



広報誌 PLUS

第8号 発行日 令和7年3月

発行者 生活介護事業所プルスペース

～ 予測 ～

管理者 金田 紘和

「リフレーミング」とは、視点や解釈を変えることで、意図的に自分や相手の生き方を健全なものにするものです。よく例えとして使用されるのは、コップの半分のジュースに対して「もう半分しかない」と考えるのか、「まだ半分もある」と考えるのか、言葉の違いによって物事に対しての捉え方は大きく変わってきます。単なる言葉の言い換えと言ってしまうと、そこまでかもしれませんが、時には必要となる場面もあるように感じます。

「生活」について考えてみると、私たちの人生においては「予測できる変化」と「予測できない変化」があります。前者の「予測できる変化」とは幼稚園や学校への入学、卒業、その他就職等でしょうか。その通う先に合わせて住まいや移動方法、またそれらに伴う準備といった変化が生じます。後者の「予測できない変化」もたくさんありますが、必ず挙げられるのは、家族や近しいの方々の怪我や病気等で生じる変化です。自身の体調不良だけでなく、看病や介護が必要となる場合等、「急に、大きく」生活が変わっていくこととなります。

当事業所を利用されている方々も含め、ご家族の方々は「親なき後の生活」という共通する不安を持たれているかと思います。家族として将来を考えることが怖いと話される方もいらっしゃいます。病気や怪我、高齢化等、時期や理由の違いはあれど、いずれは自宅以外の住まいの場を選択することとなります。当事業所にはすでにグループホームに入居されながら通われている方もいらっしゃいますが、「これから」ご家族と離れて暮らすことが待っている方々の不安は、私たちの想像をはるかに超えるものだと考えております。

とあるご家族から、「親の方が先に弱ってしまい、いつかは自宅での生活から“どこか”へ住まいを移すことが必要となるので、ダメだった時には自宅でみてあげられる内にグループホームにチャレンジしたい」との考えをお聞きました。そして、そのチャレンジをしたことで、そばで過ごしてくれる人が1人でも増えたらいいなという希望も話されていました。自宅から入所施設やグループホーム等での生活の変化はとても大きいものです。リフレーミングとは少し意味が異なるかもしれませんが、言葉だけでなく考え方を変えたり、広げたりすることで将来の生活や選択の幅が広がっていくこともあると思います。住まいの場が変わるという大きな変化を「予測できない変化」ではなく見守りができる時期での「チャレンジ」に変えて、生活を支え続けているご家族の考え方に感銘を受けましたので、ご紹介させていただきます。



～ 看護便り ～



3月3日は耳の日です。

少しの不注意が中耳炎、外耳炎の原因になることもあります。

- ① 耳を爪で引っかいたり、強く引っ張ったりしないこと
- ② 耳垢が溜まってないかをチェックしましょう
- ③ 鼻をかむときは片方ずつ静かにかむようにしましょう
- ④ 耳の傍で大きな音や声を出さないようにしましょう

皆さんは心当たりありませんか。日頃から気をつけて耳を大切にしていきましょう。

看護師 松鼻 一三



(有) 万葉堂
生活介護事業所
プルスペース

