

「人への思いやり」

別府溝部学園高等学校看護専攻科1年 小島 涼子

「大丈夫やけん。落ち着くまで一緒におるけんね。」

中学生の頃、近所の温泉に行った私は、加減も考えず長時間湯につかり、湯から出ようと思った時にはすっぴんのぼせあがっていました。なんとか脱衣所まで行き服を着始めた時、気分が悪くなり私は床に座りこんでしまいました。すると私の異変に気づいた温泉のお客さんがすぐに、「のぼせたんかえ。わかった。」と言って冷やしたタオルを首にかけてくれました。脱衣所に居た他のお客さんも、これから温泉に入る人、温泉に入って出ようとしている人、関係なしに入れ替わり立ち替わり、私にできることを施してくれました。なかでも「大丈夫やけん。落ち着くまで一緒におるけんね。」という言葉はとても温かく、感謝の気持ちを強く感じたことを覚えています。

私は今、看護師を目指し看護の勉強に励んでいます。看護師になりたいという夢に、近所の温泉で起きた出来事も関わっていることは言うまでもありません。あの時、看護の知識も持ち合わせていない人たちが、私一人のために自分のできることをしようと動いてくれた。そのことは今でも私が看護師になりたいと思った時の初心に帰らせ、私が実習などで悩み落ちこんだ時に「自分のできることをすればいいのだ。」と励ましてくれます。

実習を繰り返して、私は声かけの大切さも学びました。これから何をされるのだと不安を感じる患者さんに、これから何をするのか、手順等をその度声かけをすることで安心感を与えること。「ゆっくりでいいですからね。大丈夫ですよ。」の声かけ一つで患者さんが落ち着いて看護ケアに参加してくれること。私は患者さんに声かけをする時、あの温泉で「大丈夫だからね。」と声をかけてくれた人の言葉を思い出します。そして自分が安心できると思う言葉を探し、私は声かけを行うのです。

看護ケアには全て意味があります。一つ一つのケアにも細かな手順があり、それら一つ一つに根拠があるのです。看護の教科書には書かれていない、現場の看護師が行っているケアの手順にも根拠があります。それらを実習先で学び覚えておくことは重要ですが、それら全てを記憶することは困難でもあります。だから自分が看護ケアを実践する時には、患者さんにとって最善な方法とは何か、個々に合わせたケアを施そうと試みます。教科書はケアの基本となり、学ぶ大切さを感じます。そして患者さんに「何かをしてあげたい。」という自分の気持ちは、あの日看護の知識も持ち合わせていないのに私一人のために、自分ができることをしようとしてくれた人たちと同じ気持ちなのだと思うと、自分のことが少し誇らしくなるのです。看護ケアの土台となっているのは「何かをしてあげたいという人を思いやる気持ち」だと思います。

看護を語るにはまだ勉強も覚悟も足りず、まだ未熟な立場だけど、将来夢が叶い看護師になった時にもあの温泉での出来事を思い出して初心に帰り「人への思いやり」を一番に大切にしたいと思っています。