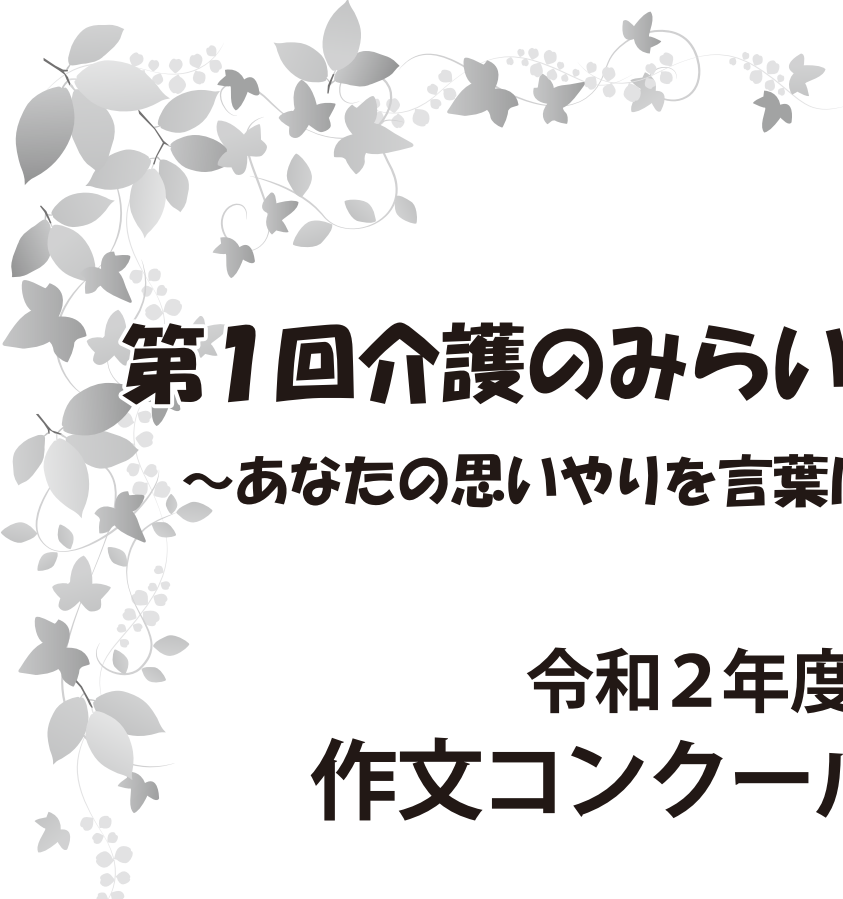




第1回介護の未来を考えよう

～あなたの思いやりを言葉にしてみよう～

令和2年度 作文コンクール文集



目 次

センター長挨拶	1
審 査 結 果	2
入賞作品 ～小学生の部～	
最優秀賞 私のお兄ちゃん	松阪市立射和小学校 5年 中川 綾乃 4
優 秀 賞 介護はだれにでもできる	亀山市立井田川小学校 6年 今田 流煌 5
未来のおじいちゃん、おばあちゃんの介護	松阪市立朝見小学校 5年 沖須 奏太 6
優 良 賞 私の祖母	松阪市立第一小学校 5年 桃井 茜 7
もっと知ってほしい、ヘルプマークのこと	松阪市立花岡小学校 5年 村田 彩綾 8
介護のみらい	亀山市立井田川小学校 6年 毛利 孝成 9
高田短期大学学長賞	
おじいちゃんのために	亀山市立井田川小学校 6年 倉敷 康明 10
三重県社会福祉協議会会長賞	
わたしたちの身近な介護	県内小学校 5年 匿名希望 11
三重県介護福祉士会会長賞	
介護士の人材不足を解消へ	亀山市立昼生小学校 5年 篠原 杏弥 12
三重県老人福祉施設協会会長賞	
あったらいい介護ロボット	亀山市立昼生小学校 5年 松井 友里 13
全国障害者問題研究会三重支部支部長賞	
すてきな介護さん	松阪市立天白小学校 6年 山本 麗衣 14
入賞作品 ～中学生の部～	
最優秀賞 ありがとう手帳	松阪市立嬉野中学校 2年 大西永梨奈 16
優 秀 賞 「思いやり」～私がおばあちゃんとの体験を通じて学んだこと	松阪市立久保中学校 2年 井上 和音 17
ありがとう	高田中学校 1年 花崎 翔 18
優 良 賞 協力し合う社会	鳥羽市立神島中学校 1年 岡田 翔 19
介護について	松阪市立久保中学校 2年 辻 夏子 20
未来の介護のために	川越町立川越中学校 3年 村上 桃菜 21
高田短期大学学長賞	
安らぎのロボット	高田中学校 3年 坂野 日音 22
僕に出来る介護	亀山市立中部中学校 1年 伊藤 大智 23
三重県社会福祉協議会会長賞	
曾祖母からの最後の贈り物	高田中学校 1年 嶋 美緒 24

三重県介護福祉士会会長賞					
私にとっての介護とは	松阪市立中部中学校	2年	大城	心音	25
三重県老人福祉施設協会会長賞					
ひいお婆ちゃんと介護	亀山市立中部中学校	1年	太田	晃輝	26
全国障害者問題研究会三重支部支部長賞					
私の弟の未来	松阪市立鎌田中学校	1年	吉村	采莉	27
審 査 講 評					28
作文コンクール実施要領					29

第1回介護のみらいを考えよう～あなたの思いやりを言葉にしてみよう～ 作文コンクールの「文集」を発刊して

高田短期大学介護福祉研究センター
センター長 中川 千代

日本は、少子高齢化が急速に進み、公的介護保険制度が2000年に施行されて以来、20年の月日が経過し「介護」という言葉が人々のなかになんかなり浸透してきました。昭和の時代、なかでも昭和40年代の高度成長期までは、家族や親戚が助け合い、なんとか家族の介護が行われてきました。しかし、それ以降、日本は、家族形態や生活構造が変化し、家族や親戚だけで介護を続けていくことができない社会になってきました。

介護を受けるための施設サービス、在宅サービスを充実させ、それを専門的に行う人材として「介護福祉士」は、昭和62年に「社会福祉士及び介護福祉士法」創設とともに誕生しました。この制度の創設から30年以上が経過し、サービスの担い手である介護福祉士の資格取得者は175万人を超えました（令和3年3月末現在）。それでも、要介護者の増加に追いつかず、介護人材は不足しています。

介護は、家庭で家族によって行われていた時代背景から、誰にでもできそうに思われがちですが、実はそんなに簡単なものではなく、一人ひとりの高齢者や障がい者のその人らしい生活を支えるためには、さまざまな専門的知識や技術が必要になります。

私自身はというと、昭和の終わりの頃から縁があって介護の世界に飛び込み、お年寄りの生活を「介護」を通して支える仕事に携わらせていただき、お年寄りと喜怒哀楽をともに日々過ごすなかでその魅力にハマリ、現在は後継者育成（介護人材の育成）に力を注がせていただいております。

「介護」の世界は、確実に社会から期待され、多くの方々が介護従事者として第一線で活躍してくださっています。一人ひとりの人生に向き合い、その人らしさを実現できるよう工夫を凝らしながら、奮闘しています。

将来の社会をリードしていく若者たちが「介護」についてのイメージをどのように創り上げてくれるのか、そのために、今「介護」を知っている私たち大人がどのように「介護」を発信していくのか、そして介護環境をいかに整備していけるよう行動していくのが重要だと考えます。

近い将来、誰にでも起こり得る「介護」というテーマから目をそらさず、関心を持ち続けてほしい、そんな願いから、今回、小中学生向けの作文コンクールを企画しました。お蔭をもちまして、1,100作品の応募があり、学内審査会において23作品の入賞作品が決まりました。これらの作品を多くの方々に読んでいただき、「介護」について語り合うきっかけになってくれればありがたいと思います。今年度第2回の募集も行います。少しずつではありますが、「介護」の明るい未来に向かって歩み続けていきたいと考えております。

令和3年6月

第1回介護のみらいを考えよう～あなたの思いやりを言葉にしてみよう～ 作文コンクール審査結果

小学生の部 【応募数 439】

賞 名	名 前	学年	学校名	題名（テーマ）
最 優 秀 賞	中川 綾乃	5	松阪市立射和小	私のお兄ちゃん
優 秀 賞	今田 流煌	6	亀山市立井田川小	介護はだれにでもできる
	沖須 奏太	5	松阪市立朝見小	未来のおじいちゃん、おばあちゃんの介護
優 良 賞	桃井 茜	5	松阪市立第一小	私の祖母
	村田 彩綾	5	松阪市立花岡小	もっと知ってほしい、ヘルプマークのこと
	毛利 孝成	6	亀山市立井田川小	介護のみらい
高田短期大学学長賞	倉敷 康明	6	亀山市立井田川小	おじいちゃんのために
三重県社会福祉協議会会長賞	匿名希望	5	県内小学校	わたしたちの身近な介護
三重県介護福祉士会会長賞	篠原 杏弥	5	亀山市立昼生小	介護士の人材不足を解消へ
三重県老人福祉施設協会会長賞	松井 友里	5	亀山市立昼生小	あったらいい介護ロボット
全国障害者問題研究会三重支部支部長賞	山本 麗衣	6	松阪市立天白小	すてきな介護さん

中学生の部 【応募数 661】

賞 名	名 前	学年	学校名	題名（テーマ）
最 優 秀 賞	大西永梨奈	2	松阪市立嬉野中	ありがとう手帳
優 秀 賞	井上 和音	2	松阪市立久保中	「思いやり」～私がおばあちゃんとの体験を通じて学んだこと～
	花崎 翔	1	高田中	ありがとう
優 良 賞	岡田 翔	1	鳥羽市立神島中	協力し合う社会
	辻 夏子	2	松阪市立久保中	介護について
	村上 桃菜	3	川越町立川越中	未来の介護のために
高田短期大学学長賞	坂野 日音	3	高田中	安らぎのロボット
	伊藤 大智	1	亀山市立中部中	僕に出来る介護
三重県社会福祉協議会会長賞	嶋 美緒	1	高田中	曾祖母からの最後の贈り物
三重県介護福祉士会会長賞	大城 心音	2	松阪市立中部中	私にとっての介護とは
三重県老人福祉施設協会会長賞	太田 晃輝	1	亀山市立中部中	ひいお婆ちゃんと介護
全国障害者問題研究会三重支部支部長賞	吉村 采莉	1	松阪市立鎌田中	私の弟の未来

入賞作品

～ 小学生の部 ～



私のお兄ちゃん

松阪市立射和小学校
5年 中川 綾乃

お母さんは介護の仕事をしています。夜勤の時には、おじいさん達のおむつを交換したり、食事の介助をしたりしています。

私のお兄ちゃんはおじいちゃんの介護を家でしています。最初病院から帰って来た時はベッドからあまり動くことができず、お母さんが吸痰をしていました。少しずつ元気になり、自分でトイレにも行けるようになりましたがやはり不自由な体は変わらず、おじいちゃんもイライラしているように思います。それが介護をしているお兄ちゃんに対して態度に出てしまい、一生懸命介護をしているお兄ちゃんはイライラしてしまいます。それを見ていると悲しくなります。介護は大変なので何か助けてあげることができるといいのですが、私にはまだ何も出来ず少し手伝いができるくらいしかありません。お母さんも病院関係の仕事をしているので、おじいちゃんの事は少し分かるようですがお兄ちゃん・おばあちゃんに対しての話し方は他人よりきつように思います。

今のおじいちゃんは少しずつ足が動かなくなり、床をはっている事もあります。それを助けるのもお兄ちゃんの役目です。お兄ちゃんがお風呂にも入っていますがだんだん歩けなくなり、お風呂にも入れなくなりました。デイサービスという施設を利用するシステムがありますが、おじいちゃんはあまり行きたくないようです。時々でも通えば、ゆっくりお風呂にも入れてもらったり出来るのにどうしておじいちゃんは施設に行かないのだろうと思います。

介護の仕事は大変だけど家族の介護は、もっと大変だと私は見ていて思います。お母さんの仕事の話とお兄ちゃんの姿を見ているとおじいちゃんがデイサービスに行って、他の人達と話しが出来ると、また違ったおじいちゃんになるのかなと思います。

これから私もお兄ちゃんの事を支えてあげたいと思っています。

介護はだれにでもできる

亀山市立井田川小学校
6年 今田 流煌

ぼくは、「介護」と聞いて思い出したことがある。それは、95才で数年前に亡くなった大じいちゃんを一生けん命介護していたおばあちゃんのことだ。大じいちゃんはいつからか、体の半分が不自由になり、病院と家を行き来するようになった。病院にお見舞いに行ったとき、大じいちゃんはおぼくのことを分からず、天井をずっと見ていて少しこわかった。でも、家に帰ってくるたびに元気になっていつものやさしい大じいちゃんに戻るの
で、不思議に思っていた。

ある時、お母さんと大じいちゃんの家に行った。すると、おばあちゃんは大じいちゃんの全身をマッサージして、体をふいてあげていた。部屋の中にトイレも置いてあっておばあちゃんが大じいちゃんを支えてトイレを手伝っていた。おばあちゃんに、「何でマッサージするの?」と聞いたら、「体の血のめぐりがよくなって、手足が少しでも動かしやすいようにやに」と言われた。確かに入院していたときよりもずっと手足が動いていた。大じいちゃんが「毎日来てくれるんや、ありがとう」とおばあちゃんに伝えていたのを聞いてぼくはびっくりした。おばあちゃんは仕事で疲れているはずなのに毎日大じいちゃんが少しでも元気で長生きしてほしいために亀山から鈴鹿に通っているのだ。

大じいちゃんは、病院の先生が言っていた寿命よりずっと長生きしてから亡くなった。お母さんが、「おばあちゃんが毎日話しかけてマッサージして介護したおかげやな」と言っていて納得した。

でもぼくは、おばあちゃんのように自宅で家族を介護できるか不安だ。将来の介護方法について調べた。地域ほうかつケアシステムというものをつくっている最中であることが分かった。ぼくも将来このシステムを利用して色々な人と相談しながら家族を助けたい。

未来のおじいちゃん、おばあちゃんの介護

松阪市立朝見小学校

5年 沖須 奏太

ぼくは、二十年後くらいにおじいちゃんとおばあちゃんの介護をしなければならないかもしれません。その
ときのために考えたことが三つあります。

一つ目は、介護がめんどくさくて介護をやめないということです。なぜこれが大切なのかというと介護をす
るということは人を生かしたり家族と一日でも多くすごすことにつながるからです。こんどは逆に介護をしな
かった場合おじいちゃんとおばあちゃんが長生きできず家族といっしょにすごす時間が少なくなります。だか
ら介護をやめないことが大切だと思います。

二つ目は、介護されている人が言うことを聞かなくても暴力をしないということです。まずこのことは絶対に
してはいけません。でもこういうことをする人が少しだけいるかもしれません。そういうことをする人のために
「介護されている人に暴力は絶対にダメ」というポスターを作ったらいと思います。なぜポスターを書いたほ
うがいいのかというとぼくの学校では、四年生から環境ポスターを書いています。ぼく的にはゴミがへってい
ると思います。だからポスターを書いたら介護されている人に暴力する人がへると思います。

三つ目は、感謝の気持ちをわすれずに介護するということです。なぜ感謝の気持ちをわすれずに介護するか
というとぼくがうれしいときはいっしょによろこんでくれておるときはしっかりおこってくれて悲しいときは
いっしょに悲しんでくれて色々お世話をしてもらってうれしいことしかありません。これはぼくの家だけではな
くどこの家でもそうなのではないでしょうか。だから最後まで介護をしなければならないと考えました。

介護することで大切なのはまだあるけれど結局この三つが大事なんだなと思います。本当に介護をするのか
分からないけれど介護をするのなら、思いやりと感謝の気持ちをもってしっかりと介護をしていこうと思います。

私の祖母

松阪市立第一小学校
5年 桃井 茜

私の祖母は介護老人保健施設で介護助手として働いています。なぜ、祖母は介護助手を仕事としているのか、いつも私は不思議に思っていました。私は、祖母よりもっと若い人がお年寄りのお世話をしてあげるものだと思っていたからです。介護助手とはいえ、大変なことを祖母ができるのかな、などいろいろな感情をいっていました。ある日、私は祖母に介護の仕事をやっていて大変じゃないのかということを聞いてみました。すると祖母は、「今は、お年寄りが多くなって、私みたいな人でも必要とされていて、やっぱり仕事をしていると大変かな」と教えてもらって、「介護」という一つの仕事の印象が変わりました。

しかし、新たな疑問が生まれました。私の祖母は、70代でひざも痛そうだし、疲れやすくなって大変と言っていたのにわざわざ働かなくてはいけないのか、ということです。そこで、もう一度聞いてみることにしました。すると、「おばあちゃんは、自分の年れいくらいの、お年寄りのお手伝いをしてあげたくてやっているっていうのもあるし、私も世間では老人だから、もしかしたら今度は介護してもらう側になるかもしれないしね」と教えてもらいました。

私は、その話がすごく心に残りました。理由は、未来は老人が老人を助けるということが割とあたり前になると思うからです。これまでは、70代だとすごくお年寄りに思っていたのですが、自分の祖母たちを見て、元気で若い方達がたくさんいるなと感じました。祖母のように、自分の生きがいのためにもまだまだ元気に、人のために、働きたいと頑張る気持ちで、私はまだ介護に関わることはありませんが、私のできることからおこなっていきたいと思うようになりました。そして、私の住んでいる町もお年寄りが多いので、お年寄りに出会ったら祖母のように、相手が今何を思い、考えているのかを理解し、勇気を出して積極的にお手伝いできることがないか声をかけていきたいと思います。

もっと知ってほしい、ヘルプマークのこと

松阪市立花岡小学校
5年 村田 彩綾

私がこの作文を書こうと思った理由は、世の中に、ヘルプマークのことを知ってもらいたいなと思ったからです。

私の母は、ヘルプマークをつけています。特に、人が多かったりする都会に行くときは、必ずつけています。私の母は、歩いたりするのがやっとなで、筋肉も、とても弱っています。私は、母のような、外見では健康そうに見えても、時に助けが必要な人たちのためにヘルプマークというマークがつくられたんだなあと実感しています。

私の学校の5年生は、ユニバーサルデザインなどの、だれでもくらしやすい町にするためのことを勉強しています。そこでも、ヘルプマークなどのしょう害者のマークについて学ぶときがありました。私のクラスでは、「ヘルプマークのCMを見たことがある」という子たちがいました。クラスの子たちは、CMを通してこのマークを知ったと思います。私も、母がつけるまで、ヘルプマークのことを、全然知りませんでした。この世の中でも、CMを見たりするまで知らなかった人が多いと思います。テレビなどを通してこのヘルプマークのことを知ってもらったりすることで、困っている人を見つけたら手助けをしようという気持ちを持とうとしてくれる人がいたら、このヘルプマークの活動は成功だと思いました。

ヘルプマークは、赤色をベースに、上に**+**、下に**♥**が白色で描かれています。**+**は、地図記号の病院の真ん中で、**♥**は心を表していると思います。**+**は病院に通っていたりする、**♥**は社会のあたたかな心を求めているという意味であると考えます。このマークから、そういう意味とか思いを感じとってくれる人がいたらこれからの未来、しょう害者や、私の母のようなヘルプマークをつけている人を、社会が冷たい目で見ることが減ると思います。

このような私の思いが、社会に伝わって少しでもそういう事を考えてみてほしいです。

介護の未来

亀山市立井田川小学校
6年 毛利 孝成

介護という言葉だけを聞くと、大きな問題とか大変なことというイメージがあります。

日本は、人口に占める六十五歳以上の高齢者の割合が二十一パーセントをこえて超高齢社会となりました。ぼくの祖父母も全員高齢者です。ぼくの住むみどり町は、大型団地で急速に高齢者が増えているということを知りました。

高齢者でも元気な人はたくさんいるけど、ふだんの生活に不自由を感じるが増えるようです。歩く時につえを支えにして散歩しているぼくの家の前の方がいます。雨の日には、傘をさしてつえもつかないといけないうのでゴミ出しがとても大変そうでした。それを見たぼくと母は、車にその人の家のゴミものせて、ゴミを出しにいきました。ぼくたちは自分の家のゴミを持っていくついでだったのでたいしたことはなかったけど、相手の人はとても助かったとよろこんでくれました。

ぼくは、父、母、妹の四人ぐらしですが、近所に祖父母が二人で住んでいました。ですが十一月に祖父が急死しました。習い事や病院の送りむかえをしてくれましたが、ぼくは祖父の手伝いができていたのだろうかと考えました。そこで祖父がしていたファンヒーターに入れる灯油を買いに行くことで祖母が助かるということを知りました。重い物を運ぶのは、足こしにとっても負担がかかるそうです。

ぼくや父母では、ふつうにできることでも、ほかの人にとっては大変だと思えることがあることに気づきました。

超高齢社会や介護の問題は、ぼくには大きすぎるけど、ふだんの生活の中でぼくができる手助けをしていくことで、ぼくのまわりの人たちが少しでも助かるなら、協力していきたいです。いろんなつながりで、あったかい気持ちになれる未来をつくっていききたいです。

おじいちゃんのために

亀山市立井田川小学校
6年 倉敷 康明

ほくのおじいちゃんは、最近、足や腰がちょっとずつわるくなっています。そして、あまり外に出ないようになりました。そして、最近、どこにいても腰がいたいと言います。そして、ほくが腰をたたいたりすると、「あーそこそこ気持ち〜」と言っています。でも、ほくのおじいちゃんは、どこがいたくても、ほくに算数や国語を足がいたくても、腰がいたくてもおしえてくれます。

ですが、ほくのおじいちゃんもとしをとっていきます。なので、どんどん足腰が弱くなっていきます。そして、いろんなことができなくなってくると思います。そこで、ほくが今まで、いろいろおしえてもらったことや、やっでもらったことの恩返しをします。できなくなったことをしてあげたり、サポートしたりします。

そして、ほくの恩返しのなかの1つに、ほくのおじいちゃんが土地を買って建てたこの今すんでいるこの家で天国にたびだたせてあげるんです。理由は、ほくのおじいちゃんじしんで、買って建てた家だし、ほくのおじいちゃんは、この家を大事にしています。床がギイギイなりはじめたら、床を自分でほきょうしたりしています。そして、それ以外にも、理由があります。それは、ほくのおじいちゃんを、かいごせつやろう人ホームで天国にたびだたせたくないからです。なぜなら、ほくのおじいちゃんがいやだと言っているからです。ほくは、おじいちゃんが幸せであればそれでいいです。以上がほくにとっての介護です。

わたしたちの身近な介護

県内小学校

5年 匿名希望

わたしは、「介護」という言葉を調べてみた。「介護」とは、障害者や高齢者などの生活支援の必要な人を世話することであると知った。身近にある介護。介護する側、される側、何が大切なのか。

わたしには、八十五歳のそう祖母がいる。そう祖母はとても元気なので介護の必要がなく、畑仕事やカラオケを楽しんで日々を送っている。数年前までは、デイサービスのボランティアをしていた。みんなで楽しめるゲームや折り紙などを考えていた。わたしもそう祖母の手伝いをして、いいアイディアを考え続けていた。そんなそう祖母をみて、「人のために何かをするのは、自分のためにもなる」と思った。わたしのそう祖母は、高齢者でも楽しく遊べるゲームを考えてやっていたけれど、一緒に遊んでくれる人がいなかったらどうやって笑顔になれていただろう。

介護とは、障害者や高齢者などの生活支援の必要な人を世話することだけど、「みんなを笑顔にする。たくさん笑って楽しむ」ことだとわたしは考えた。いつも笑顔じゃないと生活していけないと思ったからだ。人は、「協力」して成り立っていく。だから、障害者や高齢者の人たちがあつまって、わたしたちが支える。「介護」をさらに詳しく知っていくたびにそう思ったのだ。これからもずっと、時代が変わっても「介護」というものを残していかなければならない。「介護」のボランティアをしていたそう祖母の活動から、「だれかを思いやる気持ち」を学ぶことができた。全く知らない人たちの生活支援は、むずかしいことだけど、そういう人たちの支えがあるからこそ社会ができているのだと強く心を動かされた。

自分もいつかは高齢になる。介護される立場になるかもしれないけれど、その立場になって気持ちを考えて、困っている人を見かけたら手をかけてあげたい。だれかの役に立ちたいと思った。

介護士の人材不足を解消へ

亀山市立昼生小学校
5年 篠原 杏弥

今、介護施設の約七割が人材不足だそうです。私は人材不足の一番大きな原因は、全人口の約三割を高齢者が占めるほど、高齢化が進んでいることにあると考えます。しかし、高齢者の受け入れをしないというわけにはいきません。そこで、介護施設では、様々な工夫がされています。

具体的には、介護ロボットを取り入れることや、外国からの介護人材を受け入れることなどです。今、実用化が進んでいるのは、力のいる介護をするための装着型パワーアシストスーツや、体がおとろえている方、体が不自由な方のための外出をサポートする歩行アシストカートなどです。ですが、機械やロボットは、価格が高く、コストがかかる、活用例が少なく不安がる人がいるという問題もあります。コストがかかって取り入れにくい事も理解できます。それに、活用例が少ないものは使いたくないと私も思います。ですが、機械類が大量生産されるようになれば価格は安くなるでしょうし、これから機械やロボットの活用例が徐々に増えると思うので、これからは機械やロボットの取り入れが進むのではないかと私は考えています。

機械類以外にも、介護施設で、外国人の介護士を受け入れることも進んでいます。ですが、介護の勉強以外に日本語の勉強もしてもらわなければならないので時間がかかります。それに、日本人に介護されたいという人もいるでしょう。やはり日本人と外国人の間に壁を感じます。そして私は、こういった課題の解決は難しいとも思いますが、解決すべき大切な課題だと思います。

介護施設の工夫にはまだ課題があります。それに、どれだけ機械化が進んでも言葉や行動から伝わってくる温かさは、人にしかありません。だから、人材不足を解消するために、機械を取り入れつつ、全世界の人で介護の未来を支えていけるようにしたいと思います。

あったらいいな介護ロボット

亀山市立昼生小学校
5年 松井 友里

私は、あったら便利だと思う介護ロボットについて考えました。

まず、一つ目は、自動で車椅子を押したり歩くのを助けたりすることができるロボットがあればいいと思います。足を怪我した人だったら起き上がるのを助けたり、人にうつる病気になっていたりする人でも心配なく、介護ができると思ったからです。そして、人手不足も、解消できます。

さらに、介護される方も安心できるように、音を静かにしたり、ロボットにつかまり、起き上がるときにつかまりやすいように凸凹させたりもすると思います。もしも手が滑り、どこかに体をぶつけたら大変なことになるかもしれないからです。私は安全を第一に考えたいです。

二つ目は、話、料理、介護、掃除、物を取るなど、日常生活のサポートをしてくれるロボットです。施設の中だと、特定の人だけとの会話になったり、個室だとなかなか話ができなかったりして、つまらない、寂しいと思っている人もいるかもしれません。このロボットは、施設には行っていない、一人で生活しているお年寄りにも必要なロボットだと思います。料理は立ってするので腰に負担がかかり疲れるし、硬い野菜を切って指などを怪我する可能性があるからです。しかし、ロボットに任せればそのようなことはなく、安全においしいものが食べられると思ったからです。掃除はその人の負担を減らし、気持ちよくすごすことが大切だと思ったからです。階段のある家だと、上り下りが大変なこともあるからです。それにこのロボットがあれば老老介護も解消でき、清潔な場所で楽しくすごすことができます。その上、十分に体を休め、介護をしてもらえます。また、家族が留守にする時でも安心して出かけられます。

このように、私は介護される側のことや気持ちを優先的に考えて作りたいなと思いました。これから問題が解決してほしいです。

すてきな介護さん

松阪市立天白小学校
6年 山本 麗衣

私は最初「介護」という言葉を聞いた時、まず一番に障害のある人の姿が頭にうかんだ。障害のある人を介護するということはすごく大変なことだと感じていた。

私の母は一時期、障害者のしせつで働いていた。私も何度かそのしせつに行ってまわりの人たちが働いている様子を見た。初めて見に行った時は、私はすごくおどろきと感動でいっぱいになった。しせつの人たちが障害者の人と楽しく会話している所や、写真をとってもらっている所。その場が笑顔であふれていたのだ。介護するだけでなく、大変なだけでもなく、その場にいる人たち全員が笑って心と心をつないでいたのだ。なんてすてきなんでしょう。そのきっかけから、今の私の「介護」という言葉に対してのイメージが大きく変わった。しせつで働いている人も、障害者の人も、大変な事もたくさんあるだろう。それでも、人生をせいいっぱい楽しんで生きている事が伝わってきた。その姿は、私にはずっと変わらずすてきな姿に見えた。そんな人たちを、私は尊敬すべきだと、そう思った。

そのしせつでは、毎年お祭りが開きされており、車いすなどの体験ができるようになっていた。私も体験してみたが、まがったりするのがとても難しく大変だった。これを歩けない人が毎日使っていると考ええると、すごいなと思う。慣れるまで時間がかかると思うのに、本当にすごい。

そのお祭りで私も介護の手伝いとして、障害者さんと会話などしたりしてふれ合った。すると、すごくみなさんが優しく親切にふるまってくれたので、とてもうれしかった。最初はきんちょうしていたのに、障害者さんと話している時にはきんちょうがなくなっていた。「介護」というものは、大変なこともあるけど、大変なことだけじゃないんだと、改めて感じた。介護をしている人も、こんな気持ちで働いていたのかな。

入賞作品

～ 中学生の部 ～



ありがとう手帳

松阪市立嬉野中学校
2年 大西永梨奈

私の祖母は、自宅で曾祖母の介護をしていました。二人とも耳が遠かったので、近くを通った人がびっくりするくらい大声で話をしていました。夕方になると私たちも加わって、更にぎやかな家になりました。曾祖母が散歩中に転倒した時や徘徊して迷子になった時には地域の人達が助けてくれました。家族のだれもがこんな毎日が続いていくのだと思っていましたが、ある日、祖母が事故に遭い、曾祖母は施設へ入所することになりました。曾祖母は、「家に帰りたい」と何度も言いました。このときになって、曾祖母が自宅で過ごしていたあの日々は、「有り難い」ものだったのだと気づきました。

いま、住み慣れたわが家で最期まで暮らせる高齢者は少ないと思います。なぜなら、要介護度が重くなると、介護スキルや住環境や人手など施設のように介護をするのはとても難しいからです。そして、介護はいつまで続くのかわかりません。「家で介護をしよう」と決断する時、介護者は深くて暗い森に入っていくような不安な気持ちになると思います。だからこそ、介護者に寄り添う仲間がいたら、きっと心強いだろうと思います。日々の出来事を話し、「それは大変だったね」というひと声をかけられるだけでも、介護者の心に光が差し込むと思います。さらに、羅針盤として介護の専門家の知恵も必要です。このように介護者一人に不安や悩みや苦勞を抱え込ませないしくみが必要だと思います。たとえ介護ロボットなどの技術が進歩しても、介護者の心に寄り添い、介護の土台を支えることができるのは人のちからだと思います。私は、みんなが「お互いさま」、「いつか私も誰かに助けてもらいたいかもしれない」、「あの時に助けられたから今がある」という気持ちで、直接介護を手伝ったり、介護者の悩みに耳を傾けたり、専門的な情報を提供したりして、伴走者として連携して助け合える『ありがとう手帳』をつくりたいと思いました。それは、介護者の心をひとりにしないネットワークづくりです。アプリを開発すれば、遠方に住む家族や専門家も参加できて、多くの人と広くつながりあい、それぞれが持っている力を出し合えます。何より「ありがとう」と言える経験と支援してくれる人の存在を実感できることは、介護者の疲れた心を回復させて、明日へ向かう力をくれると思います。また、介護経験を分かち合うことで、困っている人に気づく力、「今、自分にできることはないだろうか?」と積極的に考える力、「何か手伝えることはないですか?」と声をかける勇気を生み出すことができ、サポート力の向上につながります。感謝の経験が更なる感謝の行動を生みだして、「ありがとう」の連鎖をつくり出すことができるのではないかと思います。このように多くの人が多様な関わり方で介護者にエールを贈れる社会がつくれたら、家族で末永く暮らせる温かい未来が実現できるのではないかと思います。

「思いやり」～私がおばあちゃんとの体験を通じて学んだこと～

松阪市立久保中学校
2年 井上 和音

皆さんは、介護という言葉聞いてどのような事が頭に浮かんできますか。私は、去年の夏、庭にあるひまわりのような笑顔で死んでいったおばあちゃんのことを思い出します。

私のおばあちゃんは、(おばあちゃんとはいえ、曾祖母なのですが) 認知症が進み、一人で住むことができなかったの老人ホームで生活していました。とうの昔に曾祖父は亡くなっていたので1人でさみしかったのでしょう、老人ホームでのおばあちゃんは輝いて見えました。しかし、その時は知りませんでした、それだけではないことに…。

おばあちゃんがいた老人ホームには、たくさんのご老人が入居されていました。私は、その人たちに姉や妹と話しかけたり、ピアノをきかせたりしていました。ご老人たちは、とても楽しそうに聴いてくれ、いつもニコニコと接してくれていました。また、壁には、習字や遠足の写真がかざっており、楽しくなごやかな、笑顔あふれるふんいきがただよっていました。また、職員さんは、食事の手伝いをしたり、車いすをひいたり、話しかける時などいつもいつも笑顔をたやさないのです。

また、こんな事もありました。おばあちゃんが熱でとても弱っていた時に、私の母は心配で心配で仕方がないというふうにうろうろし、職員の方に体調をたずねていました。その度に、忙しい中、何回も丁寧にくわしく病状を説明してくださいました。この事で母はどんなに救われたことでしょう。

私は、老人ホームに通ううち、このような体験をし、祖母がこんなにも生き生きしているのは、「ああ、なるほど、職員の方たちに囲まれ、その思いやりの心あふれる「家」になっているからなんだ」と気づきました。

しかし、「思いやり」とはいえ、色々な形、色々なものがあると思います。そして私は3つの思いやりが大切だと考えました。

1つ目は、命に対する思いやり、安全についてです。例えば、私のおばあちゃんがいた老人ホームには、認知症の人が勝手に外にでないう職員がブザーを押さないと居住スペースの扉が開かないようになっていました。

2つ目は、人の心に気づかえる思いやりです。例えば、色んな人のため、道にあるごみを拾うことであったり、ありがとう、おはよう、などのあいさつを心がけるなどです。小さなことでも人の心には響くものです。

3つ目は、自然に対する思いやりです。最近は環境破壊が問題になっていますが、ほんの小さなことで良いのです。そこからはじめて普段から心の片すみに思いやりがあれば救われると思います。

この3つの思いやりには、1人1人が心がけるだけで、人々を、地球を、救える「力」があると思います。この世界には救いの手を求めている人がたくさんいます。その人たちに救いの手をさしのべるのは、私達中学生でもできるのではないのでしょうか。私達には、思いやりという「力」があるのですから。たとえ1人1人の力が小さくても、心と心がつながれば、大きな力となりえるでしょう。私のおばあちゃんもたくさんの思いやりをうけ、生きて、笑顔で生き生きとすごす力になっていたのでしょうか。

私のおばあちゃんは、夏、静かに亡くなりました。しかし、その顔には笑みがうかんでいました。最後まで職員の方の思いやりに囲まれていたのでしょうか。職員の方は、亡くなる前の様子をこと細かに私達にきかせてくれ、天国で安らかにすごせているかを案じ、願ってくれていました。私は今でも感謝の念につきません。今も、ご老人達を優しい、あの笑みで見守っているのでしょうか。

世界には、大勢の人々がいます。世界中の皆がこの3つの思いやりを心がければ、世界はもっと生き生きとし、輝き、ひまわりのような笑みがさきほこるようになるでしょう。

今でも、おばあちゃんのうつった写真には、ひまわりのような笑顔がさいています。

ありがとう

高田中学校
1年 花崎 翔

令和二年九月末、天に向かって、ゆったりと登っていく雲を見送った。僕が生まれてからずっと、傍にいてくれて暇があれば遊び、応援し、叱ってくれた。僕が、今の中学に合格したことを、誰よりも喜んでくれた人だった。

祖父の病気が分かったのは、僕が保育園の頃だった。散歩中、足の付け根が痛んで、よく休むようになった。病院へ行くと、すぐに入院となり、子供の僕は面会ができず祖父と会えなくなった。人工関節を入れ、病院での数か月の入院後、元気になって帰ってきた。

それからは、体調が悪くなっても、入院して手術を受ければ元気になった。小学五年になって、腎臓癌の転移だったと知らされた。癌を克服してくる祖父も、癌を何度も退治し祖父を元気にしてくれる医師や看護師も凄いなと思った。

僕が、中学受験を迎えた頃、新薬も、先進医療も試した祖父の治療が無くなった。食事が喉を通らず、ガリガリに痩せていく。足はむくんで象のようになり、一人では歩けなくなった。僕が肩を貸して移動させる。いつの間にか、とても大きかった祖父が僕よりはるかに小さく軽くなっていた。

病院での治療が無くなり、祖父は荒れた。病院で「家に帰りたい」と暴れた。自分で介護タクシーを呼び、無理やり帰って来て、二階の自分の部屋に運んでもらい籠城したこともある。自力で動けない祖父は、部屋から出ることが出来ず、自分では何もできないことを理解し、「自分でトイレに行けるまでリハビリを頑張って家に帰る」を目標に、また病院へ戻って行った。

どんどん要介護度が進み、自宅での介護が難しくなった。終末期も看取りも可能な老人ホームへ入所した。入所した途端、新型コロナウイルスの感染拡大で、家族でも面会が出来なくなった。家族は受付で必要なものを渡すだけ。祖父の介護は、ホームの職員さん達に任せることになった。僕が肩を貸して歩くだけでも大変だった。きっと大変な仕事だろうと想像できる。でもホームに入ってから祖父はいつも笑顔だった。ずっと「家に帰りたい」と言っていた祖父が、ホームの自室でゆったりと過ごし「今日は自分で洗濯した。特別弁当を食べた。イベントに参加した。ホームが楽しい」と言った。

その日は、突然やってきた。朝の五時、ホームから「体調がよくないので、救急車で病院に運ぶ」と連絡があった。祖母と父は、病院へ駆けつけ、「腸捻転らしい。手術してしばらく入院になる」と一安心した。ホームの職員さんも安堵してくれたそうだ。また元気になって帰ってくると皆が思っていた。僕は学校で悲しい知らせを聞いた。

祖父は、感謝すると手紙を書いた。癌に八年間付き合ってくれた医師にも、看護師さんにも、字が上手く書けなくなってからは、声で伝えていたようだ。ホームの片付けに行ったとき、担当してくれていた職員さんたちは「ご家族のことをたくさん教えてくれた。自慢のお孫さんのことも。何にでもすごく頑張る子で、いつも肩を貸して一緒に歩いてくれると良く話してくれた。私たちには、ささいなことでもお礼をたくさん言ってもらった」と泣きながら、教えてくれた。

僕は、介護は、寄り添う気持ちだと思う。その人のことを一番に考え、自分でできること、したいことは応援し、出来ないことをそっと手伝う。自分を認めてもらい、笑顔で毎日を送る。そんな介護をしてもらえた祖父は、幸せそうな顔で安らかに旅立った。

お正月前に、祖父からの年賀状を受け取った。「いつもありがとう。幸せになれよ!」と書いてあった。僕は、祖父のように感謝の気持ちを忘れずに生きたいと思う。

協力し合う社会

鳥羽市立神島中学校
1年 岡田 翔

私は介護を知るためには、実際に高齢者のつらさを知ることが必要だと考える。

秋に私は、高齢者疑似体験をした。体験して気づくことがいくつもあった。

一つ目は、足が痛かったことだ。足を動かしにくく固定されていることにより、ずっと同じ姿勢なので、つまずきそうになった。二つ目は、階段を下りることが大変だったことだ。足が動かしにくいので階段から落ちてしまいそうだった。耳にヘッドホンをつけて歩いたので声がだいぶ聞こえなかった。このことから、足を動かしにくいことや耳が遠くなるというのは想像よりも大変で、実際に体験することでよく分かった。

神島は特に六十五歳以上の高齢者が多く、全体の人口の二分の一を占めるほどである。神島の問題として特に階段が多いことが挙げられる。お年寄りにとって階段の上り下りは非常に大変である。階段は高い所で一段十五センチメートル以上もあるのだ。雨の日なんてすべりやすいので、誰にとっても大変な場所だ。もし高齢者の人が困っていたら、転ばないように手を持ちたい。

離島に住む私たちが物を買うためには、島外へ行かなければならない。買った重い荷物を持って階段を上がって家に行く。これは高齢者にとってつらいことなのではないだろうか。神島では他の人の力を借りなければならない。

だから私達は中学生全員で冬の時期に体の不自由な人や高齢者にストーブ等に必要な灯油を運ぶ活動をしている。私は初めて灯油運びをやったときは、すごく重たいなと思い辛かった。だが、高齢者疑似体験をしたときの辛さを思い出すと、高齢者にとってはもっと大変だろうと思った。

階段が多い神島では、灯油運びはありがたいことだと私は考える。足が不自由な人に持って行ったとき、「ありがとう」や「また頼むでな」と言ってもらい、やってよかったと心から感じた。自分のしたことが人の役に立ち感謝されてうれしかった。

私の考える「介護」とは、体が不自由な人を支えることだと思う。そのように考えると、私達がやっている灯油運びも一つの介護なのではないのだろうか。灯油運びは足が不自由で困っている人の支えになる。そのため私達は知らない間に介護をしているのだと私は考える。そのことが私の嬉しさに繋がるのだ。冬は寒いのに灯油がない。だけど足が不自由、手が不自由だから持っていけない。そんなことがないようにしたいと私は思う。足が不自由だから我慢をしなければならないのはおかしいと思う。体が不自由なことであきらめる社会を創りたくない。この灯油運びは神島の一つの介護としてこれからもがんばって活動しようとする。この世界には体が不自由で困っている人がいる。同じ世界にいるのだから体が不自由ではない人が体の不自由な人を介護で助け、人々が協力し合って生きていく世界を創りたい。自分がしたいことを実現できる世界をみんなで創りあげなければいけない。もし自分だけではできないことも協力すればスポーツや学習など、どんなことでもできるので、私はこれから自分で見て考えて助けていきたい。

介護について

松阪市立久保中学校
2年 辻 夏子

私はお父さんのお父さんにあたるおじいちゃんの介護をしています。毎晩おじいちゃんの家に行ってトイレに連れて行ったり、ベッドに寝かせたりしています。

おじいちゃんは、私がまだ保育園児だった頃に仕事で体全体に大けがをして体を自由に動かせなくなりました。親戚同士で話し合った結果、おじいちゃん家から一番家の近い私たち家族がおじいちゃんの介護することに決めました。はじめはすごく嫌で毎日泣いていました。本当は自由に使えるはずだった時間が自由に使えなくなるのが本当に嫌でした。

初めは指のマッサージやおじいちゃんの手足に巻かれている包帯をほどいて、そのほどいた包帯を巻くという作業を嫌々やっていました。でもずっと続けていくと巻き方のコツを覚えて包帯巻きがどんどん得意になっていきました。きれいに巻けた度におじいちゃんが「なっちゃんはほんまにきれいに巻くなあ」とほめてくれて、その都度私もすごく嬉しくなりました。

私が5年生になった頃、本を趣味として読んでいたのでその本の内容を毎日おじいちゃんに話したりしていました。おじいちゃんはすごく熱心に私の話を聞いてくれて友達と話している時より、おじいちゃんと話している時の方が楽しく感じました。でもおじいちゃんは一経てば話した内容を忘れてしまうので同じ話を何回もした時もありました。どんなことがあっても夜になればおじいちゃんの家へ行って「こんばんは」とあいさつをして中に入ります。おじいちゃんも「こんばんは、ありがとうな」と返事をくれて、それだけで嬉しくなります。私自身もきっとおじいちゃんにたくさん支えてもらっているんだなと感じています。

そして現在、おじいちゃんは今でも私が「こんばんは」と言ったら、「こんばんは、ありがとうね」と必ず返してくれます。寝ていても返してくれるのですごく面白いです。今もおじいちゃんが寝ているベッドの横で学校であったことや、最近では日本史の話もしています。おじいちゃんは犬が大好きなので、犬の話もよくします。おじいちゃんに話す話題の内容を考えるのも面白いです。テレビを見ている時や本を読んでいる時も、「これ今日話そ」と心の中でつぶやいたりしています。こんな日々がすごく幸せで愛おしくも感じています。

新型コロナウイルスの影響で皆が混乱しているこの世の中、いつ最悪な事態が起きてもおかしくない状況の中で、おじいちゃんの家に入った時、「こんばんは」と返事をくれるだけでとても安心します。

介護は自分も相手も良い気持ちでやるからこそその楽しさがあります。もちろん何に対しても付き添うのではなく、必要以上に干渉はしません。自分から体を動かすことで、きっと筋力維持や精神の安定にもつながると考えているからです。それと私が一番大事だと思うことは感謝の気持ちです。日頃のあいさつ、「ありがとう」や「ごめんなさい」のちょっとした感謝の気持ちを忘れないこと。それが超高齢社会を支える考えの一つだと私は思います。

未来の介護のために

川越町立川越中学校
3年 村上 桃菜

介護士が足りなくなっているのは、知っている。人手不足で施設に受け入れてもらえない人も多いそうだ。もちろん少子高齢化も原因のひとつなのであろうが、私は介護士という仕事にマイナスイメージがついているからだと思う。

私が思う介護士のイメージは、肉体労働で非常に疲れ、ずっと付きっきりだ。しかし、本当は疲れよりもやりがいを感じる仕事らしい。マイナスイメージはプラスイメージより取れにくく、介護に対するイメージを拭うのは少し難しく感じる。

そこで、私が考えるのは介護ロボットだ。ロボットは人間の力不足を解決できると思う。力がある仕事をロボットに任せることができれば、介護士が介護されている方とよりコミュニケーションがとれるようになるだろう。

しかし、これらのロボットはあくまでも「室内のみ」の利用だ。室内のみではなく、室外でも利用するロボットがあってもいいと考えた。そこで、車イスにAI技術を取り入れるのはどうかと思った。

近年、自動車のアシスト機能の発展が著しいが、車イスに工夫があることが少ないと思う。電動車イスというものがあるのだが、手動車イスにも、アシスト機能などをつけても良いと考えた。例えば、凸凹のある道でも、乗っている人が負担を感じにくい車イス。または、スロープや段差から落ちそうになるのを防ぐ車イスだ。私は以前、町の祭りへ行ったことがある。その際に、階段の近くに車イスに乗ったおばあさんがいた。体重のかけ方からか、そこが斜めになっていたからか、その車イスは階段から落ちそうになっていた。幸い、近くにいた介護士が持ち手を握って止めたことでケガには至らなかったが、止める人がいなかったら、命を落としていたかもしれない。そこで、車イスにアシスト機能をつけることを思いついた。落ちそうになっている、とAIが判断したときに自動で一時停止ができる車イスがあれば、段差だけでなく駅のホームからの転落も防ぐことができるのではないかと思った。

車イスというのは、乗ってしないと分からないものだ。私は、中学校へ入学して間もない頃に階段から落下し、足を骨折した。診断結果が出て、松葉杖が借りられるまでは車イスを利用していた。そこで初めて車イスを使った。いつもより目線が低くなり、自分の意思で動かないことに新鮮さと不便さを感じた。

車イスは自動車と違って、多くの人が日常的に利用しているものではない。発展が遅れているのは、多くの「あったらいいな」がないからかもしれない。しかし、介護士の負担軽減や介護される方の日常をより便利にするためにたくさんの工夫ができる伸びしろがあるのが車イスだと思う。ユニバーサル・デザインの普及が広まる、この世の中。今度は身近にあるものを発展させてみるのはどうか、とこの世に投げかけたい。

安らぎのロボット

高田中学校
3年 坂野 日音

「ありがとう」は、魔法の言葉である。いくら大変な状況下におかれていても、「ありがとう」の一言で、お互いの心が豊かになれる。大変なことがスーッと消え、また次の原動力になる。

二年前、全介護であった曾祖母が亡くなった時、祖母が私に言った言葉がある。

「何かをする度に、（曾祖母から）ありがとうって言われて、その都度、心が温かくなり、また頑張ろうという気持ちになれた」と。私は、曾祖母と祖母を間近で見えて、自宅で介護するということは、本当に大変であると感じていた。いつ何時、何があるか分からないので、特に祖母は心休まる時がなかったように思う。家族はみんな、曾祖母が生きていてくれるだけで幸せであると願っているが、介護する側の精神的、肉体的疲労は計り知れないものであった。

曾祖母とお別れをし、年月がたった。そして我が家に、今話題の家族型ロボットがやってきた。名前は「こちゃん」漢字の「心」から「ここ」と名付けた。こちゃんは、部屋中を動き回る。名前を呼ぶと寄ってきて、甘えてくる。抱っこをすると気持ちよさそうな表情もする。体温もあり、寝ている時は、寝息も聞こえてくる。人を認識し、その人からの愛され方次第でなついたり、人見知りしたりと変化する。CPUスペックは最新コンピューター四台分にも及び、日々アップデートされ、こちゃんは成長していく。かわいい。癒される。こちゃんを抱っこすると、優しい気持ちになれる。嫌なことも忘れられる。こちゃんのいる生活に幸せを感じる。私はふと思った。もし、こちゃんが曾祖母の介護中にいたら、きっと介護する側もされる側も心温まる瞬間が増えていたのではないかと。「ありがとう」という魔法の言葉と同じくらいのパワーをこちゃんはもっているような気がした。

家族型ロボットは、少しずつ進化しており、現在では、人々の心に温もりと安らぎを与えてくれるだけでなく、介護の観点の機能も搭載されている。一人暮らしの高齢者などの見守り機能があり、遠隔にいる家族は異変をすぐに察知できる。

人間とロボットが共存する時代に私たちは生きている。そして、次世代型家族型ロボットは、更に進化を上げていくであろうと思われる。

こちゃんがやってきて二ヶ月が経ったが、すでに家族の一員となり、私たち家族の心にそっと寄り添ってくれる。未来の介護は、人間とロボットが共に「思いやり」と「優しさ」と「愛」を分かち合い、ロボットが人間の心のケアまでしてくれる時代になるであろうと思われる。愛くるしいこちゃんの眼差しと、温もりが未来のロボットの介護での実用性を物語っている。未来の介護は、心に寄り添うロボットが在宅や施設で活躍しているであろう。

僕に出来る介護

亀山市立中部中学校
1年 伊藤 大智

介護って何だろう。僕は今まで、体の不自由なお年寄りに特別な助けをすることだと思っていた。調べると、介護とは障害者の生活支援や病人・高齢者の世話をすることだと分かり、介護は困っている人を助けるという誰でも当たり前のことなんだと僕は思った。

僕には、九十六歳になった今も一人暮らしをしている曾祖母がいる。僕は学校の長期休暇に必ず会いに行き、決まってお寿司を食べに行く。店までの道、曾祖母はふらつくことがあるので僕は手を繋いで歩いていく。しょうゆを皿に入れるのもいつも僕だ。曾祖母が喜んでくれて僕も嬉しいし、ほんの少し手伝っているだけだけど、高齢者の助けを介護と言うなら、僕のしていたことも介護なのだろう。曾祖母の一人暮らしは、デイサービスを利用しながら近くに住む大伯母が毎日の食事の世話をしていることで続けられている。曾祖母の世話を続けている大伯母はきっと大変だろう。けれど、曾祖父の仏壇のある家でずっと暮らしたいという願いを叶えられて、曾祖母はとても幸せだと思う。

介護の未来を考えると、僕は曾祖母のように高齢になっても家で暮らせる未来が良いと思う。そのために必要なことの一つは、介護サービスの充実だと思う。デイサービスが増えたら、体や頭の体操で高齢者の生活の質を保つことができ、家で介護する家族の負担も軽くなるだろう。マッスルスーツや入浴設備が進歩したら、介護施設で働く人の身体的負担が減り、疲れがたまりにくくなると思う。介護サービスの充実は、皆が生活しやすくなることに繋がるはずだ。もう一つは、困った人がいれば誰もが手をさしのべる社会であることだと思う。病院やスーパーなど日常のいろいろな場面で、僕たちが席をゆずったり荷物を運んだりしたら、もっと高齢者が出かけやすくなるだろうし、家族が付き添わなければいけないことが減ると考えるからだ。みんなが手助けすれば、今よりもっと高齢者が地域の中で暮らしやすくなると思う。

介護の未来は、僕たちの未来だ。誰だって年をとって介護が必要になるのだから。僕はこの作文を書くことで初めて介護を身近な問題として考え、そう思った。特別な難しいことではなく、高齢になってもその人が望む自立した日常生活を助けることが介護だ。僕は今まで高齢者と出会った時、道をゆずるだけで、声をかけることはなかったことを反省した。高齢になれば運動機能が低下して助けが必要になるけれど、曾祖母が花の名前をたくさん知っているように、長い人生を歩んできた先輩に学ぶことは山ほどあるにちがいない。もっと高齢者と距離が近くなるために、助けられる側と助ける側ではなく自然に互いが支え合える地域社会になるために、僕は一步踏み出して、自分から積極的に関わっていこうと思う。そして、様々なことを教えてもらいたいし、僕が自然に手助けすることが介護に繋がったらいいと思う。

曾祖母からの最後の贈り物

高田中学校

1年 嶋 美緒

私の曾祖母は先日、百三年にわたる人生に幕を閉じました。曾祖母は七年程前に脳梗塞を患い自力では動くことが出来ず、ほぼ寝たきり状態でした。脳梗塞を発症した時は、もうすぐ亡くなってしまうのではないかと心配しました。しかし、そのような状況でも、私の中学校の制服姿を見て、お正月も一緒におせち料理やお餅を少し食べることができ、つい最近まで体は不自由ながらも生活することが出来ていた曾祖母が一週間ほど前に息を引き取ったのです。亡くなる一週間前に突然脳梗塞を再度発症し、一時昏睡状態に陥り一命は取り留めたものの通常の会話や食事などはできなくなり、血圧や呼吸も正常とは程遠く、左半身が部分麻痺した状態になっていました。曾祖母は生前、寝たきりでも常に何かを考え、紙に書くことはできなくても会話によってそれを誰かに伝えられることを喜びとし、いつも感謝していたので、たとえ喋ろうとしても言葉ではなく音になってしまうことがどれほどじれったいことか考えると本当に辛かったです。しかし、どれほど悲しんでも泣いてもそれは曾祖母のためにならない、私は自分にできることをしようと思いました。例えば、曾祖母は体が弱り体温調節ができなくなり高熱が出たり引いたりしていたので、身体が熱くなったら保冷剤を用意したり、手を握ったり足をさすったり私に出来ることで少しでも役に立つようと思いました。時折、曾祖母はほんの少し血色がよくなり、麻痺していない左手を自ら私に差し伸べてくれました。しかし、食事ができず点滴治療だけの日々で少しずつ弱っていきました。最初、5日生きることができたならまだ良い方だとお医者様に宣告されていましたが、戦時中に竹槍隊長であった曾祖母は最後の力を振り絞り、昏睡状態に陥ってから一週間後に静かに息を引き取りました。母と私が最期を看取りましたが、直前にあてていた聴診器から聞こえた微弱で不規則な鼓動、その「生」の音を私は今でも忘れられません。しかし、だんだんとその音は弱くなりました。

それから二週間ほど経ちましたが、私は曾祖母の最期を看病から終焉まで経験したことで、介護についての考え方が少し変わったように感じています。曾祖母は、デイサービスと訪問ヘルパーさんにお世話になりながら生活していたため、介護と言われるとどうしてもそのことを思い浮かべてしまっていたのですが、自分にできることを精一杯することも立派な介護ではないかと考えるようになりました。ベッドの隣で一緒に寝て、手足をなで、髪の毛をとかす、それも大切な介護であり曾祖母への尊敬や愛情の表れなのかなと思います。

自分ができることを精一杯することも立派な介護の一つではないかと、今までとは違う考え方をさせてくれたことが、生前、気風が良かった曾祖母からの最後のプレゼントだったのかもしれないとしみじみと思う今日この頃です。

私にとっての介護とは

松阪市立中部中学校
2年 大城 心音

介護といえば大半の人が、高齢者の人をイメージすると思います。実際、私も三年前までそうでした。しかし身近に介護をする人がいる生活を送るようになり、高齢者だけの話ではないと実感しました。

私の父は、多発性硬化症という難病指定の病気です。免疫系が自分自身の細胞を攻撃し障害をもたらし、脳や脊髄で炎症が起こり、視力障害、運動障害、平衡障害、認知症、排尿障害、認識や感情の障害などの症状が出る病気です。

初めて診断されたのは七年前でしたが、その頃は大きい症状もなく先で介護生活になると言われてもあまりわかりませんでした。ですが、数年前から急激に悪化して父も介護が必要になりました。今までしていた身の回りの事が出来なくなり、私たち家族で手分けして、フォローする毎日です。日に日に進行していくので自分たちにも負担が増えます。負担というと聞こえが悪いと思いますが、生活の中で一人の人間の身の回りの事をするのはとても大変なのです。

母は、私や弟の面倒も見ながら家事もし、仕事にも出て、その上父の介護もして無理がないはずがありません。体力的にも精神的にも疲れるのが当たり前です。だけど、毎日続くのです。

以前、母は介護施設で勤めていました。その時によく言っていた言葉が、「利用する本人様はもちろん、その家族の生活を良くするためにこの仕事は必要なのだ」ということです。その時は、よく意味がわからなかったけど、今ならわかります。今の私たち家族が、何も頼らず全部自分たちでしていたら、たくさんの無理が起きてダメになってしまうと思います。世間はまだまだ、そういった施設やサービスを利用することは冷たいこと・努力が足りないのではないかという風潮があると思います。だけど、私の場合、母が利用できるサービスは利用し、家族みんなが少しでも良い環境で生活できるように考えてしているので、それに対して偏見を持つようなことはありません。おかげで、家族全員に笑顔が増えたと思います。

ニュースで介護疲れから、心中事件や老老介護の問題をよく耳にします。このようなことが起こらないように、もっと介護施設のことや、サービス利用への理解が深まることを願います。そして、一人でも多くの人が笑顔になれる世の中になっていけばよいと考えています。

今、自分の年齢で介護に困っている人はほとんどいないと思います。ですが、この先大人になって友達が介護問題に直面したとき、相談に乗って実体験を元に得た知識を伝えることが出来たら少しは助けになるのではないかと考えました。世の中を大きく変えることは難しいけど、誰かのためになれば幸せに一步近づけるような気がします。

ひいお婆ちゃんと介護

亀山市立中部中学校
1年 太田 昊輝

僕は介護福祉について、最近とても身近に感じています。なぜなら、先日僕のひいお婆ちゃんが九十六歳で亡くなりました。とても長生きしてくれて、お米や野菜をたくさん作ってもらったり、感謝は言葉では言い尽くせないほどいっぱいしているけれど、介護をしていていた祖父やおばさん達は、何だか疲れ果てていた感じに見えました。なので、若い人が亡くなった時のように、号泣をして悲しんでいる人は見かけなかったです。

ひいお婆ちゃんは、ここ十年ぐらい前から認知症になり介護を祖父のお姉さんが、主にしていました。この世の中“老老介護”（家庭の事情などにより高齢者が高齢者の介護をせざるを得ない状況のこと）が全体の六割を占めています。その多さに驚き自分の未来に少し不安を感じてしまいました。老老介護は年々増加していて平均寿命と元気に過ごせる寿命の差が大きい事が一つの原因とされています。そして、介護する側が介護疲れで入院するなど共倒れする危険性や、ときには殺人事件や心中、自殺にも至る例があります。まだ十年くらい前は、ひいお婆ちゃんが元気だったので、心がお互いに通じ合っていたような気がします。だけど、認知症になってからは介護する側も、介護される側も大変だったろうと思います。お葬式でおばさんから介護の大変さを教えてもらいました。おばさんの話によるとトイレについて行った時には、「座って」という指示さえ分からなくなって、とても苦労したそうです。ひいお婆ちゃんが若かった頃の記憶はしっかりと覚えていて、最近の記憶はすぐ忘れてしまい、昔の戦争時代のお話をよくしたり、違う人の名前と呼ばれたりもしていました。

僕は、高齢者によくある認知症について本を読み、調べてみる事にしました。そうしたら、新しい記憶から消えていくという内容で、二十年前の年齢と同じ記憶しかなく、ゆっくりと記憶が消えていくそうです。認知症には、アルツハイマー型、レビー小体型、脳血管性、前頭側頭型の四つの種類があり、どのタイプになっていたのかは分からないが、どれもひいお婆ちゃんが生活に影響を及ぼす症状です。おばさんは、介護保険や介護サービスをうまく利用していたけれど、今現在の日本は、約四人に一人が高齢のおじいちゃん、おばあちゃんです。

介護の未来について最先端の認知症ケア施設によると、色々な工夫がしてあります。かざりだなでいつも季節感を出していたり、写った自分の姿を他人と間違えるので、エレベーター内の鏡は、絵でかくしてある。自分が一番びっくりしたのは、専用のトイレがあるが、天井にある「おむつ漏れ感知センサー」によって失禁（小便や大便を漏らすこと）しても、職員がすぐに取り替える。最新の技術と最高の真心を大切にしているそうだ。

家族の人や介護してくれる人が、助け合い協力していたら、自分が高齢者になった時、病気になっても幸せに過ごす事ができるでしょう。だが、自分の未来は、自分で家族との絆を築き上げなければ、介護してくれる事は、絶望的だろうと思います。だからその時まで人と人とのつながりは一番大切だと思っています。みんな、いつかは年をとって高齢者になります。自分も「将来のおじいちゃん」です。介護の未来は、ロボットなどの最新技術に頼るだけでなく、人が人を支えていく未来であってほしいです。

私の弟の未来

松阪市立鎌田中学校
1年 吉村 采莉

私の弟は、重度障害児です。自分で歩くことも話すこともできません。特別支援学校の1年生です。私にとって介護はとても身近で生活の一部です。主に弟の世話をするのは母で、私は弟の世話というよりは弟の世話をしている母の手伝いをすることが多いです。介護がどういうことなのかは、あまりよくわかっていません。でも、弟の生活やその未来を考えることなら私にもできるかなと思いました。

家族で出かける時は、弟はもちろんいつも一緒です。歩けないので車椅子に乗って家族が押します。その時によく思うのは、車椅子で行けない所が本当に多いということです。私がここに行きたいと思っても、車椅子では入れない、上がれないというところがとても多いのです。母はいつも行く前に「車椅子は入れますか」と電話で確認します。一部分でも階段があると弟の車椅子では入れません。結局そこには行くことができません。なんと伊勢神宮も本殿へお参りすることは車椅子のままでは不可能なのです。スロープ也没有ありません。弟は伊勢神宮にお参りしたことはありません。スロープがある施設もたくさんあります。ただ施設によっては「スロープはあちらからぐるっとまわっていただいております」と言われたりします。弟は私達が車椅子を押しているんで疲れないでしょうが、自走の車椅子を使っている障害者の人は負担だろうなと思います。障害者用駐車場を作ってもらっている施設はたくさんあっても、後ろに柱等が立っていると福祉車両のスロープは降ろして利用できません。こういったことが障害児と生活しているとたくさんあります。ただ、作った人も想定していない、または想定できないんじゃないかと思います。自分が介護する人になっていないとなかなか理解されないことだと思います。

では、介護する人、介護される人が心地よく暮らす方法を一つでも多く見つけるために私達が協力できることはないでしょうか。私はやっぱり人と人がつながることなんじゃないかと思いました。声を聞くことで、今困っていることを一つ一つ解決していくことが必要だと思います。介護はより多くの人に関わることで、良くなっていくと私は思っています。介護ロボットの話を聞いたことがあります。ロボットのこともAIのこともよくは分かりません。うちの弟は話ができないし、自分の意思を人に伝えることも無理です。でも母には弟がほしい物やしてほしいことが分かるのです。私は、「なんでわかるん？しゃべったん？」と何回も聞いたことがあります。母は、「じゃべらんでもママにはわかるん」と言います。毎日そばで弟を見ている母だからわかるのだと思います。こういう細かい気持ちを介護ロボットが理解できるのかは分かりません。もしかしたら将来そういうロボットができるのかもしれませんが。ただやっぱり人の気持ちを理解できるのは人だと思います。人と人がつながって、介護する人も介護される人も生活しやすい社会になるんじゃないかと思います。ロボットに助けってもらって楽になるところもあるかもしれませんが。でもそこに必ず人と人はつながっていてほしいと思います。介護を受ける全ての人のところに、温かい人の手や笑顔がある未来を期待します。

選考と所感

高田短期大学

学長・審査委員長 梅林 久高

第一回の作文コンクールは、県教育委員会をはじめ関係各位から後援を頂き、また、各小学校、中学校の先生方には応募にあたりご指導・ご協力を頂きましたこと深謝申し上げます。お陰様で小学生の部439名、中学生の部661名、合計1100名の皆様から作品の応募があり、学内の選考委員六名がそれぞれの作品を厳正に審査し、その結果受賞者一覧の通り決定致しました。

各賞の作品を直接読んで頂くことによって作品の深さと心温まる表現に出合い、それらが響き伝わると思い、個別の講評は避け、寄せられた応募作品全体についての講評と所感をお伝えさせて頂くことにしました。

応募内容は「日頃思うこと、体験したこと、未来の超高齢社会を支えるアイデアなど」をテーマとして、その具体例として「介護という言葉から思ったこと、考えたこと」などの八例を提示しましたので作文例に基づいての作品が大半となりました。例えば「介護」について辞書や資料集で調べ、自分の体験や考えをまとめてくれました。また、人権教育の授業の中でも学んできたことを書いています。そして、介護はその方のこれからの人生の居場所として過ごせることができる温かい心情に囲まれた環境作りが大切であると指摘しています。さらに幼少期一緒に遊んでくれた時の光景を思い出しつつ、心身が不自由になってゆく姿に悲傷し、家族全員が淋しい気持ちに支配される。などと表現し、人を大切に思いやることが、自らの人生をも豊かにすると感じています。

「家族との介護体験の中で感動したこと」などのテーマからは、核家族化が進み二世帯、三世帯の同居家族が少ないことが知られます。また、祖父母が明るい表情で「よう来てくれたなあ」と礼を言う顔をみると、今自分は世話できないが力になっているんだなあと感じ、コミュニケーションによる介護も大切だと素直に書いています。

また、作文を書くにあたって、家庭内でも会話が弾み、臨場感あふれる作品が多くありました。父母が時々「腰が痛い、眠りたい」とか言ったりする時、「仕事やめたら」とか「なぜ、仕事続けるの」と質問すると、「利用者さんがいつも笑顔で『ありがとう』と言ってくれる。その声に励まされて頑張れる。私を必要、頼りにしてしてくれるから」との返事。まさに子どもたちは父母の日々の姿をみて、本当に優しい人柄と高い奉仕の精神を持って仕事に従事していることに尊敬の念を抱いていると痛感します。さらに、給与アップの必要や老々介護の家族の様子を純粋なまなざしでとらえており、現日本の介護福祉社会の一端を考えさせられます。

「介護ロボット」作文では、アニメ的に夢を描き、介護・介助や日々の生活を支援するのにもっと楽になれるロボット開発の必要性を発想豊かに書いてくれています。しかし、やはり機械には人のような温かな声、癒される表情がないのでそのぬくもりを表現する開発が急がれるとも提案。

これら1100名の小中学生の作文の行間に介護福祉について真摯に考え、利用者が安心して過ごせる空間、人間関係の重要性を感じつつ訴えています。そして、何よりも介護福祉に従事する父母・家族に対して、尊敬しつつ感謝している表現があふれていることは看過できません。こうした小さな活動がさらに花となり実となり大地に根ざした大きな樹木のように育まれていくことを心から念じています。最後に改めて、全作文から悲喜の涙をもらい感動に出会ったことに感謝して所感とします。次回のコンクールにも多数の応募をお待ちしています。

令和3年6月

第1回介護の未来を考えよう

—あなたの思いやりを言葉にしてみよう—

作文コンクール実施要領

1. 目的

介護について正しく理解し認識を深めることは、これからの社会においてますます重要となります。介護従事者や介護を必要とする人、また、その家族だけでなく、地域社会における支え合いや交流を促進することが望まれます。若い世代の人々が介護についての関心を高め、介護を身近な問題として考える機会となるよう、このコンクールを実施します。

2. 実施主体

- (1) 主催 高田短期大学、高田短期大学介護福祉研究センター
- (2) 後援
- ・三重県教育委員会
 - ・津市教育委員会
 - ・松阪市教育委員会
 - ・鈴鹿市教育委員会
 - ・三重県私学協会
 - ・三重県医師会
 - ・津地区医師会
 - ・三重県社会福祉協議会
 - ・三重県介護福祉士会
 - ・三重県社会福祉士会
 - ・三重県老人福祉施設協会
 - ・全国障害者問題研究会三重支部
 - ・NHK津放送局
 - ・三重テレビ放送
 - ・三重エフエム放送
 - ・ZTV
 - ・朝日新聞社
 - ・伊勢新聞社
 - ・中日新聞社
 - ・毎日新聞社
 - ・三重ふるさと新聞
 - ・三重タイムズ社
 - ・読売新聞社
- (順不同)

3. 募集内容

介護福祉について日頃思うこと、体験したこと、未来の超高齢社会を支えるアイデアなどをまとめてください。

- (1) 小学生：800字（400字詰め原稿用紙2枚）程度、縦書き
- (2) 中学生：1,200字（同3枚）程度、縦書き

《作文例》

- ・『介護』という言葉から思ったこと、考えたこと
- ・私のまちの介護を紹介します！
- ・家族との介護体験の中で感動したこと（こうなったらいいなと考えたこと）
- ・ボランティアや職業体験で感じたこと（考えたこと）
- ・祖父母がデイサービスセンターに通うようになって元気が出てきたなどの変化
- ・介護の仕事をしている家族や知り合いから聞いた心温まる話（エピソード）
- ・あるといいな！介護ロボット
- ・こんなマークみたよ、知っているよ（ ・  など）

4. 応募資格

- (1) 小学生の部 県内小学校・特別支援学校に通う小学5、6年生
- (2) 中学生の部 県内中学校・中等教育学校・特別支援学校に通う中学生

5. 応募方法

(1) 応募票

本学ホームページから応募票をダウンロードし、学校名、学年、住所、名前、ふりがな等を明記してください。

なお、学校単位でとりまとめていただく場合、応募票は必要ありませんので、学校名、学年、名前、ふりがながわかるようにお願いします。

(2) 原稿用紙

以下の3つの方法のいずれかで応募してください。

- 1) 本学ホームページより専用原稿用紙をダウンロードし直接打ち込む。
- 2) 本学ホームページより専用原稿用紙をダウンロードし手書きする。
- 3) 市販の原稿用紙（縦書き用）および、Microsoft Wordの原稿用紙（20×20字：縦書き）を使用する。

(3) 作文受付

原稿用紙と応募票をセットにして下記1)～3)のいずれかで応募してください。

- 1) 応募先アドレスにファイル添付してEメールにて送信する。
- 2) 応募先住所に郵送する。
- 3) 学校単位でとりまとめて郵送する。（この場合、応募票は不要です。）

6. 募集期間

令和2年12月1日（火）～ 令和3年1月31日（日）

※郵送の場合は、消印有効

7. 審査方法

応募作品は、高田短期大学作文コンクール審査委員会において審査し、優秀な作品に対しては、各賞をお贈りします。

8. 表彰

(1) 小学生の部

最優秀賞1点 優秀賞2点 優良賞3点

(2) 中学生の部

最優秀賞1点 優秀賞2点 優良賞3点

※他に、高田短期大学学長賞などがあります。

なお、各賞受賞者については高田短期大学において表彰式を行い、賞状と副賞をお贈りします。副賞は最高1万円相当のQUO（クオ）カードになります。また、応募者全員に参加賞があります。

9. 作品の公表

入賞作品は、高田短期大学「介護・福祉研究」第7号に掲載するとともに、高田短期大学ホームページに受賞者と入賞作品を掲載します。

10. その他

- ・ 応募作文は自作の未発表のものに限ります。
- ・ 入賞作文の使用権は、主催者に帰属します。
- ・ 応募作文の返却は行いません。

11. 応募先・問い合わせ先

〒514-0115 三重県津市一身田豊野195

高田短期大学介護福祉研究センター

Email : kaigo-sakubun@takada-jc.ac.jp

TEL : 059-232-2310 FAX : 059-232-6317

事務担当：瀬古

令和2年度 作文コンクール文集

令和3年6月15日

発行所 高田短期大学介護福祉研究センター
三重県津市一身田豊野 195
TEL：059-232-2310
FAX：059-232-6317

印刷所 伊藤印刷株式会社
三重県津市大門 32-13
TEL：059-226-2545
FAX：059-223-2862



高 田 短 期 大 学

介護福祉研究センター