

オレンジクロス

～ 理想の地域包括ケアシステム創造に向けて ～



巻頭言

一般財団法人 オレンジクロス理事長
村上 佑順

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

選考結果、受賞作品、受賞の言葉、講評

特別寄稿

令和6年能登半島地震と地域包括ケアのこれから

東京医科歯科大学 国際健康推進医学
非常勤講師 長嶺 由衣子氏

2024年シンポジウムのご案内



一般財団法人

オレンジクロス

巻頭言

10周年を迎えて



この広報誌が皆様のお手元に届いている頃には、一般財団法人オレンジクロスは設立10周年を迎えております。10周年を記念し作成しました10周年記念誌でもお伝えいたしましたが、改めまして、ご賛助いただいております賛助会員の皆様ならびに各研究・プロジェクトにご参加・ご協力くださいました皆様に深く感謝申し上げます。

この10年の間、一般財団法人オレンジクロスは様々な研究事業、そして啓発事業を実施してまいりました。唯一、看護・介護エピソードコンテストは財団設立時より継続している事業であり、私個人としても思い入れが強い事業になります。第1回では応募作品が20作品未満でしたが、少しずつ社会の認知度も高まり回を重ねるごとに応募くださる方が増え、現在では200作品を超える応募があり、10年通じた応募総数も1,000作品を超えるまでになりました。すでにホームページにも掲載しました10周年記念誌では、この看護・介護エピソードコンテストで過去に受賞された方々にインタビューをさせていただきました。その中で1人の受賞者の方から、このエピソードコンテストの受賞が「人生の分岐点だった」というコメントをいただいております。財団設立者の看護・介護に携わり活躍されている方に焦点をあて、そして、広く賞賛をする機会を持ちたいという想いに応えられている事業になっていると改めて感じる機会となりました。その他、このコンテストの受賞作品をきっかけに転職された方、想いを共有できた方など、エピソードコンテストを通じ応募くださった方々にとってプラスの機会になっていることは非常に嬉しく思っております。第1回から第10回まで「伝えたい!わたしの看護・介護エピソード」という同じテーマで作品を募集してきました。「伝えたい!」という言葉にしたからこそ、「喜び」だけでなく「悲しみ」「後悔」などマイナスと感ぜられるエピソードも応募いただいているのが、このコンテストの1つの特徴だと思います。今後も特段の事情がない限りテーマは変えることはなく、素晴らしいエピソードを皆様に伝えてまいりたいと思います。文字にするからこそ気付くこと。そして、その気付きや想いを他の方と共有する大切さをこのエピソードコンテストを通じて感じております。

一般財団法人 オレンジクロス理事長

村上 佑順

第10回 看護・介護エピソードコンテスト 選考結果

「看護・介護エピソードコンテスト」を通じて、看護・介護で出会ったエピソードを広く募集し、看護・介護のすばらしさをみなさまと共有したいと思っております。第10回の選考結果と受賞作品をご紹介します。

大賞	母と紡ぐ心の絵本	天竹 勉 さん (非常勤職員)
優秀賞	トゥー・ノートブックス・フル・オブ・ヘルプ	尾崎 紀子 さん (会社員)
優秀賞	アトピーの集団介護	木俣 肇 さん (医師)
優秀賞	優しいうそーバスの来ないバス停	武田 誠 さん (介護職員)
選考委員特別賞	同性介護	大西 賢 さん (会社員)
選考委員特別賞	かっこいい背中	酒井 ニコ さん (学生)
選考委員特別賞	ほんとうのきもち	末弘 千恵 さん (介護事業部マネジメント業)
選考委員特別賞	気持ちを伝えるということ	杉山 ひかり さん (看護師)
選考委員特別賞	救われたのは私だった	前田 幸子 さん (助産師)

理事長賞

- イーハトーヴ
朝倉 圭子 さん(介護職)
- ターミナルの利用者様とベテランナースと麻婆豆腐
岩科 まみ子 さん(介護職)
- バター
小野 南佳 さん(会社員)
- 花筏
上林 香日 さん(無職)
- 祖母の生きがい
後藤 里奈 さん(教員)
- きれいな目
佐藤 匠 さん(介護職)
- 介護現場の面白さ
瀬畑 捷三 さん(就労継続支援事業所勤務)
- 道しるべ
土持 あゆ美 さん(看護師)
- やさしくなりたい
富田 朱実 さん(教員)
- 不思議な奇跡
日高 純子 さん(無職)
- わたしは万能犯人になる
溝上 武實 さん(無職)
- それぞれの空想
宮本 みつよ さん(看護師)
- 百回目の雪～受け入れた最期の一口～
山内 早紀 さん(介護職員)
- 認知症がなんだ ～祖父と私のクスッと笑える日常～
犬塚 千尋 さん(高校生)
- 私が看護師を続ける理由
大石 桃子 さん(看護師)
- 割烹着と介護用エプロン
金谷 祥枝 さん(会社員)
- それぞれのやり方
藏 房子 さん(無職)
- 見えないぜんざい
佐藤 麻美 さん(保育士)
- 護られ護る人生
鈴木 みのり さん(無職)
- 何回だって初めてを
竹下 実佑 さん(看護師)
- バアコと花…日々是好日
徳竹 順一 さん(介護事業所 代表)
- 人生最後の旅行になるかもしれないから
野崎 寿 さん(デイサービス 介護職員)
- フミさんの文化祭
松田 祥子 さん(無職)
- 大好きなかき餅
宮崎 美緒 さん(看護師)
- 父のささやかな楽しみ
矢野 晶子 さん(離職中)

大賞

母と紡ぐ心の絵本

天竹 勉 さん

母と絵本を読むのを日課としていた。絵本と言っても、絵も文章も私の手作りの粗末なものだ。認知症の進む母の失われていく記憶を、少しでも引き戻そうと、あがいて作ったものだ。思い出の絵を描き、記憶を思い起こさせる問いかけも入れた。母が好んだ童謡も添えた。「母と読み語る絵本」と名付けていた。

この頃の母は、家事や着替えもままならず、自宅を「ここどこ」と尋ねたり、今仕舞ったものを「ない」と騒いだり、夜も目が離せなかった。母自身が自分と抗っていた一番苦しいときだ。

私が息子であることを忘れていたときもあった。

「息子だよ」

「へえ、私にこんな息子があったん」

話しているうちに、瞳に光りが宿り、霧が晴れるように息子と認識する。そうかと言えば、遠い過去の記憶がふと鮮明に甦り、私を驚かせることがある。

その日も、そうだった。私は、座椅子の母を横に、絵本を読み聞かせていた。

母さん

たくさんの楽しい思い出が

うかんでますね

ぼくに 教えて

母の返事を待つ。母が答えれば、後はアドリブで話を紡いでいくのだ。

「あんたと富士山を見たこと」

母が何を言っているのか理解できなかった。私はいまだ富士山を見たことがない。母も富士山を見たことは一度もないはずだ。

「ほら、家を建てて、富士を見たんだよ」

幸せそうに頷く母を見て、忘れていた情景が甦ってきた。

私が幼かった頃、母は私を親戚にあずけ土木現場で働いていた。狭い谷川の堰堤工事だった。ある日、私は親戚の家

を出て作業現場まで母を追いかけたことがある。母恋しかったのだろう。突然現われた私に母は驚いたが、叱らず「今日はここで居りな」と言って一日を作業場で過ごさせてくれた。退屈はしなかった。自分の見える範囲に母がいるという安心感があつた。

作業中のおじさんたちが話しかけてくる。みんなやせていた。

「坊、大きくなったら、何になるんぞ」

「夢はなんぞ」

何と答えたのか覚えていない。

昼ごはん、母は自分の弁当をさいて、おにぎりを作ってくれた。白いきれいな三角山のおにぎり。おにぎりを手に、母に

「母ちゃん、母ちゃんの夢は何」と聞いた。

母は、しばらく考えていたが、

「富士山の見えるところに住んでみたい」

と答えた。

「富士山?そんなにいいの?」

母は、一度も富士を見たことはなかったはずだ。

「富士は美しいよ。日本一の山だよ」

「母ちゃん、ぼく、大きくなったら富士山の見えるところに家を建ててあげる。ぼくの夢は母ちゃんと富士山に住むこと」
周りのおじさんたちが、どっと笑った。

母は戦争で肉親を亡くし、家も家財道具も空襲で焼かれている。一番苦しかった頃のことだ。自分の夢も希望もあきらめて、貧しい中私を育ててくれていた。

なぜ富士が出てきたのか分からないが、私は家を建ててやることも富士を見せてやることもできなかった。母も期待していなかっただろう。幼児のたわいない約束なのだから。

しかし、母の心の奥には強く残っていた。

「うれしかったよ。涙がでたよ。あれで頑張ってくれた」

遠い昔を懐かしむように細めた目がうるんでいた。

「一緒に見た富士はきれいだったねえ」

現実と記憶と夢が混濁している。しかし恍惚としておだや

かな表情で話す母の、全てを受け止めたいと思った。息子の一言を後生大事に心の奥に仕舞い、それを糧に生きぬいてきてくれた。親というものは、どうしようもなく切なくて、それでいて強く有難く歯がゆい。母の生き方が、気高く清らかで雄大な富士と重なる。

私たちは、絵本を読み進める。

ねえ 手をだして

添える手に、母の手の温もりを感じる。

「皺だらけ、節だらけのこんな手になってしまった」

つらそうに話す母に、絵本で応える。

よく働いた手だよ

苦勞をかけたね

ありがとう ありがとう

世界一美しい手だよ

母の手をさすりながら、私は涙を止めることができなかった。

そんな私を見て、何を思ったのか

「何も残してあげずにごめんよ」と謝る。

そして、こうつけ加えた。

「あんたも、自分の人生、せいっぱい生きなよ」

衣食住の生活介護は無論のことだが、私は母の心の中に、心の安心基地をつくりたかった。午後のひとときの絵本の時間は、母にとって安息の時間になったと信じている。

母は92才の天寿を全うして、安らかな眠りについた。私と母の絵本は、次のように締めくくっている。母と毎日読んだ絵本の最後のページだ。

私の心の中は

あなたとの思い出で いっぱいです

あなたの子どもであったこと

誇りです

あなたに返すのは

「ありがとう」

大好きな 母さんへ

大賞



天竹 勉 さん

私の作品は、看護や介護のテーマからすれば、ごく私的な親子の営みを書いたもので、今回このような立派な賞を頂けたことは望外の喜びで、心から感謝申し上げます。

親とは有難いもので、その姿を通して子どもがやがてたどる道を教えてくれます。介護が必要となつてからの母と過ごす時間は特に濃いもので、親としての思いや生き様を身を持って示してくれました。ともすれば気弱になる母に、いつも声をかけていました。「大丈夫だよ。僕がいるからね。僕がついてるからね」とすると、母はえも言われぬ安堵の表情を浮かべていました。介護や看護は、多くの気づきをもたらしてくれました。また関わる人との関係や人間性を深めるものだと知りました。

この間、福祉や医療関係の多くの方々に支えていただきました。母はもちろんですが、私たち家族も元気と笑顔をもらいました。また母は、実の娘のように私の妻に頼り切っていました。妻の支えが私の心のよりどころであり、私事になりますが妻には心から感謝しています。

今回の受賞は母と妻に捧げる感謝の賞になりました。選考委員の先生方、関係者の皆様、ありがとうございました。

優秀賞

トゥー・ノートブックス・フル・オブ・ヘルプ

尾崎 紀子 さん

「あなた、この辺で有名よ」と、八百屋さんで突然声をかけられた。「お父さんのお世話よくなさってるって」「買っているものを見るとね、よく献立考えてバランスいいものを作られてる

のね」冷や汗だ。私だけじゃないんです、ヘルパーさんにいいものを作っていたらいいんです、と、ごちよごちよとしゃべる。病气発覚は2021年4月、89歳になったばかりの父は間質

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

性肺炎と診断され、24時間在宅酸素のチューブが離せない生活になった。父の発病後、仕事を抱えて平日に2日、プラス日曜日、父のもとへ通った。ちょうどコロナ禍で在宅勤務制度が始まり、私と父にとってはそれは都合がよかった。

頭がしっかりしていて意志を持った父は「入院はしない」「延命治療はいらない」と宣言した。通院から訪問医療と訪問看護に切り替え、本格的な在宅介護生活が始まった時、まず一番の問題は食事のことだった。亡き母に家事の一切を任せてきた父はいわゆる「配食」は食べたくないという。かといって私も毎日食事作りには来られない。しかし栄養は摂らせたい。せめて手作りの食事が食べたい、これは病人のわがままだろうか。元気な時は外出大好きで、外で気ままに食べる楽しみもあったのに、もう一切それができないのだから食事くらい希望に寄り添ってやりたいという思いがあった。ケアマネージャーさんは請け合せて下さり、食事作りにヘルパーさんが交代で2名来てくださることになった。介護保険のありがたさが身に沁みだ。しかし、「はじめまして」のヘルパーさんに作っていただいたものを人一倍神経質な父がちゃんと食べるのか、という不安が大いにあった。味は、「作る人」の味だ。「味付け、ご希望言っていた方がいいんですよ」と言われたが、やはり遠慮があるようだった。お世話になっているのと、関係性をよくしておきたい、多忙なヘルパーさんたちにあまり負担をかけたくないと考えていたようだ。そのうちだんだんと波長があってきて、「おいしかった」と自ら伝えているようだった。父にそのくらいの社交性があったよかったと思った。メニューをいちいち考えるのはどこの家庭でも大変だ。基本、すれ違いで会えないヘルパーさんとわたしは「交換ノート」を作った。「いつもありがとうございます。夕食下記でお願いいたします」に続けてリクエストを書いた。

私：豚肉生姜焼き、あるいは牛肉のしぐれ煮（お肉は冷凍庫に1回分ずつ分けてあります）／副菜一品 お時間あれば、ポテトサラダをお願いします。色々野菜あります／お味噌汁 具は何でもOK／ごはん 炊かなくて大丈夫です／先日の肉じゃが、おいしかったと喜んでおりました、ありがとうございました。

ヘルパーさん：お父さんのリクエストで、牛肉のしぐれ煮にしました／ポテトサラダ 次回用にキュウリ買って下さい／ほうれん草おひたし（ほうれん草、いたみはじめてるので使

いました）／みそ汁（ねぎ、若布）

別の日。

私：金目鯛煮付け（魚はチルドルームにあり、2切れとも使って下さい）／小松菜の辛し和え（少量でOKです）／みそ汁（じゃがいも、玉ねぎ、なんでも）

ヘルパーさん：金目鯛煮付け／小松菜辛し和え／みそ汁（じゃがいも、若布）…

また別の日。

私もだんだん疲れが溜まって頭が回らず、メニュー丸投げの日もあった。

私：すみません、私も調子悪く、メニュー考えられずすみません。お任せしたいです。できたら煮物系を一品お願いできますか。

ヘルパーさん：大根、人参、いんげん、鶏肉の煮物／ブロッコリー茹で／豚肉生姜焼き／みそ汁（小松菜、大根）／ゴミア片付け、食器片付けしました／娘さん、あまり無理しないようにして下さいね。…添えられた優しい言葉にどれだけ救われたことだろう…会えない人の心遣いがあった。時間はかかるが、父はいつもちゃんと食べた。「義務じゃなく食べて、おいしいと思う」とよく言っていた。訪問看護師さんは目を丸くして「すごいですね、こんなに食べられるなんて」と驚かれていた。

季節は廻る。春、夏、秋、冬、それぞれの記録がある。

私：毎日暑いところありがとうございます！／ヘルパーさん：製氷皿にお水入れました／訪問時エアコンがついておらず、熱中症になることを伝えて入れました／私：いただきものですが梨を少し置いておきました、よろしければお持ちください／ヘルパーさん：ありがとうございます。ご馳走様です／ヘルパーさん：急に寒いので、冬ものを探して着替えてもらいました／私：ありがとうございました、ご対応大変助かりました 等々。

こうして、交換ノートが2冊目に入り、父は病気が進行して日に日に息苦しさが増してくる。酸素導入機の数値も跳ね上がった。

私：こここのところ苦しさが倍増していると本人が言っているので、様子がおかしいようでしたらすみませんがご一報下さい。娘携帯番号：〇〇〇〇〇

ヘルパーさん：訪問時、少し苦しそうでしたが、座っていると落ち着かれてお食事とられました。また水曜日に参ります！…一言メッセージに励まされた。

ノートには夕食メニューのやり取りに加えて、緊張感のある報告連絡が増えていき、私も夜に駆けつけたり緊急で看護師さんと呼ぶことも増えてきたある日、

ヘルパーさん：夕食：肉じゃが、ほうれん草胡麻和え、みそ汁用意しました。訪問時まだ寝ていたので声掛けをして少しお話ししました。まだ起きられないとのことで、昼の食事は寝室に運びました。すみませんがトイレお借りしました。

ここで唐突に交換ノートは終わった。2023年11月の終わりだった。父は緊急入院し、1週間後に旅立った。

2年くらいでしょう、と言われていた父は2年8か月を生きた。91歳だった。長く生きられた分は交換ノートにぎっしり書かれた、温かい食事と温かい目のおかげだと思う。父の日々をリレーで守っていった記録は、そのまま私の宝物になった。今、しみじみとありがたく、懐かしい。

優秀賞



尾崎 紀子 さん

この度は優秀賞にご選出いただき、光栄に存じます。選考委員の皆様、ご関係の皆様にご心より御礼申し上げます。吉報に驚き、いつもより高らかにおりんを鳴らして報告した朝は、きれいな晴れの日でした。

私は毎日くよくよくよしているのです。父に優しくなかったことをどんどんどんん思い出しては悔やんでいるのです。仕事を抱えて週2回、プラス日曜日には食材や雑貨を大きなリュックにばんばんに詰めて父のもとに通いました。いつもやるのがどっさりで余裕がなく、ろくに父と世間話さえしてあげられませんでした。私が疲れから父への態度が粗雑になっていっているのに、父はじっと辛抱してくれていました。そんな時、ヘルパーさんがノートの献立の最後に「娘さんもあまり無理しないで下さいね」とか「今日はお父さんと楽しくお話できました」など書き添えて下さっていたことにどれだけ救われたことでしょうか。このノートは父を挟んでのリレーのバトンでした。そのバトンを渡す人がいなくなったことにも、私はまだたちずくんでいるのかもしれない。くよくよはまだ続くでしょう。そして、父に尽くし私を支えて下さった方々への感謝も絶えないことでしょう。

優秀賞

アトピーの集団介護

木俣 肇 さん

私はアレルギー科医でアトピーの方々を長年診療している。アトピーの重症な方は、生活の質が低下し、低下の程度に応じてアドバイスや生活の仕方の介護が必要になるが、アトピーの介護は社会的に理解が少ない。アトピーで介護職のNさんが受診したが、長年外用薬で改善せず塗布すると悪化するので塗布を中止していた。皮膚は傷も多くじくじくの顔も滲出液が吹き出していた。仕事は介護であるが、皮膚症状が介護者に感染するので、改善するまで休職するように言われて困っていた。症状はリバウンドであり、他人に感染はしないのでカバーして介護すれば問題ないという説明を会社にするようにアドバイスした。しかし会社はそれを了解せず、休職を強要した。介護職なので外見の状態も関係すると思われたが、しかし顔の状態が勤務できないのはアトピーの方への差別である。

アトピーの方の就業には差別が多い。会社が外面を気にして営業から別の部署に強制的な変更も要求されるので、患者さんが会社と話しても要望をきいてくれない時は、私が会社に説明する。アトピーは皮膚の疾患であるが、仕事には差し支えない。しかし精神的な苦痛もあるので、孤立せず仲間と社交性を保つのが早い改善になる。そういう介護がアトピーの方に必要と言うことは理解されていない。だから、休職することは孤立してストレスが強くなり悪化に繋がる。オキシトシンというホルモンがあり、色々な作用があるが、社交性とも関連している。アトピーの方で皮膚症状があるが肉体的には就業には問題ない方でも、精神的に就業できない方がいる。その場合はオキシトシンが低下している。そういう方に、「就業は治療とってください。」と説明し、働いて仲間と

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

交流すると、就業前に比べて唾液中のオキシトシンが増加する。そして皮膚症状も改善が早まる。

上記の様なことをNさんと会社に説明した。仕事として介護をすることが、Nさんのアトピーの介護に繋がる。そう力説すると、Nさんは非常に介護職へのモチベーションが沸いてきたが、会社がなかなか了解しない。「じくじくは感染症であり、それがうつたらどうするのか。」「見た目にひどい状態の方を働かせていると、会社のイメージが悪くなる。」というような理由で、了解しない。そこで診断書でそのことを書いて、強調した。診断書は公文書なので、その効力は医学的なもので法律的にも有効であり、会社も承諾した。しかし、一般的には診断書にはそこまで書かない。このような差別的対応をする会社は、今までにも何回もあるが皆説明で了解してくれた。診断書は強制的に会社に介護を要求するので、会社とNさんとの関係にも影響があり、話し合いで了解したい。

その後、Nさんはリバウンドが長引き、受診の度に辛さを訴えた。ある時は不眠で、それには睡眠薬を処方した。別の時は体の痛みで、それは痛み止めを処方した。足の滲出液がひどく、足が腫れて歩行困難な時は、利尿剤を処方した。全てリバウンドの症状で、それぞれ内服して改善した。今まで経験したことのない症状に、精神的にも辛かったが、同じような症状の方の写真をパソコンで見せて、改善の過程を理解すると安心された。アトピーも改善して見た目も傷がなくなったので、介護の仕事も順調にできた。受診できないときは、ファクスで質問を受付、病院宛に送って貰い、すぐ返事を書いた。その料金は無料でやったが、職員からはファクスが多くて届けるのに負担になるという、不満もでた。そこで郵便物と一緒に持ってきて貰うようにしたら、職員の負担もへりスムーズになった。リバウンドの状態では、次々とおこる事が未知なので、Nさんは非常に悪くなっているのかと、心配であった。それはストレスになり、アトピーの症状を悪化させる。その時、適切なアドバイスでストレスが改善する。そういう細かな介護が重症なアトピーには必要である。

Nさんはその後順調で、アトピーも治癒した。仕事も生きがいをもって働いている。Nさんを追い詰めた会社も、Nさんを見て見解を改めた。アトピーの方も積極的に新入社員で入社させるようになった。また応募する方も、アトピーでも

介護職につけるということで、多くの方が応募してきた。その中での新人で、FさんとTさんとYさんがアトピーであり、私の治療を希望して受診してきた。3人とも外用剤で改善せず、顔の傷と滲出液が多かった。Nさんのように治療をしてファクスで質問を受けた。すると、3人がまとめて1枚の紙に質問を書いてきた。そこで3人分の返事を書いた。そういうやり取りを数ヶ月して、3人とも改善、治癒した。その間、会社は3人を励ましてくれた。Nさんの前例があるので、職場の理解もよく、さらに顧客も応援してくれた。アトピーの方が複数働いている介護の会社と話題になり、周囲の方々も好感的であった。3人はチームワークがよく、お互いに改善効果を比べて、アトピーの改善度を喜びに変えて競っていた。診察にもきちんと通院し、内服をのみカバーもしっかりした。皆で一緒に治療するということが、より前向きになれ、お互いの改善も理解でき、治療効果があがった。3人セットのファクスも次第に来る回数が減り、そしてなくなった。治癒である。3人ほとんど同時に治癒したのは一緒にがんばろうという仲間意識が強く、オキシトシンが増加した為かもしれない。私の介護としては、診察時のアドバイスと、頻繁なファクスでの質問への回答である。こういう形の介護がアトピーにはない。病院職員の協力で私はできたが、医療機関のスタッフの理解も必要である。そして会社が心配するような、外見が悪いことは介護としての仕事の妨げにはならなかった。むしろ、ある種の病気や障害をもっている方が、親身で介護をしてくれるという、仲間意識が介護される方には強く働き、スムーズにいった。いわば、介護を必要とする方達の気持ちをよりよく判るアトピーの介護職という感じである。アトピーの方の介護が理解されることを願う。

優秀賞



木俣 肇 さん

アトピーは少数弱者です。実際は患者数が多いのですが、アトピー自体が生活の質を低下させることが理解されずに、単なる皮膚疾患と見なされています。社会的にも理解されずに、社会人では外見から就労に差別され、小児ではいじめにもあいます。その事が知られていません。苦しみの声も届かず、少数の意見として見なされ介護もされず、延々と数十年も外用剤を塗布するという状況がありますが、それも知られていません。家族生活にも影響し、家庭内不和も起こしますが、必要な介護もされていません。私はそのことをエッセイや講演ですっと主張していますので、この度の受賞には感謝します。

アトピーは世界的な病気で増加の一途です。当院では適切な内服でアレルギーを改善し、皮膚を保護するカバーで、多くの方が治癒しています。アレルギーも治癒します。そういう真実も理解してもらえたら幸いです。今後ともアトピーの真実を、エッセイや講演で伝えたいと思います。講演は全国で行っていますので、お気軽に依頼くだされば幸いです。アトピーの方が治癒することを祈っています。

優秀賞

優しいそーバスの来ないバス停

武田 誠 さん

「一度、帰らせていただきます。」

寒い冬の朝、その入居者の方は何度も何度も同じ言葉を繰り返していた。表情はこわばっていて、誰が見ても落ち着かない気持ちが見てとれる姿だった。その入居者の方は、時折自宅に帰りたい気持ちにさいなまれ、過去には早朝に窓から外へでてしまうほどのお方だ。その入居者の方は、遂に思い立ってフロアのドアを自ら開け、事務所につながる廊下へ歩いていった。

「帰りますので。」

事務所の前の出入り口のドアノブに手をのばし、開けようとするもロックがかかって外にでることができない。その入居者の方はますます穏やかさを失っていた。

認知症グループホームでは日常的に見られる風景。「そろそろ夕飯の支度をしに戻らなきゃ…」「病気の母親の看病をしに戻らなきゃ…」「息子が学校から帰ってくる前に家にいてあげないと…」。今現在ではない記憶の中で生きている認知症の方にとっては、今ここに居るグループホームは「家」ではない。だから「家に帰りたい」という気持ちになる。私だって仕事が終われば「家」に帰る。どれだけそこが素晴らしい場所であっても、どれだけそこに居る人たちがいい人たちであっても、「家」ではない場所で留まろうとする理由にはならない。「家に帰りたい」という気持ちは、認知症の人でもそ

うでない人でも違いはない。「家に帰りたい」という気持ちはどの職員も十分に理解できる。だから、帰宅願望を何度も訴えられると職員はつらくなる。でも、介護のプロとしての対応をしなくてはならない。ということで、私の勤めるグループホームではそんな場面向けに秘策を編み出した。私はドアのロックを外し、一緒に外へ出た。玄関の前にあるバス停に案内する。

「ありがとうね。」

入居者の方は今までとは打って変わって笑顔になり、握手を求める。握手をする手からは安心した気持ちがじーんと伝わってくる。入居者の方はバス停に書かれた時刻表を見て「どこの病院に行こうかな。」と職員に話される。しばらくバス停で話し込んでいると、入居者の方はこう話す。

「バスに乗っている間に、トイレに行きたくなるといけないので…」

入居者の方はグループホーム内に一旦戻り、トイレに向かった。用を足してからは、気持ちが更に落ち着いた表情でバス停の前に戻ってきた。入居者の方はバス停のベンチに腰掛け、穏やかな様子でバスを待つ。でも、いくら待ってもバスは来ない。その理由は、このバス停が『バスの来ないバス停』だ

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

から。私の施設の玄関には、かつて路線バスのバス停として実際に使われていた代物がたたずんでいる。今はもう使われないバス停が、廃棄物ではなく認知症の人を助ける「優しいうそ」のバス停として再び役目を果たしている。この優しいうそのバス停は、とある認知症啓発イベントと一緒に盛り上げてくれたバス会社の職員の方に取り次いでもらい、バス会社取締役が自ら軽トラックで運搬して寄贈されたものだ。

「ああ、寒いね。」

入居者の方はいつの間にか自らフロアに戻ってきて、他の入居者の方々と昼食を楽しんでいた。この時点で「家に帰りたい」という気持ちは収まり、その後は穏やかに過ごされた。

このバス停はグループホームの入居者だけでなく、地域で

暮らす認知症の方が道に迷った際も目的地に向かうバスを待つ場所としても活用できる。地域住民の方からは、

「このバス停で誰か見知らぬ年寄りが困った様子で居るのを見かけたら、あなたのグループホームに教えてあげればいいんだな。」

とバスの来ないバス停であることを理解してもらっている。優しいうそのバス停は、認知症の人が「いつでも行きたいところに行ける」という安心感とともに、地域に住むみんなで支え合えるつながりを持たせてくれる。私の勤めるグループホームの秘策「バスの来ないバス停案内作戦」は、認知症にやさしいまちづくりにも一役買える誇らしさがある。

優秀賞



武田 誠 さん

この度は、優秀賞に選んでいただきありがとうございます。

介護施設現場では、「家に帰りたい」と帰宅願望を訴える入居者さんは本当に多くいらっしゃいます。職員は、いろいろ訴えを傾聴しながらも中々納得してもらえない事に、とても苦労していると思います。家に帰りたいと思うことは当たり前のことです。しかし様々な事情があり施設に入所しているため、家に帰ることへの要望にお応えするには難しいのが実際です。だからこそ「家に帰りたい」という思いに寄り添うことが大切だと感じています。

私たちの施設がある愛知県豊橋市では、令和4年度にバスの来ないバス停プロジェクトを立ち上げ、現在では東三河のグループホームに8基のバスの来ないバス停を設置しています。このバス停は「優しいうそ」ではあるのですが、帰宅願望への対応もとてもやりやすくなりましたし、入居者本人の心の中に自分の思いを受け入れてもらえたという安心と満足を感じとられる代物です。バス停の設置によって「家に帰りたい」という思いに寄り添う介護が実現できているのではないかと考えています。

企業や地域と繋がり、今後もバスの来ないバス停プロジェクトは継続していきます。

豊橋から東三河そして愛知県、全国に広がって行くといいなと思っています。

選考委員
特別賞

同性介護

大西 賢 さん

ヘルパーの資格を取ったときに、施設で働くか、在宅の現場に行くか、迷った。一緒に講義を受け、資格を取った人たちはほとんどが施設で働くことを選んだ。

みんながみんな施設を選んでしまったら、訪問介護の現場はもちこたえられなくなってしまう。そんな使命感を感じて、私は訪問介護で頑張ってみることにした。

介護職はとにかく人手不足だが、とりわけ、訪問介護の現場はひどい。事前にそんな情報を私は得ていた。なんとかして、この人手不足の業界の助けになりたい。そんな想いで入職したのだが、どういうわけか、仕事が割り当てられない。所長に訊いてみると、こんな答えが返ってきた。

「正直な話、訪問介護の現場では、男性ヘルパーには来て

もらいたくないという利用者さんがとても多いんです。知らない男性が自宅に来るといふことに、抵抗を感じる方がとても多い。だから、男性ヘルパーに紹介できる案件がとても少ないんです」

これまで何人も男性がヘルパーとして入職したが、この理由で、みんな辞めていったという。たしかに、私以外、男性の職員はいなかった。

介護はとにかく人手不足と言われている。そんな情報を聞いてみると、まるで就職したら引っ張りだこになるかのような印象を受ける。だが、実際は違った。性別による需要の差は歴然としてあり、男性に身の回りの世話をしてもらうことに抵抗感を感じている人はとても多いのだった。

もしかしたら、自分はあまりこの世界では歓迎されていないかもしれない。

そんなことを感じ始めたある日、最初の仕事が入ってきた。タカシさんという八十代の一人暮らしの男性が生活に不便を感じており、そこの援助に行つて欲しいというのだ。タカシさんは足腰が悪く、週に三回、買い物や調理のためにヘルパーが入ることになった。私は月曜日の援助を担当し、水曜日と金曜日は女性のヘルパーが入ることになった。

タカシさんの援助に入るときは緊張した。慣れない仕事で緊張したのではない。タカシさんの風貌から威圧感を感じたため、距離を置いた関係にどうしてもなってしまうのだ。

長いこと土木工事の仕事に従事し、親方まで務めたというタカシさんに対して、私はどうしてもよそよそしい態度になってしまった。筋肉質で厚い胸板を持ち、丸刈りにしたタカシさんの風貌には迫力があつた。野太い声と無駄な雑談は一切しないという態度からも、近寄りたがたい印象を受けた。私はタカシさんに頼まれて料理を作ったりしてみたが、「おいしい」とも言わなかったし、「おいしくない」とも言わなかった。

思い描いていた介護の姿と違う——。そんなことを思った。求人雑誌のヘルパー募集の広告に載っているような、エプロンをつけた介護職員と笑顔の高齢者が談笑しているといった風景がまったく出現しないのだ。他のヘルパーさんがどうなのか分からないが、私とタカシさんのあいだには緊迫した空気が流れ、人間同士のふれあいというよりは一瞬たりとも気の抜けない真剣勝負のような張り詰めた感覚があつた。

これはヘルパー交代も近いかもしれない。

訪問介護の現場では、ヘルパー交代という権利が利用者さんには与えられている。相性の良くないヘルパーが来たときは、利用者さんは事務所に連絡して、

「別のヘルパーに来て欲しい」

と要望を出すことができるのだ。病院に入院して、

「担当の看護師を交代して欲しい」

と要望を出すことは難しいが、訪問介護の現場では一つの権利として与えられている。自宅は利用者さんが主役であり、つねに利用者さんの意志を尊重し優先させるといふ理念に基づいたものだ。タカシさんが、

「あのヘルパーを来させないで欲しい」

とやってきた場合は、大人しく従おうと思った。タカシさんにはその権利があるのだ。

ある日、料理の最中に、タカシさんが、

「実はあなたに話があるんだ」

とやってきた。やっぱり——。

女性ヘルパーのほうが細やかなところに気がつくだろうな、と思って聞いてみると、まったく違った。タカシさんはこんなことをやってきたのだ。

「八十代半ばになって、だいぶ身体が動かなくなってきた。一人で入浴するのがしんどい。だから、あなたに入浴介助をお願いできないか」

そんなことをやってきたのだ。私も介護職員だから入浴介助は頼まれればするが——。

タカシさんは、少しためらいながら、こんなことを言った。

「自分はどうも裸を見られることに抵抗がある。恥ずかしいんだ。その点、同じ男性なら少しは気がらくだ。今まで女性ヘルパーばかりが自宅に来たが、こうして男性ヘルパーが来てくれたことは何かの縁だ。やってくれないだろうか」

私は、タカシさんのことを外見と経歴で判断していたが、実際はとても繊細な人だった。屈強な身体つきをしているからといって、内面まで荒々しいわけではない。デリケートな内面をタカシさんが持っていることを知り、私はそれまでの表面的な人間洞察を恥じ、詫びたくなった。

翌週、タカシさんは着ているものを脱いで、私の介助で入浴した。

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

浴槽に浸かり、
「男のヘルパーさんが来てくれて助かったよ」

と眩くの聞いたとき、介護職員として少しは力になれたか
な、と思った。

選考委員特別賞



大西 賢さん

このたびは作品を評価して頂き、まことにありがとうございます。
介護の仕事、とりわけ訪問介護の職に就いてみて分かったのは、「向き不向きを問われる仕事である」
ということです。私の事業所でもそうですが、この仕事に向いていないと感じた人はかなり短期間で
離職しますが、この仕事は自分に合っていると実感した人は生涯この仕事に向き合います。
なかには、「この仕事をしてしまったら、もう他の仕事はできない」と断言するまでに夢中になる人
もいます。
ストレスを感じることもあれば大きな喜びを感じることもある。それが訪問介護の仕事です。賃金が
低くても従事者が絶対にゼロにはならないのは、そこに大きなやりがいがあるからではないでしょうか。
訪問介護の現場に男性ヘルパーが増えてくれたら嬉しいな、と思っています。

選考委員
特別賞

かっこいい背中

酒井 二コさん

「かっこいい背中」小さい頃、それが私にとっての祖父の
代名詞だった。私の祖父は地元の名士で皆から尊敬されて
いた。山奥の決して裕福とは言えない家庭で生まれながらも、
学校に通いながら、木こりの仕事をして家庭を支えた。学業
にも力を入れた。木を切り倒し、薪を割り、売りに出さな
ければならない。家で教科書を開く時間はない。祖父は薪を
背負いながら、本を開いて歩き、勉強をしていたのだ。15歳
の少年だった祖父が家庭の事情で高校に進学できないと担任
の先生に伝えたとき、学校中の先生たちが学校一優秀な学生
だった祖父が高校に進学しないことを惜しんだ。しかし、働
きながら勉強を独学で続け、難関資格を取り、やがて起業し
た。小さな町は祖父の働きかけで大きく栄えた。診療所も
まともになかった町に大きな病院ができた。現地の人たちの
生活は一気に豊かなものとなった。その後、祖父は都市部に
会社と住まいを移し、私の父が生まれ、そして、私が生まれ
た。私は祖父を思い浮かべるとき、いつも顔よりも背中が浮
かぶ。私と過ごす時間を大切にしてくれていた祖父だったが、
仕事をしている時間がずいぶん長く、オフィスに遊びに行っ
ても、家に会いに行っても、机に向かって仕事をしていただけだ。

服装にもこだわりが強かった祖父はいつもオシャレな背広を
着ていた。見えるのはいつも綺麗な服に包まれた「かっこい
い背中」だった。決して大柄ではなかった。むしろずいぶん、
小柄な男性だった。周りの背の高い大人たちが祖父に頭を下
げている。そんな祖父を心から尊敬していた。

ある日のことだった。その時期、私は浪人生を名乗って、
家でゴロゴロしていた。いわゆるニートである。高校の級友
たちは大学に行くなり、就職するなりしてしまい、私は一人、
取り残された。「久しぶりにおじいちゃんに会いに行っ
て、お小遣い貰おうかな」そんなことを考えていた。すると、父と
母が慌てている。母が言った。

「急いでおじいちゃんの家泊まりこみして…」

そこから私の知らなかった事実が次々と伝えられた。なん
と祖父は少し前に認知症の診断を下されていたというのだ。
その症状は進み続けているという。私は怒った。そんな話を
今まで聞いていない。なぜ今まで言わなかったのかと声高に
言った。両親は浪人中の私を動揺させたくなかったとのこと
だ。しかも、今日、近所で祖父は転倒して救急車で運ばれた
と。身内で体が空いている大人は私しかいない。老人ホー

ムが決まるまでの祖父の介護は私が任せられた。

祖父が暮らす大きな屋敷に着いた。昭和の時代に建てられた豪邸で祖母が他界した今、祖父一人で暮らすにはあまりに広い家だった。病院から付き添いの職員さんに連れられて祖父は帰ってきた。私は祖父と久しぶりの再会を果たした。しかし、私はその弱り切った老人が祖父だとはとても思えなかった。意識はぼんやりとしていて一人で歩けず、口が常に開いている。こんなことを考えて本当に申し訳ないとも思ったが、はっきり言って、がっかりした。私の知っている祖父ではなかった。まるで「カッコいい背中」ではなかった。祖父は私が誰かわからず、たまに口を開くと何度も同じことを口走った。人生初の介護を行う間も、私は言葉にできないやるせなさを感じ続けた。介護をする人は特に排泄の補助が大変だとよく聞かすが、私が最も辛かったのは祖父の体、祖父の背中を拭く時だ。細くて覇気のない背中。拭いている間も祖父は赤子のように泣いたり、言葉になっていない声を発したりした。家に説明に来た病院の職員さんから幼児退行が起きていることや意味のない奇声を上げることは聞いていたため、驚きはしなかった。ただ悔しかった。あの大人の強さや賢さ、優しさを背負っていたような背中はどこに行ってしまったのか。そんな思いだった。

それから数週間が過ぎた。背中を失くした祖父に背を向けて、私は祖父の持ち物の整理をしていた。今後、病院やホームに出すものや整理しなければならないものが多くある。青色の厚い表紙のノートが出てきた。何度も触った後があるのがわかり、かなり古ぼけている。私はノートを開いた。そのとき、すっかり冷めた私の目から一気に熱い涙が流れた。

「忘れたくない。ほけたくない」

青い字でいっぱい書かれている祖父の日記だった。祖父は私の知らないところで自分の老いと戦っていたのだ。

「今日、病院で認知症だと告げられた。自分だけはならないとずっと思っていたのに」

達筆だった字はだんだんと落書きのようになってゆく。それだけではない。そこには多くの人の名前とその人へのメッセージも書かれていた。祖父の息子である私の父やその妻である私の母へのお礼、先に天国へ行った祖父の妻である私の祖母へのまた会いたいという想い。私へのメッセージも綴

られていた。

「人生で一番、大事なものは人の役に立つことだ。それだけはずっと持ち続けて欲しい」

昔、よく祖父が私に語ってくれていた話がある時、蘇った。その日は老人ホームの入所日だった。背中を洗う時間もなくて、老人ホームの職員さんが家まで祖父を迎えに来た。私は赤くなつた目で車いすの背もたれ越しの祖父の背中を見送った。

ホームのルールでなかなか祖父には会わせてもらえない。あと、人生で何度、会えるだろうか。たまに思う。もしかしたら祖父は最後、私に恩返しチャンスを与えてくれたのかもしれない。祖父からもらったものの価値は計り知れない。それでも、最後の介護に真摯に取り組みれば、少しでも私は返すべき恩を返せたのかもしれない。

今では大学に進学し、福祉の仕事に就くことを目指している。私は祖父のように優秀な人間ではない。勉強もできないし、仕事もできない。人から尊敬なんて集められるはずがない。それでもいい。日々、目の前の課題に取り組み、人の役に少しでも立つことを目指せば、あのカッコいい背中に追いつけるような気がする。

選考委員特別賞 酒井 ニコ さん

「選考委員特別賞」をいただき、光栄です。選考委員の皆様にご心より感謝申し上げます。先日天国に行った祖父も喜んでいてと思います。ありがとうございます。

祖父の葬儀直後に受賞の連絡を受け取ったため、とても驚きました。オレンジクロス様とは不思議なご縁を感じています。

今、私は祖父の「人の役に立つこと」という最後のメッセージを胸に、福祉のベンチャー企業を仲間と立ち上げる計画をしています。このメッセージが中高生くらいの若い方に届くかもしれないと思い、一言お伝え致します。私は何の取柄もない若造で、先輩面をしてアドバイスをするのは非常におこがましいですが、お読み頂ければ幸いです。

「温かい人間関係を生きて欲しい」

私は祖父や他の人に冷たい発言や行動をしたことを後悔しています。人生は長く、リセットボタンはありません。後悔しない行動を続けることは不可能ですが、少しでも「温かい人間関係」を意識するだけで、人生の雰囲気は大きく変わると思います。これは他人に振り回されるという意味ではなく、「自分の軸を持ちつつ、周りを思いやる」ということです。

再度お礼を申し上げます。ありがとうございました。

選考委員特別賞

ほんとうのきもち

末弘 千恵 さん

「私は延命治療は望まない。命を延ばすだけなら、治療はせず、ただ家族と一緒に過ごしたい。」

65歳で腎臓がんが発覚した母は、そう言った。

「できれば初孫の結婚式には出席したいから、それくらいまでは生きていたいけど。」とも話していた。

母は美しい人だった。

子どものころ、参観日には、いつも一番乗りに教室入りする母に「こんなに早く来ないでよ」と怒ったふりをしていたが、本当はどのお母さんよりも若くて美人の母が自慢だった。

病弱ではあったが、天真爛漫で、家族からは「不思議の国の妖精さん」と呼ばれ、母の周りには笑いが絶えなかった。

腎臓がんが発覚した時、腎臓は本来の大きさの10倍近くになっていて、下大静脈まで進行していた。

すぐに手術をしなければ、いつ破裂してもおかしくない状態。長時間の手術に見事耐えた母は、その後、抗がん剤治療を

しながら、自宅での療養生活に入った。

術後、家事ができるまで回復し、毎日仕事に追われる私の代わりに、孫や父の食事を作ってくれた。

「ばあちゃんが作ったごはんが一番おいしい」と嬉しそうにご飯を食べる孫たちを目を細め見ている母は、いつも幸せそうだった。

手術から3年、がんの再発。

全身に骨転移。痛みとの闘いが始まった。

我慢強い母が、思わず声もれるほどの痛みは、どれほどだったのだろう。

様々な麻薬を試し、疼痛緩和を目指したが、その副作用でADLが低下した。

抗がん剤も使った。

そのたびに、母はどんどん痩せていってしまった。

「このまま、ただベッドの上で死ぬのを待つだけなら、抗がん剤治療はやめたい」

主治医からも、これ以上の治療は難しいと言われ、入院はせず、疼痛管理を中心に、往診医、訪問看護ステーションからのサポートを受け、自宅で母らしい生活が送れるようにしようと決めた。

私は、介護の仕事に就いて25年以上、これまでもご利用者の最期に関わらせて頂いてきた。

だから、母も自宅でお看取りしたいと考えていたため、介護休暇を取った。

県外で働く弟も、在宅ワークに切り替え帰省した。

隣接する市に住む妹も毎日通いで母に会いに来てくれ、万全の体制で、24時間のケアが始まった。

往診医より、「もう点滴をやめましょう」

そう告げられ、家族でいよいよかと腹を括った。

特別なことは何もしないが、母が愛したこの家で、家族で穏やかにいつもどおりの生活を送ろうと決め、生活を続けた。

穏やかな顔をして、すやすやと眠る母。

経口摂取、点滴をすべて中止し、10日目のお昼すぎ。

母は突然開眼し、体を起こした。

そして「おにぎりが食べたい」と小さいがはっきりとした声で訴えた。

ちょうど訪問してくれていた訪問看護師さんと「突然、おにぎりなんか食べたらのどにつかえちゃうから、せめてゼリーにしよう?」と説得するが、どうしても「おにぎりが食べたい」と言って譲らない。

私は覚悟を決め、小さなおにぎりをにぎった。

「母さん、お願いだからゆっくり食べてね」

手渡すと、うれしそうにおにぎりを食べる母。

誤嚥することなく、全て食べ終わったあと

「ああひどい目にあつた。私は死にそうだったのに、みんな何にもしてくれなかった。点滴するとかあるじゃろう…」と笑った。

私は驚愕した。

母とはずっと一緒に暮らしていたし、母のことは理解しているつもりだ。

母はいつも「延命は希望しない、変わらない日常を過ごしたい」と言っていたし、仕事柄、看取り期の経過も知っている。

娘として、専門職として、関係者とよくよく話をした上の点滴中止だったのだ。

だが、母は、生きたかったのだ。

介護現場でキャリアを積み、色々なことを分かっていたつもりになっていた私は、母の最期の望みを読み間違えてしまったのだ。

これまでも、ご利用者の想いをくみ取っていたつもりだったのかもしれない。

そんな思いが私の中でぐるぐると黒い渦をまく。

あの時、母が生きていてくれることはうれしいことのはずなのに、私は喜びよりも、挫折した気持ちだったように思う。

私が考えてきた専門性って・・・

家族にしかできないことって・・・

母さん、間違えてごめん。

ダメな娘でごめん。

三途の川を渡り損ねた母は、その後1年ちょっと生きることができた。

最期は、転移部の脳腫瘍が大きくなり、話をすることも体を動かすこともできず、頭部のがんは表出したため、近隣の病院へ入院しケアを受けることになった。

以前の私なら、在宅にこだわり、入院という選択はしなかっただろう。

だが、母は最期まであきらめなくなかったはずだし、24時間医療体制がととのった病院で過ごす方が安心なはずだ。

そう自分に言い聞かせ、1日5分しかできない面会で、状態が悪化する母を見守った。

母の最期は自分でケアをしたいと思っていたけれど、病院ではそれも叶わず、歯がゆい思いをしながら、家族と母を見守った。

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

11月16日早朝。

突然の電話だった。

病院から急変の連絡。

家族で、すぐに病院に向かったけれど、母は一人で静かに旅立ってしまった。

「母さんは猫なの!?だれも待たず、一人でひっそり逝ってしまうなんて。自由すぎるでしょ!」と母に向かって声をかけていた。

最期まで、耳は聞こえるので、声をかけてあげてください。

これまでの思い出を、ご本人のそばで、家族と語り合いましょう。

何度もご利用者のご家族にお話ししてきた。

最期は、「母さん、ありがとう」と言ってあげようと決めて

いたのに。

結局、私は何にもしてあげることができなかった。

葬儀が終わり、仕事に復帰。

ありがたいことに、忙しく過ごすことで、あまり落ち込むことがないと思っていたが、母と一緒に見た景色、一緒に聞いた音楽、ふとした瞬間にいろんな感情が湧き出てきて、涙が出てしまう。

母さん、あなたは最期まであなたらしく過ごせましたか?

私はいい娘だったのでしょうか?

もう直接答えを聞くことはできないけれど、これからは、言葉にできない想いに、寄り添える福祉マンであり続けたい。

選考委員特別賞 末弘 千恵 さん

この度は選考委員特別賞に選んでいただき、誠にありがとうございました。

第10回「看護・介護エピソードコンテスト」の募集を知ったのは、まだ母を亡くしたばかりで、うまく気持ちの整理ができずにいた頃でした。

昨年度までに受賞された方のエピソードに触れ、「今の想いを綴ってみよう」と机に向かい、母との時間を思い出しながら書き上げ、それを読み返した時、ようやく、母の死を受け入れることができたように思います。

「せっかく書いたのだから応募してみよう。」

そんな思いで応募したこのエピソードを、選考委員特別賞に選んでいただいたことは、大変光栄であり、また、とても驚いております。

私は長く介護の仕事に就いておりますが、家族の介護となるとまるでダメだったと思います。

しかし母と過ごした時間は、今後も仕事をする上で、そして、これからの人生を歩む上で大切な時間だったと感じております。これからも色々とお悩むことがあると思いますが、想いに寄り添える人でありたいと思います。

ありがとうございました。

選考委員
特別賞

気持ちを伝えるということ

杉山 ひかり さん

「りーちゃん、今日はすごく嬉しそうなの」

「りーちゃん、すごく辛そうなんだ」

私たちにりーちゃんの様子をひとつひとつ丁寧に教えてく

れるママの目は、とても澄んでいて、いつもまっすぐだった。

私は大学病院の小児科外来ですっと働いていた。いろんな子が毎日たくさん来て、いろんなママたちと話し、子供たち

の成長と一緒に笑ったり、ママたちの育児の葛藤や悩みを一緒に悩んだりの日々。私はそんな外来の仕事が大好きだった。

そんな仕事の日々の中、りーちゃんは新生児集中治療室から退院してやってきた。りーちゃんは、新生児仮死で生まれてきた。りーちゃんはびくりとも動かない。笑わないし、泣きもしない。呼吸器が繋がり、聞こえるのは機械の音。表情はいつも穏やかな目をつぶった顔。ママはそれを優しく見つめる。

「これからよろしくお願いします」笑顔のママ。生まれてからここの外来に来るまでの長い長い時間、どれだけ悩み、たくさん泣いたのか。この笑顔でここに立つまでに、どれだけの想いをりーちゃんに向けたのか。

「よろしくお願いします!」私も心から伝えた。

ママはとてもキレイで、金髪の髪を長くなびかせ、まつ毛はとっても長い。「ギャル」という言葉が似合うような人だった。しかしそのものごしは看護師と言ってもいいほどで、ママはりーちゃんの様子をこと細かに考え、些細なことにも気づき、医師にどんなこともしっかり伝えていた。そしてなによりりーちゃんの気持ちにとっても敏感に寄り添っていた。

嬉しそう、楽しそう、痛そう、悲しそう、辛そう、私たち医療者は、ママの言葉を頼りにりーちゃんに適した医療、看護を探した。自分から発信することが難しいりーちゃんにとって、ママの気づきはとても大きかった。そんな中、りーちゃんは入退院を繰り返すようになった。そして、とうとう退院が難しくなった。私は時間を見つけては病棟に会いに行くようになった。

「りーちゃんはどう?」

「今日はさっきまで辛そうだったんだけど、今はすごく落ち着いているの」

ママにしか分からないりーちゃんの気持ち。それは想像でもなく、なんとなく、でもなく、毎日一緒にいるママだからこそ分かるりーちゃんの「事実」だと思った。

長引く入院。ママはりーちゃんに出来る医療を積極的に全てやってあげたい。出来ることは全てに挑戦したい。誰かが入院し、退院していく姿を何度も何度も見送る日々。それでもママは前を見ていた。しかし、りーちゃんの状態は好転することはなく、病院でできることは少なくなっていった。

私は、1つの想いが日に日に強くなっていった。

「家に帰ってみてはどうだろうか」

しかし、これは、最前線の治療をストップする、ということにもなる。

りーちゃんとママに会いに行くたびに、その言葉は喉元まできては出せずに飲み込んだ。他の人がもう話しているかもしれない、医師からも言われているかもしれない…でも、もし、もしも。もしもその選択肢をママが知らなかったとしたら?

元気になって帰ることを目標としているのに、もし元気にもなれず、最後にママが体温を感じられた場所が病院になってしまったら?りーちゃんを感じた世界が最後は病院だとしたら?

いろんな葛藤が頭の中を駆け巡った。外来がひと段落し、今日はりーちゃんのところに行けそうだったある日、勇気を出してママに聞いてみた。

「ママ、りーちゃん、家に帰ることも出来るんだよ」

その後のことは細切れにしか覚えていない。とにかく、ママの気持ちを最優先に、でもなにも後悔しないように、と、一つ一つの言葉を絞り出した。

あまり細かくはママに追求はしなかった。家に帰れる選択肢を知っていたのか、誰かからきいていたのか。でもそんなことは関係なかった。

「そっかあ。家かあ…帰ることも出来るんだ」

ママはちょっと泣いて、最後はまた笑顔で私を見送ってくれた。

しばらくして、りーちゃんとママは家に帰って行った。退院の日、ママは外来に寄ってくれて、いつもの素敵な笑顔を見せてくれた。りーちゃんはたくさんの管が繋がっていたけど、いつもより嬉しそうに感じた。ママしか分からなかった感情が私にも少し、ほんの少し分かったような気持ちになった。退院と同時に訪問医に代わったので、外来に来ることはなくなり、医師からどんな様子かをたまに聞いたりしていた。私たち医療者が思うよりもはるかに長い時間を家で過ごしたりーちゃんは、ママたちに見守られながらお空の天使になった。

その後、私は大学病院を辞めて、今は障がい児福祉に携わる病院にいる。言葉を発しない子たちもたくさんいる中で、ママたちには本当にいつも頭が下がる。この子達の様子や気持ちを誰よりも分かっているのはやはり家族である。「家族の気持ちに寄り添った看護」文字にするのは簡単だが、それを表現するのは思っている以上に難しい。私たちは家族からたくさんのことを受け取り、それをケアにつなげていく仕事だ。

第10回 看護・介護エピソードコンテスト

辛そうだから、こうしてほしい。

嬉しそうだから、こうしてほしい。

その子に言葉はなくても、家族の言葉はその子の言葉。

そして、私たち医療者の言葉もその子への言葉。家族に伝えること、話したいこと、怖がらずに向き合って、本当に必要だと感じたときには伝える勇気も必要なのかもしれない。そ

の言葉は必ず受け取ってもらえるわけでもなく、時に相手を想って伝えた言葉でも、伝わらないことだってある。想いが伝わったか最後までよく分からないことだってたくさんある。

りーちゃんのママにあの日伝えた言葉は、どこまでママに伝わったかは分からない。それでもママが笑顔で退院したあの日を私は忘れない。

選考委員特別賞



杉山 ひかり さん

この度は受賞のご連絡ありがとうございます。大変嬉しく思っています。

私は小児科ですと働いてきて、いろんなお子さん、そのご家族様と過ごさせていただきました。このエピソードはその中の1つを書かせていただきました。素敵なお母様をはじめとするご家族様と、とってもかわいい男の子は私の看護師としての経験の中でもすごく印象的な出来事でした。看護師として患者様のケアをする一方、日々患者様から教わるのがたくさんありました。このエピソードのお母様は、とても深い愛、子供に対する真っ直ぐさ、諦めない気持ち、そして本当に素敵な笑顔で私にいつも話しかけてくれました。心から尊敬しています。受賞のご連絡をきいた日は、母の日でした。その日のうちにお母様にご連絡をしたところ、お空にいるりーちゃんからのメッセージのような気がするね、と、私もお母様もとても嬉しくなりました。世の中にはたくさん子どもたちがいて、障害があるなしに関わらず、保護者の方々は日々いろんな出来事と向き合いながら、悩み、考え、1日1日を噛みしめながら子育てをしています。私もその1人です。今回の受賞をいただいたことで、これからも看護師として子どもと関わる仕事を誇りとして頑張りたいと改めて思いました。改めまして、この度はありがとうございました。

選考委員特別賞

救われたのは私だった

前田 幸子 さん

「あなたが笑顔じゃなくて、救われました。」

高校進学時から貸与された奨学金の返済などを考えて、消去法で選んだ助産師という職業。仕事への強い意欲があるわけでもなく、かといって辞める瞬発力もなく、という24歳の頃だった。感情表現が苦手な同期とは何かと比べられ、「新人らしいフレッシュさが無いんだよねえ。」と言われては落ち込んだ。そんな最中、ありきたりな失恋をした。結婚退職の夢も絶たれ、家で毎日泣いては、心ここに在らずで勤務する。笑い顔も忘れた。そんな体たらくだった。

そんな最中、日勤帯でICUからの連絡があった。付き添いでいたご家族が産科病棟に至急入院するらしい。私が入院受け入れをすることになった。

患者様は妊娠7週、流産での入院。お子様がインフルエン

ザ脳症でICU入院中、出血しその転帰をたどった。再婚し、念願の第二子を授かったところでのお子様の入院であると転書からの情報ではあった。そして流産。未熟な私であってもその悲しみたるや推して知るべしだった。患者様は手術を受けた。「包帯を巻いてあげられないのなら、その傷に触れてはならない」とはよく言ったものだ。私は受け持ちとしてその場面で自分ができるだけの看護を行なったように思う。それでも私は自分の個人的な悲嘆にまだかまけていて、様々な想いを慮る余裕はなかった。しかし、なけなしのプライドで苦痛が最小限に患者様が過ごせますようにと今の自分ができることに集中した。せめて気がまぎれるかと清拭を丁寧にしたり足浴などのケアをしたり。話にはもっぱら相槌を打つことしかできなかった。共感なんて烏滸がましい、と口を閉ざした。

入院中、患者様は取り乱す事もなく、静かに過ごされていた。そして退院の日を迎えた。とはいえ家に帰るわけではなく、別階のICUに戻られるのだ。着の身着のままの入院で、あまりにも少ない荷物。ICUに着いた時、小さな封筒を私は受け取った。入院中はありがとう、あとで読んでね、と患者様は言い残し、私達はお別れした。

手紙を見るのは少し怖かった。私が受け持ちで、ごめんなさい。他のスタッフならもっと的確に寄り添えていたんだろう。そんな気持ちで封筒を開けた。

「入院中はお世話になりました。念願の赤ちゃんを流産して、とても悲しい出来事でした。上の子の容態は深刻だし、私は一度に子供を二人も失うの？神も仏もない。と何かを恨みたい気持ちでもいっぱいでした。」

「産科病棟に来た時、あなたが出迎えてくれて、私はあなたの若さに複雑な気持ちでした。こんな未来ある若い助産師さんのはつらつとした姿なんて見てられない。なんなら、大変でしたね、なんて声をかけられたら、あなたに何がわかるの。と罵倒してしまいそうで、困ったなと思ったのです。」

「そんなふうには実は身構えてました。でも!あなたは笑顔ひとつ見せないで、何かとんでもないことがあったのかと私が訝しむほど暗い顔で、でもひたすらその場その場で私に向き合ってくれた。だから私、あなたの前で、無理しなくてすみませんでした。悲しい、受け入れたくないことが起こった私、でいられました。それがとてもありがたかった。あなたが笑顔じゃなくて、救われました。」

「人生は、私みたいに、時にとんでもないことが起こります。笑顔になれないあなたに何があったのかはもちろんわからな

いし、もしかしたら何もなかったのかもしれないけれど。ただ、私のように、今のあなたに救われたと思う人がいたことを伝えなかった。いろんな看護師さん、助産師さんがいても、私はいいいと思います。」

「でもね、やっぱりまだ若いんだから、あなたが笑えるようになることも人生の先輩は願ってます。」

まだ仕事の途中なのに、情けなさや恥ずかしさで涙が止まらなかった。しかしどこかで、私なりのこの仕事への向き合い方がもしかしたらあるのかもしれないと思えた転機でもあった。一瞬でも、私を必要としてくれた。未熟さも至らなさも全部受け止めてくださった患者様。申し訳なさやありがたさで、もう、泣くのは最後にしようと、前を向いた。あの日、病棟の片隅で救われたのは患者様ではなく、医療従事者の私だった。

そしてあれから25年、私は今も助産師として働かせていただいている。この仕事に向いているとは正直今でも思えないが、患者様に支えられ、育てていただいたと、年を重ねるごとにその想いは強くなる。人はいつも誰かを支え、そして支えられている。出会いという経験を積んだ私は、昔よりはきっと上手く笑えるようになった。しかし、あの頃の自分の痛々しいまっすぐさも忘れてはいけなさと、患者様との一期一会の日々で、思うのだ。

選考委員特別賞



前田 幸子 さん

この度は選考委員特別賞をいただき、誠に光栄に存じます。この栄誉は私1人の力ではなく、上司や諸先輩の指導、支えてくれた同僚の皆様や家族、そして私を看護師、助産師として育ててくださった大勢の患者様のおかげでございます。

なんとなく選んだ看護の道で、未熟さ故の迷いや葛藤もある中の出来事を振り返り、今もこの仕事に従事させていただいていることは当たり前ではないと感じております。現在は病を抱える両親、医療ケアが必要な子供とともに生活する日々ですが、今の私だからできる寄り添い方があるのではないかと、自分に微かな期待をしながら肅々と看護に向き合うことを続けていければと考えております。この度は素晴らしい機会を本当にありがとうございました。

川名選考委員長よりコンテスト全体の講評

第10回もたくさんのご応募をいただきありがとうございました。応募の出足が悪かったので、年度末締め切りにスケジュールを変更したことが影響しているのかと事務局はやきもきしておりましたが、駆け込みも多く、最終的には200編の応募をいただき、当コンテストも10年を経て定着してきたと感じております。

大賞の「母と紡ぐ心の絵本」(天竹勉さん、非常勤職員)は認知症の母と初老にさしかかった息子の心の交流を綴った秀作。手作りの絵本を読み聞かせていた時、見たことのないはずの富士山を好きだと言った母親の言葉から、苦勞して育ててくれた母の姿と幼かった自分への思いを手繰り寄せていったエピソードです。認知症になってもなお息子を慈しみいたわりを見せる母の姿に、溝尾朗選考委員は「自分の母親の姿とダブリ泣いてしまった」そうです。読みながら私が想起したのは美輪明宏さんの「ヨイトマケの唄」。家族のために建築現場で働く母というところのアナロジーだけではなく、巧みな表現(作文の場合は、構成や文章)により、心動かさずにいられない作品になっています。思い出の絵を書き、記憶を引き戻すために問いかけや好きな童謡も入れたという手作りの絵本は、日常生活の介護だけでは得られない「心の安息地」をつくりたいと始めたそうです。介護現場で実践してみたいかがでしょうか。

昨年5月に新型コロナが5類感染症に移行し、約1年。振り返る余裕ができたのでしょうか、今回、コロナ禍での介護をテーマにした作品が多く見られました。その中で、珍しく訪問介護による在宅介護を取り上げていたのが、優秀賞の「トゥー・ノートブックス・フル・オブ・ヘルプ」(尾崎紀子さん、会社員)です。

トゥー・ノートブックス=2冊のノートは、父親と離れ

て暮らす娘さんとリレー方式で毎日の食事を支えたヘルパーたちとの2年半にわたる交換ノートです。作文はやりとりを抜き書きしつつ、ヘルパーさんへの感謝で終わります。秋山正子選考委員は現場の視点から、「間質性肺炎で2年の在宅介護は大変だったはず。ちょっとした気遣いやいたわりの言葉があることで続けることができたのだと思います」とチームワークを高く評価しました。今年4月の改定で基本報酬がマイナスになるなど制度的には訪問介護には逆風が吹いていますが、温かな食事と食事づくりを通しての見守りの重要性、ヘルパーの仕事の価値を改めて考えてほしいと言う思いもあり、私も高得点をつけました。

考えてもみなかった視点の提示でとても勉強になったのが、優秀賞の「アトピーの集団介護」(木俣肇さん、医師)。生活の質が低下する重症のアトピー患者に対する周囲の介護の必要性を訴える作品です。アトピーは感染すると誤解があったり、見た目が悪いので皮膚症状が改善するまでは休職させようとする差別が介護現場にもあることにまず驚かされました。こうした無理解と戦い、伴走するのが医師としての著者の介護です。その職員が治癒に向かっていく姿を見た会社では、その後、アトピー患者を複数名採用。周囲の理解と応援という「介護」があり、患者同士が励まし合う環境があることでより迅速な治癒につながったと著者は分析しています。今回の優秀賞の受賞もよき「介護」となるといいですね。

認知症の高齢者がそわそわとして落ち着かずに家に帰らたがる光景は、グループホームの日常ではないでしょうか。優秀賞「優しいうそーバスの来ないバス停」(武田誠さん、介護職員)は、作者が勤めるグループホー

ムの「バスの来ないバス停案内作戦」を紹介した作品です。バス停は、不要になったバス停をバス会社の協力を得て譲り受けた本物。不穏になった時に、外においてあるバス停に案内すると家に帰れると安心して、しばらくすると何事もなかったようにグループホームに戻ってくるそうです。バス待ちのベンチで井戸端会議する高齢者のほっこりとした映像も浮かんできます。本物のバス停というアイデアが高評価でした。

以下は選考委員特別賞です。

「救われたのは私だった」(前田幸子さん、助産師)は、プライベートがどん底で仏頂面で接した患者さんから「笑顔じゃなくて、救われました」と励ましの手紙をもらったエピソード。「大変でしたね、なんて声をかけられたら、あなたに何がわかるのと罵倒してしまいそうだった」と綴られていました。お子さんが重症で入院中の流産という最悪な状況で、自分が一番つらいはずなのに、周りにも心配りできる。人としてすごい患者さんです。この出会いに著者は救われます。秋山選考委員は「自分のネガティブな部分もさらけ出してきちんと書き込まれている作品」と非常に高く評価されていました。良いケアはケースバイケース、千差万別と学びました。

「ほんとうのきもち」(末弘千恵さん、介護事業部マネジメント業)は、尊敬する母親が普段から言っていた通りに延命治療をせずに在宅で看取ろうとした時のエピソード。点滴、経口摂取を中止して10日目、突然起き上がり、おにぎりを食べて、「死にそうだったのに何もしてくれなかった」と文句を言われたことが「驚愕」だったと振り返ります。介護の専門家として本人の思いを汲み取っていると自負していた作者。相手が一番身近な人だから、余計に強烈な挫折体験といえます。本当の気持ちは、きっと本人にもわからないので、耳を傾け続けるしかないのでしょうか。

「同性介護」(大西賢さん、会社員)は、最も人材不足が深刻な訪問介護にあって、仕事がまわってこな

い男性ヘルパーの実情と、男同士ならではのメリットを綴った作品。いかつい男性が実は恥ずかしがり屋だったというエピソードは意外にあるあるかもしれません。男性介護というテーマがほかにはなく、ゆっくり歩くような独特のリズム感のある文体で、難しい制度の話も噛み砕いてずっと頭に入ってくる感じがありがたい作品だと思いました。

「かっこいい背中」(酒井ニコさん、学生)は、作者が浪人時代に認知症の祖父を介護した時のエピソード。施設入所のための身辺整理中にたまたま見つけた日記には「忘れたくない、ぼけたくない」と元気な時の祖父の葛藤と家族への感謝の思いが綴られており、事業で成功し、おしゃれな背広を着こなしていたかっこいい背中の思い出します。今の状態がどうかだけでなく、どう生きてきたかをみるのはケアの大切な視点です。作者は福祉職を目指して勉強中ということですが、人の思いに寄り添える良い福祉職となることでしょう。

「気持ちを伝えるということ」(杉山ひかりさん、看護師)は、大学病院で勤務していた時に出会った医療的ケアが必要な新生児と献身的にケアをする若いママとのエピソード。障害で表情もない新生児のかすかな動きから感情を必死に読み取り、伝えるママの愛情と必死さ、それを真摯にうけとめる看護師のピュアな姿がリアルに伝わってきて、素晴らしいと思いました。

今回、初めてすべての応募作品に目を通し、埋もれてしまうのがもったいないエピソードがたくさんあることに気付かされました。

毎回、人生の疑似体験と思いながら一つひとつの作品に向き合い読ませていただいています。今年もたくさん学びがありました。来年も楽しみにしております。



川名選考委員長

令和6年能登半島地震と地域包括ケアのこれから

東京医科歯科大学 国際健康推進医学 非常勤講師

長嶺 由衣子

プロフィール

医師、介護支援専門員。沖縄県立中部病院での初期、後期研修を経て沖縄県・粟国島で一人診療所長として勤務し、地域包括ケア構築に携わる。2014年以降、千葉大学、ロンドン大学で社会疫学を学び、修士、博士を取得。並行して中規模・大規模の都市における在宅医療・外来診療を行う。2022年から厚生労働省老健局老人保健課にて、介護DX、科学的介護など介護データの利活用に携わり、令和6年能登半島地震における災害支援にも携わる。



はじめに

令和6年（2024年）1月1日16時10分、石川県能登半島を震源とするマグニチュード7.6の地震が発生しました。世界でも有数の地震大国日本においても、元日に起きた大地震は初めてだったのではないのでしょうか。速報が入るやテレビにくぎ付けになり、元日の風景が一変したことを記憶しています。4月1日の石川県馳知事の会見によれば、3月29日時点で死者244名、負傷者1,189名、住宅被害は県全体で7万5,441棟に及んでいます¹。お亡くなりになられた方々へのご冥福をお祈り申し上げるとともに、被災された皆様方に心からお見舞いを申し上げます。

半島の先端という地理的特徴もあり、今回の地震が起こした奥能登地域における社会の変化に、自治体や介護サービスを提供する事業者の方々が進むように考え、対応されるのか、は今後の日本の各地における介護医療提供体制に大きな示唆を与えるのではと考えています。

震災前の能登半島の状況について

能登半島は、奥能登と呼ばれる珠洲市、輪島市、穴水町、能登町、中能登と呼ばれる七尾市、中能登町、口能登と言われる志賀町、羽咋市、宝達志水町、かほく市、津幡町、内灘町の石川県12市町に加え、富山県氷見市の合計13市町からなります（図1）。今回の震災の震源地は半島の最も先端にある珠洲市のちょうど真ん中あたりであったこともあり、甚大な被害を受けたのは奥能登

地域の4市町と七尾市、志賀町の一部でした。

令和5年度（2023年度）の高齢社会白書によると、石川県は高齢化率30.3%で47都道府県中33位となっています。ここに石川県の市町ごとの高齢化率を組み合わせたグラフを作成すると、図2のようになります。各都道府県を青、石川県各市町を緑、今回被災が大きかった6市町をオレンジで示しました。見ての通り、石川県内の市町は高齢化率が比較的低いところと極度に高いところが混在しており、全体としては全国の比較の中では低めに見えているものの、今回の被災6市町の高齢化率は全国でも突出して高いところが多いことがわかります。

図1 能登半島地域



出典：石川県ホームページ
「半島地域の振興（能登半島地域の現況）」

能登半島の市町をめぐる、集落は国道、県道沿いに点在しています。訪問系の介護サービス事業所は主に役場のある地域に事務所があり、事業所がない地域も多いため、他の農村部や山間地と同様、サービスの利用希望者がいれば、片道数十分、1時間かけて訪問するか、サテライト事業所を置くなどして対応をしておられることと思います。また、100人規模の特別養護老人ホーム（以下、特養）などは集落から離れた見晴らしの良い地域にあることが多く、事業所のスタッフの方々は車での通勤が必要となります。

能登半島での介護サービスの多くは、特養や養護老人ホームなどの施設系のサービスを提供されている法人が訪問系サービスも提供されており、サービス種別ごとに小規模なところが束になって支えているというよりは、いくつかの法人が、大規模に多機能に地域の介護を支えてくれたことがうかがえます。

発災後の能登半島の状況について

4月1日に石川県が発表した人口推計によると、特に被害の大きかった6市町からはすでに計2,750人が転出したことがわかっています。完全にはいきませんが、

市町ごとの被災前後の人口の比較を表1に示します。被災後の年齢別人口の詳細は明らかではありませんが、被災前後の人口増減からは、珠洲市、輪島市が最も大きな影響を受けていることがわかります。

また、内閣府（防災担当）によれば²、発災直後、最大40,688人いた避難者は約1週間後には27,131人になり、4月9日時点では3,351人となっています。現在、被災元市町の1次避難所もしくは被災元市町を離れた2次避難所におられるこれらの方々の多くは、元々住んでいた自治体で住環境が整うのであれば戻りたいという意向を持っている一方、住まいの復興が見えてこなければ戻る決断ができずにいる人も多くおり、在宅、施設ともに介護サービスを受ける可能性がある人がどの程度戻ってこられるか、は不透明な状況にあります。

他方、この地域でこれまで介護を支えてきた介護事業所も被災により建物の倒壊、断水等で施設運営ができない状況になっています。インフラのみならず、スタッフが被災により避難したり、避難先で仕事を見つけ被災元市町に戻る見込みが薄くなっていることも多く、事業所の再開が遅れるほど元いたスタッフの確保が難しい状況になっています。

図2 各都道府県と石川県市町高齢化率 (%)

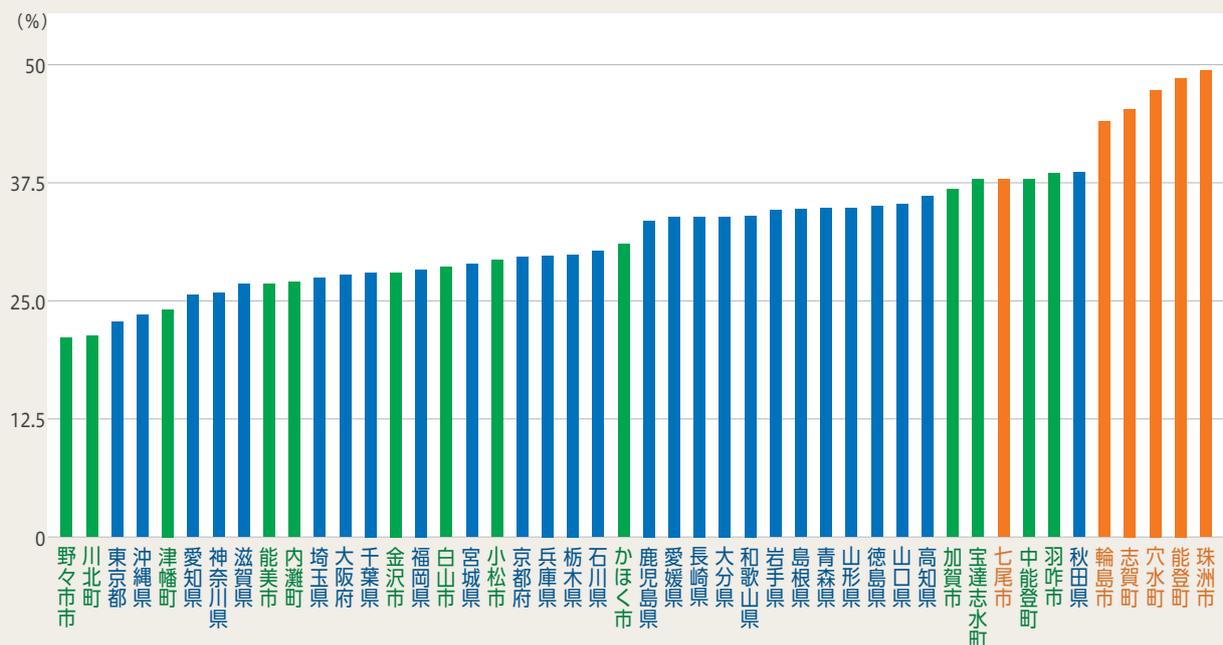


表1 特に被害が大きかった6市町の被災前後の人口変化と被災前高齢化率

	被災前人口	被災前 65歳以上人口 (割合)	被災後人口	人口増減 (被災前人口に対する割合)
珠州市	12,728人 (※1)	6,548人 (51.4%) (※1)	12,021人 (※5)	▲707人 (5.6%)
輪島市	23,575人 (※2)	11,213人 (47.6%) (※2)	22,079人 (※6)	▲1,496人 (6.3%)
能登町	14,385人 (※3)	7,571人 (52.6%) (※3)	14,776人 (※7)	391人
穴水町	7,363人 (※3)	3,692人 (50.6%) (※3)	7,212人 (※8)	▲151人 (2.1%)
七尾市	47,444人 (※3)	18,986人 (40.5%) (※3)	47,350人 (※9)	▲94人 (0.2%)
志賀町	18,267人 (※4)	8,374人 (45.8%) (※4)	17,982人 (※10)	▲285人 (1.6%)

- ※1 珠州市オープンデータ 地域・年齢別人口 (2023年7月31日現在) <https://www.city.suzu.lg.jp/site/opendate/4896.html>
- ※2 輪島市令和4年度人口集計表 (令和5年4月1日現在) <https://www.city.wajima.ishikawa.jp/docs/2017050900011/>
- ※3 石川県 市町別、年齢 (3区分) 別人口・割合・指数 (令和5年10月1日現在) https://toukei.pref.ishikawa.lg.jp/search/min.asp?sc_id=119
- ※4 志賀町の人口 (令和5年12月) 年齢別人口数 https://www.town.shika.lg.jp/jyumin/shika_town_pop/reiwa5/shikatown_pop_202312.html
- ※5 数字で見る珠州市 (令和6年3月31日現在) 珠州市トップページ <https://www.city.suzu.lg.jp/index2.html>
- ※6 輪島市令和5年度人口集計表 (令和6年4月1日現在) <https://www.city.wajima.ishikawa.jp/docs/2017050900011/>
- ※7 能登町ホームページ 町の人口 (2024年4月1日現在) https://www.town.noto.lg.jp/www/normal_top.jsp
- ※8 穴水町オープンデータ 地域・年齢別住基人口 (令和6年2月28日現在) https://www.town.anamizu.lg.jp/kikaku/anamizu_opendata.html
- ※9 七尾市ホームページ 年齢別・男女別人口 (令和6年3月末現在) <https://www.city.nanao.lg.jp/shimin/aramashi/profile/jinko/nenrebetsu.html>
- ※10 志賀町の人口 (令和6年4月) 年齢別人口数 https://www.town.shika.lg.jp/jyumin/shika_town_pop/reiwa6/shikatown_pop_202404.html

介護ニーズのある方々を元いた市町に戻していくためには、受け皿となる介護施設や在宅サービスを復興する必要があることはもちろんですが、経営者の立場に立てば、ニーズの戻りの規模感が見えない中では事業再開に二の足を踏んでしまう状況であることは想像に難くありません。

能登半島における今後の地域包括ケアについて 離島から展望する

このような状況の中、元の状態に戻すという意味での「復旧」ではなく、どのような形で各市町の介護サービスを「復興」していくのがよいのかについて、災害復旧費をあてられるか、などの課題はあるものの、以前筆者が診療をしていた離島での状況を参考にしながら考えてみたいと思います。道路でつながっているとは

いえ、居住地域は点在しているため、各地区の規模感
は人口数百から数千になっていることを考えると、離島
での介護サービスの提供体制は一定参考になると考え
られるためです。

離島と一口に言っても、本土など一定の医療機関が
ある地域との距離によってどの程度高齢者がその島に
残るかは異なります。例えば、本土からのアクセスが悪
いほど高齢化率は下がり、アクセスが良いほど高齢化
率は上がる傾向にあります。人口規模については小さい
ほど高齢化率は上がり、大きいほど下がる傾向にあ
るものの、本土との距離で少し状況は異なります。また、
その人口規模や担い手の状況は各々異なるため、試行
錯誤しながら各島で必要と思われる介護サービスの提
供体制が整備されています。

まず、地域の高齢者像がどのように変化していくか、について言及してみます。往々にして、医療ニーズの高い方は、必要とする医療提供体制がある地域に家族の助けなどを借りて移住することが多く、急変の可能性の高い医療ニーズがある方は島を離れる傾向にあります。逆に、医療ニーズはそこまで高くないものの介護ニーズが高い方は、特養など要介護度の高い方の受け入れ可能な施設があれば島に住み続けることができます。他方、在宅介護・医療サービスの資源はそう多くないため、都市部のように要介護度の高い方を在宅で見続けるには限界があります。従い、自宅で過ごせる方の在宅介護ニーズは、身体介護よりは一定自力で生活できる方の生活支援が中心になります。例として、人口1,000人前後の島では、地域密着型の特養で入所、短期入所、通所のニーズを満たし、在宅は地域で数名のヘルパーさんでニーズを満たすことができていました。島によっては、同程度の人口規模か数百名の人口規模のところ、小規模多機能型居宅介護に種別を変え、入居、通所、在宅のニーズをすべて満たすようにしているところもありました。

荒い試算ではありますが、高齢者人口の約2割が要介護認定を受け、そのうちの約14%が施設系サービスを受けることを考えると、表1の被災前の状況で、輪島市で約300名、珠洲市で約175名が入所・入居系サービスのニーズがあると言えます。そう考えると、100名規模の特養などは各市町で1~2個程度かそれ以下で入所・入居ニーズを満たし、小規模多機能やグループホームなどをうまく活用しながら在宅支援もしていく必要があります。また、少ないとはいえ医療ニーズの高い方への在宅・施設での支援から慢性期、生活の支援まで、幅広く対応できる訪問看護や訪問診療なども今後ますます必要となるといえると思います。

おわりに

ニュースでもよく取り上げられる輪島朝市の写真です。持って行ってくださいというメッセージなのか、まだ使えそうな輪島塗のうつわが重ねられていました。特に輪島市の方々にとって、1000年以上続く朝市が一面焼失してしまった喪失感は筆舌に尽くしがたいものだと思います。この景色をどのように変えていくことができるか、とともに、まちの大切なインフラとなる地域包括ケアをどのような形で復興していくかについて、自治体内外でうまく連携して取り組みを進めていただきたいと思いますとともに、私自身も引き続き学びあいをさせていただきたいと思っています。



1 石川県 記者会見の要旨 - 令和6年4月1日 - https://www.pref.ishikawa.lg.jp/chiji/kisya/r6_4_1/1.html

2 内閣府 (防災担当)「令和6年能登半島地震における避難所運営の状況」令和6年能登半島地震に係る検証チーム (第3回) 令和6年4月15日
https://www.bousai.go.jp/updates/r60101notojishin/pdf/kensho_team3_shiry02.pdf



後日、詳細はホームページに掲載します。

以下の情報は変更になる場合がありますのでご了承ください。

● 「コンパッションに満ちたまち」シンポジウム

日 時：2024年11月初旬に開催予定

後日、詳細は弊財団ホームページに掲載します。

● 「ストップ介護離職」シンポジウム 参加費無料

公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団との共催シンポジウムを開催。

日 時：2024年11月14日（木）14時開始

会 場：ビジョンセンター東京京橋

〒104-0031 東京都中央区京橋3丁目7-1 相互館110タワー

開 催 形 態：会場開催。2024年度末まで録画映像のオンデマンド配信。

テ ー マ：ストップ介護離職5 — サポートを100% 活かす —

(第1部) 基調講演

一般社団法人介護離職防止対策促進機構 代表理事 和氣美枝氏

(第2部) ダイヤ高齢社会研究財団調査結果発表

(第3部) パネルディスカッション

パネリストは以下。コーディネーターはダイヤ高齢社会研究財団研究員

・一般社団法人介護離職防止対策促進機構 代表理事 和氣美枝氏

・「仕事と介護の両立」経験のある企業の従業員

・企業の人事労務担当者

・町田市ケアマネジャー連絡会相談役 / 日本社会事業大学講師 沼田裕樹氏

申し込み方法：9月初旬ダイヤ高齢社会研究財団および弊財団ホームページから申し込み受け開始予定



一般財団法人オレンジクロス インフォメーション

● 統合ケアマネジメント事例検討会の事例をホームページに掲載しています。

2014年9月から、様々な地域・職種から事例を提供していただきケアマネジメント検討会を運営しています。医療・看護・介護に携わる各専門職の方々の視点を尊重し、「見立て」や対策の議論、思考過程を共有し、新たな「気付き」を得ることを目的としています。過去に検討した事例も掲載していますので、ぜひ、ご覧ください。

● 10周年記念誌を発行しました。

弊財団は2024年7月に設立10周年を迎えました。みなさまのご支援に感謝申し上げます。10周年記念誌を発行し、ホームページに掲載しました。ぜひ、ご覧ください。

● 2024年度の事業計画書・収支予算書をホームページに掲載しました。

2024年6月7日（金）の理事会および評議員会で、2024年度の事業計画・収支予算が承認されました。ホームページに掲載しましたのでご確認ください。



一般財団法人オレンジクロス 賛助会員募集のご案内

一般財団法人オレンジクロスの活動趣旨・取り組みにご賛同いただける個人・法人の賛助会員を広く募集しています。

● 賛助会員年会費：個人会員（1口）10,000円

法人会員（1口）100,000円

● 期 間：毎年7月1日～翌年6月末日

● 申し込み方法：弊財団ホームページ（<https://www.orangecross.or.jp>）「賛助会員について」から申込書をダウンロードしてください。

メールに申込書を添付して info@orangecross.or.jp までお送りいただくか、FAX または郵送でお申込みください。



広報誌 オレンジクロス | 夏号 2024 SUMMER VOL.17 | 2024年8月1日発行

発行：一般財団法人オレンジクロス

〒104-0031 東京都中央区京橋2-12-11 杉山ビル6階 TEL. 03-6228-7216

<https://www.orangecross.or.jp/>



本誌は、「植物油インキ」「水なし印刷」
を採用した環境にやさしい印刷物です。