

ひまわり通信

2024年 2月号

◉グルメデー◉
ちり鍋
～鱈ちり～

日	月	火	水	木	金	土
				1日 将棋 囲碁	2日 書道 トランプ	3日 囲碁 トランプ
4日 休み	5日 将棋 トランプ	6日 トランプ	7日 書道 トランプ	8日 将棋 囲碁	9日 書道 トランプ	10日 グルメデー 囲碁 トランプ
11日 休み	12日 将棋 トランプ	13日 トランプ	14日 書道 トランプ	15日 将棋 囲碁	16日 書道 トランプ	17日 囲碁 トランプ
18日 休み	19日 将棋 トランプ	20日 トランプ	21日 書道 トランプ	22日 将棋 囲碁	23日 書道 トランプ	24日 囲碁 トランプ
25日 休み	26日 将棋 トランプ	27日 トランプ	28日 書道 トランプ	29日 将棋 囲碁		

浅原夏美の成長物語 失敗からの学び～コミュニケーション編～

お世話になっております、浅原夏美です!!ひまわりへ配属されて10か月が経ちました。寒い日がまだまだ続きますね。私事です、生まれて初めて髪を染めてみました。見慣れない自分を毎日見て、ドキドキしています(笑)。

9月号では、「浅原夏美 成長物語 ～付き添い編～」を掲載させていただきました。今回は、介護技術を中心に自分の介護に対する捉え方の変化などを書かせていただきました。今回はある利用者さん、Aさんとの関わりの中で気が付いたことから得た学びについてお伝えしたいと思います。

① 気づき ～Aさんとのある場面のこと～

私が入浴介助をしている際の出来事でした。普段は湯船につからず、熱めのシャワーを浴びるだけのAさんが、体も洗い終わっていたところでした。そろそろ入浴場から出られるかな?と置いていたところ「今日はお風呂につかりたいのだけ」とAさんが言われました。私は『Aさん普段はつからない人だけど、今日は入るのか?』と思いながら、何の気なしにAさんへ「つかるのは全然大丈夫ですよ」とお伝えしました。Aさんは結局湯船につかることなくシャワーを浴びるのみで、入浴場から出られました。その際のAさんの表情は少し暗く見えたことが気になりました。Aさんが脱衣場から出られた後『あれ、私何か見落としたかも?』と少し考えましたが、そのまま入浴介助に戻りました。入浴介助が終わり先輩職員から「何かモヤモヤしているように見えるけど、何かあった?」と言われ、Aさんとのやり取りを先輩と一緒に振り返りました。Aさんが「湯船につかりたい」と言われた時私は、『湯船につかりたい』ということのみに着目していました。しかし、Aさんが何故湯船につかりたかったのかという、普段とは違うAさんの思いを聞くことができていませんでした。勇気を出してAさんにその時の気持ちを聞いてみました。Aさんから「実はね、いつもより調子が良かったからお風呂につかりたいと思ったの」「なかなか言えなくて、少し聞いてほしいと思ったの」と教えてもらいました。それを聞いて私は、この思いをくみ取りきれいなかったことと、それによりAさんが湯船につかるチャンスを逃してしまったことに気がつき、悔しさと申し訳なさ涙がこみあげました。

② 妹とのやり取り

話は変わりますが、私には3歳年が離れた妹がいます。家族なので、お互い気を遣うこともなく言いたいことを言い合っています(笑)。

妹は現在、資格取得のための受験を控えています。普段は穏やかな妹ですが、「もっと勉強した方が良くない?」という話になると、「言われなくても勉強してるって言ってるじゃん!」という風に機嫌が悪くなり言い返してきます。Aさんとの出来事がある前の私は、表面上の言葉や態度を切り取って、それに対してカチンときてしまい、「は～?何、その言い方!」と感情的になって、言い合いになることがよくありました。そんな私ですが、Aさんとの出来事の後からは、『不機嫌になる時の妹は、何を思っているんだろう?』と考えるようになりました。そんなある日、妹とまた勉強の話になった時のことでした。いつものように不機嫌になってしまった妹に対して、「どうしたの?何かあった?今の気持ちが知りたいから、教えてほしい。」と聞いてみました。そうすると妹から、「実は、どういう風に受験勉強を進めたら良いのかわからなくて、誰にも相談できず、一人でモヤモヤと考えていたの。」と話してくれました。

私は今まで妹がどう思っているのか、考えようとはしていませんでした。Aさんとの出来事をきっかけに、自分から妹の思いを積極的に聞く努力をするようになり、今までよりもお互いに深く相談しあえる姉妹関係になったように思います。

「妹とのやり取り」などから、改めてAさんとの出来事を振り返ると、相手が本当は何を伝えたいのかをよく考え、『相手の思いを探り引き出すこと』がとても大切だとわかりました。以前の私は、会話のやり取りが出来ることでコミュニケーションが成り立っていると思っていました。しかし、コミュニケーションとは、相手の行動や表情から、言葉の奥には何が込められているのか?を探りながら、相手に共感して寄り添うことだとAさんとの出来事を通して気づかされました。

③ まとめ

最初にAさんとのやり取りがあった際、私は「全然大丈夫よ」と言うことしかできませんでした。しかし今は「全然大丈夫よ、いつもは湯船につからないけど、どうしましたか?良かったら、いつもと違う気持ちを教えてもらえませんか?」と、相手に寄り添い、言葉や表情から思いをくみ取れるように努めています。

1月にひまわりの職員が2人異動になり、今までよりも忙しい毎日を送っている中で、役割や責任が少し重くなったことへの不安も感じています。ただ、それ以上に、利用者さんや先輩から、安心して頼ってもらえる存在になりたいと強く思うようになりました。最近では、家族や友人との日常的な会話や行動から、相手の思いをくみ取れるよう、意識しながら過ごしています。これは私の決意ですが、いつの日か、意識しなくても思いをくみ取れるような力を身につけたい、です!その為にも、コミュニケーションが上手くなれるよう、これまで以上に利用者さんに声を掛けて、たくさんお話させていただきたいと思っております。よろしくお願いいたします!!

男性との肩組んでドキドキしました☆優しく抱いてくれてありがとう♡(9月号でも思いましたが、自分の体格の良さに驚きました...)



曜日別定員空き状況 / 現在 定員 35名

月	火	水	木	金	土
3	3	4	0	2	0

送迎・昼食・おやつ付無料体験利用実施中!
☆お気軽にお問い合わせください☆

ふれあいセンター協同 デイサービスセンター ひまわり

〒731-0113 安佐南区西原9丁目8番22号 (ふれあいセンター協同2階)
TEL: (082) 874-4085 FAX: (082) 874-4093 管理者: 鬼塚
* 写真の掲載につきましてはご利用者様・ご家族の了解を得ています。