

## 介護の読み物

【介護のこころ 11～15】

### 11. 「食べる力」は「生きる力」

「口腔体操」に関しては、第3課「口腔ケア」に、＜「パタカラ体操」で口腔をきたえる！＞がありますので、参考にしてください。(p. 45)



介護施設では、それぞれ工夫して「季節の特別料理」を出したりしています。

サイトに掲載されているものを活用すると、学習者もイメージしやすくなります。

<http://blog.livedoor.jp/kosaiin1toku02/archives/46323526.html>

特別養護老人ホームみなと弘済園



## 12. 人をつなぐ方言

外国人介護スタッフにとって、方言を覚えることは大変ですが、コミュニケーションにとって大切なものでもあります。最近では、地方自治体などが作成しているケースもあります。例えば、富山県では、県内で働く外国人介護職員向けに「とやま方言マニュアル」を作成し、介護現場でよく使われる 47 語の富山の方言と、それに対応する共通語や英訳を紹介しています。

[https://www.pref.toyama.jp/documents/18558/manual-design\\_0315low.pdf](https://www.pref.toyama.jp/documents/18558/manual-design_0315low.pdf)

**とやま方言 語尾いろいろ**  
言葉の終わりの部分に使う  
とやまの方言もたくさんあります。  
その中の一部をご紹介します！

43 ～ちゃ -cha 帰っちゃ! Kaichacha! 「かえるね」 そやちや Soyachya 「そうだよ」	44 ～け、～が -ke -ga これ、なんけ? Kore, nanki? 「これ、何？」 そんが Sonna ga 「そうなの」
45 ～とる -toru まだ寝とる Mada netoru 「何してる？」 「まだ寝ているよ」	46 ～られ -rare 食べられ Taberare 「まだ来てね」 「また来てね」
47 ～なん -nan 草よ Kusayo 「草くしないで!」 もう行かん Mou ikann 「もう行かなくて!」	

**コミュニケーションを円滑にするコツ**

**+ Gesture**  
ジェスチャーのススメ  
表情が豊かで、ジェスチャーも上手にできれば、言葉が足りなくても意思疎通がしやすくなります。

**+ Ask & note**  
分からない言葉は聞く・書く  
わからない時は遠慮せず聞きましょう。小さなノートとペンをいつも持ち、忘れないように書きましょう。

- 繰り返して言う
- メモを取る
- メモを見直す
- 人に聞く

この冊子は、県内70の介護事業所へのアンケートおよびヒアリングをもとに制作しました。

富山県厚生部厚生企画課  
〒930-8501 富山市新船曲輪 1-7  
TEL 076-444-3197

冊子はこちらからダウンロードできます  
令和4年3月発行

監修: 中井 精一  
富山県立大学

また、高知県国際交流協会では、「実際の生活の場面で耳にする土佐弁がわからない」という外国人の方々に向けて、動画「よくわかる土佐弁講座」を作成し、YouTube で公開しています。

<https://www.city.kochi.kochi.jp/kochi-life/pages/page0225.html>

これは、生活全般ですが、「医療関係者のための高知の方言」という資料も、高知大学医学部によって作成され、公開されています。

[http://www.kochi-u.ac.jp/kms/ff\\_famed/pdf/tosaben.pdf](http://www.kochi-u.ac.jp/kms/ff_famed/pdf/tosaben.pdf)

それぞれの地域における方言について、ネットで検索したり、本を見たりすることで、効率よく、楽しく学ぶことができます。

### 13. 認知症の利用者さんに寄り添う

認知症については「認知症の利用者への対応」というタイトルで、第14課で取り上げましたので、それも参考にしてください。

ある介護施設を訪問し、この本をお見せした時に、施設長の方は次のようにおっしゃいました。

モジュールで学べるのはいいですね！うちだったら、まず第6課「車いす移動」、それから第5課「杖歩行」、第4課「衣服着脱」……かなあ。あっ、そうそう。ベトナムの学生さんは、国で「認知症のお年寄り」に出会ったことがないんだそうです。それで、早めに第14課を勉強してくれると、ありがたいですね。

私は、2012年に訪問介護員2級養成研修課程（現・介護職員初任者研修）を受講しました。この「読み物」でも、その時の体験を書いています。同じように、介護現場では多くのことを学ばせてもらいました。まさに「現場は宝の山」ですね。

知人の宇野佳子さんは介護職員初任者研修を受け、NOTEに「魔法のことば」というエッセイを書かれています。宇野さんに許可をいただきましたので、紹介したいと思います。

「魔法のことば」

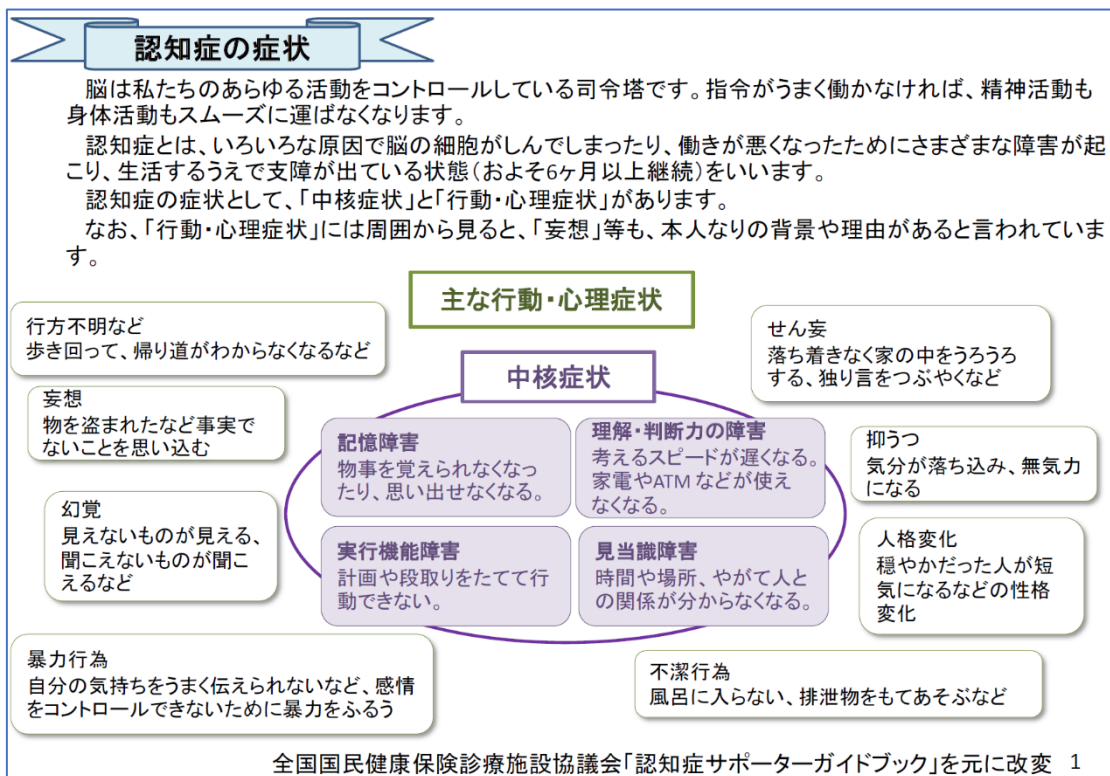
[https://note.com/uknot/n/n4a146dbc9995?fbclid=IwAR03k-zKKWCaOSQDH1kV9fcpyWcRXobyVMYfkWcWnL\\_VsT1TPMxsJcIC\\_M](https://note.com/uknot/n/n4a146dbc9995?fbclid=IwAR03k-zKKWCaOSQDH1kV9fcpyWcRXobyVMYfkWcWnL_VsT1TPMxsJcIC_M)

認知症の症状が出てきた人もやはり、頭の中に引き出しがあってそこには、それまでの人生で積み重ねた経験や知識がタププリ入っているのだそうです。でも、出したいものがどこに入っているのかわからなくなる…既にパンパンに入っているのですから、無理に入れようとしても（つまり、周囲の人がなにかを教えようとしても）反発するだけ。だから…介護士の役目は、引き出しを開けてあげること。知らないことを教えるのではなく、本人の代わりにやってあげるのではなく、ただ、引き出しを開けてあげる。そして、そのための魔法のワードがある、というのです。何だと思いませんか？

では、この続きは、NOTEをご覧ください。

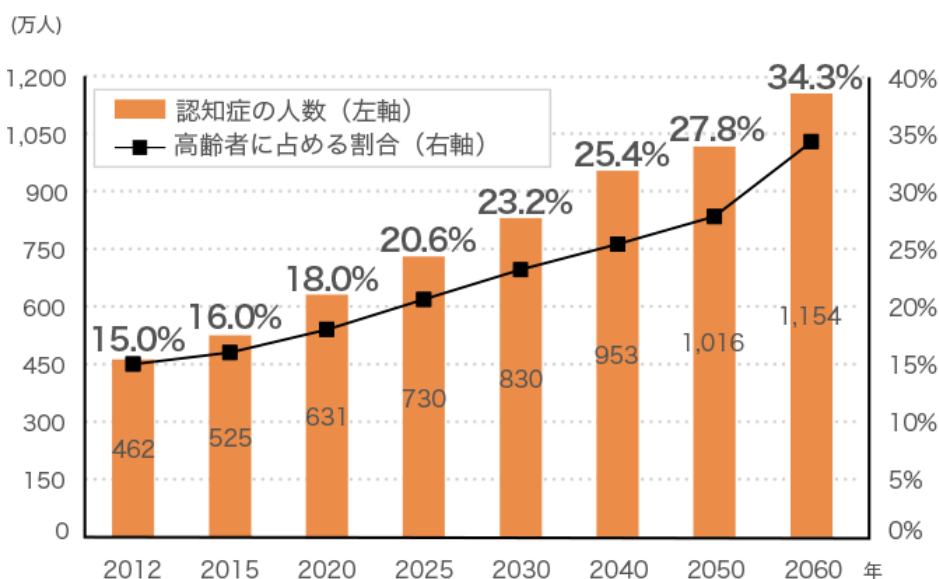
厚生労働省老健局「認知症施策の総合的な推進について」を参考に載せておきます。詳しくは、元データを見てください。

<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/000519620.pdf>



また、MUFG「認知症の現状と将来推計」には、「日本における認知症の人の将来推計」として、以下のようなグラフが提示されています。

<https://www.tr.mufg.jp/shisan/mamori/dementia/02.html#:~:text=65%E6%AD%B3%E4%BB%A5%E4%B8%8A%E3%81%AE%E9%AB%98%E9%BD%A2,%E3%81%99%E3%82%8B%E3%81%A8%E6%8E%A8%E8%A8%88%E3%81%95%E3%82%8C%E3%81%A6%E3%81%84%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82>



※各年齢の認知症有病率が上昇する場合の将来推計

出典：認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～の概要（厚生労働省）を基に当社作成

#### 14. 「一番輝いていたとき」を大切に

「13 認知症の利用者さんに寄り添う」でも書きましたが、私は、2012年に訪問介護員2級養成研修課程（現・介護職員初任者研修）を受講しました。この「読み物」のタイトルは、その研修でとても印象に残った言葉の一つです。これを聞いたとき、「留学生に対しても、誰に対しても、同じ思いで接しなければ！」と強く思ったものです。

「新潟出身のある利用者さん」とは、私の母のことです。2011年1月に介護施設に入った母は、2022年11月現在101歳。すでに滞在歴は10年を越えました。すぐ近くに住んでいる私達は、できるだけ訪ねるようにしていますが、いつも昔の事を持ち出し、「母が輝いていたとき」を大切にしています。ここに載っている俳句は、数年前、85歳になる甥が小さいときに書いたものを、思い出して送ってきてくれたものです。その時の母の嬉しそうな顔！

「一番輝いていたとき」を引き出す時に大切なのが、「傾聴」です。ポイントとしては、「利用者さんを受け入れること／真摯な態度で聴くこと／利用者さんの立場に立って理解すること」の3つが挙げられます。次に、傾聴の3つのコツを挙げておきましょう。

\* 共感する            \* 否定しない            \* 話を最後まで聴く

また、ことばだけではなく、非言語コミュニケーションも大切です。笑顔で、適切に相づちを打ちながら聴くということも意識したいものです。

もう1つ「質問力」にも触れておきたいと思います。よく言われるのが「閉ざされた質問」から始めて、「開かれた質問」に移っていき、徐々に利用者さんの思いが引き出せるように持っていく方法です。このあたりも、さまざまな「質問力」の本が出ているので、参考にするといいと思います。

<閉ざされた質問> 「はい」「いいえ」で答えられるもの。また、簡単にひと言でも答えられるような質問。

<開かれた質問> 例：ふるさは、どんな所ですか。  
どうして家にお帰りになりたいんですか（帰宅願望）

次の質問に移る時にも、「そうだったのですね」「それは大変でしたねえ」「へえ、そうなんですか」等々、適切な相づちが大切になってきます。

## 15. 人生の最終章に寄り添う「介護」という仕事

「読み物」の最終章となります。読むだけでなく、ぜひ学習者同士で、思い・考えを伝え合い、それを「書くこと」にもつなげたいところです。もちろん他の「読み物」に関しても、学習者の状況に合わせて「書くこと」も実施すると思います。

「介護」という仕事は、とてもやりがいのある仕事です。仕事を通して、人生の先輩である利用者さんから、たくさんのことを学ぶこともできます。ここで、私の母が101歳の誕生日を迎えた日に撮った動画を紹介したいと思います。私がこうして元気に仕事を続けられているのも、介護施設で母が快適に暮らしてしてくれるからだ感謝の気持ちでいっぱいです。

会話を愉しむ～101歳を迎えて～(3分)

<https://www.youtube.com/watch?v=Veog6Lovuls>

101歳を迎えた日に、母といろいろ語り合いました。その一部をご覧ください。92歳の妹からの写真メッセージ、87歳の甥っ子が作った俳句に感激しています。そして、「生きている間に、ぜひアメリカに住む甥に会いに行きたい」と語っています。

「クリックジョブ介護」のサイトには<「介護職員に聞いた！利用者様から言われて「嬉しかった言葉」とは>として、調査の結果が出ています。

<https://kaigo.clickjob.jp/column/happy-word/>

* 感謝の言葉	* あなたで良かった	* 明るくて元気が出る
* 優しい、気が利く	* 安心する	* 辞めないで

「感謝の言葉」として、例が沢山出ていますので、挙げてみましょう。あとは、サイトをご覧ください。

- ・ いつもありがとうね。
- ・ 寒いのにすまないね。
- ・ いつも体のこと、気にかけてくれて、ありがとう。
- ・ いつも優しくしてくれてありがとう。
- ・ いつも嫌な顔をしないで、話を聞いてくれてありがとう。

学習者の方からは、どんな言葉が出てくるか楽しみですね。