題名「感謝と恩返し」

氏名　田中　杏夏

私には耳が遠い祖父がいました。祖父を一度だけ介護したときに、介護とは最大の感謝と恩返しが詰まっているとわかりました。

祖父は、病気が悪化して入院し亡くなる一日前に退院しました。入院したときは夜の八時を過ぎていて、祖父の体調が悪化すると母が喀痰をし、私は細くなった手を握って見ているだけでした。大丈夫かなと気にかけながら自分にできることや祖父が助かる方法を考えていました。周りでは介護経験のある母と祖母が手際よく動いているのを見て、自分は混乱してなにもできていないと思い、悲しくなりました。時々、母から介護の仕方を聞いていたけれど、実際に手伝っていると足を引っぱるだけで、結局自分にできたことは車椅子に乗せたときに靴を履かせることだけでした。

その夜から介護について考えるようになりました。

例えば、祖父は噛む力や飲み込む力がなくとろみをつけた食べ物しか食べることができなかったので、果物の汁を凍らしたものを作り自分で食べてみたりして祖父が少しでも回復し、痛みを和らげて生活がしやすいように工夫する方法を母と考えました。また、動けない祖父をどのようにして動かすかも考えました。考えていくうちに今までの恩返しができると思うようになって嬉しかったです。

祖父が退院した日、祖父の家に行くと、簡易ベッドに横になっている祖父は入院をする前より細くなっていて、いつもは手を振ってくれる手はぐったりしていて全く動きませんでした。母が祖父に薬を混ぜたアイスを溶かして食べさせると美味しそうにしていたので、これからも続けて回復していくと思いました。

次の日の夜、介護について話すために祖父の家に行くと、昨日までアイスを食べていた祖父の息がほぼありませんでした。私は、

「じいちゃん」

と何度も呼び肩を叩きながら助けたいと思ってい

ると、祖父は瞼を強く閉じ涙を出したので、どこか痛いのか、何かを伝えているのかと考えながら何度も泣きながら呼びました。

祖父は、祖母、いとこ達に囲まれて静かに眠りにつきました。

その後、祖父の体を綺麗にするために皆は隣の部屋に行きましたが、今しか恩を返すことができないと思い、看護師の人と母と私でまだ体温が残っている祖父の洋服を脱がしました。痩せ衰えた体を見たとき、沢山酷いことを言ったけれど、最後の最後まで頑張ってくれたのだと、初めて祖父を敬愛しました。綺麗にし終えると伝えきれていなかった感謝を最後に伝えることができてたので、介護をすることで感謝を伝えたり恩を返すことができたりすることがわかりました。

これらのことから、介護をすることは感謝を伝えたり恩返しをすることということがわかったので、これからはただ介護をするのではなく、人に寄り添って介護をしていきたいです。

題名「家族の特別な時間」

氏名　根本　珠李

二年前、百歳の曾祖母が転倒し、完全介護生活になってしまいました。しばらくの間は、入院生活を過ごしていましたが、コロナで病室が少ないことや、曾祖母が自宅に帰りたいと言っていたこともあり、家族で話し合い父と母は自宅介護をする決断をしました。

しかし退院後、自宅に戻り曾祖母を毎日介護していたのは、私の祖父母です。私達家族は別に住んでいたことと、両親は仕事をしていたので、昼間は、祖父母が曾祖母を介護するという老々介護が始まりました。寝たきりの曾祖母の介護を、祖父と祖母に任せて仕事に行かなくてはいけない父と母は、毎日高齢の祖父母の体も凄く心配していました。なので、私達は仕事や学校から帰ると、出来るだけ祖父母に負担が掛からないように協力をしながら介護を分担することにしました。着替えや体を拭く力仕事などは、両親が担当します。身の周りの簡単なことは、私

や姉で時間があるときに、出来るだけ両親と一緒に祖父母のところへ行き、手伝いました。そして、毎日大変そうな祖父母の負担を少しでも減らそうと思いました。

一年間くらい元気だった曾祖母は、老衰で亡くなりました。そして、曾祖母が亡くなってすぐに、次は祖母の体に異変が起きました。最初、父や母は、曾祖母の介護疲れじゃないかと言っていましたが、祖母がしばらく休んでいても痛みは消えないので、病院で検査をした結果、重い症状だと伝えられました。祖母も私達家族も病気を知ったとき、私は時間が止まってしまった感じがして、心が空っぽになって、悲しい気持ちになりました。そして、祖母もまさか次は自分が介護される側になるとは思っていなかったと思います。

祖母の病気が分かって、祖母も自宅介護の選択をしました。亡くなった曾祖母も自宅介護を選んだので、きっと介護される側のほとんどの人が、自分の家に帰りたいと思うのだと思いました。私がもし同じ立場でも、家に帰って家族や

犬と一緒に過ごしたいと思います。ネットで調べてみると、自宅介護が出来るのは、介護生活者の一割ほどだそうです。まずその少なさに驚きました。

私の身近で起こった「老々介護」や「ヤングケアラー」の人達が、どれだけの不安とストレスと孤独の中で過ごしているのかと思うと、介護をする人達が、もっと安心して生活が出来る世の中になって欲しいと思いました。

そして、実際に介護を経験するまで凄く大変だと思っていたけれど、実は「介護」は家族だけの特別な時間を過ごす幸せな瞬間でもあるのではないかとも思うようになりました。

私は「介護」と聞くと、辛く大変なイメージを持っていました。でも、それは親や祖父母と過ごせるとても貴重な時間でもあると思います。だから私は「介護」と言うのではなく、「快護」と考えたいです。

題名　「私にとっての介護」

氏名　阿部羅　心々奈

私は「介護」は一人一人のあたたかい「思いやり」で成り立っていると思いました。

どうしてかというと、私の母が介護士をしていて、ある夏休みに私が家の鍵を忘れてしまい、母の働くデイサービスに母に鍵をもらうために訪れたことがあります。そこは、あたたかいふんいきで、介護士とおじいちゃんおばあちゃんがレクリエーションをしていました。みんな笑顔で楽しんでいたけど、介護士の方はおじいちゃんおばあちゃんの細かい動作に気を使っていて、おじいちゃんおばあちゃんはその気づかいに対して「ありがとう」と笑っていました。また、手すりやスロープも見えました。私はそんなデイサービスの現場を見て、おじいちゃんおばあちゃんも、介護士の方々も、施設（を設計した人）も、お互いを思いやっていると思いました。私はずっとデイサービスを学校のような場所だと思っていました。でも、学校の「習う」「教える」という目的とちがい、デイ

サービスの「支える」「支えられる」という目的は、あまり明確じゃないと思いました。そのため、どこまでお手伝いをするか、という線引きはとても難しいと思いました。だから私は、母に聞いてみました。「どこまで介助するの？」すると母は、「自分が相手だったら・・・という視点で相手の苦手なことを考えてお手伝いをしているよ」と答えてくれました。相手の視点になって考えること。とっても大切で難しいことだと思います。その考え方でお互いを思いやっているから、あのあたたかいふんいきでみんなが笑顔でいるのだと思います。

このような経験から、私はこれからやっていきたいことが2つできました。

1つ目は、介護を知ることです。私も祖父母をいつか介護する日が来るかもしれません。だから、母に介護のことをたくさん聞いて、私も祖父母を笑顔で介護できるようになりたいです。

2つ目は、相手の目線になって物事を見る思いやりの心をもって、みんなに接することです。友達や家族へも、この視点とこの心を忘れずに、接

していきたいです。また、自分がなるべく笑顔でいることもしていきたいです。

私はこの作文を書くにあたって母に話を聞いて、みんなに思いやりをもつことの大切さ、そして思いやりで成り立っている介護のあたたかさを知ることができました。この経験とこの思いをいかして、これからやっていきたいことにチャレンジしていきたいです。