



充実した学生生活を送った思い出のキャンパスを訪ねてくれた先輩（卒業生）と、今まさに学びのまただ中の在学生。

そんな在学生と先輩が、仕事や学生生活、介護の魅力、そして明短の魅力についてそれぞれの視点から語りあう『在学生×先輩 CrossTalk』。

第1回は2年生の宮本瞳さんが、平成27年度に卒業した余吾公美恵さんにこれから始まる実習への不安を相談しました。

宮本（在学生）：これから始まる実習は、1年生までの実習と違って実技的なことが入ってきますよね。利用者さんに触れるというのが初めてだからちょっと不安だなんて思ってるんですけど、先輩はどうでしたか？

余吾（先輩）：私、体が小さいから、体の大きい方を対象にトランスファー（※1）する時に不安が先にたって、その気持ちのまま利用者さんに触れてしまっただけね。それが利用者さんに伝わって私が触れるのを拒否されたり、コミュニケーションが取れなかったりって経験があって…。そこから気持ちを切り替えていくのがすごい大変だったな。今だに、相手が大きい利用者さんだと一瞬不安はよぎるよ。（笑）

でも、手だけでやったら腰を痛めちゃうとか、嫌ってくらい習うよね。（笑）だからそこは、学校で教わった基本のボディメイクを使って、しっかりやる！あれっ？ってなった時思い出すのは、やっぱり学校で勉強した基本。

（※1…移動動作のこと。車いすとベッド、浴槽、便座など、同一平面ではない場所への移動動作をさす）



第1回ゲスト

平成27年度卒業

余吾 公美恵さん

社会福祉法人悠々会
特別養護老人ホーム シルバーハウス吹揚 勤務

宮本：そうなんですね。今、きっちり基本を勉強しておかないといけないですね。

余吾：学校とそれぞれの施設や職場でやり方は違うとは思いますが、基本的なことは一緒だと思うから、学校で基本をきちんと学んでおくのは絶対役にたつ！それで、回数…、経験を重ねていくしかないよね。あとは、もうしつこいくらい指導者さんに教えてもらいながら（笑）、自信に繋げて、出来た時の感覚を覚えておいたら大丈夫！

宮本：初日はすごい緊張しそうで…。



余吾：うんうん。流れをつかむまでは何していいかわからずに、私も初日はうろたえるだけだったー。（笑）でもそれだけだったらせっかくの実習がもったいないしね。指導者さんとか施設の方々にとにかく聞くのが大事だと思う。今聞いていいのかな？とか、こんなこと聞いてもいいのかな？っていうのが今度は不安になるかもしれんけど、そこは状況に応じて、空気もよみつつ。（笑）絶対、聞かずに動く方がダメだと思うから、どんどん聞いていこ！（笑）

2年生の実習は、拘縮のひどい方に触れることも多くなっていくから、自分で

勝手に判断せずに、ちゃんと聞いて、しっかり教えてもらって。指導者さんだけじゃなくて、利用者さんにも教えてもらってるってことを忘れずにね。

宮本：はい。利用者さんひとりひとり状態も違いますもんね。

余吾：利用者さん個人個人だけじゃないよ～。日によって違うのは当然だし、本当に時間によっても状態が違うから、その時の状態、状況をよく知ることがすごく大事。仕事を始めて、技術も大事だけど、見守りとかコミュニケーションもやっぱり大事だなって、本当に強く思うようになったよー。実習中はひとつのことに集中するので精一杯だったけど、それだけじゃ実際は仕事にならんって、身をもって感じたなー。

宮本：私も、1年生の実習中、利用者さんと話していると職員さんのしてることが全然見えてなくて、1点にばかり集中してしまってたのが反省点としてあるので、そこを気をつけて、2年生の実習では自分への課題にしていきたいです。

余吾：実習中に学べることは、もう本当にいっぱい吸収しておいた方がいいよ。学校で習う基本は絶対大事。でも、やっぱり実践で学ぶことは本当に大きいから。できることは積極的に教えてもらって吸収して帰ったら自分のものになるよ。

宮本：はい。実践していくしかないですね。

余吾：そう、経験を積み重ねて自信につなげていくしかないよ！私、今も毎日が勉強だなーって思うもん。卒業して『介護福祉士』って目標達成！！って思ってたけど全然だった！（笑）

宮本：先輩が実習中、一番大変って思った事ってどんな何ですか？

余吾：〔目の前に立っている先生をそっと見ながら…〕実習中大変だったのは記録だけ！（笑）睡眠時間～～～～～！と思いながら書いてたけど、でも、それがあったから今があると思うし、利用者さんのケアプランを書く時、見る時、辛かったけどやってよかったな～って実感する。

宮本：本当に……記録、大変ですよねー。（笑）わかりやすい表現、みんなに伝わる言葉の使い方とかをするのが難しくて。

余吾：ねー。今、職場で日誌も書いてるけど、やっぱり誰が読んでもわかるように、っていうのはすごく気をつけてる。

宮本：やっぱり、卒業しても日々勉強、ですね。

余吾：ほんとにそう！もしかしたら、今の方が勉強してるかも～。（笑）でも、大変だけど、毎日楽しい。学生時代とは違う楽しさとか嬉しさがあるよね。利用者さんの笑顔が見れた時はほんっとに嬉しいもん。

宮本：それが“やりがい”ですか？

余吾：うん、それもひとつ。寝たきりの方とか普段あんまり表情がない方が、話しかけた時ににこーってしてくらたら、もう！たまらなく嬉しい！ほんとに、ほんっとに嬉しい！

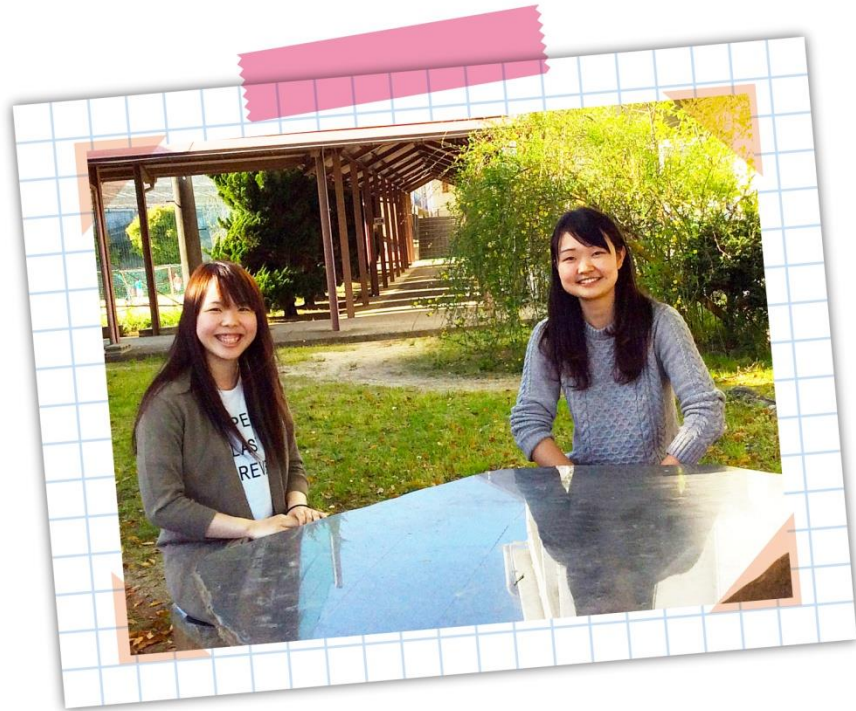
宮本：先輩の笑顔を見ると、本当に楽しそうに働いているんだなっていうのがわかるので、うらやましいです。私も先輩みたいにいきいき働ける職場に出会えたらいいなって思います。

余吾：職場選んですごく大事だよな。その為にもひとつひとつの実習はやっぱり大事にした方がいいと思う。あとは、ボランティアには積極的に参加することもお勧めかなー。実習とは違った角度で施設を見られると思うし、行ってみないとわからないことも多いもんね。色んな施設で色んな経験ができるのは明短の介護福祉コースならではの特権だなって思うし。

宮本：はい、ボランティアは大切にしていきたいと思っています。実習や学校での学びはもちろんですけど、できる限り色々なことに挑戦して成長できたらいいなと思っています。

余吾：私は、今の職場で仕事と勉強を続けて、いつかケアマネージャーの資格を取りたいなって思ってる。

宮本：私は、先輩みたいに笑顔のかわいい介護福祉士になれるように、とにかく今を頑張ります！



在学中から、笑顔がとっても素敵だった余吾さん。
今もその笑顔はそのままに、
在学中よりひとまわりもふたまわりも成長した姿を見せてくれました。
余吾さんの笑顔は、
いつも利用者さん達の気持ちにそっと寄り添い、
皆さんの“癒し”や“パワー”になっているんでしょうね。

また、後輩に話をしに来てくださいね。