平成29年度　石川県小中学生
「わたしと介護」作文コンテスト　入賞作品

最優秀賞

「じいちゃんの応えん団」　福村（ふくむら）　健（まさる）……1
「わたしと介護」　宮谷内（みややち）　美月希（みづき）……2

優秀賞

「わたしと介護」　中島（なかじま）　海愛（うあ）……3
「輝く未来へ一歩ふみ出す、届け私の心」　大田（おおた）　うの……4
「介護の夏休み」　角谷（かどや）　ひなた……5
「介護の大切さ」　金谷（かなや）　琉伽（るか）……6
「職場体験」　猿橋（さるはし）　穂果（ほのか）……7
「職場体験で学んだこと」　安田（やすた）　明香音（あかね）……8

入選

「だれかの笑顔のために」　熊野（くまの）　天音（あまね）……9
「初めて気づいたこと」　小松（こまつ）　弘佳（ひろか）……10
「わたしと介護」　高橋（たかはし）　舞衣（まい）……11
「わたしと介護」　田中（たなか）　杏樹（あんじゅ）……12
「私が思う高齢者」　吉田（よしだ）　有伽（ありか）……13
「デイサービスを見学して」　児玉（こだま）　愛華（あいか）……14
「自生園見学で感じたこと」　酒井（さかい）　友誠（ゆうせい）……15
「職員さんの介護への思い」　中坂（なかさか）　翔英（しょうえい）……16
「助ける気持ち」　早瀬（はやせ）　哉太（かなた）……17
「これからの福祉社会について」　橋本（はしもと）　梨沙（りさ）……18

最優秀賞

「じいちゃんの応えん団」

福村　健

金沢市立諸江町小学校　五年

今年の夏、ぼくのじいちゃんは肺えんで入院しました。病院で点てきをして、ずっとねたままでした。ぼくは毎日お見まいに行きました。しばらくして、じいちゃんは少し回復して、院内デイケアというのに行きました。デイケア初めての日、お母さんといっしょに見に行くと、十人位のお年よりが集まって、ビデオを見ていました。後ろの方で見ていると、かんごしさんから「お年よりばかりの所で大丈夫ですか？」と聞かれました。最初は何を言われているのかわかりませんでしたが、お母さんに「お年よりをこわいというお子さんもいるので」と言っているのを聞いてびっくりしました。他の人から見るとお年よりかもしれないけれど、ぼくにとってはじいちゃんです。ぼくだって、いつかお年よりになるし、じいちゃんはどうなってもぼくのじいちゃんにかわりありません。

ぼくが一歩ずつ大人に近づいて、いろんな事ができるようになるのと反対に、じいちゃんは一つずつできなくなってきました。でもごはんを食べさせると「まいなぁ」と言います。おふろでひげをそってあげると「あ～気持ちいいなあ」と言ってくれます。小さい時は、手をつないで散歩してくれたけど、今は手をつないでも、なかなか歩けません。だから、「イチ・ニ」と大きな声で号令をかけてひっぱります。目も見えなくなって、大好きなテレビも見えなくなったから、ぼくが教えてあげます。歌を歌う時は手びょうしして、応えんしてあげます。何もできなくなったじいちゃんが、安心してくらせるように、ぼくが、じいちゃんの手や目のかわりになって助けてあげる。介護なんて特別なことでなく、じいちゃんが、少しでも楽に生活できるように、ぼくが、じいちゃんの一番の応えん団になること。それがぼくにとっての介護です。

「わたしと介護」

宮谷内　美月希
穴水町立穴水中学校　三年

私は最近まで「介護」という言葉さえあまり知りませんでした。

私の母と祖母は介護士をしていて、聖頌園という場所で働いています。介護には特養などが有る事を教えてもらい、八月八日に園へ見学をしに行きました。園にはたくさんのお年寄りがいて、事務長さんが色々な所を案内してくれました。特養では、29人の利用者さんがいて十人一ブロックとなっていました。よく見ると、利用者さんたちは自分の持ちやすいようなスプーンを持って食事をしていました。また、お腹から管で食事をとっている人もいてその管を通している事を「胃ろう」と知りました。管の中に食事一回分に必要なカロリー300キロカロリーもその管を通して入れていてすごいと思いました。午後からは、認知症予防のためその季節に合った色ぬりをさせていました。デーサービスでは、元気なお年寄りたちが、ボールでゲームをしていました。とっても元気で明るくて、私まで元気になりました。働いている方々にインタビューをしていました。利用者さんたちの食事を作っている人たちに、「大変な事はなんですか」と聞くと、一人ひとりが食べる物が違って大変と聴いて、大変そうだな、と思いました。利用者さんたちの介護をしている人に聞くと、「利用者さんたちの気持ちを理解して今、何をしてほしいのかをちゃんと考えることです」と言っていました。利用者さんにもインタビューすると、「ここのみんなは、何を頼んでも嫌な顔をしないで笑顔でしてくれます。何に対してもありがとうという言葉を忘れずにがんばっていてすごく感謝しています」と言っていてとても満足しているんだなと思いました。

私は前に助けを求めていたお年寄りを助けることができなかった悔しい経験をしたことがあります。その時の悔しくて複雑な気持ちは今でもはっきりと覚えています。

今では、私も介護士になろうと思っています。この見学を通して、一番大切な事は「声かけ」や「会話」をする事で利用者さんたちも明るい気持ちになる事が分かりました。なので、私が介護士になったら、利用者さんの心に優しくよりそってあげられ、利用者さん一人ひとりが笑顔にさせられるような明るい立派な介護士になりたいです。利用者さん、それぞれの性格や、体の不自由な部分も違うので、その人その人にあった対応をしたいです。また、どんな事にでも対する「感謝の気持ち」と「利用者さんたちとの会話の大切さ」を忘れずに介護したいです。一日でも早く介護士になってたくさんのお年寄りを介護できるようにこれからがんばります。

優秀賞

「わたしと介護」

金沢市立中村町小学校　五年　中島　海愛

わたしは、ボランティア活動に取りくみました。取り組む前は、上手に自分よりとてもとしがはなれている人と話したり協力して体を動かしてバレーをしたりするのが出来るのか少し心配でした。でも、いっしょに話をしたりして昔のことや今のことを聞きとりずらかったけどしっかり聞きとり、それにたいしてちゃんと答えたり、質問することが出来ました。バレーでは、おばあちゃんなどは手を上げずらく風船などをコートにとばすのがむずかしいところを私達が手をのばして相手のコートに風船をやったりしてチームで協力して優勝することが出来てうれしかったです。そして、最初は、介護の仕事はとても大変だとずっと思っていました。でも、話を聞いたりしていると、とっても大変だけど、やりがいある仕事だと思う。大変なその中でだれかがやらないとお年よりの人は生活が出来なくなるのでとっても大切な仕事だと思いました。だから、自分が、体の動かない人をおふろに入れたり、トイレをさせたり、口の力が弱い人には口に入れてかまなくてものみこめるように作ってあったり、食べさせてあげたりするのは大変だがそれをしてあげることで、お年よりが笑顔になったり、「ありがとう。」という言葉を言われることでやりがいを感じると言っていたのでとても心に残りました。だれかが、だれかのために働くのは、とてもすごいことです。自分がだれかのために働くには勇気がとても必要だと思います。でも、その勇気を持っているので私はすごいと強く思います。私も最初は大変だと思っていましたけれど、それをのりこえるからこそ、笑顔になったり「ありがとう。」と言われ、とってもやりがいを感じるのだと思います。私も、人のために役立つ仕事をぜひやってみたいと思います。そして、いろんな人からたくさん頼りにされる、大人になりたいです。

「輝く未来へ一歩ふみ出す、届け私の心」

大田　うの

金沢市立緑小学校　六年

私は、輝く未来をつくっていくためには、さまざまな人と関わり合っていくことが大切だと思う。

私もそうだし、世界には、「高齢者とは、関わりにくい。」と思っている人が多いのではないか。確かに、関わる機会も少ないし関わりにくいとも感じる。しかし、「それはまちがいだ。」とあの日、私は強く感じた。

六月～七月、私は、小学校の六年生全員でデイサービスなどに訪問に行った。初めは、少し不安だった。しかし、私は、デイサービスの方の「ありがとう」という感謝の心を強く感じた。私は、そんな方たちを見て、もっとつくしたいと思った。二回目に行ったときには、「少しでも元気を出してもらえるようにお手伝いをしよう！」という目標をもって訪問した。デイサービスの方は、全員笑ってくれた。私は、とてもうれしかった。これからも、「少しでも支えて、つらさをとり除こう」と心に決めた。

その後、インターネットで、高齢者の生活について調べた。体のつらさがよく分かった。つらさをとり除いてあげたいと思うようになった。私は、多くの高齢者が困っていることに気付けなかった。しかし、今回気付くことができた。気づけたことによって、私の視野が広がった。もう一つ学んだことがある。それは、社会全体で高齢者を支えているということだ。介護の仕方などがインターネットで紹介されていた。私も、社会の一員として支えていくのだとちかった。

あの日訪問して、私には、新たな夢ができた。大人になっても、高齢者を支えていく、そして、社会に広めていくという夢だ。私は夢を実現させたい。実現させて、高齢者にとって、世界中の人々にとって、暮らしやすい・輝く未来をつくりあげていきたい。つくりあげていくのだ！

「介護の夏休み」

金沢市立戸板小学校　六年　角谷　ひなた

小学生最後の夏休みが始まってすぐに母が足をケガしてしまった。そして、いつも僕や妹の世話をしてくれている兄も病気になって入院することになってしまった。

足が痛くていつものように動けない母、仕事が忙しい父、まだ小さな妹。僕の中での「介護」という仕事が始まり、家族を考える夏休みに変わっていった。

困っている母を助けたいと思ったことは、いつものお手伝いではなく、いかに足を痛めている母が楽に過ごせるかだった。すべてを代わりに僕がやってあげられるわけじゃないが、いつも過ごす部屋をきれいに片づけてみた。これは、つまずいて母が転んでしまわないようにだ。他にも、ささえがないとひとりで立ちあがれない母の側にいて手を差しのべてあげたりの工夫をした。そのおかげで夏休みの後半には母のささえになる行動が僕の中でのあたりまえになっていった。

「介護」というものは大人の人が自分の親だったり仕事としてやることでしかなかった。そして僕は「頼まれるからやること」だった。

僕には県外で暮らす祖父がいる。心臓がよわく、病気のため昔のようには会うことはできないが、いつも僕たち兄妹のことを心配してくれ、やさしく手をつないでくれたことをよくおぼえている。それは、小さな僕たちがあぶなくないように声をかけながら歩いてくれた祖父の愛情なんだとこの夏をきっかけに遠くで暮らす祖父のことを考えることもできた。

僕が経験した「介護」は短い期間でも相手を想う愛情がいっぱいつまっていた。これをこの夏だけのことではなく普段からあたりまえのようにできる人になりたいと思った。そして、祖父に会えるときがきたら小さな頃のように、今度は僕がやさしく手をひいてあげよう。

「介護の大切さ」

小松市立南部中学校　一年
金谷　琉伽

介護といわれると、自分はすこし重くるしいような考えをもってしまいます。

ですが福祉体験でレイクサイド木場にいったときには、みなさんとても明るく元気でした。その時点で、自分の中の介護のイメージは、ガラッと変わりました。最近、介護が原因で家庭内でトラブルになったり、介護しきれなくなり、自らの命をたってしまうなどそういうことがおきてしまっています。そのようなことをなくすために、自分にできること、例えば、今後おじいちゃんやおばあちゃんが年をとるにつれ身体がおもうように動かせないとなったときには、今までの恩返しに少し手伝ってあげるなどということをしていけばいいと思います。介護にとって、一番たいせつだと思うことは、心、思いやりだと思います。いずれ、自分も年を重ねるにつれ、介護される側の立場になることも、あると思うので今からでも少しずつお手伝いをしたいです。この前の福祉体験の人も言っていましたが、認知症の方々はとてもこわい思いをしているとおっしゃっていました。周りから見れば、何をしているんだろう。何でそんなことするんだろう。と思ってしまいますが、物の記憶が失われるということは、とてもおそろしいと思います。

そこを自分の状況におきかえると、自分が知らない未知の物体が目の前にあるのと同じことだとレイクサイド木場の職員さんが言っていました。もし、自分のおじいちゃんやおばあちゃんが認知症になったらどうしようとも思ってしまいます。

そんなときこそ、福祉体験で教えていただいたことを生かし、最後まで、お手伝いをしたいと思います。いろいろな体験をレイクサイド木場でさせていただいたこと本当に感謝しています。これからさらに福祉のことをまなんでいくことになると思いますが、そのときには、レイクサイド木場で教えていただいた知識や小学校のころから学んできたことなどを活用して、発展させていきたいと思います。さまざまな、困難も介護することであるとは思いますが、そんなときこそ、思いやりの心をもち接していきたいです。

「職場体験」

小松市立国府中学校　二年　　猿橋　穂果

私は、学校の総合の授業の一つ、職場体験で介護施設へ体験しに行きました。私の行った施設は認知症の利用者さんたちが住んでいました。その施設で三日間働いてみて感じたこと、学んだことがたくさんありました。その中から二つ、特に感じたことを書きます。

一つ目は、私が思っていた介護施設のイメージ、雰囲気がかなり違っていたことです。私の中では、施設の中が病院の何もおいていないシンプルなイメージで、とても静かで暗い雰囲気がありました。ですが、施設の中は、色々と飾り付けされていて、とても明るい雰囲気でした。また、飾り付けされている飾りは、すべて利用者さんが折り紙で作っているそうで、手作り感があって、見ていて楽しい気分になりました。折り紙で折った飾り以外にも、施設で行われている様々な行事、イベントの時の利用者さんたちをとった写真がたくさん飾られていたので、とてもステキだなぁと思いました。今回私が行った施設では、施設長の趣味で、とても高そうなレトロな置き物が玄関前に飾られていたので、華やかな感じもしました。

二つ目に感じたことは、利用者さん一人一人がとても元気で明るく、笑顔のステキな人たちばかりだということです。高齢者が多いので、ベッドに寝たきりだったり、ずっと自分の部屋にいるイメージだったのですが、まだ軽い認知症の利用者さんたちは、自分の階にいる他の利用者さんたちとても楽しそうに話していて、私が「こんにちは」と声をかけると、とてもステキな笑顔をむけてくれて、たくさん話をしてくれました。かなり驚きましたが、一緒に話をしていて、とても楽しかったです。また、認知症の人たちなので、一緒に話しているときに同じ話を五から十分おきにすることがありました。そこが、とても「かわいらしいなぁ」と思いました。けれど、私の思いとは百八十度違って、めんどうな思いをしたり、嫌な思いをする人もいるんだろうなぁと思いました。私と目が合ったときに、笑顔をむけてくれて、とても嬉しくなったのと同時に、こういう所もかわいらしいなぁと思いました。

私が三日間施設で働いた時に、一人の職員さんから、「若い子たちが来て話し相手になってくれるだけでここにいるおばあちゃんやおじいちゃんは嬉しくなるんだよ」と教えてくれました。私は、この言葉をきいて、とても嬉しくなりました。私はまだ大人ではないし介護の経験も全くありませんが、施設に行って話をする、遊ぶという若い子にしかできない事があると気づきました。なので、時間があいて、迷惑でなければ、また行って今度はもっとたくさん話をすることができればいいなと思いました。

「職場体験で学んだこと」

安田　明香音
小松市立国府中学校　二年

私は今年の夏休み前に、老人ホームで職場体験をしました。将来、看護の仕事をしたいと思っていた私には、とても嬉しい体験でした。しかし、その仕事内容はそう簡単なものではありませんでした。

体験初日では、高齢者についての説明を受けました。介護士さんいわく、仕事を始める前に、高齢者がされて困る事などを知っておくと、嫌な思いなどをさせないことができ、入居者と上手くコミュニケーションをとることができるそうです。特に私はその中でも、「早口で話さない」という点を頭によく入れました。これは高齢者が話をよく理解して聞くためにとても重要な事なので、二日目からの仕事でとても役に立つ事だと思ったからです。

二日目では、いよいよ仕事が始まりました。私達の仕事は、朝のレクリエーションからでした。入居者と一緒に体操をし、その後にお出しした飲み物を飲んでもらいながらお話をするという内容でした。体操と飲み物を飲んでもらうところまでは順調でしたが、お話をする時に何を話したらいいのか分からなくなったりしてしまい、会話が止まってしまいました。でも、介護士さんが「質問などをして、返ってきた答えについての感想を言うだけでも、そこから会話がまた動き出す」というアドバイスをもらい、言われた通りにしてみると、とても会話が盛り上がり、その入居者と仲良くなることができました。少しステップアップできたかな、と実感が湧きました。

最終日では、一緒にフルーツポンチを作りました。作り方の指示もこの日は全部、私達中学生が出すという大きな仕事だったのでとても緊張しました。だから少しおろおろしてしまったけど、介護士さんから、「何でもやってみると上手くいく」と言われ、その言葉通り指示してみると、入居者もしっかり聞いてくれて、言った通りに作ってくれたので、とてもほっとしました。

私はこの三日間で、高齢者との接し方をより深く学べたと思います。「こうしたら高齢者にも分かりやすいかな」と考え、工夫していく大変さをとても実感しました。この職場体験で学んだことをこれからの将来のために活かしていきたいです。そして、患者の気持ちに寄り添えるいい看護師になりたいです。

入選

「だれかの笑顔のために」

金沢大学附属小学校　四年　熊野　天音

私は、お母さんにすすめられて、介護のみカ発見バスツアーに参加しました。私のおばあちゃん達は、65才以上で高齢者とよばれる人達の中に入ります。でも、二人とも元気でお仕事もしています。だから、他人事みたいで、最初は、介護のお仕事にきょう味がありませんでした。

私が見学に行ったのは、能登町にある『こすもす』という老人ホームです。しせつの中は、明るくて、お年寄りがくらしやすいようにバリアフリーになっていました。自分でできることは自分でできるように、自分の家と同じようにくらせるように工夫してありました。そして、何よりも心にのこったのは、そこで働いている人達もくらしているお年寄りもみんなピカピカの笑顔だったことです。お年よりの笑顔がみたい、とうれしそうに話す介護士さんを見て、介護って、だれかを笑顔にして、自分も幸せになれるすてきなお仕事なんだな、ときょう味がわいてきました。

私達は、何もできない赤ちゃんから始まって、大人になって、お仕事をして、子育てをして、いっしょうけんめい働きます。それから、年をとって、身体のいろんな所がおとろえたり、病気になったりして、自分でできることが少なくなって、赤ちゃんにもどっていくんだなと感じました。そうやってがんばってきたお年寄りに悲しい思いをさせないために、介護というお仕事が大切なんだ、と思いました。

私のお父さん、お母さん、そして私も年をとります。未来の私達のために、今の私にできること…、それは、この経験をわすれない事、きょう味を持ち続ける事なんじゃないかなと思います。今度、こまっているお年寄りを見かけたりしたら、勇気を出して声をかけてみます。私も、今日出会った人のように、だれかを笑顔にできる人になりたいから。

「初めて気づいたこと」

金沢市立浅野町小学校　四年　　小松　弘佳

わたしのおじいちゃん、おばあちゃんは4人とも60代前半です。おじいちゃんは朝野球に行ったり、山へ登ったり、ジョギングをしています。おばあちゃんは、ジムへかよったり体をきたえたりしています。みんな元気で、車を運転したりできます。ひいおじいちゃんたちは、80代こう半です。朝に運動したり自転車で買い物したりしています。でも、長時間歩いたり、立ってたりはこしがいたくなるのでできません。ひいおじいちゃんの住んでいる村では、田んぼアートが有名です。今回夏休みで青森に遊びにいったわたしは、みんなで田んぼアートを見に行きました。年々、みにいく人がふえて今では行列にならび、ひいおじいちゃんたちはイスにすわって休ませました。私は、ひいおばあちゃんのこしをさすりました。子どもだったらその場でしゃがんだりできるけどお年よりは立ちあがれなくなるのでそんなことはできません。そのとき、今まで気にもとめていなかったけど、あっ！車いすってべんりだなとそのとき初めて気づきました。今まで足が悪くて歩けない人だけが使うものだと思っていたけど、こしとかが悪い人にもべんりなことが分かりました。ひいおばあちゃんの手を引いて、ぶじに田んぼアートを見ることができましたが、年を取るとかんたんなことでも大変になっていくことが良く分かりました。車いすがもっとみじかにあれば、こしやひざが悪くてもイベントやお祭に参加しやすくなると思いました。これからはお年よりにいっそうやさしくしたいと思いました。ひいおじいちゃん、ひいおばあちゃんをもっと色んなところにつれていってあげたいです。

「わたしと介護」

七尾市立中島小学校　五年
高橋　舞衣

去年の夏、私は食中毒で入院しました。それが原因で、ひいおばあちゃんも移って入院となりました。入院中に足が動かなくなり、いろんなことに介護を受けないといけないじょうたいになりました。

たい院後は、家でディーサービスやとまりに行きながらがんばってリハビリをしていました。でも、老人ホームに入る順番が来て、今年の春に入りました。

その後、おぼんの八月十四日に家にとまりに帰って来ました。おし車をおして自分の足でしっかり歩いていました。私は元気になってよかったなと安心しました。昼ご飯では、みんなでつってきた魚を食べて、やっぱり家のご飯がおいしい！！と言って喜んでいました。夜ご飯では、バーベキューをしました。ひいおばあちゃんは、食べきれないほど肉や野菜をおいしそうに食べていました。それからみんなで花火をしました。ひいおばあちゃんもいすにすわっていっしょにせんこう花火をしました。ひさしぶりに花火をしてとてもきれいだねぇと言ってにこにこ笑ってうれしそうでした。とても元気になってよかったです。

今、ひいおばあちゃんは九十六才です。もっともっとがんばってリハビリをして、早く元気になって家に帰って来てくれるとうれしいです。そして、百才まで長生きをしてほしいです。そのときには、みんなでお祝いしたいと思います。

「わたしと介護」

小松市立国府小学校　五年　　田中　杏樹

この前、親子体験バスツアーにお母さんと参加しました。慈妙院加賀の藤華苑で介護の体験をしました。お昼ご飯を食べながら、介護食体験もしました。介護食はうまく食べれないお年よりのために、食べやすく作られている事を知りました。そしてお茶もとろみ粉という物を入れて飲みやすく作られているという事が分かりました。お年よりのために、食べ物にも工夫があるんだと思いました。次にお風呂体験では、車イスのまま入れるお風呂などその人に合わせたお風呂があるんだと知りました。お年よりとのふれあい体験ではおばあちゃんとペアになったけど、何を話していいか分からずモジモジしていたけど、おばあちゃんはずっと笑顔でいてくれました。

この体験をしてみて、いろんな発見がありました。私のお母さんが介護の仕事をしていて、仕事は大変だけど、人と人との関わりでいろんな事を得られるんだよって言っていたことがあります。最初はなんかよく分からなかったけれど、今回この体験をしてみて、なんとなく分かった気がしました。

私も大人になったら、介護の仕事をやってみたいと思っているので、すごく勉強になってよかったです。また今度、今回はお話があまりできなかったので次はたくさんお話ができるようにしたいです。

「私が思う高齢者」

金沢市立緑小学校　六年
吉田　有伽

私は、みんなに優しくあいさつする人。何事にも挑戦する人が高齢者だと思う。

今、高齢者は三千三百九十三万人いる。最近高齢者での事故が増えている。車におけるブレーキのふみまちがえ、信号を無視して車とげきとつなどたくさんの事故をニュースでよく耳にする。でも、悪い事ばかりではないとデイサービスに行って思った。

この前、学校の授業でデイサービスを訪ねた。そこでは、体を動かす体そう、お風ろにいれるなどたくさんのサービスを行っていた。私はそこで、昔、学校の先生だったという方に会った。私はその方に折り紙の金魚の作り方を教えた。その方は認知症という病気ですぐ忘れてしまう。でもその方は、「もう一回作りたい！」と何回も何回も作っていた。私はその様子を見てすごいと思ったし感動した。

学校から家に帰る時、「お帰り」と声が聞こえた。私がふり向くとおばあさんがいた。知らない人だったのにあいさつをしてくれて私はとても温かい気持ちになった。登校の時もボランティアとして朝早くから校門の前で私達の安全を守ってくれている。そして「おはよう」と笑顔で言ってくださるから私は、今日も、がんばろうと思う。

みんなに優しくあいさつする人。何事にも挑戦する人。私たちには優しい心を持つ事ができる。高齢者に席をゆずる事。自分からあいさつすること。私はそういう優しさをこれからも忘れずに生きていきたい。

「デイサービスを見学して」

小松市立国府中学校　一年　　児玉　愛華

介護とはどういうものなのか、自分の目で見てみたくて、通所介護の施設に見学に行って来ました。

介護施設に行くのは初めてなので、ドキドキしていましたが、施設の職員さんや利用者さんが温かい笑顔で迎えてくれたのでほっとしました。施設に行ったらまず、自己紹介をしました。利用者さん達が、うなずきながら聞いてくれて、新しい人と出会う機会がなかなかないのでとてもうれしく感じました。話し終えたら、みなさんが手をたたいてくれて、はずかしかったです。

自己紹介をした後、転倒防止の体操をしました。担当の人が前で手本を見せてくれて、やったことのない私でも分かりやすかったです。始めに腹式呼吸をやって、その後体をほぐしました。まず足を開いて、こしをひねり、それを二回繰り返します。私は、一回目できつかったです。利用者さん達もきつそうでしたが、一生懸命取り組んでいて、私もがんばろうという気持ちになりました。

体操が終わった後は、休けいもかねて、みんなでお絵描きをしました。夏祭りの絵を書きました。母とどちらが上手いか競いました。絵を描いているとき、一人のおばあさんが話しかけてきました。そのおばあさんは、戦争を経験していて、戦争についていろいろ話してくれました。そかいしてきた人は食べ物がなく、いもを半分にして食べており、おばあさんはその人たちがかわいそうだと思い、いつもお弁当を分けてあげていたそうです。後から聞いた話ですが、そのおばあさんはいつも家に帰りたいといっているそうです。およめさんが家で介護をしていたのですが、体をこわして、急に施設に入居になったので、夕方になると「今から家に帰るわ。」と職員に話すそうです。あばあさんの立場になって考えると、早く家に帰りたいと思います。でも、家族の立場になると、家で介護するにも、およめさんとおばあさんとおばあさんの夫の面倒も見なければいかないので、難しい話だと思いました。

次に、輪なげのゲームをしました。A、B、Cのチームに分かれ、合計点を競いました。私はAチームで４人メンバーがいたのですが、最後になげることになりました。チーム関係なく、みんなで応援しているところがいいなと思いました。優勝はCチームでしたが、利用者さんの表情が生き生きしていたのでよかったと思いました。

これから高齢者が増え、介護にたずさわる人が少なくなると思います。給料を増やしてもやる方が少なく、保育と合併している所もあるそうです。だから、私たち学生も介護の現場に行き、自分の目で確かめることが大切だと思いました。今回学んだことを、社会に出たときに、役立たせようと思います。

「自生園見学で感じたこと」

小松市立南部中学校　一年　酒井　友誠

夏休みの初めに行った自生園見学。家の近くにも福祉施設はあるけど、こんなに中を見学したのは初めてでした。見学してみて知らなかったこともありました。

中を見ていると、ふだんやっている、入浴、食事、すいみんなど全てが充実していて、お年寄りにはとても住みやすそうな構造になっていました。

また、園内には、仏だんもありました。お年寄りというとよくお参りをするという印象があります。そんなお年寄り達がいつでもお参りができるようにと作られたんだと思います。

園内を見学していると中、好きな音楽を聴いて楽しんでいる人がいました。その人は目が全く見えないと聞きました。ぼくだったら目が見えなくなると、そのショックでずっと家にひきこもっていると思います。目が見えないのに、それを受け入れて生活を楽しんでいる人がいて、体に不自由のない自分はその人のようにもっと楽しまなきゃなと感じました。さらにそれ以外でもその事を感じたのが、感覚療法の体験です。アイマスクをつけると何も見えなくなって不安になりました。ふだんかいでいるにおいや、ふだん触っているもの、ふだん聞いている音も見えなくなると何か分からなくなり、それが日常の人は本当に尊敬したいです。

ぼくのおじいちゃんやおばあちゃんはまだ入っていないけど、いつ福祉施設に入るか分かりません。まだ元気だけど、もし歩けなくなったりしたときには自生園の方々のように進んで介護をしてあげたいです。

この自生園見学で、福祉施設についていろいろと知ることができました。そしてお年寄りの気持ちになれる体験もできました。この日からお年寄りへの「かわいそう」という気持ちから「不自由があってもがんばって生きている」という尊敬の気持ちに変わりました。このような体験をさせてくれた施設の方々に感謝したいです。

「職員さんの介護への思い」

小松市立南部中学校　一年　　中坂　翔英

介護はただ簡単な仕事だと思っていました。でもそんな簡単な仕事ではないと、体験させてもらって分かりました。介護している職員さんも笑顔でいつもがんばっている大変だなと思いました。僕もいつか介護されるかも知れません。だから、職員さんにありがたみを持っていきたいです。

介護される側の人は、体が不自由で介護されないと生きていけません。体の不自由なお年寄りの方を一日に何人も対応している職員さんにすごく感動しました。

ぼくが思うには、介護はすごく大事な仕事だと思います。なぜかというと介護がなくなったら、人口がどんどん減っていきます。だから、大事な仕事だと思います。

職員さんは、お年寄りの方を少しでも元気にし、家族とちょっとでも長く一緒にいれるようにしたいと言っていました。僕はその言葉に感激しました。ただ介護しているのではなくしっかり思いを持って介護の仕事に取り組んでいるんだなと思いました。

職員さんはそれだけ介護に対する思いがあるんだなと思いました。

そして介護に対する思いだけでなく、施設の中も考えられていました。

トイレにパイプ手すりを取りつけてあります。手すりがあるため、バランスを崩すことがありません。

さらに、料理をするときのキッチンにも気を使っていて、ガスを使わずに電気で料理しているということです。これなら火の心配があまりありません。

そしてとびらはパスワード式になっています。だから階段から落ちるなどの心配がありません。

このように施設も考えてあります。

僕は介護という仕事はすごいものなんだなと思いました。これからも職員さんにがんばっていってほしいと思いました。

「助ける気持ち」

小松市立南部中学校　一年　　早瀬　哉太

ぼくは、レイクサイド木場という場所にいって思ったことがおじいちゃんおばあちゃんは、とても感情がゆたかということです。おり紙を折っている時積極的に
「私は、お花を折ります。」
といってお花のおり紙を折っていてすごいと思いました。またとても明るくいっしょにいてとてもいやされました。

ある時ぼくがおじいちゃんとしゃべっていてにぎやかで楽しいと思っていて、三十分ほどたったらまた同じことをいっていたのでとてもおどろきました。この時なぜ同じことを何回もいうのかなぁと思いました。あとで先生にきくとにんちしょうということが分かってそうなんだなぁと思いました。こういう人たちのせっし方を考えてみると、ふつうの人とのせっし方とちがってやさしくせっしてあげることがなにより一番大切ということが分かりました。ふつうの人のように自分のいいたいことを一っぽう的に言ったりおこったりしてはいけないことをかんじました。ぼくは、今までふつうにせっしておけば大丈夫と思っていたけどいろいろな体験をして気持ちを少し変えなければいけないと思いました。もちろんせっし方も大切だと思いましたがおじいちゃんやおばあちゃんが生活していくうえでの助けることも大切だと思います。例えば、おふろの手伝いをしてあげることや階段をのぼるのをくろうしてあげたらそっと手をさしのべてあげて安心して階段をのぼらせてあげるなどのおじいちゃんおばあちゃんのお助けが大事だと思います。

これらのおじいちゃんおばあちゃんのせっし方とおじいちゃんおばあちゃんが生活しているうえでこまっていたら助けてあげることが大切だと思います。これからおじいさんやおばあさんがもしも困まっていたらできるだけ助けてあげておじいさんおばあさんを安心して生活させてあげたいと思います。

自分の家にすんでいるおじいちゃんおばあちゃんもときどき本をなくしたりなにをしようとしているか忘れている時があるのでそういう時は、
「おじいちゃん、おばあちゃん大丈夫。」
と問いかけてあげてすこしでも安心させてあげれたらいいと思います。本当にこの高れい者との関わりは、大切だと思うのでこれからも気をつかってやさしくせっしてあげて生活しているうえで困っていたら助けてあげたいなぁと思います。

レイクサイド木場での体験は、とても大切なことだと思いました。

「これからの福祉社会について」

橋本　梨沙
小松市立国府中学校　三年

私が、この介護問題を取り上げた理由は、七月上旬に、母方のおばあちゃんの具合が急に悪くなり、市民病院に入院したことがあったからです。

市民病院は、完全看護で入院中に付きそいをつける必要はいりません。しかし、入院中に必要な日常品や着がえなどを持ってきたり、散髪や洗濯などの身の回りの世話は看護師さんの仕事ではないので家族がやってあげなければなりません。私の母は、専業主婦なので自分の都合の良い時間に病院に行って、おばあちゃんの世話をしていたけれど、仕事が忙しいお母さんたちは、面会時間の制限もあるので、病院に来ること自体が大変だろうなと思いました。おばあちゃんは、治療のおかげで元気になって自宅に帰ることができましたが、もし、退院できたとしても、病状があまり良くなってなかったとき、介護が大変になってしまいます。大きな病院では、ある程度、病状が良くなれば早くに退院しなければいけないからです。介護保険に入っても、本当に手がかかってしまう状態でないと使えなかったりして、私のおばあちゃんもまだ使ったことがありません。もっと気軽に、ヘルパーさんや施設に頼れる介護保険をつくってほしいなと思います。

最近、ニュースなどで買い物難民という言葉をよく耳にしますが、私のおばあちゃんも歩けるけれど、スーパーまで行くのにすごく時間がかかってしまい、おばあちゃん自身もとても疲れてしまいます。今は、母の姉が代わりに買い物に行ってくれているのですが、もし、何らかの理由で行けなくなってしまったら、買い物難民になってしまいます。自分でヘルパーさんに買い物を頼むと、少ない年金から高い利用料を毎回出すことになり、とても大変です。寝たきりにならなくても、買い物や通院で出かける場合、タクシー代や買い物の代行を、何万円分までは国や市が負担してくれる制度ができるといいなと思います。

最後に、介護問題で一番気になっている事は、老人ホームなどで起こる老人虐待です。やはり、こういう事件が起こったという話を聞くと、自分の身内を老人ホームに入れたくないと思ってしまいます。そうすると、自分自身で介護しようと、無理をしてストレスがたまってしまうという結果になってしまいます。施設の職員が安い賃金で、劣悪な労働環境だと、弱い老人たちが犠牲になってしまうので、国の福祉社会への条件をもっと良くしてほしいと思いました。

私も、いずれは自分の両親の介護をしないといけない時が来るかもしれないし、これからは、もっと高齢社会になっていくので、お年寄りや、その家族が安心して暮らしていけるような社会になってほしいです。

石川県小中学生「わたしと介護」作文コンテスト
入選作品集　平成29年度版
平成29年10月

石川県健康福祉部厚生政策課
〒920-8580 石川県金沢市鞍月1-1
電話 076-225-1419