

平成27年度 介護の日 作文・写真コンクール作品集



茨城県知事賞
宮部 ちあき (玉樹)
「おめも 飲めよ～」



茨城県老人福祉施設協議会長賞
岡安 法子 (みどりの里)
「桃の香に、あなたを想う」



茨城県老人福祉施設協議会 審査委員長賞
梅根 大輔 (いきり苑那珂)
「控えおろう!」



茨城県老人福祉施設協議会 審査委員長賞
石井 利明 (渡里すずらん苑)
「蜂蜜いっぱい採れるかな?」



茨城県老人福祉施設協議会 情報委員長賞
高津 知架子 (成華園)
「完熟笑顔」



茨城県老人福祉施設協議会 情報委員長賞
綿引 悦美 (渡里すずらん苑)
「そーれ ドドンがドン♪」

目次

立原 遥「『ありがとう。』に『ありがとう。』」	1
根本美由紀「忘れられない日」	2
勝又友梨香「私と兄の『介護』」	3
五来 由美「丁さんに教えて頂いたこと」	4
長野 航太「介護して思ったこと」	5
小西 裕子「介護職を始めて学んだ事」	6
河野 美伶「『笑顔』が教えてくれたこと」	7
館野 隼人「家族」	8
平川順一郎「介護に抱く思い」	9
山井 恭範「介護について考えたこと」	10
高田 麻舞「私が、介護について思った事」	11
小林 桃香「介護を通して得た喜び」	12
茨城県老人福祉施設協議会の取り組み	13
茨城県社会福祉協議会の取り組み	14
茨城県理学療法士の取り組み	15
茨城県介護福祉士の取り組み	16



日下部 博道（ケアサポート田村）
「磯前神社で全員集合」



鴨志田 大（いきり苑那珂）
「約束」



櫻村 良和（静霞園）
「だ～いすき!!」



茂木 利夫（れもん）
「私のほうがきれいでしょ？」



渡辺 正弘（静霞園）
「106歳!! 苺を食らう!」



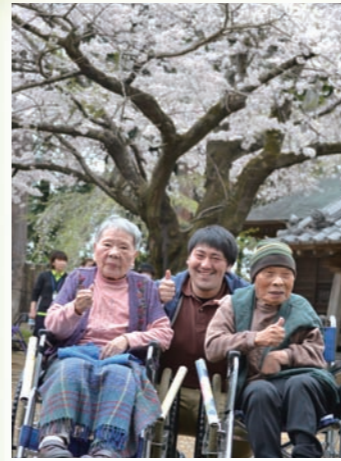
金澤 陽子（峰林荘）
「オレの彼女だ!」



木村 勝義（静霞園）
「桜美人 2015」



稲田 真純（ハートピア水戸）
「お散歩途中に」



高橋 理恵（ユーアイの家）
「桜咲く」



川島 和江（波里すずらん苑）
「目指せ!! オリンピック」



大橋 美穂（しらとり）
「孫に良い所を…!!」



植田 喜代美（玉樹）
「サルまで虜に!!」



家田 絃子（玉樹）
「バンザ～い! 千秋楽!!」



矢吹 剛（ハートピア水戸）
「園児の来訪」

はじめに

介護についての理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護に取り組む家族を支援するとともに、地域社会における支え合いや交流を促進することを目的として制定された「介護の日」（十一月十一日）の趣旨をふまえ、県では、介護を必要とする人や介護の仕事をしている人だけでなく、誰もが介護について考えるきっかけとするため、「介護の日」作文コンクールを実施しており、今年度で七回目となります。

今年度は皆様から六百二十七作品もの多くの御応募をいただきましたことを厚く御礼申し上げます。

審査の結果、茨城県知事賞、茨城県議会議長賞、茨城県老人福祉施設協議会長賞、茨城県社会福祉協議会長賞、茨城県理学療法士会長賞、茨城県介護福祉士会長賞の各二作品の合計十二作品を選定いたしましたので、ここに受賞作品を御紹介いたします。

また、第七回目を迎えました写真コンクールは、特別養護老人ホーム等の介護施設・事業所で働いている介護職員などから、福祉・介護現場の感動、感激、喜びを伝える心温まる作品を募集して、応募された百四十六作品の中から、茨城県知事賞、茨城県老人福祉施設協議会長賞、茨城県介護福祉士会長賞等に応選いたしました受賞作品を掲載しています。



介護をされていて、福祉に携わっていて思うことがある。それは、支援するだけではない、一方向ではないということだ。

ある日私は仕事をしていて、利用者A様に「明日誕生日だね、おめでとう。」と言われた。急なこともあってとても驚いたが、覚えていてくれたことが嬉しくて、たまらない気持ちになった。なぜ、誕生日を覚えていたかたずねると、「前に自分の誕生日の時に、盛大に祝ってもらってとても嬉しかったから、私もお返しをしたくて忘れられないようにずっと覚えていた。」とのことだった。

「おめでとう」たった一言だが、こんなに嬉しく、胸が熱くなったのは初めてだった。介護の仕事は支援する、与えると思われがちだが、利用者から教えていただくこと、与えられることも数えきれないくらいある。戦争の話や、食べ物の有難さや、今の生活がどんなに幸せなものか考えさせられる。料理ができないと言うと、昔作っていた料理

の味付けやコツなど教えていただき、応援してくれる。本人のやる気次第と喝を入れられることもあるが、良い刺激となっている。

そして一番に感じるのが命の大切さである。以前、利用者B様の死を直面することがあった。安らかに眠るB様に向かい、人生を問いかけた。楽しかったか、苦しかったか、やり残したことはあったか。B様に問いかけたはずが、自然に自分自身への問いに変わっていた。私にはまだ、やるべきことが沢山ある。何気ない毎日をただ過ごしていく日々であったが、時間は限られている。与えられた時間を、後悔しないように生きていきたいとB様に教わった気がした。

私も良い年頃みたいで、利用者に結婚はまだかと言ってくれる。こどもも生まれたら抱きたいと言ってくれているAさんも今年で九十六歳。元気で長生きしてくれることを願っています。

●本人コメント

とても驚いていますが大変嬉しく思います。作文コンクールに応募して、介護とは何か、自分の仕事を見つめる良い機会となりました。このような素晴らしい賞を受賞できたのも全て利用者様のおかげです。感謝の心を忘れずに、これからも日々精進していきたいです。

茨城県知事賞
忘れられない日

特別養護老人ホーム 成華園 介護職員

根本 美由紀

常陸太田市



茨城県知事賞

高校二年生（県立友部高等学校）

立原 遥

笠間市



「ありがとう。」に「ありがとう。」

「おばあちゃん、はい。」
私は祖母の口にご飯を運びながら、ただその言葉だけを繰り返していました。
私が小学五年生の時でした。母方の祖母の持病が悪化して、介護が必要になりました。両親は共働きで、なかなか介護のための時間を割くことができませんでした。それで、長女の私は、まだ小学生でしたが学校が終わってから母が帰るまでの間、祖母の様子を見ていてと頼まれていました。私は正直、「面倒だな。なんで私が。」そんなことばかり思っていました。

祖母の介護を手伝い始めて二週間程過ぎたある日、自宅待機だった看護師の母が、突然仕事で呼ばれ、急遽私が祖母の夕食の手伝いを任された時のことです。口には出しませんでした。機械的に言葉を掛けながら、祖母は食事を終えました。そして、にっこり笑いました。

「はるかちゃん、ありがとう。」
心臓がドキンと大きく鳴るような感じがしましたが、それ以上に強い「反省」の気持ちがわきあがってきました。

次の日から、私は祖母の介護に積極的になりました。何よりも嬉しいことは、大変なことも手伝った時に、「ありがとう。」の言葉と、母と祖母の笑顔が見られたことです。あの時の祖母の「ありがとう。」で、私は自分を変えようと思ひ、変わることができたのです。

私を変えた祖母の笑顔と「ありがとう。」の言葉が、今でもしっかりと心に残っています。そして、今の私に、「介護・福祉関係の仕事に就く」という目標を持たせてくれました。これからの高齢化社会で、介護が必要な人も、介護する人も、笑顔で「ありがとう。」と会話できる場所をつくる手伝いをしたいと考えています。

「おばあちゃん、ありがとう。」

●本人コメント

私は将来、どんな形であっても介護と関連する職に就きたいと考えているので、今回の受賞を本当に嬉しく思います。改めて、介護の大切さや楽しさを教えてくれた祖母に「ありがとう」と感謝します。



茨城県議会会議長賞

介護福祉学科二年生（アール医療福祉専門学校）

私と兄の「介護」

勝又 友梨香
かつまた ゆりか
稲敷郡阿見町



私は、介護福祉士になるため二年間勉強しています。授業や実習を通して「介護」を学んでいますが、その中で「介護」という言葉に違和感を覚える時があります。それは、私の中で兄の存在が大きくあるからだと思いません。

私には生まれつき歩くことのできない兄がいます。家の中では四つん這いになって移動し、トイレには誰かが抱えて座らせないと用を足すこともできません。私が小学生の頃、家に兄と私しかいなかった時に兄が「トイレに行きたい」と言いました。母が帰ってくるまで我慢できるかと訊くと、我慢できないと返ってきました。その言葉で私がやらなければという思いが生まれました。私の家は廊下とトイレの壁に手すりがあるだけで、廊下とトイレの間には一段、段差がありました。手すりで自分の体を支えて立つ兄を私が後ろから抱えてトイレに入りました。しかし、私の体は小さかったので兄をうまく抱えられず、

兄の足を引きずったり、兄の体をぶつけたりとひどいものでした。その間兄は文句を言わず、私もできないからと諦めませんでした。必死すぎて自分がどのように兄をトイレに座らせたか覚えていません。気付いたら、夏の暑い日に二人で汗だくになって兄はトイレに座っていました。「これで大丈夫」と訊くと兄は頷きました。

歩けない兄をトイレに座らせた。これだけ見ると「介護」かもしれせん。しかし、あの時の私はそんなこと思いません。兄からしてみても足をひきずられ、体をぶつけられたりと散々だったと思います。二人が必死に頑張ったことで結果「介護」と同じものになったと思います。

「介護」という言葉を聞くとしても一方的なものに捉えてしまいますが、私はあの夏の二人で汗だくになった場面が思い出されます。お互い頑張つて、二人で成し得たことが私の中にある「介護」です。

●本人コメント

このような賞をいただき、大変嬉しく思っております。今回の応募で自分の原点を振り返ることができました。就職してからも、この思いを忘れずに頑張っていきたいと思っております。ありがとうございました。



茨城県議会会議長賞

特別養護老人ホーム 成華園 介護支援専門員

Tさんに教えて頂いたこと

五来 由美
ごらい ゆみ
日立市



今年の五月に八十九歳で亡くなられたTさん。七月の九十歳の誕生日をご家族と一緒に祝いすることを楽しみにされ、Tさんご自身の目標とされていました。私達の特養に五年前に入所され、とても明るい方で挨拶にくくと、いつも右手を必ず上げて、「おう」と笑顔で挨拶を返してくださいました。昨年の秋、肺にガンが見つかりました。ご家族の希望でご本人への告知はされませんでした。その後、特に体調を崩されることもなく生活をされていたのですが、今年の春ごろから、食事摂取量が減ってきて、体重の減少も顕著にみられるようになりました。Tさんご自身も何かを感じられていたようで、「俺は病院には行かないからな。九十歳の誕生日をここで迎えたいんだ。」としきりに口にされるようになりしました。私たち職員はTさんの想いを叶えるために何をすべきかを何度も話し合いました。ご家族との話し合いも行い、Tさんの九十歳の誕生日を施設でお祝いすることを

目標に看取りケアに取り組みました。起きていることも辛く、ベットで過ごされる時間が多くなり、食事でも数口しか喉を通らず、大好きなオロナミンCだけが唯一飲むことができました。Tさんの最後の日、お風呂が大好きなTさんは、体を起こすことも辛いのに、お風呂に入りたいとの希望があり、職員四人で体を支えながら湯船に入りました。自分の手で湯をかき、気持ち良いですかとの問いかけに、大きく頷かれました。湯上りにオロナミンCを口にふくみごくつと細くなつた喉元が動きました。その一時間後に静かに息を引き取られました。その表情はとても穏やかでした。人が命を終えていく姿とは、こういうことなんだとTさんが身を持って教えてくださいました。施設の正面玄関から、ご利用者・職員全員でTさんを見送りました。介護に携わって十年たった節目の年に、貴重な経験をさせて頂きました。Tさんに感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。

●本人コメント

貴重な体験をしたことを何か形に残しておきたいと思い応募しました。その作文に対し、このような賞を頂き大変驚いております。ありがとうございます。この賞を励みとし、これからも、ご利用者が笑顔で穏やかに過ごして頂けるようにがんばります。



茨城県老人福祉施設協議会長賞

中学二年生（東海村立東海南中学校）

介護して思ったこと

ながの こうた
長野 航太

那珂郡東海村



僕の家では、車いす生活をしている祖母がいます。祖母が入りやすい風呂や使いやすいトイレの家を建て、七年前から一緒に暮らしています。

祖母は、三十七年前、事故にあい、それからずっと車いす生活をしています。足が不自由なため、全く歩く事が出来ません。しかし、食事の準備、後片付け、洗濯、トイレ、風呂、全て一人で出来ます。祖母は、嫌がらず辛そうな顔はしません。むしろ、毎日幸せだねと言って暮らしています。そんな祖母を僕は誇りに思います。

唯一、大変だと祖母が言っている事は、外出時です。まず、車の乗り降りの時です。車いすから車に乗る時も一人で出来ませんが、最近手の力が弱くなってきたため、大変そうです。そして、観光している時や買い物している時に、身障者用のトイレがなかなか見つからなく、困る事も多いようです。まだまだ段差の多い道が多く、介助がないと一人

での外出は大変のようです。僕と一緒に外出出来る時は、車のトランクに車いすを乗せたり、道を歩く時は、弟たちと交換しながら、車いすを押してあげます。

祖母は、「ありがとう。助かるよ。」と喜んでくれます。僕は、喜んでくれる祖母を見ると、うれしく思います。

僕は、市街地などで車いすを押していて感じる事があります。それは、まだまだ段差の道が多く、車いすの人はもちろん障害者が不便な事です。少しでも多くの人が、住み良いと感じる環境を作っていくのは、将来を担う僕たちだと思います。まずは、一人一人が、お年寄りや障害者に気をつけ、手助けする事が環境作りにつながると思います。これから、手助けしていきたい、たくさんの人に感謝されるような、また、人の役に立てる人間になりたいです。

●本人コメント

受賞と聞いてびっくりしましたが、うれしかったです。この賞をいただいたきっかけに、社会に役立つ大人になりたいと思います。

茨城県老人福祉施設協議会長賞

特別養護老人ホーム成華園 介護職員

介護職を始めて学んだ事

こにし ゆうこ
小西 裕子

日立市



私は以前介護とは無縁の日立の企業に勤務していました。その頃は介護という言葉さえ頭に入っていませんでした。時が経ち私の祖母も歳を取り、認知症になり徘徊するようになっていました。その時は、「可哀想。私になんとかしてあげたい。でも私に出来るだろうか。」と不安だらけで結局祖母は、老衰でこの世を去りました。私の弟は看護師をしています。弟に会うと色々な話を耳にします。話を聞いていると、やはり自分も介護を試してみたいという気持ちが強くなり、弟に相談し、「姉ちゃんには無理じゃないかな。でも頑張ってみたら」と励まされ資格を取り介護を始めました。一番最初に訪問介護をやり、そこで末期ガンの患者さんに出会いました。午前中に自宅でお昼ご飯の支度のお仕事でした。私には衝撃的で涙をこらえながら患者さんに接しました。ガンの痛みが強く見ている私も辛かったです。その患者さんは、入院する前日私に「短い間だったけど、色々世話

してくれてありがとう。元気で頑張ってください。私はその言葉を聞いて喜びとはこういう事か、と感じたのです。辛い時そばに居てくれる。笑顔でいてくれる。心配してくれる。患者さんにはそう感じてもらえたのか。自分の中でそう感じ取りました。介護とは、身の回りの仕事だけではない。介護される方の心もケアする。そう学んだ訪問介護でした。身寄りがいても、訳あって頼れない人もいました。そういう方はお話がしたくて仕方がないのでしようか。買い物や無理に頼み、一分一秒でも私にいて欲しい想いが伝わって来ました。色々な家族がいます。けれど、親の一人暮らしを心配しないのでしようか。時々ちょっと寄って話をして帰る。それだけでも気分が違うと思うのです。ちょっとした家族のふれ合い。私は重要だと思っています。そうする事で、孤独死や自殺など減少するのではないのでしょうか。介護という仕事、とても考えさせられる職業であります。

●本人コメント

受賞して大変嬉しく思っております。何げなく生活している時の出来事そして介護の奥深さを社会の人に知って欲しく書きました。これから高齢化社会が進む上で自分を磨き介護職員を頑張りたいと思います。



茨城県社会福祉協議会長賞

中学三年生（鉾田市立鉾田南中学校）

「笑顔」が教えてくれたこと

河野 美伶
鉾田市



「おじいちゃん、大丈夫？」「大丈夫だよ。ありがとね。」満面の笑みでこの言葉を言われた時、私はとても心が温かくなったことを覚えています。

私には、体を自由に動かすことが難しいおじいちゃんがいきました。おじいちゃんは九十三歳とかなり高齢で、人の手をかりずに自分だけで行動することができないような状況でした。

ある日突然、いきなり歩く事ができなくなってしまいました。私はどうすればいいのかわからず、何もできずにただその場に立ちすくんでいることしかできませんでした。私は、おじいちゃんの役に立ちたい、と強く思うようになりました。

その日から、おじいちゃんのためになるような行動をしようと、色々なことを調べました。

しかし、「人を助ける」というのは簡単なことではありませんでした。

そこでたまたま目についたのが、介護のニュースでした。そこに映っていた人達は手際がよく、にっこりと満面の笑みで高齢者をサポートしていました。この笑顔ならまねできる、と思い、まずは笑顔で接してみることができていました。

それから、私が笑顔でおじいちゃんに接していると、むこうも優しい笑顔を返してくれました。それだけで私は胸があつくなりました。それがきっかけで、たくさんのおじいちゃんへの手助けができるようになっていきました。

あのとときの笑顔が教えてくれたこと、それは、できるできないではなく、「まずはやってみること」の勇気だということです。これからもっと、人の役に立てるような人間になれるように新しい発見をしていきたいです。

●本人コメント

今回このような素晴らしい賞を受賞することができ、とても光栄に思います。自分が体験したことをもとに作文を書きました。笑顔を大切に、周りの人たちが笑顔になるように、自分も笑顔で生活できるように心がけながら生活していきたいです。

茨城県社会福祉協議会長賞

特別養護老人ホーム 愛和苑 介護福祉士

家族

たての 館野 隼人
古河市



私には大好きな祖父がいます。その祖父も今は在宅介護で寝たきりの状態です。祖父の介護が始まったのは五年前で、それまで祖父は毎日農業に汗を流していました。転倒により歩行が不安定となり、排尿障害や認知症と、一気に状態が変わってしまったのです。急な変化に家族は対応しきれず、困惑や苛立ちを隠せない状況に陥りました。幸い私が介護の仕事に携わっていた為、私が祖父の世話をするという形になりました。また、なぜか祖父は私以外の家族には強い介護抵抗があり、家族もどう対応すれば良いのか分からなかったのです。毎日、失禁や放尿をしてしまう祖父の着替えや入浴介助を行っていました。そんな日が一年も続くと仕事との両立がかなり辛く、祖父の介護をすと言っていたが、「何で自分ばかり、友達は介護なんかしないで遊んでいるのに、もう嫌だ、じいちゃんがいなければいいのに、みんなでやってよ」と泣きながら家族に怒鳴ってしまいました。その声は祖

父にも聞こえていたと思います。その頃の祖父の認知症状としてはまだ物忘れが目立つ程度で意思疎通が図れる事もあり、理解もできていたかもしれせん。その後、祖父の枕元に行き一言だけ「じいちゃん、ごめんね」と私が言うと、祖父は何も言わずニコッと笑ってくれました。小さい頃から祖父はいつも一緒に居てくれてわがままを聞いてくれていたのにとすると、自分自身が嫌になり凄く情けない気持ちになりました。

その日を境に家族も少しずつ頑張って介護をしてくれるようになり、福祉サービスも必要なものは利用するようになりました。私が初めから介護方法やサービスについてもっと家族と相談をしていけば、早い段階で良い介護に辿り着いていたかもしれせん。祖父の介護で一時家族仲も悪くなってしまったが、最終的には纏まり、良い家族関係が築けました。壮絶な事もありましたが、祖父の介護は家族全体としての良い経験だったと思えます。

●本人コメント

在宅介護に対してとても大変というイメージを抱いている方が多いかと思います。そんな中でも日々喜びを感じられる時もあります。祖父は作文を書いた約1ヶ月後に亡くなってしまいましたが、私は在宅介護の道を選び最期まで看取れた事が本当に良かったと感じます。作文を通じ少しでも多くの方に在宅介護について知っていただければ嬉しく思います。



私の住んでいるつくばみらい市は、人口が二十七年四月一日現在で、四万九千六百三十三人で、六十五才以上の方が、一万二千四百四十人、高齢化率は二十四・四パーセントで、昨年より〇・六パーセント増になっています。高齢化がどんどん進んでいます。軽度要介護者を増やさないためにも「介護予防」の普及にボランティアをやっています。

これも自分の健康と元気な体を維持するためにと思い、七年になります。それは、「リハビリ体操」です。この体操は、椅子にすわったの体操、床にすわったの体操、寝ての体操、起立での体操があります。どのような状態であつても、いつでも、どこでも、一人でも行うことができます。器械や道具は一切使用しません。この体操は、何のために、どの筋肉を使って、どの関節をどのように動かしているかを明確にしています。したがって、体操会場にあわせ介護予防の体操の普及活動を行います。一人暮らしの高齢者も増えています。

こうなると、家族だけでできるはずはなく、地域全体で高齢者を支え合っていく仕組みをつくらなければなりません。介護は多くの人たちがかわわってくる。私は特別養護老人ホームでボランティアをつづけています。

お話し相手、歌、紙芝居、などを行っていますと、若いころの思い出、昔暮らしていた土地の話、大正・昭和初期の暮らしを生で聞くことができ、話したことを記録しています。認知症の入居者にも必ず声をかけます。相手の目が輝いてきます。施設の中で感じるのは、何といつても職員の不足、過重な労働、入居者から目を離せない、どうしても省略できない人員が必要です。ボランティアの募集をしてほしい、はんばでない超高齢社会にはいり、できるだけ介護を受ける状態にならない。自助・互助の努力をすること、退職をした人、あるいは迎える団塊の世代のみなさん、ボランティア精神に意欲のある方、施設の中を見学し、介護に応援して下さい。

●本人コメント

ありがとうございます。ボランティア（特養）と介護予防（リハビリ体操）の毎日です。一人でも多くの方が関心をもつていただければ介護の大変さ、大切さがわかります。団塊の世代のみなさん、介護予防の普及に！

茨城県理学療法士会長賞
介護について考えたこと

山井 恭範
つくばみらい市



私は今春から職業訓練で介護福祉士養成校に通い始めました。学校では、尊厳という言葉を度々授業で学びます。人は障害があつても等しく人権を持つ平等な存在です。私の「障害と尊厳」に対するイメージは「相手を認める」「こちらから与える」という感じでした。そんな考えを改めさせられた経験が五十歳にして初めての介護実習でした。

初めての実習施設は、ある介護老人福祉施設でした。一日目の朝、私の目に飛び込んできた女性は、床に這いつくばるように掃除をしていました。私はこんなに凄い掃除をする人に今まで出会ったことがありません。その姿勢は、一見まるで廊下に正座しているようでした。掃除機を傍らに置き、実に丁寧に、どンドン床を磨きあげ、ぱつと立ち上がると掃除機を操り、辺りをかたっぱしから綺麗にしていきます。テーブルや椅子の下へも素早く潜り込み、障害物なんでもともしません。技術や体力ではなく、心で清掃しているようです。いきなり出会ったスーパースーパーさんに感動し、初対面の挨拶する私はとても嬉しい気持ちになりました。しかし、私がパートさんと勘違いしたその女性は要介護の入居者の方でした。彼女は「お掃除、大好きなの」ニコニコしながら、そう私に話してくれました。

実習初日、とても気になった女性がいました。彼女に望んでいることを伺うと「人に迷惑、お世話をかけ

たくない。申し訳ないです」と静かに語っていました。五十歳の私に「おほっちゃま」と笑いかけるととても気さくで感じのいい人でした。彼女は歩きます。とてもゆっくり、ゆっくりと歩みます。円背です。病歴は見ただけで怖くなるくらいです。ですが、やわらかく強い心を持った人です。言葉ではとても表現できません。「なんだかスゴイ」私はその方が歩いている姿にとても強く感動しました。尊厳とは誰かが誰かに与えるものではないのかもしれない。法律で認めるものでしょうか。九十四歳の女性は、私の思いとは関係なく、すでに自ら尊厳を持って生きていた人でした。

私が出会った二人の女性はともに介護老人福祉施設の入居者の方でした。要介護者の方でしたが、このお二人から沢山のことを学びました。誰の人生にもきつというろろなことが起こり得ます。傷ついたり、病気になるたり。人生が不安でいっぱいになる時が来るかもしれない。「落ち込んで、心がひどく沈んでしまったとしても、いつか立ち上がって、ゆっくりでいいから、また歩き始められたらいいですね。」そんな気持ちにさせてくれる、立派な人との出会いでした。人と人の関係は双方向のもので。だからこそ、お互いに互いの尊厳を認めあうことが重要なのではないかと考えることができた実習となりました。そして、私も「出会い」でほんの少しでも誰かのお役に立てるとしたら嬉しいのです。

●本人コメント

授業では日々、介護・福祉に関する事を幅広く学びます。その上で実習に臨み、実践経験を通して、考え、行動し、悩みます。「生きる姿」からいただいた感動を書きました。私を困りで応援してくれる人達がいるお陰です。

茨城県理学療法士会長賞

介護福祉学科一年生（水戸看護福祉専門学校）

介護に抱く思い

平川 順一郎
ひらかわ じゅんいちろう
潮来市



私は今春から職業訓練で介護福祉士養成校に通い始めました。学校では、尊厳という言葉を度々授業で学びます。人は障害があつても等しく人権を持つ平等な存在です。私の「障害と尊厳」に対するイメージは「相手を認める」「こちらから与える」という感じでした。そんな考えを改めさせられた経験が五十歳にして初めての介護実習でした。

初めての介護実習は、ある介護老人福祉施設でした。一日目の朝、私の目に飛び込んできた女性は、床に這いつくばるように掃除をしていました。私はこんなに凄い掃除をする人に今まで出会ったことがありません。その姿勢は、一見まるで廊下に正座しているようでした。掃除機を傍らに置き、実に丁寧に、どンドン床を磨きあげ、ぱつと立ち上がると掃除機を操り、辺りをかたっぱしから綺麗にしていきます。テーブルや椅子の下へも素早く潜り込み、障害物なんでもともしません。技術や体力ではなく、心で清掃しているようです。いきなり出会ったスーパースーパーさんに感動し、初対面の挨拶する私はとても嬉しい気持ちになりました。しかし、私がパートさんと勘違いしたその女性は要介護の入居者の方でした。彼女は「お掃除、大好きなの」ニコニコしながら、そう私に話してくれました。



茨城県介護福祉士会長賞

中学一年生（東海村立東海南中学校）

私が、介護について思った事

高田 麻舞
那珂郡東海村



私は、今まであまり介護について考えませんでした。私が、考えるようになったのは、中学校であった「介護体験」です。体験をしながら思った事、学んだ事が二つあります。

一つ目は、介護はたくさんのお仕事がありますが、苦しい事、辛い事はかりではないという事です。お手洗いのお手伝いや、お風呂のお手伝いなど、たくさんのお手伝いをするので、辛いお仕事などが多いと私は感じました。ですが、介護士さんと施設の入居者さんと楽しくお話をしている場面が見られました。私が、実際に施設の入居者さんとお話をしている時、楽しかったです。そして、私達が学校に帰る時に、

「私の事を忘れないでね。」
と泣いて下さったおばあさんもいました。その時私は、

「はい。また来ますね。」
と言いました。おばあさんが泣いて下さった時私は、とてもうれしかったです。私はこの

ような事を通して、辛い事はかりではなく、うれしい事もあるということをおぼすことができました。

二つ目は、施設の入居者さんも自分で出来る事は自分でやるという事です。施設の入居者さんが何かをやる時は、介護士さんがつききりで行うと勝手に自分で決めつけていました。でも、私の思っていた事とは全く違くて、介護士さんはつきつきりではなく、施設の入居者さんは自分で出来る事は自分で行っていました。なかなか自分で出来ない人は、どうするのだろうと思いました。やっぱり、介護士さんがつきつきりで行うのかなと考えました。でも、介護士さんは後ろから見守るだけでした。とどこどころお手伝いをしますが、自力で施設の入居者さんはがんばっています。私は、介護士さんが何もかもやってしまったらダメなんだと学びました。

私は、この作文だけではなく、これからニュースなどを通して介護を知ろうと思います。

●本人コメント

受賞と聞いた時、私は驚きと嬉しさで胸がいっぱいになりました。この作文を通して、自分にも出来る介護を少しずつ関わっていきたいと思いました。ありがとうございました。

茨城県介護福祉士会長賞

特別養護老人ホームグリーンハウスひたちなか 介護職員

介護を通して得た喜び

小林 桃香
ひたちなか市



私はまだ介護の仕事をしていただいていた一年と少しです。まだ経験は浅いですがこの仕事をさせていだいて私自身が元気を貰いました。

朝、出勤して挨拶をするご利用者様が元気な笑顔で返してくださいます。私はその瞬間にとっても幸せな気持ちになれるのです。介護の仕事は肉体的にとっても疲れたりするのですが朝のその一言で今日も一日頑張ろうと思えるのです。また、昼間話しかけるといつでも優しくかえしてください、帰る時は笑顔で手を振ってまた明日ねと言ってくださいます。その様なやりとりを重ねていくうちに私だけだけでなく利用者様の笑顔もだんだん素敵な笑顔に変わってきた様な気がします。

最初はなんとなく就いたこの仕事でしたが、たくさんの笑顔を貰ううちに仕事に行くのがとても楽しくなりました。

先日、私の祖父が肺がんで亡くなりました。病院での終末期だったので祖父が昔から

好きだった麻雀をして下さったり祖父の話をお聞き聞いたりしてくれたり優しい人々に囲まれて私達家族も、そして祖父もとても暖かい気持ちになりました。

祖父の事もあり、一人一人の今まで生きてきた人生の最後を見届ける事ができる介護という仕事を誇りに思います。

以前受けた講義の中で「介護の在り方によってはその方の人生を左右してしまったり、余命にまで影響を及ぼしてしまう事もある」というお話を聞きました。私はまだ職務経験が少ないですが、まさにその通りだと思います。まだまだ未熟な私ですがご利用者様の人生が明るく楽しく、そしてお互いに毎日素敵な笑顔になれる様に、まずは私自身朝の挨拶から元気にしていこうと思います。そうする事によって私やご利用者様、また施設全体が素敵な笑顔に包まれていくと思うので、私自身も笑顔を忘れない優しい介護職員になりたいです。

●本人コメント

今回、受賞と聞いた瞬間、すぐにご利用者に報告しました。いつも素敵な笑顔を見せてくださるご利用者様。今回の話をした時も、まるで自分の事のように喜んでくださり、また、新たな笑顔を見せてくださいました。この笑顔を糧に今後の仕事を頑張っていきたいです。本当にありがとうございました。

茨城県社会福祉協議会(茨城県福祉人材センター)の取り組み

福祉の仕事に就きたい人と人材を求めている施設・事業所をつなぎます！

茨城県福祉人材センターは、福祉従事者の確保を目的として、社会福祉法に定められた機関であり、茨城県から茨城県社会福祉協議会が指定を受け運営しております。

参加しよう！



ふくし職働(しょくどう)のご案内

福祉の職場に就職を希望する方や従事している方に、求職者支援強化事業「ふくし職働」～ふれあって 暮らしをささえる しあわせな職業どう？～として、福祉の仕事に生かせる実践的な講座を開催しております。

ぜひ、この機会に参加して福祉職場への就職に生かしてみませんか。

■暮れ六つ講座(原則隔週火曜日の午後6時～8時)
就職活動や、福祉の仕事に従事する際に生かせる実践的な講座

■夕暮れしゃべり場(隔週水曜日の午後6時～8時)
福祉の仕事に従事している方、また就職を希望する方等、誰でも自由に語り合えるサロン

■仕事とこころの相談(夕暮れしゃべり場と同日開催)
就職や仕事に関する不安なこころのケアを、専門家が対応します

■木になる講座(毎月第4木曜日の午後1時30分～3時30分)
就職活動や福祉の仕事に従事する際に、まさに「気になる」テーマを題材とした講座

■おひさま講座(毎月第3金曜日の午後1時30分～3時30分)
昼間開催する就職活動に生かせる実践的な講座

※詳細については、お問い合わせください。



体験しよう！



職場体験事業

実際の福祉現場を体験する機会として「職場体験事業」を行います。実際の福祉の職場の様子を見たい、学びたい、体験したいという方は、ぜひ参加してみませんか。

体験先 (高齢者分野)	特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、老人デイサービスセンター、グループホームほか
体験内容 (例)	各施設・事業所が用意する体験プログラム 利用者の介護・介助、作業補助、利用者との交流など

働こう！



福祉人材無料職業紹介事業

福祉人材センターに求職登録された方には、ご希望の事業所などへの職業紹介・あっせんを無料で行います。

福祉の仕事に興味や関心のある方はご相談ください。

- 福祉人材無料職業紹介
- 福祉の就職総合フェア・就職相談会
- 福祉の職場説明会(就職ガイダンス) など



社会福祉法人 茨城県社会福祉協議会

〒310-8586 水戸市千波町1918番地 茨城県総合福祉会館2F

TEL029-241-1133(代表)、029-244-3727(福祉人材・研修部) FAX029-244-4543

URL:<http://www.ibaraki-welfare.or.jp/> E-mail:ibashakyo@ibaraki-welfare.or.jp

「介護の日」関連事業

「介護の日」心温まる写真展 「介護の日」講演会



作文・写真コンクール表彰式

内容

- ◎「介護の日」感動・感激 心温まる写真展
- ◎「介護の日」講演会等

写真展示期間

- 写真展示会場：茨城県庁：11月6日(金)～12日(木) 2階
- イーアスつくば：10月30日(金)～11月2日(月) 2階
- ファッションクルーズ：11月7日(土)～9日(月) 1階

講演会・表彰式

- ◎ 期日 11月18日(水)
- ◎ 場所 茨城県総合福祉会館 1階 コミュニティホール 水戸市千波町1918
- ◎ 日程
 - 9:50～10:00 第1部開会
 - 10:00～11:30 講演会「高次脳機能障害の方を支援するための福祉用具活用事例」
講師：横浜市総合リハビリテーションセンター
地域リハビリテーション部研究 開発担当部長 渡邊 慎一氏
 - 12:20～12:50 アトラクション ピアノ演奏
 - 12:50～13:00 第2部開会
 - 13:00～13:50 介護の日作文コンクール表彰式
 - 13:50～14:10 介護の日写真コンクール表彰式
 - 14:10～15:40 講演会「認知症の理解と予防」
講師：社会福祉法人 浴風会 認知症介護研究・研修東京センター
名誉センター長 認知症介護研究・研修
聖マリアンナ医科大学 特別顧問 長谷川和夫氏
 - 15:40～15:50 閉会

茨城県老人福祉施設協議会 (平成27年9月現在 会員事業所 1,016 事業所)

〒310-0851 水戸市千波町1918 県総合福祉会館2階

TEL 029 (241) 8529 FAX 029 (241) 4456

<http://www.jsibaraki.jp>

仲間と一緒に自分をみがこう

一般社団法人茨城県介護福祉士会は、介護福祉士の皆様をサポートします。

サポート1 スキルアップのための多彩な研修会の開催

- 実習施設指導者講習会
- 介護福祉士国家試験対策講座
- サービス提供責任者研修
- 障害者支援のための研修
- 介護技術指導者講習会 等
- 全国規模の日本介護学会・全国大会



サポート2 全国の仲間との新しいネットワークづくり

日本介護福祉士会茨城支部として全国に介護福祉士のネットワークを持つ全国規模の組織です。会の様々な活動を通して、個人のネットワークを広げていくことにより日々抱えている悩みや困難なことなどを同じ介護福祉士同士で共有し、助け合うことができます。あなたの新しいネットワークづくりをサポートします。

サポート3 職場環境の改善等への取り組み

介護福祉士の処遇や社会的評価に関する調査・研究のためにアンケートを実施し、その結果をまとめ、厚生労働省等に提言を行っています。

サポート4 最新の動向・情報の提供

介護福祉士に必要な福祉施策の動向や研修会の情報をはじめとした、様々な最新情報を発信しています。提言・調査結果は日本介護福祉士会ホームページで確認することができます。



〒310-0851
茨城県水戸市千波町 1918 番地
茨城県総合福祉会館 5 階
一般社団法人茨城県介護福祉士会
会長 沼田正人
☎ 029-353-7244 Fax029-353-7246



公益社団法人
茨城県理学療法士会
Ibaraki Physical Therapy Association

皆さまの未来を築く
お手伝いをします

茨城県理学療法士会は、理学療法を通じて
県民の保健・医療・福祉の増進と自立生活支援に寄与する事業を実施します。

★北茨城地域自立支援センター（平成27年度茨城県在宅医療・介護連携拠点事業）

- 住み慣れたまちで誰もが安心して暮らし続けられるよう、理学療法士がリハビリテーションの立場から、保健・医療・介護・福祉・教育・就労の更なる連携推進をお手伝いさせていただきます。
- 平日の13時から17時、北茨城地域自立支援センターに理学療法士が駐在し、より良い在宅生活の構築に関する相談を受け付けておりますので、お気軽にご連絡ください。
- 北茨城在宅医療介護連携推進協議会を立ち上げ、北茨城市や関係機関・団体とともに地域リハビリテーションの手法を活用して、北茨城市の地域包括ケアシステム構築を目指しています。

【相談事例】

- 退院・退所後のご自宅での自立した生活方法、住宅改修のアドバイス
- 訪問リハビリテーションを受けたい
- リハビリテーション、職業性腰痛、介護方法に関する勉強会の講師依頼
- 障がい児・者や家族からの在宅生活、リハビリテーション全般に関する相談 など

【実践活動事例】

- 入院中の退院調整会議や地域ケア会議への参加
- ケアマネジャーや訪問看護師等と同行訪問
- 介護予防事業や通所サービス事業所での個別・集団対応 など

★介護予防キャラバン

介護予防キャラバンは、県民の皆様がいつまでも生き生きと健やかに過ごせるよう、自らの心身機能や活動に対する意識づけや啓発を目的として、体力測定に基づく助言の実施や様々なニーズに対して、理学療法士が相談を受け実施します。

【昨年度実績】

- 茨城県理学療法士会
- 古河市「古河ふれあい広場2014」
- 茨城県「健康づくりキャンペーン」
- ひたちなか市「健康スポーツフェスティバル」
- 結城市「祭りゆうき2014」
- 河内町「かわちフェスタ2014」
- 筑西市「みんなの生活展」
- 土浦市「シニアカレッジ」
- 介護予防フェスティバルin北茨城
- 茨城県看護協会・北茨城市シルバーリハビリ体操指導士会との共同介護予防事業

【今年度実施・予定】

- 「まちの保健室」事業（茨城県看護協会）
- 「みんなの生活展」事業（筑西市）
- 「祭りゆうき」事業（結城市）
- 介護予防フェスティバルin北茨城

★訪問リハビリテーションサポートセンター

- 「心身機能」「痛み」「歩行・移動動作」「自立支援」の専門家である理学療法士が、お子様からお年寄りに至る訪問リハビリテーションに関する相談を受け付けています。
- 訪問リハビリテーション事業所の紹介、訪問リハビリテーションの制度やサービスの紹介・相談等をさせていただきます。お気軽にご連絡ください。
- 相談日時：平日9～17時 直通電話：090-4361-8985

今後、県内44市町村と協働して上記の事業などを市町村単位で展開し、県民の健康寿命の延伸を目指します。

【お問い合わせ先】

公益社団法人 茨城県理学療法士会 北茨城地域自立支援センター
〒319-1704 茨城県北茨城市大津町北町3-6-11
TEL: 0293-44-3616 (直通) FAX: 0293-44-3617

公益社団法人 茨城県理学療法士会
〒310-0034 茨城県水戸市緑町3-5-35 (茨城県保健衛生会館内)
TEL: 029-353-8474 (直通) FAX: 029-353-8475
ホームページ: <http://www.pt-ibaraki.jp/>



茨城県

茨城県保健福祉部長寿福祉課地域ケア推進室

〒310-8555 水戸市笠原町 978-6 tel.029-301-3332



茨城県老人福祉施設協議会

〒310-0851 水戸市千波町 1918 tel.029-241-8529