

<みよみよ はればれ まんなか>



美花果 便り



Vol.54

都筑の町のほほまんなかで

～その 54～

「南極の氷、持っていますか？」

そう言われて、思わず目が点になってしまいました。あの南極の氷山？南極の氷という名前の氷？南極の水で作った氷？等々、頭の中で思いめぐらせていると、冷凍庫から、ジプロックに入った白い塊を持ってきてくれました。ご家族が大学の先生で、実習生を連れて毎年南極に海洋観測に行くそうで、南氷洋の氷山のかげらを持って帰ってきたそうです。その白い氷は、小さなゴミが付いているあたりが、よりリアルです。ふつうに割って、グラスに入れてウイスキーでもジュースでも注いで飲んでください。と。その氷は溶けるときに、何万年も前に閉じ込められていた空気が出るそうで、パチパチと小さな音を立てるということです。

早速事務所にもどり、アイスピックが無かったので、ドライバーと金づちで割り、透明なグラスに入れて、自販機で買ってきた紅茶を注いでみました。グラスに耳を近づけてみましたが、何も聞こえません。しかし、他の人に持っていくと、「聞こえる！聞こえる！！」と。私の右耳は老化に伴い既に難聴になっていることを思い出し、左耳で聞いてみると、かすかに、パチパチと音がします。南極の氷は海水ではないので、塩辛いわけではありません。味は普通の氷と変わらない味でした。

その話を利用者さんにしたら、「私もその氷のようにきれいな音を立てながら、最期の時は昇天したいわ。清らかに浄化して、天に召されたい。」と。何万年前の空気が清らかかどうかはわかりませんが、南極の氷は難聴検査にも使えることが分かりました。笑

松田

みよみよ看護

【訪問看護ステーション】

住所：〒224-0033

横浜市都筑区茅ヶ崎東 4-9-18

電話：045-949-6277

FAX：045-949-6278

メール：e-matsuda@ni-care.jp

ホームページ：<http://www.ni-care.jp/>



リハビリの空があります。曜日と時間にご相談下さい。
ご依頼お待ちしております。

「看」という文字は、手をかざしてよく見るという意味合いがこめられています。

中国の禅僧が我々の中に存在する宝を見極めよ、という意味で「看看（みよみよ）」といっているところから名前をつけました。

皆様の心の中にある宝物を大切に、お家での生活を支えます。

【 アンガーコントロール 】

みよみよ看護に入社して7年目、理学療法士として11年目の菅野と申します。父親としては4年目になりました。たくさんの患者さんと向き合ってきましたが、それ以上に苦勞する事は3歳の娘と向き合う日々かもしれません。仕事では、どんなに困難な状況でも患者さんの「なぜ」を理解しようと冷静に努めます。痛みで思うように動けない方など相手の気持ちを理解できるようにと常に試行錯誤し、考えて行動するように努めています。

しかし、一歩家に足を踏み入れると、その「仕事モードの自分」はどこかへ消えてしまいます。先日、娘はお部屋でのおもちゃの片付けを巡って大泣きしました。「まだ遊びたい！」と泣き叫ぶ娘に私は疲れと焦りから私の未熟な一面が顔を出しました。

「いい加減にしろさい！もう知らないからね！」

思わず声を荒げてしまった後、娘はさらに大きな声で泣き出し、私は何とも言えない後悔の念に襲われました。仕事では絶対にしないはずの感情に任せた言動、なぜ一番身近な存在である娘にはこんなにも未熟な自分が出てしまうのだろうか。

声を荒げてしまった後、私は一度深く息を吸い込み、冷静になりました。そして、先ほどまで仕事で患者さんと向き合っていた時の自分を思い返しました。「この患者さんの『なぜ』を、どうすれば理解できるだろう？」と私は娘の「なぜ」を考えることにしました。娘はただ駄々をこねていたのではなく、まだ遊び足りないという純粋な気持ちをぶつけていたのかもしれません。「おもちゃと、もっと遊びたかったんだね」そう娘に伝え、彼女は泣きながらも、私の言葉を聞き入れてくれました。

この出来事を通して、アンガーマネジメントは相手を変えるためではなく、自身の感情をコントロールし、より相手の心に寄り添うためのものだと、改めて気づかされました。感情に任せてしまう前に、一呼吸置いて、相手の「なぜ」を考えること。それは、プロとして患者さんに寄り添う時と同じように、父親として娘に寄り添うためにも必要なことなのかもしれません。娘は、私に一番身近な感情のリハビリを与えてくれています。そして、未熟な父は、少しずつ成長させてもらっているのかもしれません。

理学療法士 菅野 蔵人



～風にふかれて～

長い夏が終わって、ようやく涼しくなって秋が近づいてきましたね。秋といえば、「食欲の秋」、「読書の秋」、「スポーツの秋」、「芸術の秋」…色々な秋がありますね。

私の秋はやっぱり「食欲の秋」です。

梨やリンゴ、サツマイモ、栗、サンマ、きのこなど、おいしい食べ物がたくさんですよ。この季節になると、スーパーやコンビニではサツマイモや栗を使ったスイーツやアイスが並ぶので、毎年楽しみにしています。

食べ物以外にも、金木犀の香りがしてくると秋だなあと感じます。

景色や食べ物など、色々なところで季節を感じながら過ごすのも素敵ですね。

みなさんの秋は、どんな秋ですか？ぜひ教えてください(^^)」



どさんこ君