

In Nagano



所属：保健学科3年 鈴木恵里加
学生ヘルパー歴：1年

所属：医学科4年 萩原はるか
学生ヘルパー歴：1年



所属：医学科4年 能登谷文乃
学生ヘルパー歴：1年



学生ヘルパーをはじめたきっかけ

能登谷さん)

萩原に誘われて赤沼さんに会いに行ったのがきっかけです。その時に、とりあえず夜間や昼間など空いている時間にボランティアとして行ってみようという話になり、何度か足を運ぶうちにいつの間にかどっぷりハマっていました。ボランティアとして2ヶ月ほど通った後に学生ヘルパーとして働き始めました。

萩原さん)

学生向けのイベントで学生ヘルパーをしている子の話を聞き「そんなバイトもあるんだ!」と驚き、その場の勢いで事後アンケートを通じて学生ヘルパーの申し込みをしました。そこから赤沼さんに繋げていただき今に至ります。

鈴木さん)

大学の先生から紹介されたALS協会長野県支部の交流会にオンラインで参加し、恩田さん(ALS協会岐阜県支部長)の講演を聴きました。そこでALSに興味を持ちました。それから1ヶ月後に友人の先輩がボランティアとして赤沼さんのお宅で活動していると聞き、友人に誘われたことがきっかけになりました。

学生ヘルパー活動を通して変わったこと

能登谷さん)

ALSという病気に対する考え方が変わりました。

「介護の質とあり方によって患者さんの生活と幸福度が大きく変わる」というのも、実際に介護が必要な生活に関わってみなければ表面上でしか理解できなかったと思います。

萩原さん)

これまでは塾講師や家庭教師など、基本的にワンマンプレーなバイトばかりやってきましたが、学生ヘルパーは他のヘルパーさんたちと協力したり、助けていただきながら仕事をする事が多くあります。相手の動きを見て自分がすべきこと、自分でできることを判断する力は伸びたと思います。まだまだですが笑

鈴木さん)

自分の大雑把な性格が少しは改善したと思います。自分の生活なら適当になるところを、意識することで赤沼さんの生活に合わせて介助できるようになりました。また、知らなかった世界に触れ興味を持つようになりました。ALSについては勿論、介護や赤沼さんのお子さんの習い事の世界を知ることでも面白いです。学生ヘルパー向けに用意してくださる食事の美味しさに感動し、食事の楽しみ方も増えたと思います。



学生のうちからヘルパーをやる理由

能登谷さん)

明確な理由を持って続けているわけではありませんが、卒業したらもうヘルパーとして働く機会はないと思うので、今しかできない経験だと思えます。今ヘルパーを続けているのは、ただ赤沼さんが好きだからです。患者さんと思ったことはあまりなく、人としてすごく尊敬できる方で、話をしていて勉強になることがたくさんあります。私の話も聞いてもらい、時には人生相談もさせてもらっています。今はまだわかりませんが、学生ヘルパーの経験から得ているものは多いと思うので、気づく日が楽しみです。

萩原さん)

「学生のうちから」という意識はほとんどないです。今の自分は学生で、そんな今の自分は赤沼さんと関わりたい、赤沼さんの周りの人と関わりたいと思っていて、その気持ちに従って行動しているというところです。赤沼さんは介護する人に、多くの新しい視点や温かさ、成長の機会を与えてくださります。

鈴木さん)

こんなにも傍で、自分の家族以外の歳の離れた人やその家族と深く関わる経験は、学生生活のみならず人生を通してそう多くはないと思います。この経験は、必ず将来活きたと思えますが、それが分かるのはまだまだ先のこと。それよりも学生のうちに、これから社会に出る1人の人間として、人生の大先輩である赤沼さんと向き合うことができる今にとっても価値があると感じ、学生ヘルパーをしています。

ここが大変...だけど!!

能登谷さん)

主な仕事は家事と身体介助ですが、始めた頃は介護経験はなく、家事も自分の家のことを自己流でやっている程度だったので、自信がなくて迷うことも多かったです。そんな時、「自分の手足になってほしい」という赤沼さんの言葉を思い出して、迷ったら何でも聞いてやおうと開き直ったら、赤沼さんとコミュニケーションをとる機会も増えて一石二鳥でした。

ヘルパーの一日

〈夜〉

- 18:00- お子さんのご飯の仕度
赤沼さんのお食事の介助
胃ろうや経口での水分補給
- 19:30- 入浴介助
- 21:00- バックなどのスキンケア
水分補給・台所のお片付け・
お子さんの学校の仕度のお手伝い
お子さんの寝かしつけ

〈深夜〉

- 22:00- ナイトケア(歯磨きなど)・雑談
- 0:00*- 就寝(呼ばれたらすぐ対応できるよう
近くで仮眠をとらせて頂く)
- 6:00*- モーニングケア(ホットタオル・バック・
メイク・歯磨き・着替え・朝食など)

*時間は赤沼さんの生活リズムに合わせてます。



赤沼さん ALS当事者
ALS：身体の運動神経が侵され、
身体が動かなくなっていく病気

萩原さん)

体力のいる仕事ではあるので、夜勤の前には時間が許す限り仮眠を取ってから向かったり、お仕事を終えて帰ったあとはちゃんと湯船に浸かったりしてバッテリー切れにならないようにしています。

鈴木さん)

先輩ヘルパーさんとシフトが被ると、ケアの丁寧さやコミュニケーション、気遣いが自分には足りていないところばかりだと痛感します。自分の実力や、ケアに慣れてきたと思ったらまだまだ目指すべきところがある現実に直面する時は正直へこみます。しかし、何よりも赤沼さんが心地良いと感じる関わりを目指し努力する毎日はとても充実しています。

赤沼さんからひとこと

素直な優しい気持ちで、いつも
一生懸命私に関わってくれる
かけがえのないメンバー！