

## 介護と福祉の研修（シニア体験）

6月26日（水）に1・2学年の生徒を対象に、五泉市社会福祉協議会の職員の方を講師に迎え、介護と福祉の研修（シニア体験）を実施しました。

生徒は3人1組となり、「体験者」と「介助者」と「観察者」にわかれて、役割を交代しながら体験しました。体験者は「シニア体験セット」をつけてお年寄りとなり、体験をする役割です。杖、足用のサポーター、足と腕用のおもり、ベスト、ベストのおもり、ゴーグル、ヘッドフォン、布手袋、サポーターを装着し、80歳くらいのお年寄りになったつもりで体験しました。

1年生は、セットをつけて、体育館内を移動して、テーブルに置かれた新聞を読んだり、車椅子に乗って、廊下に出て、生徒玄関の自動販売機に行き、買いたい飲み物のボタンを押したりする体験を行いました。

2年生は、ステージ上まで階段を上がり、チラシを見て、買いたいものを選んで財布からお金を取り出したり、買い物袋を持って、廊下を歩いて、元の場所に戻ったり、体験シートのアンケートに記入をしたりする体験を行いました。

汗をかきながらの体験となりましたが、みな真剣に取り組んでいました。



シニア体験セットを装着し、80歳のお年寄りになったつもりになりました。



シニア体験セットを装着するのも一苦労です。グループで協力して1つ1つ装着しました。



布手袋や手のサポーターを装着し、握力や皮膚の感覚が弱くなり、物が掴みにくくなっている状態で、お金を財布から取り出してみました。



ゴーグルを装着し、「白内障」という目の病気で、物がぼやけている状態を再現して、新聞を読んできました。

## 〈感想〉

- 視覚や聴覚は、ほとんど見えず、かろうじて聞こえるほどで、ほとんど周りの人にまかせきりだったので、健康を維持していきたいと思えるきっかけとなりました。今後は、周りの人が困っていたら、今日学んだことを生かしていきたいと思います。
- 高齢者はあんな風な感じでいつも生活をしていることがわかりました。目はとても見えづらかったし、おもりをつけていたので足を上げるのがとても難しかったし、ジュースを買うのも、ボタンに届くまでの高さが足りず押しづらく、いろいろ不便なことがありました。だから、もし困っている高齢者の人がいたら、助けてあげたいと思いました。
- セットをつけた時に、体が動かしにくくて、すぐに疲れました。車椅子を押したとき、思ったように動かさなくて大変でした。改めて、介護をしている人の大変さを知ることができて、良かったです。
- 体の不自由な人の気持ちがよくわかりました。親切にしたいと思います。車椅子の操作をして、その経験を今後介護するときに生かしていきたいなと思いました。実際に自分も車椅子に乗ってみて、怖かったです。ですから、車椅子を押してくれる人は、上手な人がいいと思いました。
- 耳が遠いというのは、ああいう感じなんだと思いました。あんなに聴き取りづらいとは思いませんでした。
- 今日の体験を振り返って、高齢者の気持ちが今までよりもさらにわかりました。
- 私たちは何気なく動いて生活してきていたけれども、今日の体験で、体が不自由の大変さ、体が思うように動けないつらさを感じることができました。そして、バリアフリーの重要性も知ることができました。
- 介護される側もする側も大変なんだと思いました。される側は思うようにいかないことが多く、する側は聞こえなかったりできなかったりをきちんとサポートしてあげるところが大変と感じました。この研修を通して、介護は安全も見つつ、とても忙しく大変な仕事なんだとわかりました。
- 体験をしている時に、介護者と観察者の2人が階段や段差を教えてくれたので、不安なくできました。
- 私たちは、まだ体力があるので、負荷をかけてもそこまで苦労しないで歩けるけれども、実際のお年寄りや障がいがある人は、相当大変なのだろうと思いました。私の祖母は元気で1人で何でもできるけれども、体への負担は大きくて大変だろうから、助けてあげられることがあれば、手助けをしたいと思いました。
- とてもいい体験になりました。助け合いが一番大事だと思いました。
- 祖母の介助を今まで以上に丁寧に、相手が動きやすいようにできるように努力しようと思いました。
- シニア体験をしてみて、おじいちゃん、おばちゃんの気持ちや景色がわかりました。