



コラム部門作品集





東京の介護ってすばらしいグランプリとは？

(主催：東京都社会福祉協議会 東京都高齢者福祉施設協議会 情報・広報室)

多様な場面にスポットをあて、介護の魅力を広く PR する、年に一度のグランプリイベントです！

介護の魅力を伝えたい人なら、どなたでも応募 OK！優秀作品には豪華な賞金・賞品をご用意しております。また受賞作品は、東京都高齢者福祉施設協議会のもつ様々なメディア媒体 で公表、PR に使わせていただいています。



東京都高齢者福祉施設協議会
マスコットキャラクター
「アクティブル」

【グランプリ特設サイト】 <https://koureikyo.com/>



目 次

【最優秀賞】

- 一緒に帰りましょうか? 2
社会福祉法人長寿村 グループホーム花街道 岡本 武

【優秀賞】

- 理由..... 5
藤村 典幸
- 夜と朝のあいだに 8
社会福祉法人サンライズ サンライズひのでだんち 蒔田 里子

【入賞】

- 永遠の愛 12
土持 あゆ美
- 介護界限から嫌われる訪問介護がマジで伝えたいこと。 14
株式会社クラシク 訪問介護テラス 奥村 生
- ぼくの宝物 16
社会福祉法人 大三島育徳会 特別養護老人ホーム博水の郷 正一 努

※受賞者氏名敬称略



東京の介護って素晴らしい
グランプリ
2024

コラム部門
最優秀賞



2024
【最優秀賞】

【一緒に帰りましょうか?】

夕方になると、毎日そわそわしちゃうKさん。時計を何度も見ながら、「もう帰らなきゃいけないんだよ」って何度も言われるんです。私が「ここがKさんのお家ですよ」って伝えても、「いや、お母さんが待ってるから」って。Kさんの頭の中では、今もお母さんが夕ご飯を作って待っているのかもしれない。

ある日、いつもより真剣な顔で「本当に帰らなきゃ」っておっしゃるKさんを見たとき、なんだか私の胸もキュッとしてしまいました。その表情が、涙がこぼれそうなくらい切実で。思わず「じゃあ、一緒に帰りましょうか?」と口にしてしまいました。Kさんは驚いたように「本当に?」って目を輝かせ、「ありがとう」って、ほっとしたように微笑んでくれました。

玄関を出て、夕方の道を二人でゆっくり歩いてみました。秋風が少し肌寒くて、私も上着をしっかりと握りしめながら、Kさんと肩を並べて歩きました。しばらく歩いた後、近くのベンチに腰かけて「少し休みましょうか?」って誘ってみると、Kさんがふっと優しい顔をされて「この夕焼け、懐かしいなあ…」とつぶやいたんです。

「子供のころ、お母さんがご飯を作ってくれてて、夕ご飯の時間が待ち遠しかった」って話すKさんの横顔を見ていると、私も思わず泣きそうになりました。普段のKさんの姿からは想像できない、遠い昔の家族の温かな記憶。私も初めて知るKさんの思い出話に、胸がじんとあたたかくなりました。

少しの間、一緒に夕焼けを眺めてから、「そろそろおうちに帰りましょうか?」

COLUMN 1

と声をかけると、Kさんは「そうだね」と微笑んで立ち上がってくれました。施設に戻ると、安心したように「ここが私のお家だね」とつぶやくKさん。その姿に、私もほっと肩の力が抜けました。

それからKさんが「帰らなきゃ」と言うたびに、夕方の散歩に出かけるようにしています。毎日の小さな「帰り道」ですが、Kさんにとっても、そして私にとっても、大切な時間になっています。

受賞者：岡本 武

(社会福祉法人長寿村 グループホーム花街道)

コラムで伝えたいメッセージ、作品に込められた想い：

認知症グループホームに勤めて、もう10年以上がたちます。

現場は常に人がいない中で、忙しく仕事に流されてしまいがちな毎日を反省することしきりです。

ただ、このエピソードの様に、入居されている高齢者の方の心に触れることが出来た、と感じられる瞬間は私にとっても大きな心の支えになっています。

東京の介護って素晴らしい
グランプリ
2024

コラム部門
優秀賞





2024
【優秀賞】

【理由】

施設にいたその人は、笑いながら、俺にこう言った。

「今日は良い日だ。 明日も昨日も」

車椅子に座っていたその人は、俺のことを『大将』と呼んで、いつも笑っていた。

「よう大将! いつも元気そうで良いなあ!」

亡くなったのが発見された時も、その人は笑顔だった。

定期的な席替えの時も、『皆の顔が見えるこの位置が良い』

そう言って、蛍光灯の真下の明るくて温かい場所を選び、眠るように亡くなっていた。

まるでスポットライトが射すように、そこだけが浮かび上がっていた。

まだ温かい体に、上がった口角。

なんで、笑っていたのだろう。

大抵の人は亡くなる時、目が虚ろになり肩で呼吸をしながら、まるで消えるように還って行く。

でもその人は違った。

「今日も良い天気だなあ! 幸せだろう、みんな!」

いつもの調子で近くの席の人たちと大きな声で笑った後、いつの間にか。

葬儀後、挨拶に来た御家族が俺やスタッフに話をしてくれた。

COLUMN 2

その人は子供の頃に、戦争を経験していた。

暗い44 塹壕の中で、飛び込んで来る千切れた手足と、助けてと叫ぶ前に人をさらっていく、赤黒い土煙を見た時、『生きてて良かったって思ったよ』と、何度も家族に話をしていたらしい。とても寂しそうに。

花見の時、幸せそうに桜を見上げていた姿が、ずっと忘れられない。
「今の日本は良いな。笑ってられない時でも、生きてはいる」
「俺あ、大将たちが頑張っているのを見るだけで、生きてて良かったって思うんだよ」「生きてさえいれば、幸せなことって、いっぱいあるんだよ」

言葉は違っても、毎年の桜を見上げて言うことは同じ。
「幸せだな」
「生きてて良かった」
毎日皆に言っていた言葉と同じ内容。

でも、その年だけは違った。
無言で桜を見上げて、こう言った。
「あいつらにも、見せてやりたかったなあ」

たくさん、教えてくれていた。
たくさん、一緒に話もしていた。なのに気付けていなかった。

誰の後ろにもある生きる理由。

この仕事に就いた時、俺があまり理解出来ていなかった、
膝を着いて目線を合わせること。
家族の様に接すること。
共に時間を過ごすことの意味と理由。

COLUMN 2

でも今なら少しだけ、分かった気がする。

あの時、無言で桜を見上げる寂しく笑う横顔を、俺はこっそり見つめていたから――

受賞者：藤村 典幸

コラムで伝えたいメッセージ、作品に込められた想い：

介護の世界の働き手が少なくなった昨今、賃金や働き甲斐の魅力の発信頻度が、どの媒体でも少なくなってきた気がします。テレビやネット、ニュースソースにおける媒体は、虐待や不正、事件性のある内容をトピックとして報じるばかり。日々、現場で働く職員は関わる全ての人たちから、人生訓や協調性、社会性を学びながら自分の中の気付きとして落とし込んで、笑ったり泣いたり、悔しい思い・やりきれない思いの中で働いています。私の書いたコラムは実話で、長い介護職としての関わりの中で、その人が亡くなった時、介護仕事について初めて泣いたのを強く覚えています。鮮烈な体験と記憶が、いまでも人生の支えとなっていて、読んで頂ける方がいれば、人って素晴らしい、介護ってこんなに素晴らしい体験が毎日出来るんだよと、幅広く魅力のアピールになればと思い、筆を取らせて頂きました。つたない文章ですが精一杯の想いを込めて書きました。いまは天国にいるその人に届くように。



2024
【優秀賞】

【夜と朝のあいだに】

Aさんは、普段会話をすることはあまりない。
コミュニケーションはもっぱら「うなづく」と「首をふる」だ。

わたしが初めてAさんに声をかけたとき、
「うなづく」ことも「首をふる」こともなかった。
でも、家では会話をしているので、こちらの声は届いていることを娘さんから伺った。

まずは、他の職員との関わりを参考にして、毎日声をかけた。
「今日の天気」「今日のレクリエーション」「ご飯のメニュー」
いろいろと声をかけても、笑うどころか、「うなづく」ことさえしてもらえない。

そんな日々が続く中、夜勤が始まった。
業務が落ち着いた朝方、Aさんの様子を伺うと歌謡番組を観ていた。

「この歌手の方、若いですね。知ってます？」と声をかけるも反応がない。
それでも夜勤に入る度、衣装だったり、髪型だったり、
たわいもない質問を続けていると、Aさんは徐々にうなづいてくれるようになった。

この番組にはテーマ曲がある。
長山洋子さんの「美味しいお酒 飲めりゃいい」だ。
それを釘付けになりながら見ていたAさんは、
サビが終わるところでお酒を「くいっ」と飲む仕草をし、わたしに向かって笑ったのだ。

COLUMN 3

Aさんの笑顔を初めて見た瞬間だった。

それから、この歌謡番組と一緒に観て、歌に合わせて仕草をすることが恒例になり、わたしの楽しみの一つになっていた。

Aさんの、この笑顔をもっと知ってほしい!
そう考えていた、ある日のカラオケの時間。
周りの利用者さんから「Aさんも歌ったら?」と声をかけられるが、反応がない。
わたしが「一緒に歌いますよ」と伝えると、

「... お酒の ...」 と小さな声でぽつり。

お酒?お酒の歌?もしかして。
あのテーマ曲だ!

わたしが Aさんの隣で歌っていく。

「美味しいお酒～飲めりゃいい～」

サビが終わる、そしたらこれだ!
「せーの!」 くいつ!

Aさんの仕草と、くつくつと笑っているその姿に、
「いいね、いいね!」
職員からも利用者さんからも、たくさんの笑顔がその場に溢れた。

Aさんは、会話はほとんど出来なくても、笑うことは出来る。
出来る機会が少ないんだ。

COLUMN 3

この笑顔は奪われてはいけない。
出来ることを支えていく。それが、わたしたちの仕事だ。

周りの人全員を笑顔にさせる A さんとの、
夜と朝のあいだに起こる大切な時間。
わたしの宝物です。

受賞者：蒔田 里子

(社会福祉法人サンライズ 事業所名：サンライズひのでだんち)

コラムで伝えたいメッセージ、作品に込められた想い：

A さんとのコミュニケーションは、発語がほとんどないため、うなづきや表情の変化で読み解くしかなかったのですが、今回笑顔を引き出せたのは、普段の関わりで諦めず声をかけ続けた結果、この職員なら安心してきると思ってくださったのではないかと、思います。このエピソードを娘さまにお伝えしたところ、喜んでくださり、A さんとの会話の中で話題にしてくださったのは嬉しかったです。

東京の介護って素晴らしい
グランプリ
2024

コラム部門

入賞





2024
【入賞】

【永遠の愛】

10年ほど前になる。その頃私は東京の個人病院で働いていた。介護が必要な方も受け入れる病院だった。

こんな患者様がいた。脳梗塞で寝たきり。発語もなく、彼がどんなことを考えているのか、感じているのか分からなかった。

そんな男性患者様のもとに、高齢の奥様が毎日通われていた。雨の日も、雪が降るような寒い日も毎日通われていた。

毎日面会にくるからといって、奥様がどんなに話しかけても返答はない。ただ奥様は返ってくることもない返答を待ち、冷たい手を擦りながら話しかけていた。

そのうち奥様も自宅で転倒し、介護が必要になったので入院することになった。

二人部屋の病室で仲良くベッドを並べて生活するお二人。自分も介護が必要なのに、旦那さんの介助をしようとする奥様。どんな体になっても旦那さんのことが本当に大切なんだなあと、私達まで胸を熱くしていた。

旦那さんを清拭をする時は「寒くないですか」「かゆいところはありませんか」と声をかけたり。オムツを交換する時は「あら、いっぱい出てすっきりしましたね」と声をかける。

そんな私達に混ざって、「あら、あなた良かったわね」「気持ちよくしてもらって、すっきりしたわね」と相槌の言葉を奥様がかける。

自分も満足に体が動かせないのに奥様はベッドの脇、旦那さんのベッドの方に体を寄せて旦那さんの手を握る。

「なにか反応はありますか？」

そう奥様にある日聞いてみると、「たまに手を軽く握り返してくれるのよ」

COLUMN 4

と言う。

「良かったですね」と言うと奥様は「単に私のことうるさいと思っているのかもしれないんですけどね」少女の様にはにかんだ顔で奥様が返事をしてくれた。

ある日旦那さんの容態が急変した。食事を誤嚥してから肺炎をおこした。下がらない熱。大量の痰。奥様はただ黙って旦那さんの手を握り続けた。

そしてある日。心拍数が30を切った。奥様は動揺することもなく、旦那さんの手を擦り「あなたありがとう。今まで頑張ってくれて」そう言った。

その声の直後心臓は鼓動をやめた。

旦那さんが亡くなった1週間後。奥様は亡くなった。旦那さんのいなくなったベッドの方を向いて。

私達スタッフは厳かな気持ちで、最後の身だしなみを整えた。旦那さんのエンゼルケアをしたパジャマとお揃いのパジャマだった。私は思う。私が見たのは永遠の愛だと。そこに立ち会えて光栄だったと。

受賞者：土持 あゆ美

コラムで伝えたいメッセージ、作品に込められた想い：

旦那さんと奥様の強い絆。献身。愛とは美しいと感じた出来事でした。色々な人とこのエピソードを共有したいと思い、応募しました。



2024
【入賞】

【介護界限から嫌われるがマジで伝えたいこと。】

訪問介護は人気がないとよく耳にします。理由は、「何かあった時に助けを呼べないから不安」というもの。でも、必ずフローに沿って対応するので、1人で不安を抱えることはありません。

そもそも訪問介護とは？ 厚労省の資料に、「訪問介護」とは、訪問介護員等が、利用者(要介護者等)の居宅を訪問し、入浴・排せつ・食事等の介護(身体介護)、調理・洗濯・掃除等の家事等(生活支援)を提供するものをいう。と定義していますが、一言では言い切れません。この言い切れない部分が大切なことだったりします。訪問介護は、単にケア(身体介護・生活支援)をするだけではなく、体調面や精神面に変化がないか、会話の中でサインを見つけていきます。(例)最近、何度も同じ話をされている。同じものが何個も冷蔵庫にあるなど。ケアに入りながら、利用者の状況や抱えている問題を把握し、上長に報告。上長は、ケアマネに情報共有やケアの提案をします。この小さなサインに気づくか否かによって、利用者の人生を変えてしまう可能性があるのです。例にあるように、認知症状かも?と気づき、そこから利用者を中心に、家族、ケアマネ、主治医、訪問介護などがチームとなり、「チーム利用者」が自宅での生活を安心して送るためにはどうしたらいいかを考え、利用者の希望を確認し、方針を決定します。ヘルパーの気づきから一斉にチーム利用者が動き出し、最適なサポート体制を構築し実行していく。それが、全て利用者の希望である自宅で生活する。ことに繋がっていきます。

では、気づけなかったら？ 認知症状が悪化し、チームが機能せず、自宅での生活は難しいから施設入所という本人が希望していない結果になる可能性があります。施設入所が悪いのではなく、利用者の「希望」に添っているか否かです。このように利用者の人生が2つに分かれていく可能性がある。これは不安を煽っているのではなく、定義では言い切れない部分の正体であ

COLUMN 5

り、訪問介護の役割なのです。

「訪問介護とは、利用者の人生を豊かにする一助である」

人（訪問介護）が人（利用者）の望んでいる生き方に寄り添い、どうしたら自宅で生活を送ることができるかを真剣に考え、チーム利用者の一員としてサポートする。こんな直接的に人（利用者）の生活、生き方を尊重し、思い、考える仕事があるのでしょうか。これが「介護界隈で嫌われるがマジで伝えたいこと」です。

受賞者：奥村 生

（株式会社クラシク 訪問介護テラス）

コラムで伝えたいメッセージ、作品に込められた思い：

介護報酬の引き下げや人員不足、ヘルパーの高齢化などの理由で在宅サービスの要である訪問介護事業所が廃業に追い込まれています。そんな状況を憂い、訪問介護の本来の目的、存在意義、価値とはなんだろうかと考えました。今まで自分たちがどんな思いを持って訪問介護という仕事をしてきたのかを振り返ってみました。それを言葉にしました。

ヘルパーはお手伝いや世話係ではない。専門職なんだと。

コラムでは訪問介護と限定していますが、どのサービスにも当てはまることだと思っています。

介護の仕事をすばらしいと少しでも感じてもらえたらうれしいです。



2024
[入賞]

【ぼくの宝物】

9 時ちょうど。さあ、仕事開始だ。とたんにセンサーが鳴る。

「またSさんか!」

急いでかけつける。が、間に合わない。Sさんは車いすから一人でベッドへ移り、横になっていた。本当に要介護!? 最近、動きが速くなっている!

「部屋へもどる時は職員に言ってくださいよ!」

やれやれとしたぼくの表情とは裏腹に、Sさんは笑顔になり「あはは」と笑った。

と、その時、別のセンサーが鳴る。

「最終日だっていうのに!」

10 時になった。夜勤者から引き継ぎを受けていると、イスにすわっていたTさんが立ち上がった。杖をついて歩こうとする。

「もう少しで終わるから、ちょっと座ってて」

そう言って、一旦は座ってもらった。がすぐにTさんは立ち上がり、その直後ふらついた。すぐにかげより、間一髪セーフ! 老人ホームのあるあるの光景だ。イライラがぼくの顔に出る。本当は穏やかな表情をしてなきゃいけないのに……。最終日の今日も無理だった。

とうとう、仕事終了の 10 分前になった。ご利用者さんは夕食の直前。空腹が最高潮に達している。そのためか、声を張り上げる人もいれば、あちこちへ動き出そうとする人もいる。夜勤者に業務を引き継いだぼくは、ご利用者さんへお別れの挨拶をした。一週間後、同じ法人内の別の特別養護老人ホームへ異動する。偶然その日は、ぼくの 50 歳の誕生日だった。

挨拶の時間は3分ほど。1分ぐらいで終わらせるつもりだったが、結構かかった。しゃべったというより沈黙が長かった。50 年の人生で、何回か挨拶をする機会があったが、これほど思いがこみ上げたことはなかった。この

COLUMN 6

フロアで働いた3年間。そのほとんどは自分の母親を介護した時間と重なる。半年前の亡くなる直前は、特に気持ちが沈んでいた。が、そんなことを知るか知らずや、フロアのご利用者さんは暗い表情をするぼくを励ましてくれた。

「どうしたの、大丈夫？」

「何かあったの？ 元気出なさいよ！」

ご利用者さんを励まさなくてはいけないのに。ぼくは、励まされてばかりだった。特にSさんはよく励ましてくれた。

帰りにロッカーの掃除をしていた時、扉の内側に貼り付けていた写真を見た。フロアのご利用者さん全員と、運動会が終わったあとに撮った写真だ。一生の宝物だ。異動先のロッカーにも飾ろう。きっと、辛い時に励ましてくれる。ぼくはそっと宝物を外し、大切にしまった。

受賞者：正一 努

(社会福祉法人大三島育徳会 特別養護老人ホーム博水の郷)

コラムで伝えたいメッセージ、作品に込められた想い：

「井戸端会議」って表せる雰囲気、ある意味、言いたいことが言える環境（空間）なのではないかなと感じました。

そこに、ひょいっと生活相談員が顔を出して、一緒に話をする。コミュニケーションがより活発になる場だから得られること、大事な気づきがあったので、コラムとして投稿してみました。

コラム部門審査員

山本 梓

フリーランスの編集者・ライター。全日空機内誌『翼の王国』、ライフスタイル誌『ソトコト』編集部を経て2016年独立。「福祉業界の担い手はクリエイティブ!」とし、全国の福祉施設スタッフとメディアの作成・編集を担うプロジェクトや、介護職員に向けたインタビューの講座などを開いている。

町 亜聖

フリーアナウンサー／元ヤングケアラー。東京都社会福祉協議会東京都高齢者福祉施設協議会アンバサダー。高校3年生の時に母親がくも膜下出血で倒れ、10年間におよぶ介護生活をまとめた『十年介護』を出版。

審査委員長 水野 敬生

東京都社会福祉協議会 東京都高齢者福祉施設協議会情報・広報室長、公益社団法人 全国老人福祉施設協議会 元広報委員長、社会福祉法人一誠会 常務理事・統括施設長。



東京都高齢者福祉施設協議会とは？

東京都高齢者施設協議会とは、～社会福祉法人東京都社会福祉協議会（東社協）における業種別部会・連絡会の一つであり、東京都内の特別養護老人ホーム・養護老人ホーム・軽費老人ホーム・地域包括支援センター・在宅介護支援センター・デイサービスセンターを会員とする組織です（会員約 1200 事業所）。

東京の高齢者福祉の発展と、福祉サービスの向上を目指して、業種別・職種別・テーマ別など、さまざまな委員会活動を通して、研修会の企画や調査研究、提言活動、ネットワークづくり等に取り組んでいます。

【主 催】 社会福祉法人東京都社会福祉協議会 東京都高齢者福祉施設協議会（情報・広報室）
【事務局】 社会福祉法人東京都社会福祉協議会 福祉部高齢担当
メール kourei@tcsw.tvac.or.jp
U R L <https://www.tcsw.tvac.or.jp/bukai/kourei/>



【企画制作】 株式会社アイフィス
メール tokyokaigo-gp@ifys.jp