行って』

いの町立本川中学校三年 丸山 恵佑さん



先日、福祉体験学習で学校の近くにある高齢者デイサービス施設「朝霧荘」に行きました。僕は普段からお年寄りの方と関わるのがなく、行く前はかなり不安でした。

朝霧荘に行き、最初に掃除をしました。僕は朝霧荘の外を掃除しました。その後にお年寄りの方をお迎えに行きました。みんなで高齢者の方とお話することになり、僕は少し耳の聞こえにくい方と話をしました。大きな声で、しっかりと発音でないとなかなか伝わらず、大変でした。そのあと高齢者の方はお風呂に入ることになりましたが、僕は介護をしませんでした。休憩時間には僕は疲れ切っていました。休憩が終わると体操があり音楽に合わせて、いすに座りながら体操をしました。意外としんどかったです。

おやつを食べ終わると、二チームに分かれてレクリエーションをやりました。僕のチームは輪投げと魚釣りをしました。輪投げは中学生が得意かなと思いましたが、お年寄りの方がかなり上手でした。レクリエーションが終わった後、少し自由時間があつたのでトランプや黒ひげ危機一髪をしました。

耳が聞こえにくい方や、足腰の弱い方がいらつしやうり、コミュニケーションを取ることに苦労しましたが、とても楽しかったです。

二日目は、初日に比べて話す時間が多かったです。とてもおもしろい話をしていただき、とても楽しかったです。実際に高齢者の方と関わることで、とてもいい体験となりました。

普段、関わりがない僕でも、気軽にお話をしてくださるし、孫のように接してくださるので、僕自身がいやされるような気がします。少しでも利用者さんと近づくことができたらいいなと思います。事前に疑似体験をしていたので、いろいろと高齢者の方の体の状態を理解することができていたので、スムーズでしたが、学習していなければ僕もつと大変だったと思います。「介護」と言えば重く聞かれますが、そばに寄って行って話をするだけでも、高齢者の方々に力になると思います。僕は二日間「介護」というようなことをしたつもりはありますが、僕がやったことが「介護」と呼べるなら誰にでもできると思います。重く受け止めず、自分ができることを相手のことを考えて助けてあげること、介護の一つではないかと思えます。誰だっというかは高齢者になります。僕の親もいつかは高齢者と呼ばれるようになります。まずは家族が介護について正しい理解をし、一人でも何とかしようと思えないことが大事だと思います。



作文《高校の部》

『祖父が教えてくれた介護』

高知県立城山高等学校三年

やまもと ちひろ
山本千尋さん

私はいつも温かかった祖父の手が、今でも忘れられない。幼い時、抱っこしてくれたり、肩車、お馬さんごっこなどで遊んでくれた。いつも「この時間がずっと続けばいいのに」と思うくらい、本当に楽しい時間を過ごすことができた。しかし、三年前の出来事で事態は一変した。その日、祖父は急に「お腹が痛い」と言い出した。祖父はこれまで、大きな病気をしたことがなかったもので、私たちが家族はとて心配になり、すぐに病院へ連れて行つた。検査の結果、医師から告げられたのは腹部大動脈瘤という、今まで聞いたことがなかった病名だった。続けて「破裂すると100%死んでしまう」ことも告げられ、私たちが家族は言葉を失った。

それから2年半ぐらいの間、祖父の身の回りの世話をするのが日課となった。食事を祖父の部屋に運んだり、重いものは私が率先して持ったり。私が何かをするたびに「よう頑張ったな。ありがとう」といってお小遣いをくれたり、お菓子をくれたりした。そうやってお世話をしていくうちに、少しずつ「介護」という言葉にも興味を持ち始めた。

高校進学を決めるときは、福祉を学べる城山高校を選択し、2年次から福祉を学んでいる。祖父のように生活するうえで何か困りごとがある人たちを「介護」で救いたいという思いで決めたことでもあった。福祉の授業は決して簡単なことばかりではないが、専門的な知識や技術を今のうちから少しでも習得しておきたい。

その頃、祖父が自宅の椅子から転倒し、「大腿骨頸部骨折」と診断された。そしてついに、ベッド上で寝たきり生活となってしまった。それからというもの、飲み込む力や体力がみるみる衰えてしまい、食欲もぐんと落ちた。祖父の好物のそうめんやコーヒート牛乳、豆腐、とろみのあるバナナのスムージーなどを用意し、少しでも祖父が元気になるようにと祈る思いで食事介助を行った。しかし祖父の体はどんどんとやせ細り、腹部の大動脈瘤もいつ破裂してもおかしくない大きさになっていた。その後は肺炎を発症し、高知市内の病院へ入院することとなった。入院後も祖父の状態がよくなることはなく、数か月後に危篤状態となり、静かに息を引き取った。祖父の最期に間に合わなかったことが唯一の心残りではあるが、私は祖父に感謝している。気軽に始めた祖父の「お世話」だったが、そのお世話がきっかけとなり、「介護」に興味を持つことができ、今ではその「介護」を仕事にしたいと考えている。介護の仕事に進む道を示してくれたのは、間違いなく祖父のおかげだ。

「じいちゃん。介護に出会わせてくれてありがとう」





『介護を受ける私の祖母』

高知県立城山高等学校三年 澤村 藍里さわむら あいりさん

私の祖母は脳梗塞の後遺症で、左片麻痺があり、現在は特別養護老人ホームに入所しています。入所当初は「大丈夫かな?」と思っていましたが、施設内では職員さんや他の利用者さんと上手にコミュニケーションがとれていて、毎日の生活がとても楽しそうだなと思う反面、やはり左片麻痺があるため、何か作業をしようとしても、麻痺のない右手だけを使って作業しているので、色々と不便そうだなと感じました。このように、祖母の日常生活の不便さを想像すると同時に、祖母は普段、どのような介護を受けているのかなと興味を持ち始めました。

介護という言葉に少し興味を持ち始めた私は、高校に入学後、福祉についての学習を始めました。授業では、ベッドメイキングや車いす介助などの基本技術や、認知症の方とのコミュニケーションの方法だけではなく、「クロックポジション」や「ICF」など聞きなれない言葉も出てきます。ですが、私が介護に関する知識や技術を習得することで、少しでも祖母のためになるのではないかと思い頑張っています。

福祉の授業では、高齢者の生活について考える場面があり、老化に伴って、私の祖母のように生活がしづらいと感じる人がたくさんいることにも気付きました。私たちは当たり前のように段差や階段の上り下りをしていきますが、私たちが当たり前にやっていることも、高齢者の方は苦労していることもわかりました。高齢者の「困りごと」についてインターネットで調べてみると、「人とのコミュニケーションが少ない」と書かれており、小学生の時に高齢者施設を訪問した時のことを思い出しました。当時、その施設の職員さんからは、「利用者さんと話すときは、目を見てゆっくり話してね」と言われました。きっとその職員さんは、はつきり、ゆっくり話すことで、相手の方に伝わりやすいだけではなく、利用者さんと落ち着いた雰囲気でお話をすることを心掛けていたのだと思います。そしてそのような関わりを通して、コミュニケーションの時間を大切にしていたのだと気付きました。

私は将来、介護士になりたいと考えています。祖母に日常的に関わってくださる介護職員の方々の言葉かけや寄り添う姿勢など、心のこもった優しさに触れることで、「私もこんな人になりたい」と強く感じるようになりました。現在、学校の授業で学んでいる福祉に関する知識や技術を武器にして、利用者さんやそのご家族の方の気持ちに寄り添うことができる介護士を目指します。





『理学療法士として、高齢者問題を考える』

高知県立安芸高等学校三年 植野 瑠唯さん



私は将来、理学療法士になりたいと思っています。理学療法士はケガや病気などで身体に障害のある人や障害の発生が予測される人に対して、基本動作能力の回復や維持、および障害の悪化の予防を目的に、運動療法や物理療法などを用いて、自立した日常生活が送れるよう支援する医学的リハビリテーションの専門職です。近年は、高齢者の介護予防、健康増進、生活習慣病に対する指導、スポーツ現場、産業分野など活躍の場が広がっている。患者の中には認知症を持つ人も少なくない。高齢者が多いことを考えれば、七〇歳以上の約一割、九〇歳以上になると五割が脳の認知機能が低下することを考えれば当たり前のことだ。そんな患者のリハビリを行う上で大切なことや認知症の知識を深めたいと思い、認知症サポーター養成講座を受けることにした。

私が研修を受けた際、講師の方が繰り返して言った言葉が印象に残っている。それは「彼らに寄り添ってほしい」という言葉だ。認知症になった方は食事をしたことや物をどこにおいたのかを忘れて、家族や周りの人に繰り返し聞いたり、隠したのではないかと疑ったりすること。そんな時は認知症の方を否定せず、せかしたり驚かせたりしないことを意識してほしいということだった。そして認知症の方を支援する方にも寄り添い見守ってほしいと。誰かがその大変さを分かってくれなくてはならないのだ。

認知症になるとできなくなることも増え、様々なことに絶望感や恐怖心を抱いてしまう。私はこの先認知症の方と関わる機会が増える。その時、患者を否定しないことを意識し、リハビリをおこなっていききたい。また、患者ができることを見つけ地域と関わる場を設けることができればと考えている。地域と一緒に認知症の方を支えたいと思う。

私は認知症を持っている人を特別視しない。理学療法士が行う治療や支援の内容は、患者一人ひとりについて医学的・社会的視点からそれぞれの目標に向けて適切なプログラムを作成する。一〇〇人の患者がいれば一〇〇通りの支援プログラムがあるということだ。認知症の方のプログラムはその一つに過ぎない。認知症はその人らしく、個性なのだ。そのように考えれば、認知症は特別なことではないように感じる。私は老化も成長の一部だと思っている。老化が悪いことではない。ただ少し、生活が不便になるだけだ。みんなが幸せに暮らすことのできる社会なら、できる人ができない人のカバールをすればいいのではないか。

先日、日本のエイザイとアメリカのバイオジェンが開発したアルツハイマー病治療薬が承認された。これまで対処しかできなかった認知症治療の大きな一歩だ。医学は発達する。リハビリも進化していく。それ以上に人間の思いやりの心もずっと成長し、老化を楽しめる世の中、喜びや笑顔がたくさんある日々になってほしいと願う。

『現代の介護の姿』

高知県立安芸高等学校三年 竹崎 功太さん



私は将来介護福祉士になりたいと考えている。周りからは、介護はしんどい、給料が少ない、わざわざそんな仕事を自分で選ばなくてもと言われる。確かに身体が自由な方の生活のサポートは大変なことで、簡単ではない。しかし、やりがいも大きい。しんどい仕事だから選ばないという考えは古い。現在、介護職に関する取り組みが改善されつつある。

その一つは高知県が推進している「ノーリフトインゲケア」という介護法だ。人間の力だけに頼らず、介護機器や道具の力で介護者の身体への影響を減らす。私は専門学校のオープンキャンパスで実際の介護の現場で行われている介護を体験した。器具を使わない昔の方法の後、新しいやり方を介護される者として体験したのだが、不安が軽減され、安心していられた。介護者の方も、身体が楽だと話していた。

私が介護職を選んだ理由はやりがいのほかにもう一つある。保護者として私たち三兄弟を育ててくれた祖父母への恩返しという意味を持つ。今は二人とも元気に働いているが、近い将来、介護が必要になるだろう。その時、少しでも知識を持った子どもがいることは、二人にとって安心材料になるはずだ。また、祖父母だけでなく、高齢になるまで頑張ってくれていた方、最期のサポートをし、幸せな気持ちになってほしいという思いもある。社会での役割を終えた人はもうどうでもいいなどという社会はおかしい。誰もが最後まで、幸せで、笑顔で過ごせるというのが私の理想の社会だ。

今夏、複数の福祉施設見学に行く介護バスツアーに参加した。小規模多機能型居宅介護事業所、障害者支援施設、特別養護老人ホームと少しずつ違う形態の施設に行き、設備なども見てきた。古い設備のところもあり、何とか改善してほしいという思いも持ったが、私の印象に残っているのは、どの施設でも利用者の方々がニコニコ笑顔で生活していたことだ。そして介護士、職員みんなも笑顔だった。優しい声掛けをしていた。私の祖父母が施設に入ることになったら、と入所者の方の姿と祖父母の姿とが重なった。祖父母が入所するのなら、日々笑顔で過ごしてほしい。私が直接介護することにはならないと思うが、今回の見学で見た、介護士の方々のように、家族に接するように笑顔で介護してもらえれば、介護士の方々のように、家族に接するように笑顔で介護してもらえれば、介護士の方も、精神的な支えになっているように感じた。しんどい仕事の介護士だが、年をとっても人のためだと思いたい。行動する姿が心に残った。介護士は、本当に大切な仕事なのだ、そう実感した。

介護士の仕事は、私が思っている何倍もしんどいと思う。笑顔ではいられない時もたくさんあると思う。それでも私は介護士という仕事に誇りを持ち、七十歳までやるとは言えないが、自分の力を尽くしていきたいと思う。そして多くの人を笑顔にしていきたい。



『介護職員初任者研修を学んで思ったこと』

高知県立春野高等学校二年 石田 ひなのさん

こうち介護の日
ポスター作文コンテスト
★
高校の部
入選

私は、2年生になってから福祉や介護について学ぶようになり、今まで高齢の方々への接し方や障がいのある人に対する接し方が間違っていることに気がつきました。

私が身内以外の高齢者の方と初めて接したのは中学2年生の時でした。横断歩道を歩いている方に「大丈夫ですか？」と話しかけました。私は、その方の歩くサポートをしようと思いましたが、その方は「助けなくてもいい、やめてくれ。」と言われました。中学2年生の私は「助けたらいい、サポートが必要なのだから他の人を頼るのが当たり前、サポートが必要なのだから前、というような考え方でしたが、その時は助けるどころかその方の足手まといになってしまいました。家に帰りその話を家族にすると、父が「それは違うんじゃない?」と、私の考えを否定しました。その時は「なぜ、私の考え方が違うの?」私が高齢者になったらサポートを受けるのが普通になりそうなのに!」と思っていました。高校生になり、介護職員初任者研修も受けるようになり、学んでいる中で分かったことは、「人は自分で出来ることは自分でやりたい!」ということが強く主張されている内容が多くあり、自立や人権の尊重など考えると当たり前であると感じました。昔の私がしようとしてたのは「人助け」ではなく「おせっかい」だったと思い直し、その人の周りのことを全部代わりにすることが大切ではないことを思い知りました。高齢者で動きが遅いからとか、認知症で短期記憶ができないからと言っても、その人の機能する能力はまだ多くあり、それを代わりに全てやってしまうことは能力を奪うことになってしまいますので、介護者としてはいけないことだとこのことを学びました。高齢者だからこうという決めつけはしないほうが良いことを理解し、正しい接し方やサポートについてもっと学び、昔のような間違った接し方や間違った認識や決めつけをしないようにしていきたいなと思いました。

私の将来の夢は、保育士、幼稚園教諭になることです。福祉や介護について学ぶ中で、介護で使われるコミュニケーションが保育にも活かせると思いました。叱る、行動を否定するなどの相手を萎縮させてしまう言動よりも、感謝する、褒める、なぜそのような行動をしようとしたのかを考えるなど相手を理解しようとする態度が大切だと学び、保育でも大切にしなければいけないことだと思いきこれからの保育の勉強や実習にも活かしていきたいと思いました。

『介護の難しさ』

高知県立室戸高等学校二年 小松 友里音さん

こうち介護の日
ポスター作文コンテスト
★
高校の部
入選

皆さんにとって、介護とはどのようなイメージでありますか。

私は、介護の勉強をする前は、お年寄りに単なるお世話をするにすぎないイメージでした。しかし、私のイメージとは違い、介護は、年齢に関係なく高齢者や介護を必要とする人の身の回りのお世話や心のケアなどを支えることです。また、自立も支援します。室戸高校での授業で学習する中、このことを知り、私の経験を交えて書きます。

まず、一つ目は、私の祖父母に対する思いの変化についてです。夏休みに久しぶりに祖父母に会いに行くと、祖父は、今まで出来ていた立ち上がりやビンの蓋を開けるなど日常の些細なことまで難しくなっていました。二か月会っていないだけで以前は出来ていたことが出来なくなっていました。私が幼少の頃は風呂に入ってくれたり、ビンの蓋を開けてくれたりして色々なことをしてくれました。しかし、今は、家族や私が支えなければいけません。祖母も同じです。祖母は、私が学校の話をするとき、少し時間がたつと同じ質問をします。認知症ではないけど、老化により忘れっぽくなっている今の状況を認めたくない気持ちがあります。また、数年後には、更にその症状が悪化し体全体の機能が低下しているかもしれないと思います。その時は、兄弟で助け合ったりして家族で苦難を乗り越え楽しく介護したいと思っています。

二つ目は、障害者に対する対応です。これまで小学校からボランティアなどを学習してきましたが、その時にはどうしていいかわからなかったことがありました。私が、満員電車で揺られて帰宅していた時のことです。乗った車両は多くの人で混雑していた中、ある女性がつけていたヘルプマークのキーホルダーが目にはいりました。ヘルプマークは、「義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方々、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマーク」です。私は、すぐに空いている席に案内すべきか、もしかししたら、あまり目立ちたくないと空いている席に案内すべきか、かけるべきか迷い、結局、声をかけることができませんでした。

介護する側はその相手を尊重することを考えつつも、考えすぎてどう接するべきかわからない私のままではなく、これからの私は、最善の対応を学校での学習を通して考えていきたいと思っています。いつか私もケガをして介護される側になるかもしれないという意識をもって相手のことをしっかり考えていきたいと思っています。現在、利用者や介護者には、常に対等な関係があるとは言えず、遠慮なく利用者が言うことや行動することなどできないように思います。

私にとって介護現場は、その人の貴重な経験等の話が聞け、利用者にとっては語れるステキな場所だと思っています。だから、介護現場は必要な場所であり、虐待の場所等の問題の場所にならないように願っています。



受賞作品集

こうち介護の日 WEB サイト

福祉・介護の仕事や魅力についての情報が盛りだくさん!!

高知県福祉・介護事業所
認証評価制度について

ノーリフティングケアについて

こうち介護の日ポスター・
作文コンテスト 受賞作品発表

介護関係団体の紹介

介護の仕事・
魅力について



福祉・介護の仕事や魅力についての紹介、最新の福祉機器の情報も盛りだくさん!
その他、高知県福祉・介護事業所認証評価制度についてなど
高知県の取り組みについても詳しく紹介していますので、
福祉・介護の仕事に興味のある方や学生さんは、ぜひアクセスお待ちしております!



<https://www.kochikaigo.com/>

◀こちらから
アクセスできます



第14回
こうち
介護の日

高知県