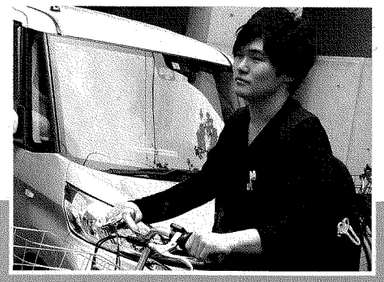
interview

利用者さんの生活を支える訪問看護師になりたくて、大卒後に看護師の資格を取りました

訪問看護師

岩﨑 寛人さん（訪問看護ステーションけせら）

学生時代、訪問介護のアルバイトをして以来、
自宅を訪問して利用者さんを支える仕事に魅せられた岩﨑さん。訪問看護師になり、
電動自転車を駆使して文京区内を中心に利用者さんの健康を守り続けています。



訪問看護師は、地域で暮らしている方の自宅を訪問して、健康状態の観察や療養上のアドバイスなどを行います。

いつも持参する仕事道具。聴診器は２歳の男の子の親御さんにいただいたもの。男の子の名前が刻まれています。

事業所に戻り、この日の訪問の記録を作って、データを見ながらミーティングと今後の方針を相談。

1day Schedule

7時	朝食を食べてすぐに家を飛び出す。
8時20分	事業所に到着。担当利用者さんの心身の状態を再確認し、仲間と会議で話し合う。
9時30分	電動自転車で出発。
17時30分	ここまでの時間に訪問看護を５～７件程度行う。ひとりの方に30分～90分程度の時間をかける。血圧や脈拍などを測り、様子をたずね、食事、排せつ、清潔、移動、睡眠、余暇などの日常生活の営みを全般的に支援。
18時	退社。途中、街歩きや友だちを訪ねて話すなど、家に帰るまでのこの時間がリラックスタイム。
20時30分	帰宅して家族と夕食。
24時	就寝

Dream

支援が届いていない人を確実にケアしたい

まだ支援を受けていない一人暮らしの高齢者、障害をかかえている方たちに、より多く関わることができるようになりたい。そのために大学院で勉強することも考えています。

Q1 大学の理系学科を卒業して看護師になったのですね。

A1 研究で間接的に人の役に立つより、直接目の前にいる人の役に立ちたくて。

大学では、微生物や水質汚染の研究をしていました。そのかたわら、母が経営する介護事業所で、訪問介護のアルバイトをしていたのです。高齢の方のほか、２歳の障害のあるお子さんの自宅を訪問し、その子や親御さんととてもよい関わりをさせていただきました。当時の体験が、看護師を目指すきっかけとなりましたね。

就活の時期になり、専攻を活かした企業に就職しようとしたのですが、何か違う、と思ってしまって。研究は間接的に人の役に立てるものだと思うけれど、アルバイト時代のように、**目の前の人の直接役に立つ、直接反応が返ってくることがしたくなった**のです。看護師なら、医療知識や根拠のあるデータを活かしながら人の役に立てると思い、母に頭を下げて、看護大学に通わせてもらい、看護師の資格を取って訪問看護師になりました。

Q2 病院でなく訪問看護師になったのはなぜですか？

A2 長い人生を送る自宅での生活をサポートしたくて。

利用者さんが病院にいるのは長い人生のうちの短い期間だけ。人生のほとんどの期間を過ごすのは自宅だと思っています。病院の看護師では短い期間だけのサポートしかできません。でも、**自宅での生活、生活の中での大切な思いをサポートできるのが、訪問看護師です。**ご本人はもちろん、ご家族、介護職の方などとしっかり連携してご本人の希望する生活を実現できるこの仕事に、とてもやりがいを感じています。

Q3 印象に残る利用者さんとのエピソードはありますか？

A3 ガン末期の方に最期の入浴をしていただいたことです。

その方は入浴が大好きで、よく僕が入浴介助をしていました。けれど、人生の最終段階が来て、体力も薄れ、先輩ですら「入浴は無理、体を拭くケアでよい」と判断していました。でも、本人もご家族も、最期にもう一度入浴したいと思っている…。ずっと訪問してきた僕が、思い切って「入浴されますか？」と声をかけると、痛みをコントロールする薬の影響でもうろうとする中、急に眼を開けて「ええ、入りましょうか」とハッキリおっしゃいました。

僕は緊張しながらも、ご本人やご家族に入浴のリスクを看護師の知識を持って伝え、「それでも入りますか」と聞くと、「お願いします」と。そこで、細心の注意を払いながら介助をし、入浴していただきました。その方は急変することもなく、笑顔を浮かべ、本当にうれしそうでした。数日後に亡くなったのですが、きっとその入浴で、**ご本人が大切にしている思いを叶えられたのではないか、と思っています。**

Q4 訪問介護と訪問看護はどんなつながりを持つべき？

A4 お互いの専門性を活かして利用者さんを支えたい。

介護職と看護職とでは、医療の根拠を持つ看護師のほうが指導的になる場面がみられます。でも、利用者さんと一緒にいる時間が長く、生活のすみずみまでケアする介護職の方のほうが、ご本人のことをよく知っている。そのきめ細かな情報は、看護師やドクターにとっても非常に貴重です。

僕は、自転車で利用者さんを訪問する合間に、よく訪問介護事業所を訪ねて挨拶します。一緒にケアする場面はほとんどないので、顔を覚えていただきたいな、と思ってのこと。**顔見知りになれば、もっと協力し合えます。**

お互いに対等な関係で、知識や技術を十分に出し合い、利用者さんの生活をあらゆる面から支えたいと、いつも思います。

Message

介護は体力的にも精神的にもキツイ仕事だと言われます。でも、大変だからこそ、その中に楽しさを見つけることができ、成長もできる。僕らのような若手が今後を担う仕事だと思います。共にがんばりましょう！

お年寄りが安心して暮らせる社会をつくる

社会を支えるプロになる 介護のお仕事ガイド

文京区

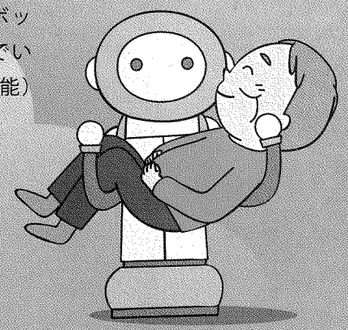
紋章　シンボルマーク

介護の仕事を取り巻く環境は大きく変化しています

介護の仕事に興味を持っても、「体力に自信が持てない…」「お年寄りと接したことがないので不安…」などの理由で二の足を踏んでいる人も少なくないかもしれません。医療やテクノロジーの進化・活用などで、介護の仕事の負担が軽減したり進化したりする取り組みが行われています。そのうちのキーワードをいくつかご紹介します。

介護ロボット

お年寄りの歩行や食事、見守りなどの日常生活を支え、介護する人の身体の負担を軽減したり、お年寄りを癒すための介護ロボットの開発が進んでいます。AI（人工知能）を備えたものも多くあり、区内でも既に介護ロボットを導入している施設があります。



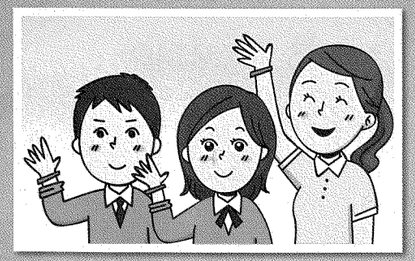
※将来はこのような介護ロボットができるかもしれません。

ICT の活用

「質の高いサービス」や「24時間365日対応」を支えるのが、ICT*の活用です。スタッフ同士がパソコンやタブレット、スマートフォンに入力した利用者さんの様子や、医師やケアマネジャーに相談したいことなどを、自宅、外出先など、インターネットがつながる場所ではどこでもチェックし、情報を共有することができます。ICTを活用して、利用者さんも介護事業所で働く人もハッピー！

*ICT とは、IT とほぼ同じような意味で、情報や通信に関する技術のことをいいます。

認知症予防と認知症サポーター



認知症サポーターのしるし
「オレンジリング」

以前は発症したら治らないと考えられていた「認知症」。最近ではそのメカニズムや進行を遅らせる運動や薬などが開発され、予防することもできるようになってきました。これから高齢者が増えていく中で、「認知症になってもその人らしく、私たちの近くで当たり前に同じときを過ごす」…そのようになっていくでしょう。まずは認知症サポーター**になって「知ることと」からトライしてみませんか？

**文京区では、認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守り、状況に応じて声かけなどができる「認知症サポーター」の養成を行っています。10人程度のグループから無料で講師を派遣します。60～90分の講座の修了者には「オレンジリング」を交付します。ぜひ「認知症サポーターのしるし」をゲットしてください！

令和２年３月　発行
文京区福祉部介護保険課
〒112-8555
文京区春日 1-16-21
☎ 03-5803-1383
b303000@city.bunkyo.lg.jp
印刷物番号 F0719068

©株式会社社会保険出版社
禁無断転載 85502
20C
UD FONT
リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
グリーン購入法適合印刷物です