

## さわ研究所賞

ゆきたけ ゆな  
行武 由奈

### 手と目

「看護の看という字は、手と目でできている。」これは、五年一貫の看護科へ入学した一年目に、先生から教わった言葉である。中学校を卒業してまだ間もない私は、漢字の成り立ちの面白さに感心した。今思えば、本来先生が伝えなかった趣旨を理解できていなかったと思う。その後も何度かこの言葉を聞いたが、実習の経験もほとんどなかった私は、具体的にイメージすることができなかった。この言葉の本来の意味を、私は四年生を迎える春に実感した。

高校の卒業式も終わり、春休み真っ只中のある日、私は病院に居た。心臓マッサージを受けている母の目の前で、祖母と伯父の隣で服の裾を握りしめて泣いていた。あまりにも突然の出来事に現状を受け止めきれず、「これが授業で習った死亡宣告か」と、どこか冷静に考えている自分がいた。おそらく、目の前で死亡宣告を受けたのが母であると、信じたくなかったのだろう。冷静な私の感情とは裏腹に、目からは大粒の涙が溢れていた。親戚も集まり、祖母や伯父が手続きを進めている中、私はただぼーっとして、泣いて、ぼーっとしてを繰り返していた。幼いころから、一人で私を育ててくれた母との突然の別れは、高校を卒業したばかりの未熟な私には抱えきれないものであった。

霊柩車が到着し、私は母と共に車に乗ることとなった。医療従事者の方々に深々とお辞儀をし、車に乗り込もうとしたとき、後ろから肩に触れる手の温もりを感じた。驚いて振り返ると、一人の看護師が真っ直ぐと私の目を見つめていた。人の目を見て話すことがあまり得意ではないはずの私の目は、看護師の力強い目に捕らえられたかのように、逸らすことができなかった。ほんの数秒の出来事であり、会話もなかった。だが、私はあの時の看護師の手の温かさと、力強い目に、背中を押されているような、温かく包み込まれているような、なにかを感じた。「大丈夫だよ。一人じゃないよ。」とされているような気がした。霊柩車に乗り込み、葬儀場に到着までの数十分、私は声を殺して泣くことができなかった。先ほどまでの冷静さはなくなり、母の死を嘆き、悲しんだ。

四年生もあつという間に終わりに近づき、最終学年を迎えようとしている。私は今でも、あの日の看護師のことをよく思い出す。名前も顔も覚えていないが、その時の感情は鮮明に覚えている。ふと母に会いたくて寂しくなった時、くじけそうになった時、あの手の温もりと力強い目を思い出して、頑張ろうと奮い立たせることができる。手と目がこんなにも一人の人間に影響を与えようとは、一年生のころの私は思いもしなかった。看護師の手と目の力を知った私は、与える側になることもできる。あの日の私が救われたように、手と目で護ることができる看護師に、私はなりたい。

## 審査員特別賞

やつだ りさ  
八田 理沙

### 伝えること伝わること

私は看護過程基礎実習で患者A氏を受け持った。A氏を受け持った期間はA氏の緊急入院翌日から4日間。A氏は高齢で、加齢による認知機能低下や重度の難聴があり、鼻から挿管されたチューブを抜去する恐れもあることから、身体拘束が行われていた。また、何をすることも介助が必要な状態であり、褥瘡ができないよう、定期的に体位交換する必要があった。しかし、A氏は体に触れる援助を頑なに嫌がり、激しく暴れていた。私ははじめ、どこか痛いのかと考えていたがそれは違っていた。私は難聴であるA氏とコミュニケーションを取るため、耳元で低音を意識した大きな声で声掛けを行ったが、A氏は聞き取れていない様子であった。私自身もA氏の話す言葉を聞き取ることができず、お互いに困ってしまった。すると、A氏は私に「紙に書いて」とジェスチャーで訴えてくれた。私はA氏が両手にミトンを着用していたことから、手浴の援助をしたいと考え、メモ帳に「Aさんの手を洗ってもいいですか」と書いて見せると、A氏は笑顔で頷き、一切暴れることなく落ち着いて手浴を行うことができた。A氏は体に触れられることが嫌だったのではなかった。看護師の援助の提案を聞き取ることが出来なかったことから、何をされるのか理解できないまま、急に体を触られることが怖かったのだ。そして、手浴を行っていく中で、はじめはぎゅっと握りしめられていた手から、少しずつ力が抜けていく様子を感じられ、A氏が少し心を開いてくれたのだと嬉しく思った。私はA氏のおかげで「伝えること」と「伝わること」は全く違うのだと気付くことができた。

私は今まで「伝えること」を意識してコミュニケーションを取ってきたように思う。しかし、今回のA氏との関わりを通して、「伝えること」が大切ではなく、相手に伝えたいことが「伝わること」、そして相手がそれを理解できていることが大切だと気付くことができた。もし私がA氏と同じ状況であったなら、私も何をされるのか分からない恐怖で体に力が入り、さらに急に体に触れられたなら、驚いて泣くこともあったかもしれないと容易に想像できた。私たちは、働く上で看護師として患者に触れ、援助を行うことが当たり前のように感じてしまうかもしれない。しかし、患者さんはどうだろうか。他人に体を触られることは非日常的なものであり、ましてや訳も分からないままであれば、なお恐怖を抱くのが正常な反応ではないか。

私はA氏と出会えたことで、患者さんとのコミュニケーションをとる際には、「伝わること」が大切であり、そのためには、患者の表情や反応に気付く観察力や広い視野を身につける必要があると学んだ。どの患者さんも急な病気や事故での入院で多くの不安を抱えているだろう。私はA氏の見せた笑顔をお忘れず、安心感を与えることができる看護師を目指す。

# 全国看護学生作文コンクール

## 第15回 表彰一覧

### 【個人部門】

各賞	氏名	都道府県	学校名
最優秀賞	井上 実優	千葉県	東京医療保健大学
読売新聞社賞	赤坂 野恵	茨城県	宮本看護専門学校
医歯薬出版賞	川村 琉衣奈	石川県	独立行政法人国立病院機構 金沢医療センター附属金沢看護学校
さわ研究所賞	行武 由奈	大分県	昭和学園高等学校 看護学科専門課程
審査員特別賞	八田 理沙	佐賀県	佐賀県医療センター好生館看護学院

### 【学校団体部門】

各賞	都道府県	学校名
最優秀団体賞	佐賀県	佐賀県医療センター好生館看護学院
優秀団体賞	兵庫県	姫路赤十字看護専門学校

全国の看護学生の皆様から 2,000 作品以上のご応募がありました。たくさんのご応募をいただきまして、誠にありがとうございました。また、表彰された皆様、おめでとうございます。表彰された5作品は、NPO 法人国際看護支援センターのホームページでも公開しております。また、佳作など、表彰された5作品以外の選出結果を一覧にした「入賞者一覧」を同ホームページに掲載しておりますので、是非ご覧ください。



全国看護学生作文コンクール実行委員会  
事務局 NPO 法人国際看護支援センター



# 最優秀賞

いのうえ みゅう  
**井上 実優**

## 「生きるを支える」一人とのつながりから

私がA氏と出会ったのは、初めての領域別実習である。A氏は肝硬変の末期であり、緩和医療を求めている。私がA氏に会って衝撃を受けたことは、「自宅に帰ってから何をしたいか」と尋ねたところ「死の準備をしなきゃね。」と言われたことである。その時私は何も返事をする事が出来なかった。その後の話の中でも死について語る場面が多くあった。一方「やっぱり死ぬのは怖いね。」ともおっしゃっていた。今まで死に直面したことがない私は、どうしたらよいのかわからなかった。死に向かうことがどれほど怖いことなのだろう、その怖さの中でA氏は何を感じているのだろう。私には理解することはできなかった。頭が真っ暗になってしまい、涙を流してしまった。

看護師である母からは、「看護師だって泣くときはあるよ、だから泣いてもいいんだよ。患者さんが今を生きることを支えることが看護師には必要だと思うよ」と声をかけてもらった。この時私は死と直面しているA氏と向き合うことが必要であると感じた。その結果A氏との関わりでは、現在生じている苦痛を緩和させることが必要な看護であると捉えた。ぎゅっと握られた手や、緊張した肩をさすりながら会話を進めることを意識した。A氏は「1人でいると怖かった。あなたがいてくれるだけで安心する。」とおっしゃった。A氏は日に日に表情が明るくなり、「娘に会いたいな…。もう少し頑張りたい。」と前向きな言葉を表現するように変化した。「触れる」という小さなことが、孤独を払拭し、希望を見出すことが出来ることに気が付いた。そこで、看護師と患者の関わりに目を向けてみた。ここでは、担当ではない患者に声をかけることや、何気ない関わりの中でタッチングを行っている様子があった。患者の表情は明るく、必死に生きようとしている様子があった。

この経験から、人の手の温かさや1人ではないと感ずることが出来た時、生きる希望を見出すことが出来ると感じた。「生きる」を支えるとは、そんな人とのつながりを作ることではないか。日常生活でも、人はだれかを支え、誰かに支えられながら生活をしている。誰でも1人で生きることはできない。孤独を感じる時、人は時として、否定的な感情にとられる。それを肯定的に変えることが出来るのは、やはり人である。人との関わりの中で生活している人だからこそ、人と人とのつながりは生きるうえで必要不可欠な要素となる。人を対象にしている看護では、その要素が重要となる。

そんな人と人をつなぐ看護師に私はなりたい。看護師は医師のように病気を治すことはできないが、病気と向き合い必死に生きようとしている患者を支えることは看護師にしかできない。入院中は、誰もが孤独になりやすい。その中で、患者のそばに1番近い存在である看護師だからこそ、孤独を人と人がつながる輪に変える手助けをしていきたい。

読売新聞社賞

あかさか やえ  
**赤坂 野恵**

## 認知症患者の見ている世界と私たちの世界を繋ぐ看護

三回目の実習では、精神科の閉鎖病棟に入院する、認知症の患者さんを受け持たせていただいた。そして感じたのは、認知症の人はその方独自の世界があり、彼らはそこに身を置いて暮らしているということだった。その世界は、私たちが今見て感じている世界とはちょっと違う。この違いが、私たちが認知症の方と接したときに、驚きや恐れ、嫌悪の原因になってしまっているのだと知った。

私の受け持ち患者さんは、つい半月前まで、暴言や多動といった不穏症状が強い人だった。実習初日、猫のぬいぐるみを抱えながら、ぼんやりとした様子でデイルームの車椅子に座っているAさんがいた。「はじめまして、学生の〇〇です。今日から実習でお世話になります」目線を合わせて挨拶をすると、「おう、そうですか」と穏やかに返事してくれた。

Aさんは、往年の有名コメディアンを生まれたときからの友人だと自慢げに話す。「彼から子猫を預かったんだ」と、愛おしそうにぬいぐるみの猫に視線を落とした。

「仲のいいAさんだったから、お友達も安心して猫ちゃんを預けられたんですね」

「おう、あいつは生まれたときから一緒だったからな」

もちろんこれは、Aさんの空想の世界の話だ。ただ、テレビにも作業療法のレクリエーションにも一切関心を示さず、デイルームの窓をぼんやり眺めながら「外に出たい」とつぶやいていたAさんが、友人から猫を預かったと話すときだけは、自信に満ちた力強い声で生き生きと生きているように話していた。

認知症の方の幻視や妄想、徘徊、暴言、不潔行為といった一見不可解な言動は、病気の進行と共に、本人さえも気づかぬうちに築かれた認知の歪んだ世界で、迷子になってしまった状況なのだと思う。戸惑いながらも、彼らは精一杯生きており、患者さんの世界のなかでは、これら不可解な行動にもきちんとした理由があって、彼らにとっては十分理に合ったものなのだ。ただ、私たちのいる世界の側から見ると、少し異様に映るというだけで。今回、そんな認知症患者さんの世界を垣間見たことで、私は、彼らの世界と私たちの世界とを繋ぐ、懸け橋のような看護師になれたら良いなと思った。

私の理想の看護とは、まずはその人を丸ごと受け入れることだ。良いことも悪いことも全部、温かな気持ちで受け入れて、何をどのように支援すべきかを冷静な目で見極めていく。まだ今は遥か遠い理想だけれど、それができる知識と技術を少しずつ、でも着実に身につけていきたい。そしていつか、患者さんが病や障害という困難な道を、一歩でも自分の力で歩んでいけるよう、その道を照らす灯のような存在になりたいと思う。

医歯薬出版賞

かわむら るいな  
**川村 琉衣奈**

## 被災地でみた災害医療の限界

令和6年1月1日、私の住む石川県能登地方で最大震度7を観測する大地震が発生した。私はその時、家族で珠洲市にある祖母の家に帰省をしていた。楽しみにしていたサッカー中継の直後、大きな揺れに襲われた。揺れが落ち着き、外に避難すると、家は半壊し、地面は地割れしていた。何が起きたか理解する暇もなく、私たち家族は近くの中学校まで避難した。

避難する途中、「誰か！」と、助けを求める声や、土砂に押しつぶされた車、全壊した家屋、見たことも無い景色が辺り一面にあり、これが現実なのかと疑った。

さらに衝撃を受けたのは、避難所の中学校に入った時だ。負傷者が沢山運ばれ、1人の看護師が順番に応急処置に当たっていた。能登地区は高齢化が著しく、過疎化した地域であるため、若い医療従事者が全くいなかった。心臓が悪いおばあちゃん、瓦礫で足が潰れた男の子、臨月の妊婦、助けを求める声が常に聞こえていた。道の地割れが酷く、緊急車両も通れなかったため、到着が遅れていた。私も看護学生としてなにかしたい、手伝えることはないだろうかと、負傷者の集まる部屋に訪れたが、あまりにも悲惨な光景で足が震え、何も出来なかった。苦しんでいる人を前にして、何もできない現実が悔しかった。

避難所で生活をして2日目の朝、ようやく救急車や、ドクターヘリが到着した。

水や高齢者用オムツの支給もされた。若い者たちで手分けして、高齢者のオムツ交換を行った。医療従事者はこの時5人に増え、初日よりスムーズに負傷者への対応がなされていた。しかしまだまだ手は足りず、避難所から出て病院に行く手段もなく、なんの設備もない中学校での応急処置は続いていた。もっと迅速な対応ができていれば、救えたかもしれない命を沢山みた。過疎化が進んだ地方での震災であったため、仕方がない、どうしようもないこともあったと思うが、このような事態が起こった時、もっと早く対応ができるような設備を整えておくことが大切なのではないかと感じた。

私は今回の震災を体験して、災害医療の現実をみた。

もっと早く、より多くの医療従事者を、と、頭で考えて願うだけならいくらでもできるが、実際そう簡単に実現するようなことではないとこの身をもって学んだ。

この先何年かかっても、この地震大国である日本には、万全の災害医療の体制を確保し、備えることが絶対に必要なのだと考える。私も今後災害看護について学び、現時点ではどこまでが可能で、どのような課題が残されているのか、もっと知りたいと感じた。そしてもしまた同じような災害が起こった時、今度は震えてなにもできない私ではなく、1人でも多くの命を救えるような私になって、真先に救護に当たりたいと強く思う。