あの日の魔法の手

今から 14 年前、５歳だった私は避難所生活を送っていました。そこで出会った看護師さんとの関わりは、今でも忘れられません。

2011 年 3 月 11 日、東日本大震災が発生しました。まだ 5 歳だった私は、保育園での突然の大きな揺れに驚き、先生の「みんな早く机の下に入って」という叫び声に従い、机の下から放り出されないように必死に机の脚をつかんでいました。その後避難所に避難し、全身水浸しの母と合流してから私の避難所生活は始まりました。３月でしたが、雪の降り積もる寒い日でした。食事もお煎餅１枚など、以前の暮らしのようにお腹いっぱいに食べられない日々が続きました。また、まだ幼かった私は、「大人は泣かない」「大人は何があっても冷静」というイメージがありました。しかし、携帯電話を見ながら泣き叫ぶ母や、怒鳴り声をあげて言い争いをしている大人たちを見ていくうちに不安や怖いという気持ちが大きくなり、体調を崩してしまいました。

そして、避難所に駆けつけてくださっていた看護師さんのところへ母が連れて行き、診てもらいました。私は看護師さんに何も話せずにいましたが、その看護師さんは、「辛かったよね」「だんだん怖い気持ちがなくなっていくからね、大丈夫だよ」と、笑顔で声をかけながら手や足を擦ってくれました。すると、不安でいっぱいだった気持ちが安心感に変わり、身体も暖かくなり、食欲も徐々に回復していきました。当時の私は、その看護師さんの手を「魔法の手」だと思いました。

あれから 14 年間、あの看護師さんとの関わりを忘れたことはありません。あの看護師さんのようになりたいと思い続けた私は、看護学校に入学し、一生懸命に講義や実習に取り組み生活しています。学校に入学してから、あの時の「魔法の手」は、「タッチング」という非言語コミュニケーションの１つだということが分かりました。看護において基本的な技術ですが、この技術に私は救われました。看護の知識や技術を学んでいく中で、基礎的なことが大切であるのだと改めて実感しました。また、患者さんが抱える不安や恐怖を少しでも和らげることができるように、知識や技術を身に付けるだけでなく、寄り添う心、傾聴する態度についても学んでいます。実習を通して、笑顔で声をかけたり、優しくケアを行っていくだけでも、患者さんの笑顔が生まれることが分かりました。看護とは、単なる治療や処置だけではなく、患者さんの心に寄り添うことなのだと実感する日々です。

もし、あの時避難所で看護師さんに出会っていなければ、私はこうして看護の道を選んでいなかったと思います。あの日の魔法のようなぬくもりを今度は私が届けられるように、これからも努力していきたいです。