Interview
さざなみ
vol. 52
2023年4月25日発行

さざなみ鶴見 片野（かたの） 綾子（あやこ）

２０２０年７月に有限会社さざなみへ中途入社した片野綾子。現在はさざなみ鶴見で、介助業務を行っている。片野は、日々どのような思いで利用者様と向き合っているのだろうか。やりがいや印象に残っている出来事などを聞きながら、仕事に対する思いに迫った。

その場に応じてベストな方法を探す

片野がさざなみを知ったのは、知人から紹介されたのがきっかけだ。職場見学へ赴くと、和気あいあいとした雰囲気に心惹かれた。

「私もここで働きたい」。

そう思った片野は、一も二もなく新たな一歩を踏み出したのだった。

しかし、入社当初はわからないことばかり。自分だけでは判断できない場面にも、しばしば遭遇する。迷ったら必ず先輩に相談してアドバイスをもらい、それを自身の糧にしてきた。おかげで、最近は状況に応じてベストだと思える選択が徐々にできるようになってきている。たとえば、入浴介助もその1つ。利用者様の中には、その日の気分で「今日は入りたくない」という人もいる。一方、職員側としては入浴してもらいたいのが本音だ。大切なのは、どこで折り合いをつけるか。以前は、そのさじ加減が難しいと感じていたが、今は入りたくない理由をまずは聞き、反応を見るようにしている。その上で、入浴を別の日に回したり、「足元だけでも温めましょう」と提案したりするなど、臨機応変に対応できるようになったという。

利用者様の笑顔が最高の喜び

こうして、日々利用者様とかかわっていると新しい発見がある。世代が違う人たちから当時の社会情勢や流行歌などを聞くたびに、新しい知識が増えていく。それが、この仕事の面白さでもあるのだ。会話を重ねれば重ねるほど、その人となりや自分にはない考え方を知り、視野が広がっていくように感じている。

また、仕事に慣れていくに従って、利用者様から感謝される場面も増えてきた。介助した際に「ありがとう」と言われると、嬉しさで胸がいっぱいになる。中でも忘れられないのは、２０２２年に五節句の1つの上巳（桃の節句）に、幼少期から嗜んでいる琴を演奏したときのこと。演目は童謡がメインで、「ふるさと」や「荒城の月」などを披露した。練習時間があまり取れずに何か所か間違えてしまったものの、皆が琴に合わせて歌い、大いに楽しんでくれている様子が目に入ってくる。演奏後、「懐かしい曲を選んでくれてありがとう。また聞かせてね！」と温かい言葉をかけてもらったときには、素直に嬉しかった。

「長年励んできた琴を通して利用者様に喜んでいただき、有意義な時間を過ごせました。また弾かせてもらえる機会があるかもしれないので、腕を磨かなければなりませんね」。

旅行や温泉などで自分時間を楽しむ

片野の趣味は旅行だ。休日になると、行きたい場所やルートの計画を立てている。最近行ったのは、三重県の伊勢市。友人と2人で2泊して初日の出を拝み、同県の鳥羽市の水族館や観光地を訪れた。

もう1つのリフレッシュ方法は、温泉や近所の銭湯に行くこと。近頃は訪れていないが、以前は週に一度のペースで銭湯へ行き、のんびりと湯につかっていた。そのため、よく見かける常連客と軽く挨拶を交わすようになり、そうしたコミュニケーションも楽しみの1つになっている。

常に相手のことを思いながら

現在、入社から約2年半が経過し、多岐にわたる業務を任されるようになった。ときには大変なときもあるが、常に利用者様やともに働く人の立場に立って、行動するようにしている。

「これを乗り越えたら利用者様が喜んでくれる、仲間たちの負担が少し減るかもしれないと考えれば、どんな苦労も乗り越えられます。皆さんの存在が、私の原動力です」。

利用者様や仲間たちへの深く温かい気持ちを胸に、走り続ける片野。これからも一歩一歩、着実に歩みを進めていく。

片野 綾子さんへのメッセージ

\Thank You!/

いつもお世話になっているあの人へのメッセージ。はつらつとした印象から、皆様へ細かい配慮をされる献身的な一面まで。その魅力について２名の方に教えていただきました！

さざなみ鶴見
今川（いまがわ） 清美（きよみ）さん

Q 第一印象は？

初めは小さくて若いのに介護の仕事をしていることに、すごいな！と思いました。

Q 片野さんにまつわるエピソード

趣味が豊富な片野さん！富士山に1人で登りに行くと聞いたときはとてもビックリしました！その影響で私も登山グッズを一式買い揃えて登山を始めました。今年こそ、富士登山に行きましょうね。

片野さんへのメッセージ

いつもチームワークを大切に協力していただきありがとうございます。 介護福祉士、富士山頂を目指して頑張りましょう。これからもよろしくお願いします。

さざなみ鶴見
鈴木（すずき） ひろみさん

Q 第一印象は？

自分の娘よりも年齢がお若いのに、介護の仕事に就かれていることに驚きました。

Q 片野さんにまつわるエピソード

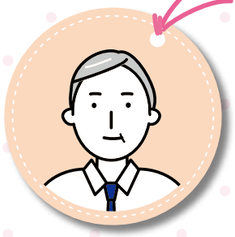
体力的に大変な時期があり、最初は助けていただくことばかりでした。移乗は完全にお任せしており、その節はお世話になりました。

片野さんへのメッセージ

いつも仲良くしてくださりありがとうございます。 これからもチームの一員として、 助け合える仲間でいたいと思っています。 よろしくお願いします。

おすすめ 花見スポット

来たる桜の季節。皆さんにとっておきのお花見スポットを教えていただきました！
今から来年のお花見計画を立てても良いかもしれませんね。



さざなみ松屋町
辰巳（たつみ） 明宏（あきひろ）さん

おすすめスポット！

高田千本桜！

お花見のときはこれ！という食べ物は？

私は屋台があると、どうしても唐揚げが食べたくなるので唐揚げを食べています。ただこのところ、コロナ禍ということもあり屋台が出ておらず、お花見をしながら食べるということもなくなってしまいました。しかし、コロナ禍も落ち着いてきている今年は、屋台の唐揚げを食べながらお花見がしたいと思っています。

ココがおすすめPoint

奈良県の大和高田市にある桜並木で、大中公園を中心に高田川の両岸に咲きほこる桜です。満開時には公園から綺麗な景色を見渡せることはもちろん、車窓からも桜を見ることができます。また、花弁が散り水面に浮かんでいるところが桜の絨毯になり、とても綺麗だと感じます。

さざなみ壱番館
青山（あおやま） 桂子（けいこ）さん

おすすめスポット！

吉原公園（東大阪）

お花見のときはこれ！という食べ物は？

お花見と言えば、家族や友達らと一緒に囲んで食べる手作りお弁当が欠かせません。桜を見ながら食べるお弁当は最高ー！

ココがおすすめPoint

お花見と言えば、家族や友達らと一緒に囲んで食べる手作りお弁当が欠かせません。桜を見ながら食べるお弁当は最高ー！

さざなみ京都南
ブダトゥキロクマヤさん

おすすめスポット！

東向公園

お花見のときはこれ！という食べ物は？

おにぎりと手羽先です。

ココがおすすめPoint

家から近く、大きな桜の木がたくさんあります。

事例に学ぶ！

レクリエーション講座

体と頭のトレーニングにつながるレクリエーションは、介護の現場で重要なアクティビティです。「ネタ切れに悩む……」という皆さんに、変わり種のレクリエーションを３つご紹介します！

楽しい記憶を呼び起こす

コミュニケーションカード

用意するもの

「野菜」「花」「赤」「緑」といったキーワードをＡ４サイズにプリントアウトしたカード（ラミネート加工するのがおすすめ）

進め方

一人ひとりにお題が書かれたカードを引いてもらい、そのお題に合った言葉を答えていただきます。その単語にまつわる思い出話も聞くとさらに盛り上がるでしょう。他の方の答えと被るのは禁止です。答えやすいお題を用意しておきましょう。

みんなで考えよう

音楽に合わせたオリジナル体操

用意するもの

４拍子または８拍子の音楽

進め方

準備した歌に合わせて４つの動きを考えていきます。「上肢の運動」「下肢の運動」「腰の運動」「バランス運動」を全て入れれば完璧！「上半身の運動はどんな動きがいいですか？」など質問を投げかけ、１つずつ皆で決めていくのがポイントです。大抵の童謡は４拍子・８小節になっています。４種類の動きを組み合わせれば、簡単で楽しい体操が完成します！

♪ 音楽の例

『春よ来い』

春よ来い早く来い	上肢の運動
歩き始めたみいちゃんは	下肢の運動
赤い花尾のじょじょはいて	腰の運動
おんもに出たいと待っている	バランス運動

『鯉のぼり』

屋根より高いこいのぼり	上肢の運動
大きい真鯉はお父さん	下肢の運動
小さい緋鯉は子どもたち	腰の運動
面白そうに泳いでる	バランス運動

楽しみながら動き回れる

○○を探せ！

用意するもの

キャラクターなどの切り抜き

進め方

３分ほどのタイムリミットを設け、部屋の色々なところに隠されたキャラクターなどを探すゲームです。あらかじめ、キャラクターたちをあちこちに貼っておきましょう。周りに注意を払いながら、楽しく歩いていただくことができます。

この春、始めたいこと！

皆さん今年度も始まりましたね！区切りが良いこの季節。何か目標や始めたいことは決めましたか？今回はグルングさんの挑戦したいことを教えていただきました！利用者様のために挑戦をする姿は必見です！

さざなみ京都南
グルング ルグ マヤさん

あなたがこの春、新たに始めたいことを教えてください！

介護福祉士を目指す！

今よりもたくさん介護の勉強をしたいと思っています。利用者様に喜んでいただける介護がしたいと考えているため、介護福祉士の資格を目指します！

そのためにコレを頑張ります宣言！

テキストがスラスラ読めるように、まずは日本語の勉強を引き続き頑張ります！

WBC優勝！

MVP大谷選手から学ぶ 仕事術

大盛り上がり、大興奮だったＷＢＣ。なかでもＭＶＰを獲得した大谷翔平選手の活躍ぶりは「素晴らしい！」の一言でした。これを機にあらためて大谷選手の人柄も注目されているということで、今回は、私たちの仕事にも役立つであろう「大谷さん流仕事術」をピックアップしてみました。

★ 失敗、挫折からの立ち直り方

次のビジョンを立てる

プロサッカー選手の「キング・カズ」こと三浦知良さんと対談した大谷さん。大きな挫折として「高校時代にけがで野球ができなかった期間」を挙げました。「それまで野球ができたことが当然だったので、精神的にもつらく落ち込みました」とのこと。しかし、「けがをしている間、治ったら次に何をしようかといろいろ考えるようにしたので、長い間引きずることはなかったです」と、気持ちを切り替えたそう。ビジョンを立て、そこに向けて努力していく姿勢が挫折から立ち直るきっかけになったわけです。皆さんも失敗して落ち込んでもそこで気持ちを腐らせず「次はどうするか」と前を向いてみてください。

★ 野球（仕事）へのかかわり方

尊敬され信頼される相手への気遣い

取材記者は声を揃えて「ユニフォームを着ていないときも、とても気品があり、謙虚。振る舞いも含めて人間として模範となる存在」と言います。試合中でも、たとえば四死球で１塁に向かう場面。大谷さんは１塁線を歩いていく途中、防護パッドやバッティンググローブを脱ぎ捨てるのではなく、体から丁寧に外し、きれいに畳んでからバットボーイに渡します。試合中にもかかわらず自身の手間よりも、バットボーイが腰を屈めて地面に落ちたものを拾わなければならないことに対して負担をかけないよう気遣っているのです。こうした姿が多くの人に尊敬され、信頼されるのです。周囲への配慮は私たちにも真似できる仕事術の１つ。あなたもぜひ。

『利用者様の様子をお届けします！』

お花見シーズン到来！皆さんは桜を見に行きましたか？
今回は各事業所で見に行ったお花見の様子とお誕生日会の様子をお届けします！

桜を見に行きました！

今年は例年より桜の開花の時期が早く、急いでお花見に出かけた方も
多いのではないでしょうか？
綺麗な桜と皆さんの笑顔が素敵ですね…！

お誕生日会を実施しました！

Happy birthday

お誕生日の皆さんおめでとうございます！