

固定的に、継続的にケアを受け続ける度合いが高まると、葛藤も高まると思います。

利用料や保険料や税金を支払っても、十分なサービスを受けられなければ不満に思います。

そもそも何かの対価としてケアがあるのではないと思います。

たくさんの人との出会いで成長

高橋芳子 千葉県船橋市／介護家族

私にとってのケアは、トラベルヘルパーと温泉に行くことです。2016年より22年間で、年に1回、親孝行温泉旅行を続けてきました。17年2月17日に、父とトラベルヘルパーの方との旅の記事が掲載されました。

本当の介護とは何か。すべて学びとともに生きるのだと思います。読売新聞に投稿し、掲載もされました。「青春21文字のメッセージ」を推進してきた滋賀県大津社会福祉協議会の方とお知り合いになり、感動しました。人と人とのつながりを感じます。話を聞き、学ぶことは生きることだと思いました。

あ・える倶楽部や、毎日新聞、認知症予防財団、みしま岡クリニック、伊豆保健医療センターの北澤彰先生、そして「Better Care」の編集部。たくさんの人との出会いが、成長させてくれています。本当にありがとうございます。

介護の難しさを学びながら、しあわせとともに生きていきたいと思っています。

「ベターケア」を目指す営みの積み重ねが大切だと思います。

「思いやり」をもって

自分を知ることができる貴重な場面

中村悦子

石川県輪島市／一般社団法人みんなの健康サロン海風代表理事

よく「看護とケアの違いは？」と聞かれることがあります。私は「ケア」って誰でもできると思っています。問題はケアを実践する側の知識と技術の違いと、相手の思う「思いやり」の深さの違いで、相手の幸福度にも差が出るということです。

我々看護師は患者さんをケアさせていたただくことで、患者さんをより理解することができ、患者さんから学び、技術を磨き、さらなる出会いで実践することを繰り返していきまします。だからこそ自分自身を理解していかないと「よいケア」を実践することは不可能です。

看護師である私にとって「ケア」は、実践することによって自己を知り、自己を磨く大切な1シーンといえます。だからこそ、その場面に欠かせないのは相手を思う「思いやり」の気持ちだと思います。

しかしながら、その思いやりの気持ちが

「放っておけない」という「おせっかい症候群」を発病してしまう場合もあるのですが、そんな看護師が急増しているのも現実です。

日常生活の延長にあるもの

西野裕哉

埼玉県新座市／株式会社隣家代表／デイサービス隣家運営

私にとってのケアとは…。ひとことと言えば日常生活の延長にあることです。

認知症の周辺症状が原因のトラブルで地域の方に「この地域から出ていってくれ」と言われてしまった男性お隣さん（利用者）。この経験から認知症に対する理解を広げるため、多世代が日常的に直接的な関わりをもてるようデイサービスでの活動を展開してきました。デイサービスで過ごす時間が特別もしくは閉鎖的な空間ではなく、日常生活の延長にあるべき、と考えています。

「この地域から出ていってくれ」と言われないうち地域づくりのために、また我々の子どもや孫世代にそんな地域を残すためにも、日常生活の延長にあるケアを実践していくことが、私にとってのケアです。

日々の学びであり、生き方

服部万里子

東京都渋谷区／服部メデイカル研究所所長

私にとってのケアは仕事であり、実践であ