

# That's 天職 介護士

生きていく「今」が輝く

廣澤 佑建さん

「まだまだ新人やな!」わざと難しい質問をして、僕が答えられずにいると、そう言ってそっけなくされたり、入浴介助も「新人じゃない人に頼むわ」って相手にしてもらえなかったり。でもそんな手ごわい入居者様のおかげで、僕はこの1年間頑張ることができました。今では好きな食べ物で盛り上がりたり、お風呂で冗談を言ったり、少しは認めてもらえたかなって思っています。

僕の実家は代々続くお寺。大学で仏教を学び、高野山のお寺で修行もしました。入居者様にそんな話をすると、手を合わせて拝まれることもあります(笑)、社会人としてはスタートしたばかり。入居者様からすれば、まだまだ青二才です。

実家の近所にも、小さい時から

の言葉に自分が必要とされていることを強く感じ、ありがたい気持ちになります。

人間には必ず寿命の尽きる時が来ます。前日まで側でお話していた方が、翌日にはベッドにはいないという現実も、ここでは珍しいことではありません。僕はいつか僧侶となる身ですが、一日一日、限りある命と向き合う仕事に出会えたことを幸運に思います。

介護士は、輝く命の最後の瞬間まで必要とされる尊い仕事。その役割をしっかりと担うために、介護士としてこれからも修行を続けていきます。



将来は、お年寄りの介護ができる僧侶として、地域の人たちの役に立ちたいと思います。

# 笑いあり、涙ありの人生ドラマを 私たちが笑顔で結びます



山本さん(左) 廣澤さん(右)

お世話になっているお年寄りが多く、父と一緒に檀家さん回りをした時など、話もよくしました。今僕が

## 人生の最後に出会う奇跡

山本 りこさん

高校時代、初めて自生園に実習に来た時、すごく楽しそうなおじいちゃんやおばあちゃんたちを見て、「カワイイ!」と思ってしまいました(笑)。おむつ交換も特別にやらせてもらったのですが、初体験ながら割とうまく出来ました。私はそれまで保育士を目指していたのですが、お年寄りが相手のほうが自分に合っている気がしました。

しかし、それが間違っていたかと思つたのが、働いて2か月くらい経つた頃でした。いつも不機嫌そうでは何かにつけて悪態をつくおばあちゃん。認知症には珍しいことではないのですが、まだ経験の浅い私の心に重くのしかかり、慣れない夜勤の時はもう、半泣き状態でした。

「また何か酷いこと言われるんやろか」と恐る恐る、そのおばあちゃんをトイレにお連れすると、「あんな、よつ頑張りつとるの知つとるよ! いつもありがとね」と言って、私の手を握ってくれたんです。そのとたん、涙がポロポロあふれてきて、眼

を真っ赤に腫らした自分の顔が鏡に映っていました。「この方のため、仕事を頑張りたい!」そう思うことが出来ました。それ以来、私の顔を見ると、「来たんか。ここ座り」と椅子を空けて優しくしてくれるようになり、毎日会うのが楽しみにになりました。その方は百歳近くまで長生きされ、ご家族から最期は心穏やかだったとお聞きし、悲しいけど気持ちは晴れやかでした。

「夕暮れ症候群」といって、夕方になると皆さんソワソワし始め、立ち上がってどこかに行こうとしたり、騒がしくなります。認知症の方の気分を読むのは難しく、落ち着いてもらうのにてんやわんやする時もあります。5年も経つと情が移り、そんなおじいちゃんやおばあちゃんも「カワイいな!」って思えるようになりました。

私にも祖父と祖母がいて、両親から「よろしく頼むね」って言われます。自分にとっては、自生園の入居者の皆さんも私のおじいちゃん、おばあちゃんみたいな感覚。長い人生の最後に出会えた奇跡に感謝し、一緒に過ごせる時間がお互い素晴

手洗い、食事、そして排泄にいたるまで、僕たちがお世話をします。手足が麻痺して動かない方や、自分の体重を支えられない方など、人によってお体の状態も違いますから、ベッドから車いすに移乗する時も技術が必要です。食事の介助は、ひとさじずつ誤嚥のないよう注意し、一人ひとりのペースに合わせて、疲れないように配慮します。力も要りませんし、神経も使いますが、一日何度も言うて下さる「ありがとう」

介護スタッフ  
**廣澤 佑建さん**(23歳)  
 出身校: 能登町立柳田中学校、石川県立飯田高等学校

介護福祉士  
**山本 りこさん**(23歳)  
 出身校: 小松市立南部中学校、小松大谷高等学校

社会福祉法人 **自生園**



中学時代は柔道部。石川県で1位になり、全国大会にも行きました。今年3月に国家試験に合格。晴れて介護福祉士になりました。

らしい思い出となるよう、楽しく見守り続けたいと思います。

## 取材協力

### 社会福祉法人 自生園

〒923-0331 小松市上荒屋町ノ4番地10  
 Tel. 0761-65-1800  
 URL <https://jishoen.com>  
 ■代表者 理事長 木崎 馨山  
 ■創業 昭和56年  
 ■従業員数 204名

特別養護老人ホーム、デイサービスセンター、グループホーム、小規模多機能ホーム等の運営。視覚に障がいを持つ高齢者に特化した養護(盲)老人ホームは県内唯一。社会貢献事業に注力した介護施設です。



# 心の奥にある自分らしさは 優しさに触れて輝き始める

## 自分らしく生きられる 私の居場所

■介護スタッフ 齊藤 早希さん  
正直言うと、私は介護施設にも来たことがなかったし、ここでどんな仕事をするのかもよく知りませんでした。親友の「すごいいい職場だよ」という言葉を信じて面接にやってきましたのが3年前。それまで昼夜逆転した不規則な生活を送り、おしゃべり好きな私が本当にやっていたのか、みんなに受け入れてもらえるのかそれが気がかりでした。しかし、その心配は全く無用でした。

出勤時間はシフトによって不規則。そして夜勤もある。おじいちゃん、おばあちゃんとお話したり、歌ったり、ずっと笑って一日が終わる。それまでのライフスタイルを変えなくていいし、自分のままでいい。「なんて私にピッタリの職場なん



宮崎さん(左)、齊藤さん(中央)

だ！」って思いました。入居者様にとって、私は孫みたいなもの。でも、恋バナもよくします。若い時の恋愛話を聞いて赤面したり、相談のつもりもなかったり。人生経験豊富な超大人の意見を聞

## 遠回りして気づいた大切なこと

■介護福祉士 宮崎 恭弥さん

のはわかっています。でも、私が自分らしく、そして楽しく働けるのは職員一人ひとりの個性を大切にしてくれ、さらに伸ばしてくれる優しさがあから。私と同世代のスタッフも多く、みんなのびのびとしています。でも、最近感じるのは、しっかりとした介護の知識が必要だということ。医療の知識を持ちあわせ、入居者様の容態の変化にいち早く気づき、適切な対応をする先輩を見てそう思います。

「早くここでもつづけて連れてこなかー」それまで長生きしてこつてやー！。そんなやりとりが実現できたら本当に幸せ。勉強も本気で取り組んでいくつもりです。



自生園には「子宝の神様」がいるらしく、妊婦さんのスタッフもたくさんいます。そして仕事も気遣ってくれる優しい職場です。

「なんにもないクン田舎には戻らない」と親元を離れたはずなのに、暇に浮かんでくるのは家族や友人、近所の人たちの顔。近くの那谷寺の四季折々の風景や町内の行事でした。これまでに、いろんな人たちに支えられて生きて来たんだなと思返し、地元が恋しくなりました。「いつでも帰って来いよー」と帰省するたびに近所の人を声をかけてくれたり、玄関には誰が置いていったのか掘りたての大根があったり、「何もなし」なんて、自分は大きな勘違いをしていたことに気づきました。

自生園は、僕のひいはあちゃんが長い間お世話になった施設。家族みんなに見守られながら百三歳で息を引き取り、最後までお世話して下さったことに心から感謝したことを覚えてます。そして現在、僕はこれまで故郷を支えてきてくれたおじいちゃん、おばあちゃんに恩返しをするつもりでここにいます。今では現役を引退された皆さんですが、生活に寄り添っている、毎日いろんな発見があります。タオルをたたんでいる時に喜んで手伝ってくれ、僕よりも上手かったり、普段は話ができなくても、好きな歌はちゃんと歌えたり、流れてきたメモディーを聞いて、涙を流す人もいます。これまでの人生の一片を見せてもらえたような気がして、心にしみます。



介護の仕事に男女の違いはありませんが、やっぱり体力は必要です。ジムで体を鍛え、フルマラソンも7回完走しました。

最も大切なことに気づかせてもらったように思います。

介護スタッフ 齊藤 早希さん (24歳)  
出身校：加賀市立山代中学校、石川県立寺井高等学校

介護福祉士 宮崎 恭弥さん (33歳)  
出身校：小松市立南部中学校、尾山台高等学校 (現金沢龍谷高校)

社会福祉法人 自生園

### 取材協力

#### 社会福祉法人 自生園

〒923-0331 小松市上荒屋町ソ4番地10

Tel. 0761-65-1800

URL <https://jishoen.com/>

■代表者 理事長 木崎 馨山

■創業 昭和56年

■従業員数 204名

特別養護老人ホーム、デイサービスセンター、グループホーム、小規模多機能ホームの運営。地域密着の社会貢献事業に注力した介護施設です。

# That's 天 職 介護士

相手を知る気持ちがお互いの心を近づけます

■ 介護福祉士 川北 美憂さん

「川北美憂さん」高原列車は川北美憂さん行くよ〜」って私がたまに口ずさんでいるこの歌。たぶん中高生の皆さんは知らないと思いますが、自生園の人たちはみんな歌えます。ここに入居されているおじいちゃんやおばあちゃんが、皆さんと同じ年の頃に流行っていたこの歌を、体操をする時にみんな歌っているんです。

お年のせいで家庭での日常生活が困難になられた方々が、ここでたくさん生活していらっしゃいます。私が担当する認知症棟では、「へえ〜！」という発音が毎日あります。ある女性の方に毛糸をお渡ししたら、すぐく上手に編み物を始められたり、ずっと機械が壊く、声をかけつづらかった方に、「言は会社の社

資格を活かせる仕事ではなく  
自分を生かせる仕事がしたい



長さんだったんですか？」って聞くと、「尻を下げて嬉しそうに当時の話をしてくれたり、ご家族が見えたらよ〜」と受け答えされる方など、昨日までは思ってもみなかったことが起こると、まるで人気スターの秘密を知ったように楽しくなります(笑)。

## 祖父にできなかった孝行がしたい

■ 介護スタッフ 山口 翔平さん

高校を卒業し免許取り立ての僕は、自分で買った車を運転するのが楽しみ。でもこの冬は大雪で車が出せませんでした。一日の仕事を終え、帰りに「また明日くるね〜」と言ったら、「待つとるよ〜」って見送ってくれる入居者様の笑顔。それを見たら、片道50分の雪道を歩いて通つのも平気でした。

僕が担当する入居者様は、重度の障害を持たれた方が多く、寝たきりの方や目の不自由な方もいらっしゃいます。それでも呼ばれて行く、「あんた山口さんやろ？」声でわかったよ。昔もたくさん雪降った時あったわ〜」と話をしてくれます。まだ僕が生まれるはるか前の話ばかりですが、つい聞き入ってしまった、中だったんだ」って懐かしくも少しなくありません(笑)。

中学3年の時、僕の15歳の誕生日の前日に、大好きだった祖父が96歳で他界しました。いろんな所に連れて行ってくれ、戦争に行った話や力

が強かったという自慢話をよくしてくれたおじいちゃん。もっと話がしたかった。孝行したかったという気持ちで、この仕事に就く決心になりました。

高校のインターンシップで初めて介護を体験したのですが、予想していたより、かなり体力がいる大変な仕事だなと感じました。でも「これが自分が決めた仕事！」信念はみじも揺るぎませんでした。

自生園で仕事を始めて1年。一日動きっぱなしで身体も鍛えられました(笑)。そしてこの職場でたくさん入居者様の資格を取得するため勉強中ですが、もし自分が机の上だけで教科書を広げていたら、恐ろしく挫折しているでしょう。寝たきりの方をベッドから起こす「ツツも、実際に現場でやってみることで理解ができます。そんなに力を入れなくても安全に体を起こせることがわかり、介助が楽しくなりました。

いつも僕のことを気遣って食事誘ってくれる先輩もいます。自分自身もそうやって支えられ、癒されていると思うと、一緒に生活す

今はこうして入居者の方たちと笑顔で話ができますが、介護福祉士として働き始めたばかりの2年前は、全く心の余裕はありませんでした。トイレの誘導、お食事の介助、おむつの交換、見守り...先輩がマンツーマンで教えてくれるのですが、「早く立ち上げなければ...」と気持ちが焦り、目の前のことしか見えていませんでした。皆さんと打ち解けて、楽しそうに雑談を交わす先輩たちを観察すると、ちよとしたす

介護福祉士 川北 美憂さん (24歳)  
出身校: 小松市立御幸中学校、遊学館高等学校

介護福祉士 山口 翔平さん (19歳)  
出身校: 小松市立南部中学校、石川県立寺井高等学校

社会福祉法人 自生園



介護士として当たり前のことをしているのに一日に何度も感謝してもらえるのありがたいですね。

き間の時間に先の仕事の準備をしておいたり、仕事の合間合間にお声をかけたり、自分次第でいくらでも時間に余裕ができるということに気づきました。

この前、高校3年生の時に私が書いた「5年後の自分へ」という手紙が出てきました。やりたくない職業は「介護福祉士」と書いてあって、思わず笑ってしまいました。もちろんその時は、介護については何も知りません。「自分もそんな偏見を持っていたんだな」って思いながら、自分のもの忘れの甚だしさにびびりてしまいました(笑)。

入居者様も職員も、みんな一つの大きな家族に思えてきます。



うまく意思を伝えられない方の気持ちを察してあげられた時に見えてくれる笑顔は、言葉よりも伝わります。

### 取材協力

#### 社会福祉法人 自生園

〒923-0331 小松市上荒屋町ソ4番地10

Tel. 0761-65-1800

URL <http://www.jishoen.com/>

■代表者 理事長 木崎馨山

■創業 昭和56年

■従業員数 204名

特別養護老人ホーム、デイサービスセンター、グループホーム、小規模多機能ホーム等の運営。地域密着の社会貢献事業に注力した介護施設です。