



看護の心をみんなの心に

5月12日は
看護の日



第9回

「忘れられない 看護エピソード」集

2019年「看護の日・看護週間」



生きるを、ともに、つくる。

公益社団法人 日本看護協会

もくじ

最優秀賞

看護職部門

3 部屋の模様替え合戦

一般部門

4 「お母さん」

内館牧子賞

看護職部門

5 坊主頭とドライヤー

一般部門

6 真っ白なジグソーパズル

優秀賞

看護職部門

7 小さなエール

8 私の看護の基礎を教えてくれた人

9 十五年目の花便り

一般部門

10 泣きたい気分

11 リレー日記

12 見通す心

入選

看護職部門

13 父ちゃん、ありがとう

14 今度は天国から

15 マー君の優しさ

16 名誉ある不名誉なあだ名

17 うれしかったで賞

一般部門

18 ひと手間厭わない看護に感謝 おかげでたくさん親孝行ができたよ

19 看護師の声掛け

20 一つのみかん

21 「思い」を見ていただいた

22 柑橘系のアロマ



※本書に収録したエピソードの中には、今日の医療倫理、医療の安全の観点からすると、ふさわしくないと思われる記述や表現がありますが、それぞれの方が経験した当時の状況や時代背景にかながみ、そのままとしました。

一般部門 内館牧子賞 「真っ白なジグソーパズル」を楽曲・映像化



看護師でシンガーソングライターの瀬川あやかさんによる楽曲化作品を映像とともに楽しみください。

<https://www.nurse.or.jp/portal/list01.html>

右記二次元コードからアクセスできます



はじめに

5月12日は「看護の日」です。

近代看護を築いたナイチンゲールの誕生日にちなみ1990年に制定されました。

それ以来、「看護の心をみんなの心に」をメインテーマに厚生労働省と日本看護協会が中心となり、毎年さまざまな事業を全国各地で行っています。

2020年には、ナイチンゲールの生誕200年を迎えることから、世界的に「Nursing Now」キャンペーンが展開されています。

2019年度で第9回となった「忘れられない看護エピソード」ですが、今回も、看護職と一般の皆さまからたくさんのご応募をいただきました。このエピソード集には、2,629通の応募の中から、特別審査員の内館牧子さん（脚本家）と、「看護の日」PR大使に就任した女優の須藤理彩さんらにより選ばれた、受賞20作品を収録しました。

看護師であり、シンガーソングライターの瀬川あやかさんには、一般部門の内館牧子

賞を受賞した「真っ白なジグソーパズル」を楽曲化していただき、映像とともに5月11日の表彰式で披露しました。

ケガや病気で入院したり、ご家族に付き添ったり。患者さんやご家族にとっても、看護にあたる看護職にとっても、心に残り、ずっと人生を支えてくれるような看護体験があります。

その後の人生を生きていく糧となるような、忘れられない言葉をもらうこともあります。看護は、人生を変えることだってあるのです。忙しい生活の中で気付けなかった毎日の小さな喜びや、人のぬくもり。このエピソード集の作品は、忘れていた優しい気持ちを呼び起こしてくれます。看護にまつわる感動のエピソードが、生きる素晴らしさを思い、明日を生きていく力を生み出すきっかけになれば幸いです。

公益社団法人 日本看護協会



看護の力で健康な社会を！

Nursing Nowは
ナイチンゲール生誕200年の2020年に向け、
看護職が持つ可能性を最大限に発揮し、
人々の健康向上に貢献するために行動する
世界的なキャンペーンです。



部屋の模様替え合戦

【岐阜県】後藤 史保子 34歳

ナースコールが鳴る。510号室。悪性リンパ腫のAさん。化学療法を行うが効果がなく、再発を繰り返している。入院も長期化していた。1日に何度もナースコールが鳴る。看護師の対応や入院生活の不満を漏らしていた。

看護師3年目。チーム編成があり、私はAさんの担当になった。頻回のナースコール、Aさんから聞く不満の声。私に受け止められるだろうか……。

今日もナースコールが鳴る。Aさんの部屋に向かう足は重かった。訪室するとAさんが話し始めた。「治療も効かないし、こんなに足も腫れちゃって。でもね、私はまだ1人で何でもできるの」と。

そして、悲しそうな顔で部屋にあるポータブルトイレに目を落とした。しばらく、沈黙が続く。そしてAさんは、体の変化や迫りくる死の不安などをゆくり話してくださった。部屋を出るとAさんの娘さんが廊下に立っていた。「母は教師をしていました。生徒から頼られる立場だったのに、今は誰かの手を借りなければならぬことがつらいんだと思います。家でも何でも自分でしないと気が済まない人でした」と娘さん。

その日から私とAさんとの部屋の模様替え合戦が始まった。Aさんの部屋は個室、トイレがある。Aさんの「まだ1人でできる」の言葉。ベッド、床頭台の位置を変え、部屋の

トイレまでの距離を縮める。2人でベッドからトイレまでのつかまる位置を確認する。日に日に、Aさんの動ける範囲が狭まる。また、2人で模様替え。何度も繰り返した。徐々に状態が悪化し、トイレへの移動は難しくなった。「もう、無理だね。今まで付き合ってくれてありがとう」とAさん。私は「まだ、着替えは自分でできるじゃないですか。ごはんも自分で。まだまだ、付き合いますよ」と応える。「そうだね。まだできることたくさんあるよね」とAさんはうれしそうに笑っていた。患者のささいな言動に耳を傾け、限られた時間の中でどう生きたいのかを一緒に考えること。患者の思いに寄り添う看護師であり続けたい。



「お母さん」

【山形県】藤本 清美 42歳

15年前、陣痛で苦しむ私に、「お母さん頑張れ！ お母さん頑張れ！」と、何度も言うナース。私は

たまらず、「死んだ子を産むんだから、私、お母さんじゃない」と、泣きながら叫んだ。すると、「何言ってるの！ 赤ちゃん産むんだからお母さんでしょ！」と、泣きながらそのナースも叫んだ。そして、静かに赤ちゃんが産まれた。男の子だった。1年後、全く同じやりとりをして2人目の子も死産となった。女の子だった。解剖が終わった娘をあのナースが連れてきてくれた。

「とっても美人さんね。お顔にはメス、入っていないからね。はい、お母さん」と言つて、娘を私に抱かせてくれた。

「またおいで！ 妹でも！ 弟でも！ ねっ！ お母さん！ 信じて！ ねっ！ 生きてね！ お母さん！」

あのナースに、私は何度も「お母さん」と呼ばれた。赤ちゃんはいないのに「お母さん」。にせものの「お母さん」だ。

次の年、妊娠した。この子も死んじゃうかも、という不安はあのナースが吹き飛ばしてくれた。「これが、心臓よ！ お母さん！」

「今日はいよいよ性別判明の日ね！ お母さん」。あのナースは、うるさいくらい私のことを、「お母さん」と呼んだ。「お母さん」と呼ばれるのがあんなに嫌だったのに、なんだかんだん心地良く感じてきた「お母さん」という響き。そし

て産まれた。

「3人目のお子さん！ 女の子ですよ！ お母さん！」。あのナースはわざわざ「3人目」と言ってくれた。うれしくて泣いた。

娘が「お母さん」と私を呼ぶ。娘のお友達が、「イオちゃんのお母さん」と私を呼ぶ。もう15年も呼ばれているけど、毎回うれしい気持ちになるのは、天国の2人と、産まれてきてくれた娘のおかげ。あと、私を信じて、私のことを「お母さん」と呼び続けてくれたあのナースのおかげ！

ありがとう！ あのナースさん！

看護職部門

内館牧子賞

坊主頭とドライヤー

【広島県】佐々木 淳子 52歳

49歳の秋、乳がんが発覚した。1年前の乳がん検診では異常はなかったが、この年の検診で乳がんの告知を受けた。最初の検査の段階では、初期なので乳房を全摘したら大丈夫とのことだったが、精密検査を受けるとリンパ節に転移があることが分かった。まず抗がん剤治療、手術、放射線治療と約1年にわたって計画された。看護師である私は、家族に心配を掛けたくないという思いでなかなかがんになったことを言い出せなかった。

この年に次男は看護大学を卒業し、化学療法を受ける患者さんを多く受け入れている病棟に就職していた。高校の進路決定時「看護師になろうと思う」と突然、打ち

明けられた。少し驚いたが同じ看護職を選んだことにうれしさも感じた。「厳しい職業だけど、やりがいのある仕事だ」と助言した。そんな次男に、「乳がんになったわ。リンパ節に転移しているので抗がん剤治療をせんといけん」と軽く打ち明けた。「えっ、そうなん」とかなり驚いていた。私はすぐに「大丈夫、大丈夫。なったものは仕方ない。治療をしっかり受けるわ。仕事はしばらく休ませてもらうことになったよ」と気丈に振る舞ったが会話はそれ以上続かなかった。

治療開始まで私は髪の毛を短く切ったり、ウィッグを用意したりそれなりの覚悟をしていた。帰宅したある日、坊主頭の次男がいた。

高校では野球部で坊主頭だったが、大学に入り流行の髪型で朝も仕事前にセットしたりしていたのに。次男の気持ちが手に取るように分かり涙があふれそうになった。涙をこらえ、「どうしたん、びつくりした。でも似合うね。高校の時に戻ったみたい」と言うと「暑いし、髪セットするのも大変じゃったけん」とさりげなく言った。

次男は、その冬のボナナスとびきりいいドライヤーを買ってきてくれた。髪の毛が抜けて坊主頭で必要ないけど、いつかこのドライヤーを使いたい。使える日が来るのか。

あれから2年、私は毎日このドライヤーを使える喜びをかみしめている。

一般部門

内館牧子賞

真っ白なジグソーパズル

【東京都】三品 麻衣 34歳

宇宙飛行士になるための試験として、絵の描かれていないジグソーパズルを、チームになって組み立てるという課題がある、と聞いたことがあります。それと同じパズルを今は組み立てています。

事件に遭ったのは昨年の梅雨入り前でした。それが原因でPTSDの症状が始めました。元から発達・精神障害を持っていましたが、PTSDが加わって私の価値観はがらりと変わりました。「人はいざとなったら、私を裏切る」と感じていました。何より「元の自分が分からない」ということが私を苦しめました。これぞ、「真っ白なジグソーパズル」でした。そんな私に訪問看護師たちはしっかりと寄り添い、真摯

に私の苦しみを受け止めてくれました。どの看護師も、バラバラになったパズルのピースを私と一緒に探してくれました。

ある日、私は、看護師の前でフラッシュバックを起こしました。私は、恐怖に耐えきれず、彼女の腕の中に飛び込みました。赤ちゃんが母親にしがみつくように、私は彼女にしがみついて激しく泣いたのです。その時の彼女の言葉は、良い意味で私の心をぐざりと貫きました。

「三品さんが、苦しい気持ちを私の前で表してくれてうれしいです。ありがとう」

号泣したことに対して感謝されるとは、驚きでした。そしていつも穏やかな彼女が、私の目を見てき

ぱりこう言いました。「泣きたいときに泣かなかったら、いつ泣くんですか？ 大人でも子どもでも、苦しかったら泣くものなんです」

そのとき、白いパズルのピースがあるべき場所にひとつ置けた気がしました。人を信頼したいという思いがもう一度生まれました。その白いパズルの組み立ては、私と訪問看護師1人1人との協働作業であり、私たちはパズルを完成させるためのチームメイトなのです。私たちはこれからも、一緒にピースを置いていくでしょう。いつかそれが、白色から、私という人間を表現した「絵」の描かれたパズルに変わると信じて。



小さなエール

【佐賀県】 齋藤 泰臣 さいとう やすおみ 42歳

「一緒に帰れるの？ やった！
ママ、早く起きてよ。お家に帰れる
よ。帰ったらおもちゃで遊ぼうよ。
ねえ、これ見て。ほら、すごいでしょ。
ねえ、起きてよママ」

私が所属する緩和ケア病棟に入
棟してきたその患者さんは、30歳
代のがん終末期の女性で脳転移が
あり、自発的な発語や体動は、ほ
ぼ見られなかった。仕事を抱えてい
る夫の代わりに、患者さんの母親
が毎日のように面会に来ていた。そ
して、その傍らには祖母に手を引
かれた4歳の男の子。「ママ、これ見
て。これがこうなると、強くなるん
だよ」と、母親が置かれている状況
を到底理解できていないその子は、
手に握り締めた流行のおもちゃを、

わずかに眼が開くだけの母親に得
意げに見せていた。

同じおもちゃを同年代のわが子
が持っていたこともあり、私は訪室
するたびにその子とおもちゃで遊ぶ
ようになっていた。「この子には少し
ずつ母親のことを話していきます」
と、その子の無邪気な声が響く病
室で、祖母は幼子を残して逝く娘
を不憫に思い涙していた。

しばらくして、その患者さんは
家族に見守られながら旅立たれた。
「ママと一緒に家に帰ろうね」と
祖母に言われたその子は、喜びな
がらいつものおもちゃを手に、まだ
温もりの残る母親の身体を何度も
何度も揺すっていた。病棟を出る際
も、「ママ、待ってよ」と、ストレッ

チャーで運ばれていく母親を、小さ
な歩幅で懸命に追いかけていった。

勤務を終え家に帰ると、寝室に
は寝息を立てているわが子。枕元に
は、あの子が握っていたおもちゃと
同じ物が置いてあった。同じ親とし
て、幼子を残して逝く者の無念を
思っつか、残される子の悲しさを
思っつか、その時どのような感情が
去来したのかは分からなかったが、
子どもの枕元でおもちゃを手にし、
私は声を殺して泣いていた。

もしかすると、あの子は母親の
死を理解していたのでは。あの小さ
な身体で懸命に「僕は大丈夫だか
ら。心配しないで」と母親にエール
を送っていたのではないだろうか。
今はそう思えてならない。



私の看護の基礎を教えてください

【岐阜県】 越前 崇子 こしまえ たかこ 43歳

看護学生時代の病院実習の中で
も小児看護は子ども相手にどう接
していいのか、親との関わりなど不
安が大きかった。しかし、いや応な
しに小児看護の病院実習が始まった。

実習先の小児専門病院へ行き、小
学5年生の白血病・骨髄移植後の
女の子を学生指導者から紹介され
た。その女の子は慣れた口調で「何
聞きたい？ 大体知ってるでしょ」と
話し掛けてきた。そうだ、彼女は私
の通う学校の学生の担当を請け負っ
てきた女の子である。私は戸惑った。
そして正直に伝えた。「あなたとで
きるだけ同じことをしてみる」

翌日から、彼女の日常を私の生
活に可能な限り取り入れた。主治
医と学生指導者の許可の下、私も

吸入を行い、ミルトン消毒された食
器にお弁当を盛りつけ直して食べ
て、マスクを常時2枚装着した。院
内学級と同じように、時間割りを
作成して行動した。

そんな私を見て、彼女が「結構
やるじゃん」とにやりと笑った。白
血病で骨髄移植を受け再発のため
に入院していた男の子を見ながら、
「私も、再発するのかな」と彼女は
つぶやいた。彼女の横顔は、恐怖と
共存している生活を教えてくれた。

実習終了後、彼女から文通がし
たいと申し出があり、手紙のやり
取りが始まった。看護師になった私
は小児科病棟勤務を希望した。彼
女に報告すると「結構やるじゃん」
と返事がきた。にやりと笑う彼女

の顔が目には浮かんだ。手紙で彼女
の成長する様子や、時々体調を崩
しながらも再発していないことを知
ることができた。近況を報告しな
がら彼女が大学を卒業するころに
は、やりとりは季節のあいさつ程度
になった。それでも彼女の無事を知
れることはうれしかった。気付けば
20年以上の月日が流れていた。

今年の秋の終わり、喪中はがき
が届いた。亡くなった方の名前が彼
女の名前だった。

「患者の立場になって考える」。
私の大切な看護の基礎を伝えてく
れた大切な人が亡くなった。これ
からも看護の基礎を大切に看護
師を続けていくと彼女にもう一度
伝えたい。



十五年目の花便り

【熊本県】大野 智和 42歳

「足湯をよかですか」。僕より一
つ年上のHさんから、申し訳なさそ
うに声を掛けられた。

Hさんは重度の拡張型心筋症の
患者だった。厳しい安静指示や飲
水制限があり、大きな身体をベッ
ドの上で窮屈そうにしながら、小
さなお猪口に少しずつ水を注いでは
喉の渴きを潤そうとする姿が印象
的だった。効果的な治療がなく対
症療法でしのぐ毎日。ようやく仕
事に慣れてきた僕ができることとい
えば、身の回りのお世話と足浴ぐ
ら이었다。

Hさんの容体は日に日に悪化し、
ついに足浴もできなくなった。そし
て今後の治療をゆだねるため大学
病院に転院していった。空になった

ベッドを見て「僕に何ができたのだ
ろう」。そう自問したが、答えは何
も出てこなかった。

心が晴れないまましばらくたち、
通り掛かった花屋の軒先で早咲き
の桜を見掛けた。「Hさんはもう桜
を見られないかもしれない」。僕は
その桜を手に大学病院へ向かい、H
さんの元へ届くように託した。それ
から桜の花が開くたびに、Hさんの
ことが脳裏をかすめた。

14回、桜の季節が過ぎ僕が救急
外来で夜勤をしていた時のこと、あ
る心不全の男性が搬送された。「息
子も心臓が悪くて世話になって、
今ではすっかり元気です」。同じ名
字に同じ心疾患。「まさか」と思っ
たその時、部屋に入ってきたのはH

さんその人だった。僕たちは再会が
うれしくて、思わず肩を抱き合った。
大学病院に移ったのち心臓移植を
受けたこと、届けられた桜の話を
今でも奥さんとする。語られ
るHさんの言葉に、僕は心の底から
喜びを感じて目頭が熱くなった。

「僕に何ができるだろう」。日々の
看護を行う中で、僕は繰り返し自
分に問い掛ける。答えが見つかるこ
とはないが、Hさんと固く交わした
握手にその片鱗が見えた気がした。
答えを追い求めていく姿勢をいつま
でも忘れることがないように、握る
掌に力を込めた。

願わくはこれから先もずっと、H
さんに桜を愛でる季節が訪れます
ように。



泣きたい気分

【千葉県】錦織 明日香 36歳

どうしてそんなに泣くの。お願い
だから、30分でいいから寝かせてー
。

深夜3時。私は生後3日目の第一
子である息子を抱いて、入院してい
る個室中を何時間もぐるぐると歩
き回り続けていた。息子は、朝も
昼も夜も、とにかくよく泣いた。

翌朝、検温に来た私より少し年
上の看護師さんが「大丈夫です
か?」と声を掛けてくれた。寝不
足と疲れて、ひどい顔をしていたの
だろう。その一言で、私は思わず泣
き出してしまった。「この子、ずっと
泣いてばかりなんです。私がうま
く育児できてないからでしょうか」

看護師さんは微笑んだ後、私が
つけている授乳記録の紙に目をやり

「昨晩、夜通し1時間ごとにおっぱ
いを吸わせてあげたんですね。頑
張りましたね、お母さん」と励ま
してくれた。そして、内緒話をす
るように私に近寄った。

「私の娘も、赤ちゃんの時にそれ
はよく泣く子だったんです。おっぱ
いもあげたし、オムツも替えた、室
温も適温、衣類も寝具も確認した。
なのに、どうしてもまだ泣くのとて、
つらかった。そんな娘が年長さんにな
った時、私、本人に聞いてみたん
です。どうして赤ちゃんの時、あんな
に泣いていたのって。そしたら娘、
何て言ったと思います? 『だって、
泣きたい気分だったんだもん』で
すって! 本当か嘘か分からないけ
ど、そう言われちゃうとしようがな

いかつて思えちゃってね」

看護師さんは、情緒不安定な私
の背中を優しくさすりながら続け
た。「そうは言っても、今がづらいで
すよね。でも、よく泣く赤ちゃんは
いるし、それはお母さんのせいじゃ
ないですよ」

私だけじゃなかったんだ、と救わ
れた気分になった。その後、よろし
ければしばらく赤ちゃんを預かり
ますと、看護師さんが息子を新生
児室に連れていってくれ、私は眠る
ことができた。

退院後、あいかわらず息子はよ
く泣いたが、つらい時には看護師さ
んの話を思い出した。この子も「今
は泣きたい気分」なのかなと思う
と気持ちが少し軽くなった。



リレー日記

【神奈川県】今野千保 67歳

97歳まで、毎日、料理やレース編みを楽しんでいた母。突然、ぐったりして、緊急入院。心不全が悪化していた。

唯一の同居人である、私。ほぼ毎週、山形への出張が入る。早朝、病院に寄り、後ろ髪を引かれながら出発。3日目の夜、東京に戻り病院に直行。不在中の容態を、知りたい。心配で、不安で、夜勤の看護師さんを質問攻め。勤務交代したばかりで、情報は限られてしまう。仕事を辞めようかと、思い悩んだ。

しばらくして、20代の若い看護師さんから、救いの提案。「毎日、様子をメモしましょうか？ 2、3行くらいしか書けませんけど」。あ

りがたくて、涙が出た。さっそく、昼夜勤ナースたちによる、リレー日記が始まる。病院に到着するやいなや、チエストの引き出しを開けた。小さなメモ用紙。難聴の母との会話用に、持参したものだ。丁寧な丸い文字が、目に飛び込んでくる。

「昨夜はお薬を飲みませんでした。オムツ交換時には、腰上げを協力してくれます」(V)

「今日はお熱が出ましたが、昼はヨーグルト2口、高カロリー飲料1本、飲みました。猫の写真集を見、お話ししました」(S)

私も、毎回、お礼を書いた。心が救済されていく。

母は、戦時中、従軍看護婦だっ

た。「あら、大先輩ね」と言われ、はにかんでいたのは、つい先日。血流が悪く、足の指が1本、壊死。切断手術後、目を閉じている時間が増えた。

ある日、Kさんが、病室にいた。「夜勤明け。帰宅前にお顔が見たくて。いつも笑顔に、パワーをいただいていました」。眠っている母に頬を寄せながら、言う。

21人もの天使たちが、約2カ月間綴った、リレー日記。2年半たった今でも、温かい気持ちが、沁みる。「大先輩」も、最期に、心からの感謝を、伝えたかったに違いない。



見通す心

【新潟県】木村涼子 58歳

その時まで自分は大丈夫だと思っていた。何でも「なるようになる」で乗り切ってきたし、気持ちの切り替えも早いし。しこりを見つけた時も主人には内緒で近くの外科を受診した。紹介状を持って大学病院に行き告知を受けた時も1人だった。主人も仕事が忙しかつたので「大丈夫だよ」と言っていた1人で臨んだ。私の両親や主人の母にも知らせなかったから手術当日も1人。手術室へ向かう時も看護師と談笑しながらだった。病室に戻った時も1人。だから、私は大丈夫だと思っていた……だけだ。

術後、歩けるようになって医師から呼ばれた私はナースステーションに隣接する部屋で説明を受けた。

その時に何かが変わった。「がんのステージ」「生存率」「転移の可能性」「再発」「抗がん剤」……。医師の言葉が頭の中で幾つもの渦を巻いていた。心の中で「大丈夫、私は大丈夫」とつぶやきながら病室に戻った私のところに看護師がやってきた。その晩、担当の彼女は「血圧測ろうか」と優しく手を取った。そして1回測り終わると私と目を合わせながらこう言った。

「大丈夫？」

大丈夫なんかじゃない。張り詰めた心が砕けた瞬間だった。あふれる涙と共に嗚咽(おとず)がもれる。抑えようと思ってもそれは止まらなかった。彼女は何も言わずに手をさすってくれた。

しばらくして私の肩をポンポンと叩くと、「眠れるかな。先生に葉だしてもらおうね。そう言うとな彼女は部屋を出て行った。そのあと私はしばらく泣いていた。でも不思議と気持ちが楽になっていることに気付いた。

看護師は何もかもお見通しだったのだ。言葉にしなくても、できなくとも。表情に出ていなくても、出せなくとも。患者の心を理解し、寄り添う心。表面に出ていないものを見通して、そして包み込んでくれる。私は彼女に救われたと心から思った。



父ちゃん、ありがとう

【埼玉県】立原 洋子 たちばな ひろこ 39歳

「ああ気持ちいい」。これが父の最期の言葉だった。父は抗がん剤治療を受けながらも元気に過ごしていた。5年目となった年に薬が効かなくなり、緩和ケア・訪問看護を受けることになった。初診の問診で

「最期をどこで迎えたいですか」の問いに、父は、「家がいいな」と即答。大工だった父は自分で建てた自宅を希望した。それは、私の希望でもあった。

治療を止めたとたん、日に日に父は弱っていった。家族や親族は看護師である私に期待しているのがよく分かる。看護師の立場と娘の立場。この先どうなっていくかも分かっていないが、何とかしてあげたいという気持ちと葛藤していた。そんな中、私は父の傍らにいたが、その瞬間、私は看護師ではなく父の娘としての冷静さを失っていた。もともと何かできたのではないのか、娘は看護師だと誇りに思っていたくれた父。私はそれに応えることはできたのだろうか。あの質問をされたらどうしようと考えてるあまり、ちゃんと向き合っていないかったのではないだろうか。

な中、私は父の傍らにいたが、その瞬間、私は看護師ではなく父の娘としての冷静さを失っていた。もともと何かできたのではないのか、娘は看護師だと誇りに思っていたくれた父。私はそれに応えることはできたのだろうか。あの質問をされたらどうしようと考えてるあまり、ちゃんと向き合っていないかったのではないだろうか。

6年たった今でも自分に問いかけている。
唯一、救いなのは父の希望通り、自宅で看取ることができたことである。
後日、緩和ケア認定看護師に聞いてみた。患者から弱気な言動が聞かれた時どう答えるのか。答えは「なぜ、そう思うのかを聞く。痛みや苦しみがあるのならそのケアを行う」と教えてくれた。

「傾聴」。看護の基本だということに気付かされた。忘れてはいけない、患者の声を聞くこと。逃げずに向き合うこと。父から学ばせてもらったことを胸に、日々の看護を頑張ろうと思う。



今度は天国から

【福岡県】穴井 麻里 あない まり 34歳

小学校からの夢であった看護師になり、たくさんのお会い、そして別れがあった13年間。忘れられない思い出がたくさんある中でTさん思い出した。

白髪で少しふくらとした優しい笑顔のTさん。看護学生だった私が初めてあいさつを交わした時の最初の印象だ。70代で白血病を発症し、高齢での抗がん剤治療のため、体力的にも負担のかかる入院生活。鬱の既往もあり、表情がさえない日も多かった。たった1人の弟さんが毎日欠かさず丁寧な一口大にむいた果物を届けに会いに来られた時はいつもうれしそうに見えた。
そんなTさんを見て実習中は少しでも気分転換をと大好きな折り

紙を楽しみ、体調がいい日は車いすで花屋やチャペルに散歩に行つた。その時の笑顔は今でも忘れられない。
3週間の実習はあつという間に過ぎ、最終日、Tさんの希望と一緒に写真を撮った。主治医が「よか写真ばとるけん綺麗に化粧ばしよう」と言い、一緒に化粧を楽しむTさんが一瞬、つらい治療のことを忘れ、穏やかな空気に包まれているように感じた。まさに私が理想とする看護であった。看護師になり希望叶って配属となった血液内科で再びTさんと出会った。看護師になった私を見てTさんはとても喜んでくれた。実習のようにベッドサイドにずっといることはできなかったが、Tさんはしっかりと私の姿を見守って

くれていた。しかし、病魔はゆつくりとTさんの体を蝕んでいった。
ある日、いつものように声を掛けると「今までありがとう。今度は天国から応援するからね」と私に言った。まだ自分のことはできる状態なのに「なぜそんなこと言うの!?」と自分でも止められない涙があふれた。でも、Tさんは自分の命の限界が分かっていたのだろうか……。その夜、容態が急変し、弟さん到着後、天国へと旅立った。
「実習にて吾を看とりて女子の深き情に心いやする」
Tさんが私に書いてくださった一首。これから先もこの歌を胸にこれから出会う方々の「心」に寄り添える看護師であり続けたいと思う。



マー君の優しさ

【広島県】野瀬 淳子 65歳

「僕の血管は深いんだって、ここから奥に向かってまっすぐに刺したら良いよ」と小児病棟の看護師になつて数カ月の私にマー君が教えてくれました。マー君が指さした位置からわずかに触れた血管をめがけて針先を進め、見事血管に入り血液が逆流してきました。ドキドキしていた私に「入って良かったね」とほめてくれました。「マー君のおかげよ。ありがとうね。無事に採血ができたことの安堵感でいっぱいでした。」

と強く思いました。

マー君は、急性骨髄性白血病の5歳の男の子でした。ステロイドを内服中でふつくらして、採血当番の私はマー君の腕を駆血帯で結んで、視覚では見えない血管を必死な顔で捜していました。そんな新米看護師を見て「マー君の血管は深いね」と話す先輩看護師の言葉を聞き、注射針を刺す位置を見ていて教えてくれたのです。

トラック運転手の父、明るい母、「こんな病気になるって変わるものなら変わつてやりたい」が口癖の元気なおばあちゃんが交代で付き添っていました。新人看護師の役割は「院内散歩」かくれんぼ「トラランブ」と子どもらしいこと、楽しいこ

とを一緒にすることです。明るく優しいマー君は病棟の人気者でした。紙飛行機を飛ばし、婦長さんから叱られたこともあります。厳しい化学療法に耐え寛解を迎え、いったん退院しましたが再発して入院してきました。水痘に罹り、患し、治療を尽くしましたが、ある日、家族に見守られながら天国に旅立ちました。おばあちゃんは「変わつてやれなかった」と泣き崩れ、主治医は「天使になつて飛んでいけ」とカルテに書き、私は「マー君のことは忘れない」と決心しました。46年間の看護師生活で「忘れない」と誓った患者さんからの優しさを、今、大切にしています。



名誉ある不名誉なあだ名

【天分県】川井 未来 36歳

「来たな、『肛門大好きな看護師』！」

満面の笑みを浮かべた患者さんにつけられた、私の人生の中でおそらく一番名誉ある不名誉なあだ名です。

「入院してから通じがなくて苦しいのよ」。便秘は、私が入院患者さんからよく訴えられることで、一、二を争うほど多い問題です。食事が食べられていないから、運動量が足りないから、もともと出にくいから、理由はさまざまですが、入院前はきちんと自然に排便できていたのに、入院したから便秘になったと訴えられることも多いです。大抵は下剤を内服すれば排便がありますが、それでも排便がで

きません。患者さんの中にはいます。

「いつも通じが出らんから、看護師さんに摘便してもらってるんだ」。入院生活が長く、処置をしないと排便ができない患者さんは、摘便をされ慣れているのでお腹が張ってくる自分から摘便をするよう依頼をします。そんなことが多いので、もともと摘便が上手くはなかった私ですが、今では自信を持つて実施できる技術になりました。

「すっきりした！ あんた上手いな」。摘便が終わった後、患者さんが笑顔で言ってくれるその言葉がなによりもうれしい。ある患者さんは、私のことを「摘便の上手な看護師」として覚えてくれたのですが、次会った時にはなぜか「肛門大好き

な看護師」になっていました。摘便で排便がすっきりできることが好きなことは否定ができませんが、別に肛門が好きなのではなかったのに、苦笑して否定したことを覚えていてもらいます。それでも「あんたに摘便してもらいたい。次はいつ出勤なの」と、毎回会うたびに聞かれ、私が担当する日を楽しみにしてくれている姿がとてもうれしく、誇らしく思えました。

「肛門大好きな看護師」。何も知らない人が聞いたらとても不名誉なあだ名だと思いますが、私にとってはとても名誉あるあだ名です。これからのこの名誉ある不名誉なあだ名に恥じないよう、摘便の技術を磨いていきたいと思っています。



うれしかったで賞

【熊本県】土橋 桂子 80歳

看護の職場を離れて久しくなるが、私には忘れられない思い出がある。

昭和35年、大学病院付属の看護学校を卒業し同病院の第一内科に勤務することになった。40人の仲間もそれぞれの目的を持って東京、大阪、福岡などへ散って行った。私も「患者さんに寄り添える優しいナースになること」というささやかな目標をもって新米ナースとして日々頑張った。学生の時の実習とはまるで異なり、そこには責任というものがありきびしい毎日であった。第一内科は腎疾患と糖尿病の患者が主で比較的若い明るい病棟であった。ある時若くして糖尿病のため失明した患者さんから「あなた

は優しい看護師さんね、目が見えなくても分かるよ」と言ってもらった。とてもうれしくて私を認めてくれる人がいるのだと心に熱いものを感じた。
勤務は日勤、準夜勤、深夜勤がありそれぞれ大変であったが、特に苦手なのは深夜勤の蓄尿測定であった。まだまだ、技術の不熟さを痛感し技術の向上に務めると同時に「ミニケージ」にも心を配った。少しずつ仕事にも慣れ3カ月が過ぎたある土曜日の午後のこと、巡回のため病室に入った。その時大きな拍手とともに「うれしかったで賞」と手作りの横断幕が掲げられた。大きな花束とバナナが手渡された。

一同の人気投票であなただけに選ばれたのだと説明があった。とてもうれしくとても感動した。バナナは、今でこそ安価で簡単に手に入るが、当時は病気でもしなければ食べられないほど貴重なものであった。
この賞を受けたことでどれだけ私の心の支えと励みになったことか。その後、養護教諭、看護教員など、仕事の場を変えたが私の根底にあるものは、いつもあの時の「うれしかったで賞」が生きており、自分の中では看護観も確立し充実した人生を歩むことができたことを誇りに思っている。



ひと手間厭わ^{いと}ない看護に感謝 おかげでたくさん親孝行ができたよ

【兵庫県】三木 孝良 73歳

これまで散々親不孝を重ねてきた私は、一体どのように恩返しをしたものかと、いつも悩んでいた。

母が90歳を過ぎるころから、何度も圧迫骨折をするようになり、そのためにとうとう寝たきりになってしまった。私はやっと恩返しができるようになったと、むしろ在宅介護をできることがうれしかった。

そして介護をする中で、母にはこうするほうがより快適だろうと、介護方法や介護用品の改善や考案をし、2004年の兵庫手作り福祉用具コンテストで佳作をいただいた、用をたした後の「おしり洗浄グッズ」には、母もお気に入りの様子だった。

認知症も進み、嚥下機能が低下

した一〇〇歳を過ぎたころに、3度目の入院をした。

私は昼間、病院に付きっきりで看病した。恩返しのために、できるだけたくさんお世話がしたかった。しかし寝返りを打たせ、お茶をくみに行って帰ってみると、看護師さんが知らずに寝返りを打たせてくれて、また元の体位になっている。これでは私のしていることが、逆に母を苦しめてしまう。そう思った私は、ワープロで連絡帳を作り、机の上に置くことにした。連絡帳には日時と、作業内容を書いた。すると看護師さんがそれに気付く、連絡帳に書かれていない作業をしてくれた。私もやった作業が無駄にならないので、検温や顔拭きや口腔

ケアなども積極的に行って書く。また長さ15センチ以下のカテーテルなら許可が下りているので、固まった痰の吸引排出も行う。

そしてある朝、病室に行ってみると、連絡帳には「こんなのが取れました」と、ティッシュに包まれた大きな固い塊の痰が置かれている。

「そうきたか、それなら私も負けないぞ……」と、まるで看護の競争になつてきて、ますます楽しい母のお世話になつていった。

規定外の仕事は敬遠されがちな昨今、連絡帳に目を通し、そして書き込む余分なひと手間を厭わなかった看護師さんには、「おかげでたくさん親孝行ができました」と、母亡き今も、心から感謝している。



看護師の声掛け

【奈良県】下竹 柊里 しも たけ しゅり 20歳

私は2年前、熊本地震で被災しました。地震により心的外傷ストレス障害を受けている方、高齢者や褥婦^{じよくふ}、さまざまな方が避難所に避難しており、私もその1人でした。

私は地震で小さなけがをしてしまい救護室に向かいました。その時の看護師は、傷の手当てに加え「大丈夫？ 地震つらかったね、もう大丈夫だよ、ここにはいろんな大人の人がいるし、みんなで助け合っているね」と、優しい声掛けを行ってくださり、私の心のケアがされました。

また、災害支援のために現場に來ている看護師は、自分自身の家庭もあるにも関わらず、自分の職業に責任をもって現場での看護活

動を行っていました。私はその姿を見て、このような看護師になりたいと思うようになりました。

その時対応してくださった看護師は、テントの見回りの際にも私の顔を見ると「大丈夫？」と声掛けをしてくださいました。何気ない言葉の一つですが、その言葉がうれしかったのを今でも覚えています。

ほかにも「エコノミークラス症候群にお気を付けてください」と声掛けを行い、避難所を定期的に巡回されていました。看護師のネームカードを見ると安心しました。私だけでなく褥婦や高齢者など、避難所で過ごされている方とコミュニケーションを行い、避難所での生活環境について情報収集したりして、



一つのみかん

【広島県】柚木 未奈 ゆの き みな 19歳

私は小さい時、注射が大嫌いでした。小さいころは必ず打ちに行くインフルエンザの予防接種が一番嫌いで一番怖かったのを覚えています。

一般的に注射が苦手な子は多いと思いますが、大きな声で泣く程度で終わります。しかし、私は注射しようとしている看護師さんをこれ以上ない力で蹴りまくり、その病院の看護師さん全員とお母さんで私の身体を押さえて注射されるくらい、大変な子でした。

注射が終わった時、ある1人の看護師さんが私のもとへきて「すごいパワーだったね。みなちゃんよく頑張ったからこれあげるよ」と言っ

てみかんを一つくれました。私はその時「ありがとう」と言いたけれど、注射針を刺され、押さえつけてきた看護師さんに対する怒りと悔しさで、こんなみかん一つで誰が喜んでだよと、ひねくれたことを心の中で思いました。

そしてまた1年がたち、予防接種の時期がやってきました。くっそー、また注射かよと思いつつ、もういつもと同じ病院に連れていかれました。病院に行く前、お母さんから「今日は絶対に看護師さんのこと蹴ったらダメよ」と言われていたけれど、蹴る気満々でした。

受付を済ませ、待合室のところで、自分の名前がずっと呼ばれるのと願っていました。が「柚木さん、中にお入りください」という恐れてい

避難所の環境整備をされていた。看護師の存在やちよとした声掛け一つが小さな看護であり、被災し傷ついた心もケアされました。あの時の看護師の声掛けが、私が看護師になりたいと思えたきっかけの一つです。私も看護師となり、看護師という職業に責任と誇りを持ち、患者の心に寄り添った看護を行いたいです。

た言葉が聞こえました。私は嫌々中に入りました。すると、みかんをくれた看護師さんがいました。その看護師さんは私のところへきて「嫌だと思っけど今日も頑張ろうか！ あつ、今日は後じゃなくて、先にこれあげる」と言っ去年と同じように一つのみかんをくれました。この人、毎日みかん持つてくるのかな、まあ頑張るしかないな、怖いな〜と思いつつ、みかんを片手に持ち、じつと堪えました。すると、痛いけどすぐ終わることに気が付き世界一嫌いなものじゃなくなりました。それから予防接種を打ちに行くたびにみかんをもらうのが恒例行事になっています。



「思い」を看ていただいた

【東京都】伏見 浩之 ふしみ ひろゆき 56歳

2歳を迎えたばかりの娘が夜中に高熱を出した。1年前に肺炎で入院した経過があるので朝を待たず夜間当番医を探した。見付けたのは5年前に父を看取った総合病院だった。父の入院期間は7カ月ほどだったが、当時のことを思い出し少し重い気持ちになった。しかし、真つ赤な顔で苦しうに息をする娘を見ると迷う余地はなく、電話で予約し妻と急いで身支度を整えると病院へと車を走らせた。

夜間通用口から入ると、そこに懐かしい顔が待っていた。父の入院当時に大変お世話になった看護師さんの1人だった。

「受付から名前を聞いて、もしやと思って待っていました。やっぱりあ

の時の息子さんですね」

「はい。あの節は大変お世話になりました。今日は娘が……」

お辞儀をしてあらためて顔をうかがうとその目に涙が浮かんでいたのが驚いた。今は師長をされているその方は、別の看護師さんに妻と娘を診察室に案内するよう指示すると私を廊下に引き留めた。

「お父さんはね、あなたの結婚をずいぶん心配されてたんですよ。娘さんには申し訳ないけれどこうして会えてよかった。お父さんとの約束を果たせたようで安心しました」

そして当時、病室を訪れるたびに父が話していたという心配ごとの数々を話してくれた。まだ現役だった職場のこと、早くに妻が他界し

たため男手で育てた私や姉のことなど、家族にだからこそうえなかった父の悩みを聞いていたとのことだった。

父が他界し病院を出る時、ほかの看護師さんたちがうつむく中、彼女だけ表情を変えず黙って見送る姿が印象的だったので、まさかそんなやり取りがあったとは思わなかった。父の思いまで看ていただいていたことに5年たつて気付かされた。診察を終え安堵して戻った妻と娘を穏やかな笑顔で迎える姿にあらためて感謝し、この上ない安心感を持って病院を後にした。



柑橘系のアロマ

【千葉県】小口 佳月 おぐち かづき 31歳

妊娠生活というのは、幸せなものだと思っていた。個人差もあるの

だろうか。私にとつての妊娠生活は、決して楽しいものではなかった。つわりがとても重かったのだ。食べては吐きを繰り返し、血も吐いた。水も受けつけず、点滴で水分を補給した。入院は2回した。1度目はつわりの点滴入院。2度目は、情緒不安定による入院――。

妊娠6カ月のときのことだ。つわりは一向に治まらず、私はうつ状態になった。夜もほとんど眠れず、布団の中で泣いていた。そんな私を見て、夫が私の母に電話をした。「もう実家に返しますよ」と。

次の日、私は手首を切った。ナースステーションの前の個室に、

私は入院した。病室の窓は、開かないようにされた。涙が止まらなかった。毎朝、看護師さんが来て、おなかの赤ちゃんの心音を聞かせてくれる。私の子として生まれて、この子は幸せになれるのだろうか。そう思うと、また涙が出た。

病院食も、あまり食べられなかった。開かない窓から陽が差す中、のろのろと箸を動かし、口に運んだ。膳を下げてもらったあと、吐き気がこみ上げた。トイレは病室の外にある。間に合わず、床に吐いてしまった。ナースコールで看護師さん

を呼び、泣いて謝った。看護師さんはニコリと笑い、「大丈夫。びっくりしちゃったね」

そして、素早く床の物を片付け

てくれた。

床をきれいにすると、看護師さんがアロマの精油を持ってきてくれた。コットンに精油を湿らせ、机の上に置いた。

看護師さんが去ったあと、枕に頭を預け、ぼんやりとその香りを吸った。目尻を伝う涙が次第に乾いていく。その上をまた新しい涙が伝っていくのが、不思議と心地よかった。

あのときの赤ちゃんは、無事生まれた。弱い私から、色んな人がこの子を守ってくれた。私を守ってくれた。あのときはごめんね、と娘の頭をなでた。



看護の心をみんなの心に

**5月12日は
看護の日**

www.nurse.or.jp

【主催】 厚生労働省／日本看護協会

【後援】 文部科学省／日本医師会／日本歯科医師会／日本薬剤師会／全国社会福祉協議会

【協賛】 日本病院会／全日本病院協会／日本医療法人協会／日本精神科病院協会／全国自治体病院協議会／
日本助産師会／日本精神科看護協会／日本訪問看護財団／全国訪問看護事業協会／
テルモ(株)／東洋羽毛工業(株)／ナガイレーベン(株)／パラマウントベッドホールディングス(株)／
パルシステム生活協同組合連合会