

介護相談員の声

「笑って暮らそうよ」

おはようございます。水谷茂です。平成13年から京都市介護相談員として活動をしています。多くの施設を訪問し、たくさんの方とお話すると、お1人お1人がそれぞれの想いを持ち、施設を利用されているのだと感じることが多くあります。

ある施設を訪問した時のことです。いつも聞き役に徹している方が一人で居られるのが目に入り声をかけたところ、企業で定年まで勤め上げ、今は厚生年金を受けているなど、ご自身の生活についてのお話を聞かせていただくことになりました。その中で、「今居るこの施設を、いつかは出なくてはいけないのか」という不安な気持ちもお聞きし、話をするにつれて安心された様子になられたのを感じ、少しでも不安を和らげられたのではないかと思います。

また、ご自身で前向きな気持ちになるよう心がけ、明るく日々を過ごされている方に心を打たれることもあります。

ある施設の利用者の方でお会いするといつも笑顔でいらっしゃる方に、いつも笑顔でいられる理由をお伺いしてみると、「せっかく生きているんだから笑って暮らそうよ」という気持ちを大切にされているのだと教えてくださいました。

この方は落語がお好きでご自身でも落語をされるそうなのですが、見聞きしたこと、身近で起こったことを基にして落語の話にならないだろうか、と考えておられるとのことでした。昔を懐かしんだり、ふと不安になったりすることもあるけれど、明るく笑って暮らすことで、周りも明るくなり、自分も気持ちよく毎日を過ごせるのだそうです。私自身も、不安も笑顔で吹き飛ばそうという元気をもらった気持ちがしました。

このように、活動を続ける中で、利用されている方々のお話しに耳を傾けることによって、不安を取り除くことができることもあります。そして、不安そうな顔が笑顔に変わるのを見るのが、活動を続けていこうという励みになっています。また利用者の方とのお話を通じて私自身が元気をもらうこともあります。介護を必要とされる方やご家族の方の話に耳を傾け、心の声を聴くことができることを、介護相談員として、そして一人の人間として心がけていきたいと思います。

京都市介護相談員 水谷 茂