

**一般財団法人オレンジクロス  
第3回 看護・介護エピソードコンテスト  
大賞・優秀賞・選考委員特別賞作品**



一般財団法人

オレンジクロス

### 【第3回看護・介護エピソードコンテスト選考委員】

選考委員長	シルバー新報 編集長	川名佐貴子氏
選考委員	暮らしの保健室 室長	秋山正子氏
選考委員	JCHO 東京新宿メディカルセンター 院長補佐	溝尾朗氏

### 【受賞作品一覧】

大賞	ほがらかに楽しくおらせてくれやの	松村朋枝さん	P.3
優秀賞	熊本地震が残したもの	谷富明子さん	P.7
優秀賞	心の耳・・・心のリズム	新美寿栄さん	P.9
優秀賞	地域の一員として物申すばい！ ～ホームホスピスが我が家になった三婆物語～	樋口千恵子さん	P.12
選考委員 特別賞	むらかみさんでささえたい	山崎緋沙子さん	P.14

## 【大賞作品】

### ほがらかに楽しくおらせてくれやの：松村朋枝さん

もう、ええとしになったんやから、いつ死んでもええんや。そやけどの、最期の日まで朗らかに楽しくおらせてくれやの。

25年間勤めた職場を辞め、暮らしの保健室を併設するコミュニティスペースややのいえの内で訪問看護ステーションの立ち上げを決意した私の前に正子ばあちゃんは現れた。小さい頃からはあちゃんっこだった私はすぐに正子ばあちゃんのとりこになった。94歳、若い頃からずっと田んぼや畑で汗を流し、70年守り続けた畑は正子ばあちゃんの自慢だった。腰部脊柱管狭窄症、多発性脳梗塞、パーキンソン症候群で中等度の認知症がみられていた。元々長男家族と同居していたが、3月に腰椎圧迫骨折にて入院、その後ひ孫が生まれたのと農家の仕事が忙しくなるこのことで自宅には帰れず、隣町の老人保健施設に一時的に入所していたが、5月に長男嫁がタンクローリーと正面衝突するという大きな交通事故を起こし生死の危機に直面したため、自宅に帰るといふ選択肢を失ってしまった。しかし、施設での正子ばあちゃんの様子に愕然とした三男の嫁が引き取った。

まだ、ホームホスピス準備中のため介護福祉士を中心に家族であり看護師である嫁と協力しながら訪問看護・リハとして正子ばあちゃんに関わることになった。最初の衝撃は、正子ばあちゃんの気持ちがあったときだった。彼女にとって一番嫌だったのは、「ばあちゃんは何もせんでいいよ」「あれしちやだめ、これしちやだめ」と言われることが何よりも辛かったのだ。正子ばあちゃんには「前みたいにできんのやから、な～んも役にたたん」要するに“いなくてもいい存在”と言われている気がしたそう。

長年保育士をしていた母は小千谷市の中心の商店街で子育て支援センターの所長をしていた。中越地震があった2004年に自身も被災したが、そのセンターが急遽被災者の避難場所になり、母は一生懸命被災者の世話にあたった。避難所が解散した直後のことである。母が突然、「震災でお世話になった人へのお礼状の書き方がわからない」と一言言って泣き出した。その日を境に母の様子が変わってきた。長年つけていた5年日記が書けなくなっていたのだ。5月のある日突然父親から「家族会議を開きたいから実家に集まるように」と兄弟3人に連絡が入った。その夜、実家の玄関を開けた瞬間に尿臭がしてトイレにオムツが山積みになっていた。私は、目の前に起きたことが信じられずなかったことにしようと思い床についた。翌朝、父から母が若年性認知症になり尿意も分からない状態でオムツをつけていることを聞かされた。母親の介護をするために片道300kmを4時間かけて毎週通った。そのときに、限られた時間の中で食事の用意や家の掃除・母親の排泄介助などをしなければいけなかったため、同じような言葉を母親に言ったことがあるこ

とを思い出した。正子ばあちゃんの言葉を聞きながら、「もしかして、母親も同じような気持ちだったのかもしれない」とこれまで言葉にしてこなかったことを思い出した。母親の介護に対して後悔がある私は、その日から「正子ばあちゃんらしくいて欲しい。そのためにはどうしたらよいか」ということを仲間と一緒に真剣に考えるようになった。

正子ばあちゃんの米寿を記念してつくられた聞き書き冊子を読んだ。その冊子の中には、正子ばあちゃんの口癖の「今が一番しあわせ」という言葉がちりばめられていた。毎日の介護や看護・リハとして関わる中で、正子ばあちゃんからのひとことを「ひとこと聞き書き」として記載していくことにした。今までは、まずは病気の症状や進行具合、既往歴、リスク管理、身体能力や生活能力などを中心に見てきたが、ひとこと聞き書き意識することで、カルテには正子ばあちゃんの生き生きとした様子が手に取るように伝わるようになった。正子ばあちゃんの生きざまを通して、「これからどのようにしたいのか」を常に意識して聞くようになった。

正子ばあちゃんの部屋は、トイレに一番近い場所にした。ベッドや手すりといった環境を整えると自力でトイレまで行けるようになった。彼女は徐々に自信をつけてきた。「今、一番したいことは何？」と聞くと、「草むしりやあ」と言った。部屋の窓から見える裏庭の雑草を見ては、毎日刈らないと伸び放題になると気にしていた。ケアマネや福祉用具のスタッフとも連携し、レンタルの階段と手すりをつけて、裏庭に出て草むしりができるようにした。

自信がついてくると、面白いように声かけの方法なども関わるスタッフひとりひとり違って、正子ばあちゃんは、人ごとに対応を変えていることがわかった。

そして毎日、正子ばあちゃんが話す楽しい言葉を聞き流さないようにと、スタッフ皆で自慢げに語り合うようになった。看護や介護に携わる私達にとってたくさんのヒントが詰まっており、考えさせられる。

## 正子ばあちゃんのひとこと聞き書き集

### ・認知症検査をしているときのこと

「今日は何日かって？そんなに知りたきゃ自分で新聞をみたくりゃええ。別にわからんでも生きていけるわい」・してやったりの顔は正子ばあちゃんのお得意技である。

### ・嫁が緊急訪問で呼ばれて出かけるときのこと

「あんたはうんこで食べているんやから、早よ行って来んならん。私は寝て留守番しとるがいね。」

### ・歩行練習で手を引きながらトイレに移動している最中に

「あんた歩かせるの上手いなあ、こんなに早く歩けるなら夜逃げするのに困らんわ」

### ・一緒に食事をしているときに食べやすいように食材を小さくしたときのこと

「そんなにちーさくしたらだんだんの一なる。あんたは身体が大きいからいいけど、私はちんまいから生まれ変わったら猫かネズミになるんやなあ」

・食事後に・・・

「腹が膨れると、眼瞼がさがる、ああありがたや～」

・物忘れをすることに落ち込んでいる正子さんに対してスタッフが、私達が代わりに覚えているから大丈夫だよと話した時に、

「何でこんなに眠いんやろ。寝て起きると朝か夜かわからんようになるわあ。えっ？今、夕方の5時かってか？朝の5時かとおも一とつた。あんたらがおってくれんときゃあ、忘れてもいいってか？ありがとう」

・はじめて5本指の靴下を履いたときに薬指の下に隠れて見えなかった小指を見て、

「小指がしゃばにもどってきた～」

・トイレに便を落としてしまったときに、

「わてのうんこはコロコロしてるから落としても拾いやすいぞ」

それを受けたスタッフがコロコロうんこを「黒いダイヤ」と呼んだことに対して、

「本物のダイヤが出てくるかって？そんな原料食べておらんからできんわ～」

・85歳の友人と話をしている中で、

「あんたのその服いいなあ、しょうぶわけ(形見分け)にもらおっかなあ。死んだらね。」

・スタッフにケアを受けながら

「人のあっこ(悪口)は言ったらいかん、必ず自分にかえってくるんや」

「幸せなのは、あんたが努力しているさけや、あんた(私を見て)も遊んどらんと負けんと仕事しまっし」

「愛しているってことは、め(目)え～つけてもらうことや。めえ～つけて、結婚するのでつばつけて、子供が生まれて鼻つけて、人生最期にうんつける」

「歳をとると顔にしわばっかり増えるけど、頭の中はツルツルになってしもうたね。すぐに忘れる・・・」

・ショートステイから帰ってきた日に、腰をかがめて廊下を歩きながら、

「お母さん(三男の嫁)に会えなくて、さみしかったあ～～」と泣き出した。

「あんたの役に立とうと思ってここに来たがに・・・洗濯物1つ畳めんがんなってしもうて、草も引けんくなって、世話かけるばっかりや」

認知症の人としてではなく、正子ばあちゃんとの日々の中で、接し方や言葉かけによって、人はこんなにもその人らしく暮らしていけて、元気になるということを目の当たりにしている。

私の母は「若年性認知症」だった。認知症対応型の小規模多機能に通っていたときのことは忘れられない。毎回のよう、能面のような顔で帰ってくると、私と面と向き合って顔を合わせているのに視線が身体を通り抜けて絡まないという寂しさは、今も身体の記憶として残っている。母親のことを分かって欲しいという一心で、保育士だった母親がどのような人生を歩んできたのか、押し花が好きで、保育園の卒園児からも手紙をもらうほど慕われていたことなどを主治医や事業所のスタッフに届けた。主治医から、「あなたがそんなにお母さんのことを細かく言うから、お母さんが良くなりませんよ」と言われたその一言は忘れない。事業所のスタッフからは面倒くさいといった態

度をされて悔しかったことを思い出した。母は若年性認知症と診断されてから10年を生き、病院で亡くなったときのことである。看護師から「ご遺体どうされますか？」と聞かれ、戸惑い動揺した。死亡宣告をうけて数分後、温かいぬくもりを残している母親の死を受入れられていない私にとって、その言葉は重く、同時に後悔の念が沸きだしたことを思い出した。「何で、お母さんを病院で死なせてしまったのだろう・・・、しかも口を開けたままの状態で」。

人は、いつ誰と出会うかによってその後の人生が大きく変わる。94歳の正子ばあちゃんは、居場所をなくし、役割をなくし、自分が価値のない人間だといわれてきたが、同居家族の交通事故をきっかけに、ややのいえに自分の人生をかけてやってきてくれた。だからこそ、正子ばあちゃんが発する言葉の意味は深い。熱が出る、転ぶ、咽る、突然意識がなくなる、徐々に認知症が進み几帳面で上手だった洗濯物を畳むこともできなくなり、できることは少なくなってきている。だけど、「正子ばあちゃんらしさ」は健在である。一秒前に薬を飲んだことも忘れる日々、忘れても大丈夫と接するスタッフと一緒に過ごせることがうれしくなった。人は、食べて、寝て、排泄する、そして心の拠り所、心を動かす仕掛けが必要なのである。正子ばあちゃんは、友人と一緒に、町娘役で認知症金色夜叉という劇に出演した。が、出演した翌日には、「そんなものに出ておらん」とすっかり忘れていたが、写真を見せると「私に似た人は、た〜んとおるもんや」と言い張り、今でも出たことを認めてくれない。

すでに認知症である正子ばあちゃんは、医学的には海馬10%しか機能しておらず、ドーパミンの分泌は0、長谷川式認知症スケールは0点、食事も介助することが増え、ベッド上で過ごす時間が長くなってきた。しかし、正子ばあちゃんらしさは健在だ。

今は、「いつ死んでもいいけど、ほがらかで楽しくおらせてくれやの、楽しくあの世(天国)に行けますように」、「病院には行きたない、最期までここにおらせてくれやの」と言っている。元気なときはベッドの柵を超えて転びそうになったり、ベッドのコンセント抜いたり・・・知恵比べの毎日。正子ばあちゃんの存在自体が私達の訪問看護やホームホスピスの核となる「真の拠り所となる場所と人」の大切さを身を持って教えてくれている。そして、正子ばあちゃんの手を見たくて、スタッフは競争してネタ探しをする。最初は、正子ばあちゃんにとってややのいえは拠り所だったが、今は正子ばあちゃん自身がややのいえの拠り所になっている。私は、正子ばあちゃんから言われた「人のあっこは言ったらいかん、必ず自分にかえってくるんや。」という言葉に胸に刻むことで、他の人に穏やかに接することができるようになり、イライラしなくなった。

ややのいえにとって、正子ばあちゃんの存在そのものが大切であることをこころにとどめながら、日々の患者さんと毎日向かいあっている。

## 【優秀賞作品】

### 熊本地震が残したもの：谷富明子さん

私が福祉の仕事をしたと思うようになったのは、高校1年生の時だった。この年に阪神大震災があり、1週間後に修学旅行。飛行機から神戸付近の一面のブルーシートの光景が見えた時、“人の役に立つことをしたい”と思ったのを昨日のことのよう覚えている。

あれから20年以上がたち、現在私は介護支援専門員として居宅介護支援事業所で働いている。大学卒業後、熱い思いで福祉の仕事に就いたものの、自分の力ではどうしようもない状況に直面したり、本人や家族の思いに板挟みになり、つらい思いをしたりということが積み重なり、心身ともに疲れ、いつしか福祉の仕事を辞めたいと思うようになっていた。

そんな矢先に熊本地震が発生した。見慣れた風景は一変。水や食べ物がなくなり、渋滞の中福岡県まで買い物に行く。普段は通勤時間が50分程度だったが、地震後しばらくは2時間弱かかるようになった。支援物資の分配等もあり、業務量も増大した。

幸い、私の職場のある町は大きな被害はなく、2ヶ月後には落ち着きを取り戻しつつあった。その頃から、被害の大きかった町の避難所へボランティアに行くことになった。そこで、Oさんとの出会いがあった。

Oさんは、90歳代の女性。長男家族と同居し、庭の草取り等をして生活していたが、地震で自宅は全壊。一時は家族一緒に避難していたが、仕事の関係で長男家族は避難所を出、Oさんは一人で避難所生活をしていた。足腰はしっかりしており、散歩を日課としていた。県外から来たボランティアに熊本弁を教えたりと、避難所では有名なOさんだった。そんなOさんと私はすぐ打ち解け、一緒に散歩しながらいろんな話をした。

「地震があった時は、“ドーン”て大きな音がしたたい。爆弾が落ちたかと思ったたい」

「気がついた時は、目の前に天井があったたい。誰かに助けてもらったたい」

「家のもんと一緒におりたかばってん、こればかりはしょうがなかない」

「仲の良かった人が隣におらしたばってん、家のつぶれて死なしたたい。寂しくなったたい。」

普段は笑顔でいるOさんだが、私と話をする時はつらそうな顔を見せたり、涙を流すこともあった。私は何と声をかけて良いか分からず、傾聴するだけで精一杯だった。

避難所生活が長くなると、Oさんに関して、ちょっとした問題が出てきた。例えば、電気のスイッチが分からず、間違って空調のスイッチを切ったり、食べ物をトイレに置きっ放しにしたり等があり、他の避難されている方に怒鳴られることもあった。Oさんは避難所内にいたくないのか、今まで1日1、2回の散歩だったのが、頻回に散歩に行くようになった。

「私はみんなの邪魔になるごつあるけん、地震があった時に死んどった方が良かったばい」

ある日、散歩の途中でOさんがこんなことを言った。何か言わなければと思ったが、「そんなことはないですよ」と安易に言葉がかけられないような気がして、並んで黙々と歩き続けた。

避難所では、様々な専門職団体がボランティアとして来ており、定期的に話し合いがあっ

た。その話し合いで、Oさんのことを検討した。避難所にいる住民の方の協力も得られたおかげで、しばらくするとOさんは元気を取り戻し、否定的なことも言わなくなった。むしろ、今までよりも活動的になり、避難所で顔馴染みになった方と一緒に出かけたり、避難所で漬物をつけたりして過ごしていた。

県外で長男家族と同居することが決まり、8月に入ってすぐOさんが避難所を出ていくことになった。片付けも一段落ついた頃、Oさんは手招きをして私を呼んだ。

「あんたには、たいが世話になったばい。あんたのおかげで、“100まで生きよう”て思うごつなつたたい。私も頑張るけん、あんたも頑張んなつせ。あんたは話ば聞くとの上手かもんな。今の仕事ば続けなつせ」

自分で作った白菜の漬物を手渡し、私の腰を叩きながら、Oさんは笑いながら言った。そして、長男家族と一緒に避難所を後にした。

私は、Oさんのくれた白菜の漬物を食べながら、“この漬物はちょっとしょっぱいな”“最後まで私の名前を覚えてくれなかったな”と思い、また福祉の道を志すことを決めた時のこと等を思い出し、“こんな私でも必要としてくれる人がいる。よし頑張ろう。”という気持ちになった。

熊本地震からもうすぐ1年。今も、私は介護支援専門員として働いている。担当している方の自宅を訪問した際に、漬物が出されると、ふとOさんのことを思い出す。あのOさんのことだから、きっと見知らぬ土地でもうまくやっているだろう。もし、Oさんと再会できたら、私は胸をはって言える。

「Oさんに言われたごつ、私は頑張っとるですよ」



## 【優秀賞作品】

### 心の耳・・・心のリズム：新美寿栄さん

ある日突然ドラマのような現実が起った・・・

私が介護の仕事をさせて頂いて5年目の春の出来事。

3つのユニットからなるデイサービスで、私が担当をさせて頂くユニットは身体的に重度の方、ターミナルの方を対象とするユニットです。

脳梗塞後遺症による右半身麻痺、失語症のあるMさんと5年前に出会った。そして担当スタッフとなり10ヶ月目の出来事。

いつもニコニコし誰からも好かれるMさん。癒しキャラで常に周りの雰囲気明るくしてくれている。

ただ、言葉を聞いた記憶が無かった。

言葉にならない発声は時々聞かれる。失語症だけど、伝えたい事があるんじゃないか？と日々関わっていくうちに、感じ始めた。

笑い声も出る、言葉の意味も理解出来ている、時折ゼスチャーもする。

Mさんが何か言っていると聞き流すのは止めよう。

心の声として聞いてみようと考え担当スタッフとして他のスタッフに具体的に「声を発する」を意識してもらおう事を提案した。

「レツトライ&ゴー」やってみないと分からない。

Mさんから聞き取れた言葉を集約してみたところ、リズムを付けると何となく口を開き声を出す事がわかった。

至近距離でMさんに接し、口元を注意してもらい単語での発語を何度も、根気よく一緒に言う日々が続いた。そんなある日、Mさん自身がなんと！言葉として発語したのです。

スタッフは全員耳を疑いました！

「今何て？私の名前呼んだ？！」

驚きました！「に・い・み」確かにリズムに合わせて「に・い・み」と言ってくれたのです。

リズムと心の声が繋がった瞬間でした。

私は思わず涙が溢れだした。今でもその時・その瞬間を鮮明に思い出します。

その後はMさんの好きな曲をスタッフが歌い出すことで、最初は「う～」と一緒にハミングのように、そして簡単な歌詞をリズムに合わせて自然に歌い出すようになった。

Mさんにとって言葉はリズムと一緒にすることが大切なんだ。

自然なリズムが心の発語なんだと気付けた。

もっともっと心の声を共有したいと私の心も騒ぎ出す。やってみないと分からないと始めた事だったけれど、「こんな言葉が聞けたよ」「こんな曲でリズムがとれるよ」と色々なスタッフにも届き始めた頃…

いつものように、昼食前の食前体操、メニューの中に発語体操も含まれている。

普段とは変わらずスタッフの号令で

パンダのパ・パ・パ・パ・パ・パ・パ

カエルのカ・カ・カ・カ・カ・カ…と体操をしている中、「力のつく言葉で他に何がある？」と尋ねると「カレー」

と返答するMさん！

今日は絶好調だね！いい反応だ！表情も最高！

誰もがそんな風を感じた…その時までは…

食事が始まり2口食べた後にMさんは突然顔が青ざめ意識が消失した。

スタッフの声がけで一時的に意識が戻り、張りつめた空気が緩んだ次の瞬間2回目の意識消失が起きた。

事態は最悪…先輩スタッフ、看護師は緊急処置を私の目の前で行う。

先輩は涙をこらえMさんの為に処置をしているのに、私はただウロウロし泣くばかり。

私には何も出来ないのは分かっているが心配で仕方ない。そんな私は先輩に、「部屋から出て行きなさい。持ち場を守りなさい」と何度も言われた。

仲間からは「大丈夫だから」「他の利用者様の食事介助をこんな時こそやらずに」「冷静になって」と声をかけられた。

気づくと救急車とドクターカーが到着。運ばれるMさんに「頑張ってMさん」と声をかけた。

先輩スタッフが病院から帰ってきて私に「Mさんは頑張ったよ。でもダメだった。Mさんは担当スタッフが新美さんで良かったと思うよ。ありがとう。泣くのは家で泣きなさい、今は他の利用者様がいるでしょ。」と言ってくれた。

そして次の日に先輩が「この写真をMさんの自宅に届けてくれる？」と声をかけてくれました。それはMさんがデイサービスで過ごした日々の笑顔の写真がA3用紙にびっしり貼られているものでした。

「これを届けてMさんの心の声を心の耳にし、きちんとお別れしておいで」と…

介護職5年目、この仕事をしていて、現実はそのなにあまいものではなく、時に流される事もある。だけど私には支えてくれる仲間がいる。周りの力を借りながら少しずつ前へ…

「優しく、強くある介護職になりたい」と強く心に決めた瞬間でした。

Mさんのお母様から電話が入り「明日出棺です。Mはデイサービスが大好きだったからデイサービス経由で送ってやりたい」と…

翌日、馴染みの利用者様とスタッフでMさんをお見送りさせて頂きました。

桜が散るには早いけど、残った木や枝は大きくなる。桜の記憶がまた一つ増えた出来事となりました。

あの日、あの時間、このデイサービスで、旅立たれたM様、ありがとうございました。

## 【優秀賞作品】

### 地域の一員として物申すばい！ ～ホームホスピスが我が家になった三婆物語～：樋口千恵子さん

『こりゃ、一夜にして建ったばい！』『こげな、ちーさか家ば建てて！』『今時の若いもんは、挨拶にも来ん！私どんが若いときゃ饅頭の一つでも持って挨拶に行きよった！』とある日のホームホスピス“たんがくの家本家”居間から見える棟上げが終わったばかりの“たんがくの家お向かい”への苦情で花盛りの女子会の一コマ。

この女子会メンバーは、総胆管がん＋認知症、自称にわか狭心症？＋認知症、糖尿病＋認知症の可愛いおばあちゃん三人づれ。この模様を聞いた私は、次の日、喜んでご所望の饅頭を持って非礼を詫びに行きました。『お隣で小さな家を建ててる樋口と言います。ここの理事長さんとそっくりです。ご挨拶が遅れたいへん、失礼なことをいたしました。これはせめてものお詫びに、久留米ーおいしい饅頭を買ってきました。ご賞味ください。』と渡し、次の日、女子会に隣の非礼な樋口さんは、饅頭持って来られたか聞くと短期記憶に不安があります。『は一あ！知らん。あたしや食べとらん。他の人は知らんばってん！』とこうです。

たんがくの家は、がん末期や難病等の医療依存度の高い方々が、その方らしく心穏やかに暮らし、生き抜く生活の場として、ご家族や地域の方々の応援をいただきながら病院でもない、施設でもない第2の我が家として、開設しました。

たんがくの家では、“とも(伴・友・共)暮らし”をしているお仲間・ご家族、地域のみなさんと触れ合い『あーっ！あんたがおってよかった！』とお互いの存在を認め合い、お互いできることを交換し生きがいに変わるような仕組みづくりに取り組んでいます。

また、この地域の方々がなじみの地域でなじみのみなさんと安寧に今までの生活の延長ができ、『ここで年がとれる』『あんたがおってよかった』との思いを地域資源と位置づけ、地域の方々の様々な『ここで、生きる』を支援していくサービスとして『ホームホスピスタンがく村』整備計画(女子会話題の“たんがくの家お向かい”もその一環)を進めています。

この整備にあたって、地域の方々が自主的にどう、たんがく村を地域のために活かそうかと『たんがく村を育てる会』ができ、ワイワイガヤガヤ“我がこと”として話し合いがなされています。そして、ついに昨年、『学びの館たんがく楽館』(陶芸、絵手紙、お写経、おいしいコーヒーの淹れ方などの講座等)が開設しました。もちろん、女子会のみなさんも陶芸教室に参加されています。『わー！おばあちゃんの器の取っ手がねじってあっていいね！私も真似しよ！』と地域の方から声をかけられ上機嫌の女子会。『おばあちゃんに教えてもらったから、いいのができるよ。焼きあがるのが楽しみ。おばあちゃん！また来月、お会いしましょう。』とこんな会話が飛び交っています。

このように、地域の方がいつも出入りされ、地域の日常の雰囲気をもなんとなく感じておられるのではと思われる女子会のみなさんは、自分たちが住んでいる家(たんがくの家本家)のお隣に非礼極まりない者がいる！と地域の一員として怒っておられたのです。まさにたんがくの家が我が家

であり、そこに住む女子会のみなさんは、地域の一員なのです。そのことを地域で行われているであろう井戸端会議のような場で話に花が咲き、自分の居場所として、認知症があろうと我が家と思われ、地域のことを話題にされていることが、ケアする私どもにとっては、この上ない喜びでした。

たんがくの家は、日常の暮らしの連続の中で、その方らしく生き抜いていただく場です。この日の女子会は、当法人が目指す“地域とともにここで生きる”を具現化したものでした。

今後とも、お一人おひとりがその方らしく生き抜いていただくために地域のお力をいただきながら、日常の何気ないこんな一コマを五感で感じ、真摯にかつ、丁寧にその方の暮らしに活かしていくケアをしていきたいと考えています。

## 【選考委員特別賞作品】

### むらかみさんでささえたい：山崎緋沙子さん

「いってきまーす。」

朝、玄関から出ると向かいの家の大きな窓から祖母が笑って手を振り、ご近所さんとお話していた隣家のおばさんから「いってらっしゃい」と声がかかります。ゴミ捨てに出てきた人や通勤中のサラリーマン、通学途中の子供達が家の前を足早に通り過ぎ、私もその流れに乗って歩きました。

神楽岡駅前の線路を渡ると、右手に大浦商店、左手には八百屋さんがあり、交差点の向こうには村上医院が見えます。小学1年生から中学3年生までの9年間、私はこの景色を見ながら通学しました。

看護学校進学のため一旦旭川を離れ看護師として数年働いた後、私はこの地に戻ってきました。神楽岡駅前は道路が拡張され、商店はなくなり、景色はすっかり変わりました。自宅の周辺を歩く人は少なくなり、向かいの家の窓から手を振ってくれた祖母も亡くなりました。隣家のおばさんは自宅から出ることも少なくなり、昔は綺麗に手入れされていたご近所さんの庭も鬱蒼と茂っている家が増えています。自宅周辺では子供の姿を見かけなくなり、日本の高齢化をこの地域でも感じるようになりました。その中で変わらずその場所にあった村上医院で私は看護師として働くことになりました。

「訪問看護ステーションやってみる気ある？」

子供の頃に通った村上医院で働き始めて半年たった頃、同法人の医師から1通のメールが届きました。

村上医院で外来・訪問看護師として働きながら、在宅支援の必要性を感じている最中のメールでした。

訪問看護は初心者だけど…やってみたい！！

気持ちを高ぶらせながら、この地域のことを大切に思い一緒に働く人を思い浮かべました。

同じ地域で育った幼馴染で看護師になった“亜矢”を誘い、「私たちにとって大事な人たちの看護をしたい。」「この地域の人たちを支えたい。」「病院から家に帰りたい人が帰れるような場所を。」「村上医院みたいに地域の人たちに必要とされる場でありたい。」と夢を語りながら、沢山の人のサポートを受け、このまちで「訪問看護ステーションむらかみさん」を開設することになりました。

訪問看護ステーションむらかみさんが始まってから数カ月たった頃、私の祖父が末期の肺癌と診断されました。

「どこにも行きたくない。」と祖父が言ったこと、祖母が入院したまま帰れずに亡くなったことを悔やんでいた祖父の思いを汲み、通院から在宅医療へ切り替え、私たちは訪問看護に通うことになりました。

大正生まれの祖父は結婚してから大工として働き、神楽岡に自分の家を建て移り住みました。昔から活動的だった祖父も病気の進行に伴い少しずつ動けなくなり、1日の大半を大きな窓のある居間で過ごすようになりました。昔祖母が手を振ってくれた窓には、私が通るたびにヒラヒラと手招きするように手を振る祖父が映るようになりました。

末期がんと診断されてからも、祖父は大好きだったデイサービスへ週3回通い、わがままを言ってベッド上でのこぎりを使い木屑をまき散らしながらも、悠々自適な在宅療養を続けました。

「私は祖父に訪問看護師として何をしてあげられるだろう。」

答えを出せず、何も出来ぬまま、祖父は最後まで自宅で一人暮らしを続け、痛いことも苦しいこともなく安らかに、眠るように静かに息を引き取りました。

祖父は最後の誕生日会の席で「いい人生だった」と振り返っています。

自分で建てた家の窓からこの地域の移り変わりを見てきた祖父は、いつも遊びに来る孫やその友人たちの訪問看護という応援を受け、最後まで“私たちのじーちゃん”らしく生ききりました。

訪問看護中、ふと祖父母の話を耳にすることがあります。

「あなたのおじいちゃん、おばあちゃんは優しい人だった。」

「甘酒をご馳走になったことがあるの。」

「あなたのおじいちゃんの若い頃を知っているよ。」

「あの家を建てたのはあなたのおじいちゃんよ。」

この地域で暮らした祖父母の物語が今ここで暮らす人たちの中で生き続け、今私たちにも繋がりが広がっています。

そして、むらかみさんにはこの地域に愛着を持ち、この地域で暮らす人たちを大切に思い、支えたいという仲間が集まりました。

『この地域で生まれ育った私たちだからこそできる温かい看護があるはず！！』

そんな熱い思いを持った仲間と、誰かのおじーちゃん、おばーちゃんが最後に「いい人生だった」と言えるように！！今日このまちで“むらかみさん”は車を走らせています。