

板持4区で一人暮らしをされている、増野シズコさんのお宅へのホームヘルプサービスに同行しました。

増野さんは86歳。ご主人を18年前に亡くし、以来一人暮らし。目が悪くなり、身の回りも不自由になってきたため、3年前からホームヘルプサービスを受けています。

サービスの内容は身体介護と家事援助の両方で、月曜日から金曜日までの毎日、午前10時から12時までの2時間、ホームヘルパーが身の回りのお世話をしています。



▲朝のミーティング  
訪問予定の確認を  
します



▲足をていねいに洗  
います



▲食事の準備にとり  
かかります



▲部屋の掃除をします



▲髪を整えます  
「うまくやってよ」  
とおばあちゃん



▲干していた布団を取  
り込みきちんと敷  
きます

### 「こんにちは」

#### でスタート

「おばあちゃん、こんにちは」の声に、「はい」と元気な返事。

家に入ると、まず窓を開けて空気の入れ換え。「調子はどう」と増野さんの健康状態を確認する。週1回訪問看護ステーションの看護婦さんによる訪問看護も受けられており、健康状態についてはヘルパーと看護婦の連携がとられている。「毎日、接している分、私たちヘルパーが一番相手の状態がわかりますから」とヘルパーさん。

さっそく布団をあげ縁側に干し、増野さんの足浴。たらいにお湯を入れていねいに足を洗う。増野さん、気持ちよさそう。

食事はその人にあったものがつくられており、増野さんの場合、ごはんはやわらかめで、好きな味噌汁は欠かせないという。材料は、いつも何かと心配してくださる近所の人によって、前もって買い揃えられている。通常は利用者の希望を聞き、身の回りの物も含めヘルパーが買い揃えることが多い。そして部屋の掃除、洗濯と続く。その間も会話を欠かさない。

天気の良い日は、介助しながら散歩に出かける。「足の老化防止のためにも、できるだけ外の空気にふれてもらうようにしています。できることは自分でしたいという利用者の気持ちを大切に、またそういう気持ちを失くしてほしくないように、自立をめざした援助を心がけています」

増野さんは「ヘルパーさんからも近所の人からも、よう心配してもらって助かっています。自分の娘と思って気兼ねもせず、冗談も言わせてもらうて本当に感謝しています」



ホームヘルパー  
酒井 伸子さん

「こんにちは」と玄関のドアを開ける時は、いつも緊張します。訪問するお宅は、私たちの職場でありその方の大事なお城です。「はい」と明るい返事を聞き、ああ、今日もお元気そうだとホッとしながらも、ヘルパーとして身が引き締まる一瞬です。

最初、衣食住の日常的援助にヘルパーの意味、家政婦との違いも分かりませんでした。けれど、利用者さんと信頼関係が生まれ、数々のケースを経験して分かってきたのは、お世話の仕方でも依存心をもたせケースを難しくすることや、逆に生活の質を高めることもできるということです。そのため、利用者さんと話し合い、その方に合ったお世話をさせていただいています。

利用者さんは、自分の家で暮らしたいと願っています。私たちは、その願いを少しでも長くかなえられるよう工夫し頑張っています。ホームヘルパー、難しくもあり楽しくもある人間的なこのつながりが、私は今とても好きです。