●齋藤貴子(さくらの杜通リハ・チーフ)

勤務の日、朝起きると、今日も1日何事もなく無事に過ごせますように、と思います。

職場に着き、送迎車の出発を見送りながら、送迎先から来所可否の問い合わせの電話が鳴りませんように、と思います。それでも電話が鳴ると、緊張が走ります。落ち着いて上長に指示を仰ぎ対応するしかないと分かっていても、自分の対応ミスで感染を広げるようなことにならないか、逆に感染予防に過剰になりすぎて必要なご利用をお断りすることにならないかと、不安と緊張の連続です。

無事に全ての送迎車が到着しても気が抜けません。どなたも熱発していませんように…祈るような気持ちでバイタル測定が終わるのを待ちます。朝の挨拶回りをしながら、咳をしたり調子が悪そうな方を見て心配になります。そうこうしているうちに、日によっては熱発の報告が入ります。誰が個別対応するか、全体の状況把握は誰が行うか、上長にも報告…頭をフル回転させながら、いつも通りの時間を過ごす他の方に不安や心配を掛けまいと平常心を装いますが、心の中はまだまだ慌ててしまいます。熱発した方がご家族のお迎えで早退された時は、その方の症状が悪化しませんようにと祈りながら、送迎車や過ごしていただいた部屋の消毒、ゴミの分別等が待っています。実際にやってみると、これはどうすれば良いのだったかとマニュアルを読み込めていなかったことに気づくことも多くあります。

やっと安心するのは、数時間後に早退されたご本人に電話をし、「なんともなかったよ」という元気な声を聞いた時です。安心と同時に、かえって心配を掛けてしまったなあとも思います。

頭では「正しく恐れる」ということを理解していたつもりでしたが、いざ熱発された方を前にするとまだまだ理解できていないことを日々痛感しています。そんな中で、いつも通りの通所リハビリであり続けられるのは、ご本人の体調に細やかに気を配り、初めての事態にも果敢に取り組んでくれる現場の職員さんたちのお陰だと痛感しています。

このような通所フロアのすぐ外の入所入口では、閉めきられたガラス戸越しに面会される光景が見られます。中には涙される方もいらっしゃり、「その方に今必要なこと」を見失ってはいけないな、と感じます。感染予防はもちろん必要です。しかし、施設として絶対的に必要であっても、個々人によって絶対的であるかどうかは時と場合によると思います。感染予防を基本としながらも、今目の前にいるご本人がどう感じているのかに心を寄せ、何が1番大切かを考えられる感性も磨いていかなければならないと感じています。

●橋本美由紀／みはるの杜診療所／リーダー

日本に 初めてコロナ感染者が発生した時 まだ人事でした。しかし 宮城県で初の感染者 いよいよ迫ってきたか、、、

恐怖でした。不安でした。自分自身 自分の家族 そして 今関わっているお年寄りに感染したら どうしようと、、、

現場も毎日その話題で 不安だけが先走りしていたように思います。

でも先生のメールを何度もみて 「予防してもいつかはかかる。」「ウィルスと共生するしかない。」

そうか 「正しく恐れる」ことが大切だと すっと心が 少し楽になった感じがしました。

しかし その為には 正しい知識を持たなければ 自分も家族も 何より お年寄りも守ることはできない。自分が凶器になって 大切なお年寄りの命を奪ってしまうかもしれない。だから自分を守る。だから

予防が大切なんだ！

緊急事態宣言が解除されても 「正しく恐れる」気持ちを持ちつつ 予防を継続していがなければならないと 気を緩めてはいけないと あらためて実感しました。

ウィルスとこれからも付き合っていかなければならないのは 確かなこと。もし 感染者がでたら 私達はどうすればいいか、、、

お年寄りを閉じ込める？「なんで 部屋から出れないの？」「なんで 私だけ そんなことされるの？」

そんな思いは してもらいたくない。

だからこそ ケア的ゾーニングが 必要となる。Sゾーン Aゾーン 誰が 担当する？自分は？みんな 不安 自分も不安 しかし誰かがやらなければ お年寄りの命を守ることはできません。

昔 「感染列島」という映画を職場のナースと観に行ったことを思い出しました。その中で 病院の上長から 「一緒に戦ってくれるひとは挙手して下さい！」とスタッフたちに問いかける場面がありました。私達は 「もしこんなことになったら 手を挙げるかな？」「怖いよね、、、でも やっぱり残るかな。」そんな会話をしたと思います。何故この仕事を選んだか？

やっぱり 知佐さんのメーリングリストにも あったように 「人の役に立ちながら生きたい」。

その気持ちを 今回先生からのメールで思い返すことができたのかもしれません。

「何かに対して使命を感じるとはどういうことだろうか。それは何が正しく何が最善であるかという あなた自身が持っている高い理念を達成するために自分の仕事をすることであり もしその仕事をしないでいたら指摘されたからするというものではない、ということではないだろうか。これが熱中することであり自分の使命を全うするために 誰もが持っていなければならないものである」というナイチンゲールの言葉があります。

様々な医療従事者に対する 誹謗中傷がある中で 懸命に 見えない敵と戦っている人がいます。

自分も怖いのに、使命感だけで、苦しんでるいる患者さんに「いつものように」声をかけながら ケアをしています。

私達も目の前のお年寄りに 「いつものように」笑顔で 寄り添って行く。そして そんな思いで 仕事に誇りを持って 命の現場を守っていきたいです。

先日 GHゆづるで Mさんがお亡くなりになりました。

ここ数ヶ月食事量が減り 嚥下機能も低下。食べることが好きだったMさん。STの協力を得ながら、ご本人の好きな甘いものなど食べて頂いてましたが、ほとんど経口から摂取ができなくなりました。往診Dr.からは 「点滴すると 痰がらみがひどくなるから 自然に看取りましょう」とスタッフとご主人にも説明をして頂き、私達は今何ができるか考えました。

ご主人はコロナ流行前は毎日ほぼ同じ時間に 面会に来られ Mさんの顔をグイッと抑え、目薬をするのが日課でした。

でも面会制限の為ずっと会っていない、、、

いつでも来れるからと 自宅に近いゆづるを選んで頂いたのに、、、

経口からゼロ。点滴もしない。もう時間が限られる、、、すぐに上長に相談。面会解除になり （ルールを守りながら）ご主人に連絡。

するとご主人は 「俺なんか行ったって なんの役にも立たないからな。」と。「ご主人が いつものように 目薬をさしてくれたら Mさんは お父さん来てくれた！と思いますよ。それが大事なご主人の役割じゃないですか？」と話すと「そうかなぁー」と その日から毎日面会に来られ、お部屋で過ごして頂きました。Mさんのお姉さん、そして息子さんにも会うことができました。息子さんは仕事の為なかなか今まで会いに来れませんでしたが、「会えて良かった、、、ありがとうございました。」と涙を浮かべていました。

一週間という短い時間でしたが、いつものように ご主人と過ごしたMさん。その時間の中で、少しずつ、ご主人もMさんとの別れを受け入れていかれたのかもしれません。

コロナだと 骨になってからしか 会えません。

そんな辛いことはないです。

先生が仰るように「ゾーニングさえしていたら、もしかしたらご家族の誰かが、最期に本人の手を握ってあげられるかもしれない」

それが実現できたら、本当にこの仕事をやってて良かった、清山会で良かったと、きっと感じることができると思います。

これから長い戦いになります。また第二波 三波が いずれやってくるでしょう。

しかし、命をしっかりと守りながら「いつものように」現場の仲間とそしてお年寄りと一緒に笑顔で日々を大切に過ごしていきたいです。

●高澤智子（GHゆづるの杜・チーフ）

4月の半ば、宮城県内でも新型コロナウイルスの感染者が毎日のように報告されていたころ、私自身にも体調の変化がありました。

今までに経験したことのない喉の違和感。

痛いわけではなく、かゆいような違和感。

花粉症からくるものかな？とも思いましたが、アレルギーの薬を飲んでも症状は緩和せず。

発熱や体のだるさもなく、喉の違和感以外の症状はありませんでした。

自分がコロナウイルスに感染していて、利用者さんや家族にまき散らしていたらどうしよう…。

そんな思いが日に日に大きくなっていきました。

「お看取りの方、体調を崩している方がいるから感染させちゃいけない」

「お年寄りに感染させちゃいけない」

「スタッフには妊婦さんが4人いるからスタッフにも感染させちゃいけない」

「自宅には体力が低下している母がいるから家族にも感染させちゃいけない」

連日、テレビをつければコロナウイルスのニュースばかり。携帯にはコロナ対策のメールが1日に何通も。

正直に言って、あの頃の自分は自分の体調に不安を抱えつつ、かなり追い詰められていました。

そんな状況の時に山崎先生からの全職員へ向けたメールの配信。コロナウイルスがどんなものかを理解して「正しく恐れる」。先生からのメールを読んでかなり心が救われました。

自分自身ののどの違和感も数日後には落ち着いてきました。後日、精神的なものからくる不調だったんだろうな…と思いました。

自分がウイルスを持っているかもしれないと想定しながら、自分の行動に細心の注意を払いながら対応していました。

5月に入り、元気に過ごせています。

ただ、今も時々不安を感じることはあります。

利用者さんやスタッフから「なんとなく体調が…」と聞くと、不安になります。そして、のどのあたりに違和感を感じます。

幸いにも清山会にはしっかりとマニュアルを整備してくださったり、スタッフの意見や想いを聞いてくださるシステムがあり、相談にも乗ってくださる方がたくさんいます。

利用者さんの体調に関しては、ゆづるの利用者さんがお世話になっている たいようクリニック、ひかりクリニックの先生とも、いつでも連絡くれていいですよと言ってくださっています。

そういった、しっかりとしたマニュアルやバックアップがあるということが心強いです。

この仕事は私が選んだ仕事です。

時々くじけそうになったり、投げ出したくなったりすることもありますが、なんだかんだとこの仕事を続けることを自分が選択しているのです。

先生の文章を読んであらためて気づかされました。

今、宮城県では新たな感染者が出ておらず、しばらくは平和な日々が過ごせるのかと思いますが、油断せずに今のうちにできる準備を事業所のみんなで行いたいと思います。

お年寄りや家族さんともコミュニケーションをとりながら正しく恐れながら予防に努めたいと思います。

●川井丈弘（宮城野エリア・GM）

私自身、山崎先生のこの一連のメルマガを読んだ当時、いろいろな葛藤や迷い、どこか素で恐れていた自分がいました。何度も読むたびに自分が整理されていき、自分の中からぶれない軸が沸き上がってきたような感覚を覚えてから、まだ1か月、経つかどうかというところです。

そんな奥底にあった自分に気づけたとき、ただ恐れて不安だった自分を励ます自分というか、励まされた感覚を持ちました。この感覚は人に言われてみつかるものではないだろうと思い、翌日から、何回でもみんなに読んでほしいと伝え続けたような気がします。

そう思っていたら、GHゆづるの杜の高澤さんが週報に「高澤自身が体調万全ではないところもあり（精神的なものが大きいかと思いますが…）、昨夜、山崎先生から全職員宛てに送っていただいた新型コロナウイルスに関するメールは大変勉強になり、気持ち的にもラクになりました。ありがとうございます。」のコメントに触れ、みんなも同じような気持ちでいるんだ、と仲間の意識が変わっていくのも自分は励まされ、日々、あの頃はまずはとにかくメルマガを読んで、自分の気持ちの整理から始めていきました。

あれから一か月以上経ちますが、その成果はかなり大きいと感じています。Sゾーン勤務の説明と意思確認の対話を通じて感じたのは、ほとんどの職員が「わたしは大丈夫です！」「家族にうつしたくはないから職場に泊まっていいですか？それなら全力で頑張ります」「やるしかないですよね！」「自分たちが持ち込まないように日々頑張りますが、もしそうなったときは断る理由はありません」など、入職したばかりのあの頃のあどけなさを知っている私には、数年たってこんなにもたくましくなっていたのかと、実は涙が出そうになる場面が多々ありました。今回のSゾーン面談は、介護という命の現場を守る尊い仕事に縁があって頑張っている職員一人ひとりに私が励まされ、この職員さんたちの気持ちにも応えられるように、今後もGMとして法人の運営経営に全力で自分のできることを頑張りたいと強く思う期間でもありました。

「正しく恐れる」ために、下火のうちに、今後はアクションリストの項目を丁寧に集中的に自分も含めて各役職者が自己評価を行い、改善が必要な項目をチェックして、具体的な改善計画を練り、行動計画に落とし込む作業が重要だと感じました。

自分自身にPDCAをコミットメントしながら、全体的に知識が不足していることは、学びの場の仕組化も必要だと思いますし、自分自身の着手次第であれば、チェック機能を保ちながらまず行動に移すことが重要であり、第二波の備えとして直近3か月は集中的にアクションリストを形にする期間とするなど、さらに私たちGMの現場と対話しながらの役割はさらに重要になってくるだろうと自覚しています。

ケア的ゾーニングについても、自分自身の中身の把握と整理ができて、自分の中に落とし込み、自分の言葉で現場に説明できるようになってからは、ケア的ゾーニングの意味や理解、目的、理念を軸とした仕組みであることなど、現場スタッフへの浸透度もやはり早いことが肌で分かりました。リーダーとして先頭にたつ自分が、まず誰よりも深く理解し自覚すること。当たり前のことですが再確認させられた期間でもあります。

4月は実家札幌の祖母が介護施設で亡くなり、コロナの情勢もあり会うことなく時が過ぎました。しばらく実家にはお線香をあげにはいけませんが、当事者としてこの無念さは・・・清山会グループからご家族に勧めているテレビ電話（ZOOM）などでの対話などをしっかりと周知し、そういった機会がどのご本人、ご家族にも機を逸せず得られるように配慮することで、祖母の突然の死に気持ちの整理をできたらと思います。あきらめたり、奪われたりしていることがこのコロナ情勢でいくらもありますが「あたりまえ」を取り戻していくことが私たちのRBAに基づいた仕事になっていくのだと思います。

「いつものように」

これは、先に述べたSゾーン面談から、スタッフから返ってくる言葉がある限り、お互いに励まされながら、自分の中にある誠実さと向き合いながら、この仕事を今、頑張っている自分への生きる意味や価値につながっていると信じて前に進んでいけると思います。私はこの仕事を選んでよかった。そう思います。

●加藤知佐（ゆかりの杜・マネージャー）

自分が知らないうちに感染源になるのが怖い、

それを知らずとはいえお年寄りにうつしたらと思うと物凄く怖い。

だから正しく恐れながら予防することが大事だと思います。

この仕事を好きで選び、ここが自分らしく過ごせる場所だと断言できます。ここに集う皆さんを感染症からお守りすることが今の私たちの責務です。

それは一人では不可能なことで、チームで一丸となって本気で取り組まなければ意味がありません。その為にも各自が今は自らの行動を戒めることが必要だと感じています。

いつもの、当たりまえの日常を送るためにも、ケア的ゾーニングについては素晴らしい取り組みだと法人の一員として胸を張って自慢できます。世界中の様々な場所でケア的ゾーニングが当たりまえになれば、お年寄りや私たちの権理は守られることと感じます。感染者への応対について、謝りながら、葛藤しながら、お互い泣きながら、後ろめたさを感じながら間違ったことをしなくてすむ。正しく恐れながらケア的ゾーニング。何があっても乗り越えられる希望だと思います。

法人としての指針がしっかり構築されているため、どんなことが起きようと平常心でいられます。いざという時はケア的ゾーニングで仲間と共に一丸となって乗り切る。私は清山会で働くことができて誇りに思います。

この度は私事で大変ご心配をおかけいたしました。この時期に希望の杜で看取る。その時から覚悟はしていました。面会する度に「今日で最後かも知れない、だから父の言葉を、笑っている仕草を心に刻もう」

それでいいと思えたのは、希望の杜スタッフの皆さんのやさしさに尽きます。父とスタッフの関わり方はいつも温かいものを、私の心を満たしておりました。いいことも状態が悪い時もいつも親身になって電話連絡をまめにくださいました。離れているけど一緒に看ている気持ちにさせてくださいました。父と私たち家族にとって、スタッフの皆さんは第二の家族です。誠実で、思いやりに溢れていた。心からそう思います。最期に第二の家族に見守られながら寂しさを感じることなく旅立てたと感謝の言葉しか思い浮かびません。

私がお休みを頂いている最中、ご利用者の石子さんの奥様から事業所に電話があったようです。「加藤が３日もいない、何かあったんじゃないか」と心配され、電話してと言われたとのこと。12日の利用日に結花さんに付き添われながら必死の形相で、まっすぐ私のところへ来られ、顔を合わせるなりほっとした表情になられていました。嬉しかったです。

石子さんのお母様が2年前に危篤になられた際、加藤に電話しなきゃならないと奥様に話され、事業所に電話をくれたことがありました。「もうダメだぞ、死ぬぞ、何もしゃべんなくなった、仕方ないな、死ぬからな！」といつものように威勢の良い声でしたが、「話せなくても耳は聴こえているから、手を握りながら語りかけてみてください、ぜったい届きますよ」という私の言葉に「うん、うん」と涙を堪えている様子が伺えました。一緒に生きるとはこのようなことなのかと痛感しています。

これから大切なことは、ご本人はもちろん、どのご家族も今の状況で、第二の家族と思えるような、私が感じたような想いを持てるのかだと思います。思いあうことや、日頃のコミュニケーションがもっとも重要だと思います。介護側でもあり、家族としての気持ちも経験させてもらい、身をもって知ることができました。より一層、人として大切なことを忘れずに向き合っていきたいと思います。

●猪狩健介（清山会グループ奏樹・代表取締役）

命の現場と聞くと、どうしても病院をイメージしてしまうかもしれません。確かに、病院には様々な病を抱え命の危機に面している方が大勢いらっしゃいます。ですから、病院=命の現場というイメージは間違いないかもしれません。

では、私たちの介護施設という名の現場は違うのか。病院と比べれば医療行為・医療的な管理が必要な方も少ないです。しかし、医療的な行為や管理が必要無いだけで、皆さん様々な病や障がいを抱えています。私たちも一緒です。お年寄りだから病気になる。では私たちは病気にならない？障がいが無い？私たちも一緒です。立場は新型コロナであろうがどのような病・障がいであれ一緒の立場です。もちろん年齢を重ねるにつれて心身は衰えますから、その差はあるかと思います。

私は、今回の新型コロナの対策も大きな視点で考えれば“合理的配慮”の一環だと考えます。様々な病や障がいの前では利用者であろうと職員であろうと人間として立場は一緒です。しかし、私たち(あえて健常者という意味合いを持たせて)は自分で対策を選び、環境を整える事ができます。配慮されています。しかし、私たちが生活を共にする皆さんは、対策を自ら選ぶ事が出来ない状況に置かれている方が大勢いらっしゃいます。合理的な配慮を欠く事により新型コロナウィルスは命を危険に晒す可能性があります。特に入所・入居されている皆さん。そこが生活の場です。外部から持ち込まない限り、感染する事はありません。しかし、万が一持ち込んでしまった場合。逃げる事はできません。保健所の判断にはなりますが、医療施設に入る事が出来なければ、私たちの現場が命を守る現場になりうる事をやはり覚悟しておかなければならないと思います。

そうなったら、病院と同じ環境にできるのか。隔離できるのか。鍵を閉めるのか。縛るのか。答えはNOです。病院と同じ環境にできないからこそ“ケア的ゾーニング”です。私たちは閉じ込めません。鍵も閉めません。過剰な投薬もしません。では、全員危険にさらすのか？それもＮＯです。対策が重要だと思います。まず持ち込まない。普段から３密を控える。体調管理に努める。事業所に入る際には手指の消毒、体温測定、そしてマスク着用。外部の業者にも徹底。次に環境調整。事業所内の消毒清掃。30分に１回の換気。テレビなどメディアで様々な情報が溢れているなかで、正しい情報をキャッチし、随時更新されてきたコロナマニュアルがあります。ケア的ゾーニングを実行するには、まずはマニュアルの徹底。マニュアルを徹底する事が私たちのできる合理的な配慮です。

では、何にでも『コロナが移るから！』といって制限しても良いのでしょうか？それはある意味で専門家支配や拘束にもなってしまいますし、清山会らしくないと思います。緊急事態だからといって心情は無視できないのが清山会なのではないでしょうか。出来る限りの配慮にはテクノロジーのチカラも必要です。ZoomやSkypeなどの力を上手く活用して出来る事は色々あると思います。スマホでもビデオ通話が簡単にできる時代です。緊急事態でも清山会らしさを失わない。そういった想いが必要だと思います。知識・制度も大切だが固縮せず、柔軟に知恵・アイデアで乗り切る。人と交わるのがNGだから外に出ない。それも大切ですが、たまにはドライブ(換気もしながら)もいいと思います。外に食べに行くことができない。ならば出前を取る(消毒等の対策をしながら)。出来る事を皆で一生懸命考えるのが大切だと思います。

現状で、宮城県の感染者数は減っていますが、必ず次の波が来ると思います。ワクチンや特効薬が無い限り共存していくしかありません。歴史を振り返ると、感染症に対するワクチンは必ず大流行が起きた後に出来ます。流行している最中にはワクチンも薬も出来ません。医療が進歩するのと同時にウィルスも変化します。ある程度の感染が進まないと人間自身の免疫が備わらないので必ず再流行すると思います。それは目の前のお年寄りだけではなく私たちも一緒です。いつ感染するかわからない。しかし、流行するたびに慌てて混乱するのではなく、再流行してもいいように備える事はできます。そのためのマニュアルです。今回の流行を教訓としなければいけないと思います。そしてその備えはマニュアルという知識やテクニックなどの目に見えるものだけではなく、職員一人ひとりの気持ちの備えも重要です。

なぜ、この仕事を選んだのか。なぜこの現場で働いているのか。コロナが怖いから投げ出すのか？続けるのか？その態度を決めるのは職員一人ひとりです。今の状況は自分自身と向き合う機会になっているようにも思えます。この状況に感情が流されないように。悲観は感情／楽観は意思です。自分自身の意思を持ち、立ち向かっていきたいと思いました。

●澤村直子（ＧＨななみの杜・チーフ）

このメールが送られてくるたびに読みました。そして、再度改めて読みました。

つい最近まで、東京が100人越え…等、毎日テレビで流れ、その様子を毎日利用者さんと一緒に見ていました。最初は正直それ程あまり実感もなく、けど東京等は本当に大変だなと漠然と思っていました。

けど、マスクや消毒、トイレットペーパー等がどんどん買えなくなり、それと同時に自分自身にも危機感が芽生え始めたと思います。子供と一緒に行っていた買い物も私1人。そうこうしているうちに、学校も休校になり、子供二人で毎日留守番の日々。出勤前の検温、手洗いの徹底やマスク着用、日々の消毒、面会の自粛など様々な事が変わっていきました。毎日毎日報道されるコロナ情報。利用者さんと一緒に「東京は凄いね。大変だ。」「娘も東京だから、ちゃんと出歩かないでいるかしら…」「仙台はそこまで酷くなくて良かったね」など、今でもそうした会話はしています。

世の中が騒がしくなるにつれて、自分の仕事、そして自分の責任みたいなものを感じています。毎日消毒など頑張っているが、外から菌を持ち込むのは、絶対的に職員である事（もちろん100％ではないですが）。だからこそ、自己管理、自己責任をしっかりしなくてはいけないと思っています。

まして、感染しても軽症が多く、無症状の人もいて、感染経路が不明の事も多い。けれども、高齢者にとっては亡くなる危険もある危険なウイルス。だからこそ、自分が感染源にならない様にきちんと予防をしなくてはと思っています。

マスクをするのも、自分がうつらない為ではなく、相手にうつさないため。そこも間違ってはいけないと思います。本来なら、マスクをせずに接した方が声も通るし、表情も読み取れるし、いいことづくめに決まってます。マスクをしてから「え？」と聞き返される事が、少し増えたかな～と思ったり、お天気が良くなるにつれてマスクは暑いな…と思いながらも、日々自分の飛沫を飛ばさない為にマスクをしています。マスクをしながらも、いつものように普段通り。けど、気を付ける所は気を付ける。日々実践しています。

志村けんさんの報道は、本当にびっくりしました。速報が流れ、すぐ利用者さんにも知らせると「え！あの志村けん？」と、さすがにびっくりされていました。自分がコロナにかかった事も分からず、最期はたったひとり。あんなにお茶の間の人達を笑顔にして、沢山沢山笑いを届けた人なのに、こんな最期になってしまい、本当に可哀想だと思もいました。

そして最期に顔も見れなかったご家族も、本当に寂しかったのではないかと思います。だからこそ、ゾーニング。グループホームでは、私を始め医療の専門家ではない職員が、日々仕事をいています。介護施設は大きな家族。その通りだと思います。グループホームですから、家庭的な環境を日々意識しています。施設に入っているからといって、その職員はよくて、家族は遠慮して欲しいというのは、やはり違う気がします。（病院だとそうなってしまうのかもしれませんが…）職員、利用者さん、ご家族。これで一つの家族だと思います。ご家族が面会や立ち合いを望めば、その希望に沿いたい。職員として、もちろん危険はあるけれど、もしそうなった場合、出来るだけご家族に最期の時に立ち会って欲しい。私はそう家族に伝えるのではないか？と思います。（それが良い事だとは言い切れませんが）自分の家族でも、そうすると思うし、面会はダメですと言われても、どうにかなりませんか？ちょっとだけでもいいです、等と私はきっと粘りつづけ、職員さんを困らせると思います。

けど、その思いはやっぱり自分が家族だから。家族だから最期には会いたい。声をかけてあげたい。頭や顔をなでたりしたい。感謝の言葉を伝えたい…言いたい事は沢山あります。

ゾーニングをしていれば、完全防備をしながらも、閉じ込めたりはせずに、ちょっと変な恰好だけど、いつものようにホールに出てきてお茶を飲んだり、ご飯を食べたり、ちょっとは体操したり…そうしたいつも通りの当たり前の事が出来ると思います。「そんな恰好でどうしたの？」と言われるかもしれませんが、どうですか？カッコいい？などと言いながら、笑い合えたりもするのではないかなと。けど、そんな事にならない為に、当たり前ですが日々の感染予防をしっかりと行いたいです。

●原田伸孝（ショートステイみはるの杜・チーフ）

　今回のコロナウイルスに関するメーリングリストを読んで、私自身勇気を貰い、「この職場で何とかやってやろう」「乗り切ろう！」と思えるようになりました。コロナウイルスによって社会自体が閉塞し、人の気持ちにまで感染していく。経済的には、将来に見通しが立たない不安感が大きくあります。ゆくゆくは先生がおっしゃるように、インフルエンザと同じくウイルスと共生していかなければならないと思うことが大切になっていくと思います。

　目に見えない恐怖と戦っていくには、正しい知識と備えが必要になります。先生のメーリングリストでその部分は大きく理解することができ、ケア的ゾーニングの仕組みは画期的な仕組みだと思いました。「認知症だから仕方ない」「安全を配慮しなければならない」という考えから、個室に閉じ込め、身体拘束をしかねない場合が出てくると思います。その中でも感染しても安全に配慮しながら、本人が過ごしやすい空間で療養できるゾーニングは、これからの介護業界で必要な対策になっていくと思いました。来る日に備え、まずは基本的なことである「一ケア二手洗い」「手指消毒」「換気」をしっかり行い、介護のプロとしてしっかりコンディショニングをしていきます。

　「いつも通りやるべきことする」プライドがあるから「誠実さ」が表れると思います。理念研修の中に震災のことが話されていました。「プライドが私を支えている」と。私は「縁」があり、山崎先生と会い、清山会と出会いました。さまざまな業界、その数ある中で清山会を選んだのは自分自身。この生き方を選んだのも自分です。辛いことが起きると、この選択は正しかったのかと考えることがあります。その時思うことは「自分が選んだ道。ここしかないんだ」と最終的に落ち着きます。知らず知らず自立の権利の行使を行っていました。共感することも多くあり、改めて仕事に対し勇気と自分の信念に火が付いた感じがしました。これまで通り目の前の利用者さんと沢山関わっていきたいと思います。

●千葉一也（希望の杜通リハ・チーフ）

毎日、希望の杜では送迎前に、野球部が円陣を組んで声出ししているかのように、“健康唱和”を職員と声を合わせながら気合いを入れています。個人的にはまるでプロのスポーツ選手かのように食事や睡眠時間を気にして、ランニング、トレーニングをしながら栄養ドリンク片手に自分のコンディションに気を付けて過ごしています。

先生のメールを家族と一緒に読みました。

正直に、毎日向き合っているようで、どこか見て見ぬふりをしていたように思います。やはり他人事でした。反省です。現実が迫ってきた“恐ろしさ”を感じ、鳥肌が経ちました。 “知らない”ことから勝手に想像が膨らみ、自分がうつったらどうなるのか？介護士としてご利用されている方にうつしてしまったらどう責任がとれるのか。“うつる恐怖”と“知らず知らずにうつしてしまう恐怖”を感じました。

また同時にコロナウイルスの正体を少しでも分かることができ、命を守るため、施設を、運営を守るため、法人を守っていくために“やらなければ”と“覚悟”する気持ちが湧いてきました。

しかし、親に「知識のある医者や看護師がいる病院でも太刀打ちできてないのに、病気の理解や対処の仕方がわからない介護士がどう対処するの？あなたがうつった場合、亡くなった場合、清山会はどこまで守ってくれるの？」という一言で、まだ法人としての指針を理解しきれてなかった自分は何も答えられませんでした。

役職者として本当に恥ずかしい限りです。家族にも受け答えできないなんて…

これまで人としての権利を守っていくには、より良い関わりの実践とともに根拠となる知識も兼ね備えていかなければならないことを研修や、学ぶ会などの場で何度も学んできました。

“よりよい関わりだけでは相手の人の権利は守れない。”

そう頭では分かっていても、自分の甘さから努力が足りず、緊急事態になって初めて、覚悟はできても、知識がない、無知である以上は、命を守ることはできない。役職者として無責任なことをするところだったと気づかされました。ご利用されている方の生活を守ることはもちろん、一緒に働く職員も守っていく立場として、もっと新型コロナウイルスについて学び、希望の杜通所では何ができるか、今自分にできることを考えていかなければいけないと自分自身大きく意識を変えるきっかけをいただきました。

小湊さんに教えていただいた、

「誰かを守るには、自分も誰かに守られていないといけない（できない）」

お年寄りを守っていくには、お年寄りを守る職員が守られていなければならないと自分なりに考えました。

今、希望の杜の職員の皆さんの身体的にも、精神的にも負担が大きくあります。自分の役目としてちょっとでも、少しでも軽減になるように、毎日それぞれ話しを聴くことから現場の声として常にアンテナを張り、対処していくこと、出勤停止の方が重なった時には自分の出勤日を柔軟に変更していくことなど、日々、正しいかどうかは分からないのですが、自分にできることを意識して、その場、その時のレスポンスを大事にしながら働かせていただくようになりました。

まずは、自分がお年寄りにうつさないこと。介護士としての責任、責務を果たします。

また、日本、東北、宮城で医療崩壊を防いでいくために、語弊があるかもしれないですが、無駄に感染することは絶対に避けていきたいです。

“助かる人が助からなくなる”ことは国民一人ひとりの問題であり、みんなが心ひとつになったときコロナウイルスと共存が可能になってくるのだと思います。

“誠実さ”

私利私欲や損得勘定をまじえず、真心をもって人や物事に対すること。

相手を尊重する気持ちを忘れないこと。

公平なコミュニケーションを心がけること。

素直な気持ちを忘れないこと。

何事にも最後まで責任感を持つこと。

ルールやマナーは守ること。

今こういうときだからこそ意識し、心がけることだと思います。

こういうときだからこそ、日々のより良い関わりの積み重ねが大事になってくると思いました。

約10年前、震災の年に清山会に入職し、新人だった自分にはできるかぎり忙しさや大変な状況を感じさせず、私のペースを一番に考えてくださいました。先輩方、上司（石川学さん、塩原一樹さん）に守られ、同期（武田生彩さん、穂積茂さん、松野恵莉佳さん、武田美憂さん）と励ましあい、全力で人と向き合うことを教えて下さった（岩渕文智さん、千坂祐さん）に支えていただき、法人に大事に育てていただきました。

今度は自分が微力ながらも（自分が守っていただいたように）、恩返しの意味も込めて。

岩尾さんはじめ、秀和さんと力合わせて、ご利用されている方の生活と新人職員さんのペースを全力で守り、希望の杜のたくさんの職員の皆さんと前を向いて、佐久間さんと考えた濃厚接触パーティー（打ち上げ）ができるいつかの日を楽しみにしながら、体がもつ限り、めげずに、正しく恐れて、生活していきます。

●梅村卓也（GHゆかりの杜・マネージャー）

・200419配信を見て感じた事

・全体運営会議で感じた事

コロナウイルスが中国で出た時は他人事に思っておりました。そしてダイヤモンドプリンセス号で出た時も他人事に思ってました。

しかし２月２９日宮城県でコロナウイルス発症が出た際、疑いました。本当か・・・・と。

その後、感染者が増え、GHゆかりの杜の隣である鶴ケ谷、自宅周辺の向陽台、富谷で発生し、恐怖でした。

しかし、その時にはまだしっかりした知識がなかったからだと思います。

コロナウイルスのマニュアルを読み、そして山崎先生のメール、全体運営会議の際、先生からの言葉で、まず自分自身をしっかり見ていく事、戦う為の勇気が出ました。

不安でなく、対策をしっかりする事で守れる事がある。実践を繰り返して行う事。

昔は予防薬もなく、その為予防薬が開発されるまでどうにか対応している。生きている間はその繰り返しとなる。

だからコロナウイルスだけを特別視する事なく、共生しながら、今出来る手洗い、換気、３密にならない等、現場、家で対応していきます。

・200420ゾーニング、200501を見て感じた事

ゾーニングはとても良いと感じています。非感染者者は密になる時もあるかもしれませんが、それを皆で上手に対応していく事が必要。

ゾーニングをしない方（部屋で隔離生活）が、ご本人にとってストレスになるので、今後の生活に向けてリスクが高い様な気がしました。

・200501メールから感じた事

――ココからーー

人間から奪い取れないものがひとつだけある。

人間に残された最後の自由とは、

どんな状況にあっても、

その中で自分の態度を決めることである。

(フランクル)

看護者が自分自身の「理念」の満足を求めて病人の世話をするのでない限り、

他からのどんな「指示」をもってしても、

彼女が熱意をもって看護できるようにすることは不可能であろう。

（ナイチンゲール）

――ココまでーー

私自身も、最初は好きで介護をした訳ではありません。高校１年生の時に保育士になりたいと思い、その時、私の家はあまり裕福でもなかったので、専門学校でお金がかかるので、諦め違う職業も考えました。

高校３年生の時、突然右の肺が自然気胸になり、急遽入院。退院前日に左の肺が自然気胸になり急遽手術。１日ずれていたら死んでいたと先生に言われました。その後右の自然気胸を何度か繰り返し、手術して完治。

今後を決める際、親より、好きな事をした方が良いと言われ、保育と、祖父母と暮らしていたのと入院して感じた事もあり介護も学べる専門学校へ。

実習を通し、介護の方が良いと思い、介護の道へ。清山会に入職したのは、祖父からの影響。自分で決めた事です。

何故ずっと働いているかと言うと、清山会が好きだからです。自分で決めたからです。

先生のメールを見て『思い、熱意』が大切である事に気が付きました。

大変だが、一つ一つの行動が、人の命を守る事、ご本人、自分自身、家族、全てを守る事と感じています。

コロナウイルスが発生してから外出はしなくなり、家族でいる時間が増えました。

以前は、何かあれば、子供が好きな所の娯楽場所（水族館、動物園、外食等）の所へ行ったりしてましたが、今は、行かなくなり、近隣の公園、庭で遊んだり、天気が良ければ、庭でご飯を食べたりと。

最初は出かけられず、苦痛に感じたりしておりましたが、今は、それがなくても当たり前の生活になっており、子供と触れ合いが増え、人との関わり、家族の大切さを改めて感じました。

コロナウイルスにより、当たり前に人と人が繋がっている大切さ、人との関わり方を考える事で、自分で気づかない権利があったという事です。コロナウイルスで、外食、外出などが難しくなり、逆に当たり前にあった環境に頼っていた事もあったと思います。

昔は何もないのが、当たり前の時代を考えると特段に今を大変と思わない事。この状況だからこそ、ご本人と共に出来るに気づきがあります。それを大切として考えながら日々対応出来ればと思います。

・200504を見て感じた事

加藤さんとは以前の職場でも働いており、平沢さん経由で清山会をお誘いし入職致しました。

ここ１年位、再度知佐さんと働く機会が出来、本当に誠実で真面目な方だと改めて感じています。

そこには、一生懸命で、相手の事、法人の事をしっかり考えて行う事を感じています。

４月末に利用者さんが発熱した事、加藤さんのお父様が体調が悪い件も聞いておりました。

加藤さんは、しばらく不在になる事も考え、職員に業務を伝達しており、不在の際には、職員が協力しながら対応が出来ておりました。

私も何度か顔を出させて頂きましたが、加藤さんの存在の大きさ、そして職員が皆一生懸命働いている姿がありました。

職員からもお話しがありました。今回のきっかけで、加藤さんの仕事の量など理解できたとお話がありました。

加藤さんが戻ってから、職員と話し、今後は加藤さんがなくても、（例コロナ等で不在する際等）継承していく事が必要だと言っておりました。

私自身も、コロナにより、いつどうなるか、死ぬかもしれない、いつ出勤が出来なくなる等があるかと思います。それで、役職者の方に継承をしながら皆が困らずに動ける体制作りをしており、家族に対しても今後何か起こる前に出来る事はして行こうと思ってます。

最後に・・・

加藤さんとまた働き、共に同じ志を持ちながら共に支えながら頑張っていけたらと思います。加藤さんの心の思いの強さを見習いと思います。

【コロナウイルス全体を通して感じた事】

経営に携わる立場となると、ご本人達の命を一番大切に、そして、法人、職員、自分自身を守る事、その為に日々の目標の在り方、リスク管理について考えさせられました。

ピンチが何度も訪れる事が沢山あるかと思います。それを悲観的にみるか、前を見て覚悟を決めていくかで人生も変わってくるのだと思います。

足元をしっかり見て、リスク管理を考えながら、前を向く事を忘れず、目標に向かって走り、ピンチをチャンスに出来る様日々精進していければと思います。

●佐山晴香（特養ふたばの杜・チーフ）

今回のコロナウイルスの感染拡大で全国的にも介護職員の心身にのしかかる負担は大きくなったと感じています。しかしふたばの杜では、小学校が休校になり出勤できない職員さんや、濃厚接触者とのことでお休みになった職員さんもおりましたが、現場からはマイナスな発言はなかったような感じがしました。みんな「お互い様だからね」と言わんばかりにご利用者との関わりを行ってくれていたと感じます。「こんな時だからこそ、何か楽しんでもらえたら」と奮闘してくれる職員さんもおりました。こういう時に一致団結できる温かさが本当にうれしく感じます。メーリングリストで流れている週報の一部の中でも、ご利用者が不安で楽しみを見つけられない中、職員も不安なはずなのに前を向いてご利用者のやりたいことを汲み取り、率先して行動している姿がたくさんあって本当に清山会らしい(？)と思いました。私たちもコロナウイルスになんて負けてられない、こういう温かい日常を取り戻すためにもしっかりとした予防を行っていきたいと感じています。

感染予防を行うにあたって、まず役職者が理解し伝えていくことが大切だと思いました。私自身、いろんな情報を把握できず混乱することがあり、職員にうまく伝えられないこともたくさんありました。もっと自分自身が自分事として落とし込まないといけないと反省しています。山崎先生の5／１配信のメールにも書いてありますが、私も「自分が決めたから」今もここで働いています。どんなにつらいことがあろうと、前を見て情報を取り込んで発信し続けなければなりません。後悔したくないし、自分に負けたくないからです。この仕事はいつも自分との闘いだと感じています。いくらでも簡単に手を抜くことはできるけど、手を抜いてする後悔は全力でぶつかって失敗した後悔よりもやりきれない気持ちが大きくなると私は感じているからです。せっかく介護という命の尊さを知れる職業に就いたので、こういった緊急事態の中でも「今私たちができること」を考え、取り組んでいきたいと思います。

●櫻井亜紀子（事業支援室・マネージャー）

「お年寄りは逃げ出せないけど・・・」

胸に突き刺さる文章です。

我々職員は逃げ出そうと思えば逃げ出すことが出来ます。では、老健やGHで生活されている利用者さんは？この現実に向き合い、今私たちは本当に目の前の「命」について考えていかなければならない時なのだと痛感します。

先週、仙台で80代の方がコロナウイルスで亡くなったと報道されました。

ニュースでは「死亡者〇名」と毎日のように報道されていますが、ご家族にとってはたった一つの何にも変えられない大切な命でたくさんの思いが溢れています。

他人事ではなく、自分事。

震災の時、「お年寄りを守る」と先生が書かれた言葉を思い出します。

介護施設は大きな家族。、

この大きな家族の大切な命を守るために、私たちに出来ることは何だろうか？

私たちはお年寄りを守ることも出来るし、一方で凶器にさえなり得るという自覚を常に持たなければなりません

利用者さんに差し伸べた手にもしかしたらウイルスがついているかもしれない。

その意識を常に持ちつつ出来ることから一つずつ、手洗い、マスク、三密を避ける・・・それが命を守ることに繋がっていくと信じます。

「もしかしたらご家族の誰かが、最期に本人の手を握ってあげられるかもしれない」

志村けんさんが亡くなるまで、亡くなられた後の現実を知ることはありませんでした。

もし自分の家族が亡くなったらどうなのか？

遺骨となって玄関に置かれたら？

そして自分がご家族に会うことが出来ず、思いを伝えることも出来ないまま最期を迎えるとしたら？

他人事ではなく、自分事。

そして今世界で起こっているという現実。

利用者さん、職員、そして法人を守るために、利用者さんの尊厳を守るためにゾーニングは不可欠なのだと思います。

ゾーニングによって、利用者さんは全てとはいかずともなるべく「いつものように」過ごしていただくことができ、利用者さんの思いに寄り添い、権理を大切にすることが出来ると思うのです。

コロナウイルスと向き合う現在、そしてウイルスとの「共生」の今後、利用者さんにとってはいつもと変わらない1日を「いつものように」過ごしていただくということ、私たちもいつものようにお年寄りと向き合う日常、今まで当たり前だったことがどれほどかけがえのないものなのかを痛いほど感じます。

当たり前の日常が本当は当たり前ではなかったという現実を震災の時と同様に突き付けられたような感覚です。

ご家族にも思うように会うことが出来ない今、言葉に出せない思いを抱える利用者さんを守れるのは私たちなのかもしれません。

確かに宮城県では感染者がここ14日間出ておりませんが、いつまた第二波が来るか・・・という油断ならない状況です。

今回、感染予防の動画2本を見て、本当に「ちょっとしたこと」が大きな命取りにもなりうると分かりました。

今、私の役割は何だろうか？と自問自答をしてみます。現場の職員の方のことを考えますと、本当に頭が下がります。職員の皆さんが利用者さんといつものように関わりを大切に出来るように、そして利用者さんが安心して清山会で職員の皆さんと過ごしていただけるように、物品の調達や管理など利用者さんと職員の皆さん、そして法人を守るための備えを行いつつ、いつものようにこつこつと仕事に向き合っていくことかなと思います。

清山会で良かった・・・利用者さんや利用者さんのご家族、職員の皆さんが、時間が経って振り返った時に思ってもらえるように、前を向いて自問自答しながら出来ることから一つずつ行っていきたいと思います。

●平澤文（老健いずみの杜・リーダー）

４月１３日に初めて耳にした「ゾーニング」という言葉。私の頭の中に「？」がたくさん浮かぶ中、老健いずみでは翌日には動き出していました。私が「？」なんだから、そりゃ現場の皆は「？？？」だし、混乱させてしまったことに対して反省…。

そして、その後に初めて参加させていただいた支援室会議の中での上長さん達のやりとり。現場の私達が知らない中で、各行政とのやりとりを行ったり、物品の調達を行ったり、たくさんの人達が動いている。そして由香さんの涙。私は込み上げて来る熱いものを抑えることが出来ませんでした。

その熱いものは９年前の震災の時に感じたものに少し似ていたかもしれません。

当時私はGHはごうの杜で上長の久保内さんのもとで働いていました。3.11地震発生。当時は一番新しかった事業所だったはごうの杜も建物にヒビが入ったり、電気や水が数日間止まったり…。未曽有の大災害。皆家のことも心配。しかし震災当日の夜、ほぼ全員のスタッフがはごうの杜に集まりました。誰から指示される訳でもなく、各々の手には家から持って来たであろう食糧が。その日はホールに布団を敷き、利用者さんとスタッフが交互に川の字になって眠ったのを今でも覚えています。避難所を追い出されてしまった認知症の方3名を受け入れた久保内さん。スタッフは誰も反対なんかしませんでした。皆同じ思いでいることを実感出来た毎日でした。当時は、今のように大震災時のマニュアルはなかったはずなのに、各々が「目の前の命を守るために」、行動していたような気がします。

なぜ、そうできたのか？

上長である久保内さんのブレない思いがあったからだと私は思っています。

多くは語らない久保内さんですが、「困っている人には無条件に手を差し伸べる」「今のこの危機を利用者さん、スタッフ全員に乗り越える」という熱い思いを行動で示してくれ、その熱いものが、スタッフ１人１人に伝わったのだと思っています。

数か月前までは、世の中がこんな事態になってしまうことは誰もが想像出来なかったことでしょう。しかし、起きてしまった。自分が感染してしまったらどうなるのだろう。自分の大切な人が感染してしまったらどうしよう。と今でも考えることはありますが、連日配信される清山会メールで、正しい知識を身に着けることが出来、必要以上に恐れることはなくなりました。

何度も何度も更新されるマニュアル、各種チェックリスト。この１か月だけでも新型コロナウイルスに対する色んな仕組みが出来上がっているのを目の当たりにして、連日遅くまで各種マニュアル作りに関わっている上長の皆さんの奮闘を感じずにはいられません。

では今、私には何ができるのか？

・私自身が各種マニュアルを読み込み、正しい知識を取得し続けていくこと。

・「皆の命を守るため」に固執し、ブレない想いを持って行動で示していくこと。

・「ケア的ゾーニング」について、実際現場で行っている水際対策についての意味をきちんと現場スタッフへ伝えていく。→（やらされているではダメ！理解した上で各々が行動できるように！）

・制限があり不安な生活の中での、皆の「安心」を守っていくこと。→ご本人の「安心」・ご家族の「安心」

・スタッフの「安心」

「介護」というこの仕事を選んだ自分が今出来ること。ただ、食事介助や排泄介助をするだけが介護じゃない。皆の命を守りながら、かつ必要以上に制限されない生活（感染しても）。

各種マニュアルは上長さん達が必死に考えてくれて、周りを固めてくれている。その中でいかにいつも通りの自由な生活が出来るか…を考える。

もちろん私一人では実現出来ません。

一緒に働くスタッフさんと同じ想いを持って、皆の命を守っていきます。

●齋藤匡晴（ショートステイわかなの杜・リーダー）

最初はすぐに治まるものだと思っていました。中国で爆発的に感染者が広がり日本でも感染者が確認され、それでも自分事のようには感じていませんでした。自分にはっきりとした危機感を持ったのは宮城県内で初の感染が確認されてからでした。新型コロナウイルスに関しては連日の報道で、なんとなくの症状などは理解していました。時には怖さを難じる内容であったり、安心感を持てる内容であったり。知らないことでの恐怖もなりますが、知ってしまった恐怖というのも自分はあるように思います。それが「正しく恐れる」ということなのだと自分の中では理解しています。

私自身が一番怖いのは、自分自身が感染することより自分が感染源となって家族やご利用者、職場の仲間など大切な人を感染させてしまう事です。自分が感染しても何とかなるだろうと自分に対しての恐怖心は今もありません。

しかし、他の人に対してはそうではありません。特にご利用されている高齢者に関しては感染してしまう事で命を落としてしまう危険性が高く、自分の普段の行動や予防するべき行動をとっていないことが原因で感染源となり感染させてしまった場合、たぶんその時の自分をずっと許すことができないと思います。

介護現場もいかに責任のある仕事なのかということを一人だけが思うのではなく、そこで働く全員が同じ意識を持って取り組んでいくことが大切だと感じました。職員が犠牲になるというのではなく、職員も自分たちができる限りの予防で自分自身を守り、その私たちが高齢者を守っていかなければいけないと強く思います。震災の時もみんなが一つになり、事業所やご利用者を守ってきました。今回も必ず乗り切れると信じています。

ゾーニングに関して、当初個室対応となっていた感染された方や濃厚接触された方の対応は難しいと感じていました。中にはご病気からずっと部屋にいることは難しい方もいらっしゃいますし、部屋を出た場合そこの空間全てが感染区域になってしまうと。また致し方ない場合もありますが、高い確率で部屋に鍵をかけてしまう事もあると思います。ある程度の不自由さは出てきてしまうと思いますが、その方が可能な限り自由に生活して頂くため、また職員の体力的・精神的負担の軽減のためにはケア的ゾーニングは必要だと改めて感じました。

最後に自分自身は家族が最後を迎えるとなったとき、立ち会えない顔も見れない、骨になってからでしか会えないというのは疑問を感じる部分です。志村けんさんや岡江久美子さんのご家族の様子を見たとき胸が詰まりました。どうして最愛の家族を看取ることもできないのか。もちろん感染拡大の危険性を考えれば仕方のないことだとは思います。しかし、そんな中だからこそ本人や家族に寄り添う気持ちも大切になるのではないかと思います。「正しく恐れる」という知識から、できる限りの方法を探っていかなければいけないのだと感じました。

●久保内大介（ケアホームいちいの杜・マネージャー）

覚悟を決めてやるしかない。

今の心境です。

正直、色々と大変です。

精神的な部分が大きいです。

見たり、読んだりしても結局は心配です。

悪い方に考えてしまいます。

ですが、正しい知識を身につけ、

やるしかないので、やるしかないです。

今できることは、水際対策をブレずに、慣れずにしっかりやることだと決めやっています。

その後の備えもしながら、自分たちが凶器とならないように、今できるもっとも重要なことをしっかりと。

当初はイメージしても悶々としていたことが、【ケア的ゾーニング】の考えで、すっきりしました。

事業所を越えて対応することで、対応の巾も広がり【介護という命の現場を守る】イメージができました。

本当は病院でしっかりと対応してもらえることが何よりです。

しかし、病院で対応してもらうことは確かに難しくなるでしょう。

今に始まったことではないですから。

私も今まで嫌な思いをご家族としたことが幾度となくあります。

現実、ここに居たほうがいいことだってあります。（思います）（症状によりますが）

本当に尊い仕事です。

何だか変な格好をしたやつが目の前で動いているけど、変なことはしてこないし、まぁ自分はある程度自由に動けているからいいか。それどころじゃないこともあるでしょうが、本人にとってどれだけ安心できる材料になるか想像できます。

働く私たちにとっても、やると決めたからにはやる中で、相当リスクを軽減しながら働くことができると思います（想像できます）。

その都度、一日の工程の中で配慮が必要な場面も多々ありますが、そこはしっかりとしたルールと決められた行動をすることで（マスクの脱着やガウンの脱着等）防いで行けることだと思います。

まずは、水際対策の徹底に変わりはありません。

しかし、いつかはかかる。

しかし、やるべきことはしっかりやる。

マニュアルの整備など、どんどん進めていただいているので、わからなくなったとしても見て確認できるものはそろってきています。

いざとなった時、場所場所にわかりやすく掲示することで解決できることもあります。

あとは本当に覚悟（心）なんだと思います。

そこがないと、あっという間に色々と負けてしまいます。

●八重樫伸一（事業支援室・マネージャー）

私の身近な所で感染疑いというニュースが出ました。３番目の子供が以前に通っていた鶴ヶ丘のマミー保育園です。二ユースで初めて知り、身近なところでコロナウィルスが迫ってきていると目を疑いました。卒園してからもたまに顔を出すことはありましたので私は重ねて一大ニュースです。顔を出す理由は自宅と事業支援室で捨てるはずのペットボトルの蓋を集めては保育園に届け、その蓋がワクチンに代わるというので定期的に届けに行っていたのです。先日も電話をして許可をもらい玄関の外で受け渡しに行った時のことです。コロナの話となり園長先生から「本当に大変でした。結果すべて陰性でしたので本当に助かりました。ですが周囲からは陰性でも保育園辞退が悪みたいな扱いであそこの保育園の衛生状態は悪かったのではと指摘されたり本当に苦しかったです。」と心無い人の言葉に心を痛めたと話されていました。コロナウィルスが発生したのではという精神的苦痛は計り知れなかったのだと話を聴いていて感じました。

山崎先生の冒頭の文章の中の「差別してはいけない、次に差別されるのは自分」という文章を読み返したときにこのマミー保育園の園長先生の顔が浮かんだのです。園長先生は清山会のことも心配され、高齢者の施設での予防の大切さをお話されたときに、トップの人は働く職員のことも気にかけた言葉が出ていることも利用者を守るという意味で重要なことだと感じました。それと同時に非常にありがたいことなのだと感じました。また、利用者を守るということは職員が自分の意思で自分を守ることなのだと文章の中で重ねて実感しました。

今現在、コロナに向き合う姿勢には私自身、真剣さがまだまだ足りないのではないかと文章を読み返しながら痛感しています。必要最低限の人と関わることをしていない状態なので自分がかからないことが、周りを守ることだとした時に、大丈夫だという根拠のない安心をしていました。

清山会の一員として今できることを仕事も家でもまず実践に移す。自分で決めて行動することから始めようと腹をくくりました。医療福祉人として周りにコロナの正確な情報を話せるくらいまでに読み、自分の知り合いや子供に伝える事。手洗いは「ハッピバースデーの曲を２回歌いながら洗いましょう。」と子供の名前を入れながら歌う事。休みは普段しない大掃除をしてまずはきれいにすることから始める事。ステイホームの実践は勿論。

仕事の中では、コロナウィルスの影響が出ている今だからこそできるお金をかけずに作り出す採用のツールづくりや今の時期に実施ができることが沢山見つかりました。この事態を現場と一緒に戦うのに採用チームでも胸を張ってやってきたと言えるように日々を精一杯行っていこうと思います。

また、5月1日の文面は新卒の学生さんの多くに響く言葉だなと感じました。数ある仕事の選択肢の中で清山会を選んでくれる学生はきっと迷いながらも無意識に自分の意思で決めて進んでいるのだということを気付かせてくれるものだと思います。また、山崎先生の正直な心の部分とその決めたことの強い意志が文章を読むだけでひしひしと伝わってきました。選考会や説明会の際に学生さんに清山会で今取り組んでいる真剣度合いや正しい知識を伝えることができればと思いました。

今後、法人が安定基盤で運営できるようなパート職員や高齢者雇用の人材雇用を図りながら転換していくこと。現場で働く職員が現状の中で夜勤が多すぎて疲弊しないような安定して働けるよう人材の安定供給していくことを現場で一生懸命コロナウィルスを水際対策している職員と共に進めていかなければいけないと改めて自分の態度を決めることができました。これから採用を進めていくと同時に、この状況で活用が深くなったZOOMやラインを使ってお金をかけずにできることが増えたので、時代の流れに乗りながらワンチームで進めていきたいと思います。

●佐藤雄（GHあおばの杜・リーダー）

毎日テレビから流れてくるコロナウイルスのニュース。目にしない日はここ数カ月ありません。憶測や事実が不安や恐怖となり、心にも感染する思いでした。

1ケア2手洗いの必要性は動画（長崎大学病院）を見れば一目瞭然であり、アルコール消毒が枯渇している今、なぜ手洗いなのかが理解できました。

やまゆり園の植松なんかに絶対になりたくありません。コロナの危険性を知りながら必要な備え（水際対策）をしないことは、ご利用者の命を粗末に扱うのと同じこと。命の現場を守る立場でありながら。

「介護施設で理念を貫きながら、コロナを乗り越えるための有効な戦略=ケア的ゾーニング」実際にコロナが発生し、緊張感が非常に高まった極限状態に追い込まれると目の前のことで精いっぱいになり、我を忘れてしまうかもしれない。何が大切で、何をしたかったのか、何でこの仕事に就いたのかも見失うかもしれません。しかしケア的ゾーニングを行っていればまず「理念」を心に留めておくことができる。そして介護施設で行えるであろう最大限を尽くしていると自信が持てる。「予防より備え」ではなく「予防も備えも」重要な今、明日も明後日も1週間後も、来年も、コロナによって誰一人欠けることなくみんなで笑って過ごせるよう、無駄な苦労が一つもない事を意識し、模範となります。

私事ですが先日５/３のことです。世間はGW真っ只中。久しぶりに実家（松島町）へ帰省しようと考えていました。両親は３月からテレワーク中で、弟（仙台市在中）もGWで仕事が休みとなり、家族で久しぶりの団欒と目論んでいましたが、もう一人の弟（埼玉県在中）の帰省の知らせを母から受け、即答で断りました。流行地に居た埼玉の弟との接触を避け、ステイホームしました。

その翌々日に徳さんからのメールにて全職員検温表フォーマット変更のアナウンスがありました。その中にありました「流行地に行った人とあったりしていないか？」の項目。自分の仕事に恥じない判断を出せたこと、この行いが、正しく在ることがきっと将来誇れる瞬間になる。これからも事業所のお年寄りと仲間を一番に考えて行動していきます。

●桑原 弘美（いずみの杜診療所・マネージャー）

今、私たちがすべきことは、徹底した水際対策を強化してお年寄りにうつさないこと、感染予防の正しい知識（武器）を習得すること、覚悟を決めて本気で取り組むことです。

そして気持ちの中では、

① お年寄りを守ります

② 現場スタッフを守ります

③ 清山会を守ります

これらを守り抜くためには、役職者だけではなく、現場スタッフの士気を高めていかなくてはならないと思っています。

一瞬のお祭りごとではない士気の向上が、現場の一体感に繋がり、エネルギーとなっていくように思います。

そのためには、私たちが誠実な対応をしていくことに尽きると思います。

ガウンテクニック等の手技はトレーニングをすれば（多少の差はあると思いますが）誰でも出来るようになると思います。ケア的ゾーニングも、覚えてしまえば出来るはずです。

「誰も見ていないし換気はしなくてもいいや」になってしまうのは、業務はこなせるけれども理念を貫けないからだと思います。

自分で決めながら主体的に生きることが難しい状況になったとき、わたしたたちがどこまで個別の配慮を尽くせるのか、自分しか決められません。

大切な指針＝理念。

理念に立ち返って、誠実に職務を果たすことの大切さが求められると思います。

そのためには、まずは私たち役職者が、正しい知識をしっかりと理解して、理念を基に、誠意を持って現場に伝えていくことに努めていきます。

山崎先生のお年寄りを絶対に守る！という強い決意が伝わってきます。私も自分の持ち場で、覚悟を持って全力を尽くしていきたいと思います。

●湯山元気（希望の杜居宅・リーダー）

・コロナという病気のついて思うこと

今回新型コロナウイルスが世界的に流行していった中で感じていたのは、その病気の怖さの認識について非常に個人差、地域差、時差のようなものがあったということです。私自身クルーズ船がニュースとなり、関東圏で出始めていたころは非常に甘い認識を持っておりました。以降もメディアの発信するような良くも悪くも多様な情報に踊らされていたと思います。

そんな中、山崎先生のメールを読み、自分なりにコロナについての情報などを見聞きし、考えていく中で、気を付けるべきことや精神的な備えと覚悟のようなものが整理されていったように思います。しかし、依然やはり社会には個人差、地域差、時差のようなものはやはりまだあるように感じます。

私が担当する大和町圏域についてもコロナに対する危機感のようなものは多種多様だったように思います。本人、家族に事業所の対応について、理解していただくのも、内容によっては容易ではありません。例えば居宅ケアマネであるわたくしは利用者自宅へのモニタリング訪問があります、コロナが流行していることもあり、体調や利用に変わりがない方は電話での聞き取りを行っていますが、その旨を伝えると「こっちの方は出てないし大丈夫だから～・・」などという返答も時折聞かれます（説明し何とかご理解いただいています）。お年を召している家庭なんかはコロナのこと自体あまりわかっていらっしゃらないおうちもあります。その危機感のようなものも緊急事態宣言前後になってくると、その動向や当法人含め、多方面からの通達などもご家庭には入り始め、ご理解いただけるようになっていったように思います。

その中で今回のコロナウイルスの流行に伴い、備えていくことは極めて重要なことだと感じています。山崎先生のメールにもあった通り80歳以上の高齢者は10人に1人お亡くなりになるほどリスクがあると思います。当たり前ですが、私たちが普段仕事として接ししている利用者の皆さんはほとんどが該当してくると思います。そして、施設内などで発生した場合。医療施設での受け入れが困難で、施設内で対応しなければならなくなることが容易に予想できてしまいます。認知症当事者の方もいらっしゃる中で、施設内の感染拡大を防ぐためには出てから後手で個室対応したり、どうするか検討しているのではあっという間に感染が拡大してしまうと思います。そう考えるとケア的ゾーニングは非常に合理的なものだと感じました。とはいえ実際に行うのはもちろん容易ではないと思います。そのためにも早い段階で備えていくことは大切です。

話はそれますが、このコロナウイルスの感染ですが感染してしまった方や感染者が出てしまった場所（私たちの場合は施設になってくると思います）に対して、語弊があったら申し訳ありませんが認知症に対するものにも似た偏見のような社会の目があるように思います。これは実は病気自体と同じくらい怖いものなんじゃないかと考えています。クラスターを特定しないといけないので仕方がないとは思いますが感染者探しみたいなものに社会自体が躍起になっているように思います。例えば地域や社会は仮に事業所で感染者が出た場合に、すでに完治し感染者がいない状態になってもやはり正しい知識のない状態だと「～で出たらしいよ」「～あそこにはいかない方がいいね」などということになりかねません。しかし、コロナウイルスは絶対に感染しないというものではないと思いますし、しかるべき予防をしてもかかるかもしれません。いつかは感染するものだと思います。そんな時に大切になってくるのが、どんな対策や対応をしてきたかや職員一人一人がどんなことに気を付けていたかということになると思います。認知症と違いコロナウイルスの感染には根拠がありできる予防が複数あると思います。やるべきことをやって自分の働く職場と利用者を守っていかなければならないと強く感じています。

今このコロナをめぐる状況は異常な状態だと思います。制限のある生活の中で利用者や職員に対しても多方面において負担や無理というよりは「我慢」をしていただいている状況にあると思います。

できる対応・対策の中にも配慮をしつつ、この状況が終息することを願います。

●岩渕文智（特養ふたばの杜・マネージャー）

まず、コロナウイルスからは逃れられないということを腹にくくるべきだと思いました。宮城県では、２週間感染者なしと報告があり、休業要請も解除され少し気が緩んでしまっている人もいるかもしれません。

しかしながら、北海道での感染第２波や世界に目を向けてもコロナウイルスの感染者数は増える一方であり、一度収束したと思われた国でも再度クラスターが発生していることからも、やはりコロナウイルスと共生するしかないのだと感じています。

コロナウイルスに感染しても無症状の場合もあるため、先生のメールにあった、「危ないのは、自分。お年寄りに移すかもしれない。そしたら、そのお年寄りは死ぬかもしれない。そう思って仕事をするべき。だから予防なのです。」という言葉にとても重みを感じました。

「介護施設は大きな家族」とありました。お年寄りはもちろんですが、亡くなるリスクは低いかもしれないですが、自分自身、仲間、自分の家族、仲間の家族だって死ぬかもしれない、もっと広く言えば、見ず知らずの人も死なせてしまうかもしれないという事をスタッフ一人ひとり肝に銘じなければならないと強く思います。

よって、私たちは、介護という命の現場を守るために、自分を含めたスタッフ全員がコロナウイルスに対して基本的な知識を持ち、感染予防の正しい知識や技術を習得し、日々備えていく必要があります。すなわち、チーム一丸となってコロナウイルスに立ち向かわなければなりません。そして、もっと大きな規模で言えば、医療崩壊が起こらないように日本国民全員でコロナウイルスに立ち向かわなければならないと思いました。

しかしながら、どんなに感染を予防していても１００％防げるわけではありません。

私は、コロナウイルスが武漢で流行しはじめた時から、もし日本でも流行し、ふたばの杜でもお年寄りが感染した場合、どうしたらいいのか不安に感じていました。インフルエンザとは違って、コロナウイルスには抗ウイルス薬が無いこともあり、感染を拡大させないために、認知症という障がいのあるお年寄りも個室で対応しなければならないとなると、施錠せざるを得ないのだろうかと考えることもありました。

このような不安を払拭する「ケア的ゾーニング」は理念を貫いた画期的な戦略だと思います。

「個室対応は大混乱のもと」とありましたが、まさにその通りだと思います。先生のシュミレーションを自分でもイメージしてみると、確かにその通りの状況が起こると感じました。

ケア的ゾーニングであれば、ふたばの杜のような全室個室の施設だけでなく、希望の杜のような多床室の施設においてもハード面は違っても混乱なく且つ理念に沿った一貫した戦略が取れると感じました。

また、最悪のシナリオについても書かれていましたが、これは目を背けてはならない事だと思います。世界に目を向けると、5月７日時点で、アメリカで新型コロナウイルスに感染して死亡した人約80,000人のうち、３0％にあたるおよそ２万4000人以上が高齢者施設で亡くなっていると報道されています。日本でも同じようなことがいつ起きても不思議ではありません。

最悪のシナリオを知っていれば、きちんと予防しなければならないということをスタッフ一人ひとりが、より一層意識できるということに加えて、例え最悪のケースになったとしても介護という命の現場を守るのだという覚悟をもち、備えることができると感じました。

「お年寄りが骨になるまで家族の面会を断るのだろうか、医療の専門家でもない介護職員が出入りする施設に同じように医療の専門家でない家族が看取りにすら立ち会えないというのは不条理なことである」という先生のご意見には、行政の判断や法的な部分は抜きにして、私も同感です。家族が覚悟して会いたい、看取りたいというのであればご本人の側にいてもらいたいと思っています。

最後に自分に誠実であるということはどういうことなのか、知佐さんから教えていただきました。コロナウイルスのマニュアルに従って、自身に感染のリスクがあることからターミナルのお父さんとの面会を我慢する。そう決めたから何かあってもそれは運命だと受け止めると言っていたという事を知り、知佐さんの誠実さやこの仕事を続ける上での強い覚悟を感じました。自分も知佐さんのような誠実さをもって職務にあたりたいと思います。

東日本大震災を乗り越えたと思ったら今度は新型ウイルスの山を乗り越えなければなりません。外部の事業所のコロナ対策等についての情報が入ってきますが、清山会ほど入念にやっているところは今のところありません。この難をみんなで乗り越えていけると確信しています。平穏な日常が戻ったときに、スタッフみんなで命の現場を守ったと胸を張りたいと思います。

●沼田英敏（さくら介護支援事業所・リーダー）

自身のこれまでの感染症に対する考えや行動を振り返りながら、正しい理解に基づいた水際対策や感染予防の取り組みがいかに必要か、「いつかは自分もかかるかもしれない、知らないうちに周りに移すかもしれない」と日々強く感じるようになりました。防ぎようがないものだとしても、できるだけそうならないように、そう思えば今自分にできることを自分で決めて行動に移すしかないと思うようになりました。

そういう態度を決めながら、「面会制限」・「外出制限」を継続している介護施設が多い中で、そこで生活している人たちの命や生活を守る責任があることの重みも強く実感しています。緊急事態宣言が解除されるまではもうしばらくかかりそうな状況ですが、ご利用者を感染から守るために、そうした措置を続けることはやむを得ないことだと思う一方で、面会制限や外出制限の状態が過度になれば権利侵害の問題につながることも常に意識するべきことと感じています。

週報では住宅型有料老人ホームに入居されているご利用者について、施設側からのサービス利用の自粛要請につき、デイの利用を中止することになったことを報告しました。その後、ご本人の意向と施設側の体制等を協議したうえで、デイの利用は今のところこれまで通りということとなりました。ただし、デイの利用が継続できるかは、地域の感染の動向をみて定期的に確認していくこととしました。何にでも制限をかけることは誰でもできますが、こんな時でも、自粛するにしてもそうでないにしても、ご本人の意見や考えをきちんと聞き、可能な対応を提案し決めていただくという丁寧なプロセスはしっかり大事にしたいと感じました。長期間の制限に伴うストレス対策や活動性の低下に注意する必要があります。制限の必要な暮らしの中で、できることを見つけ実現する仕事は私たちの責任であると思います。

仙南地域では、清山会からご利用者や関係機関に向けて発出された文書がいくつかありましたが、これほどきめ細やかな文書等を発出した事業所はなかったと思います。なかには、何も発信しないところもあります。訪問してご利用者（ご家族）と感染症対策に関する話に触れた際の印象から、清山会としてご利用者を守るという覚悟と強い思いがご利用者やそのご家族にも十分に伝わっているものと感じています。

●新貝麻衣（事業支援室・チーフ）

健康唱和の中に、「風邪気味なら"堂々と休む"」、「治ったら"堂々と復帰」とありますが、とても大事な一節だと感じています。みんな感染源にならないよう緊張感をもって仕事をしている事と思いますが、予防していても体調不良は起こりうります。コロナは風邪症状と見分けがつきにくく、このぐらいなら平気かな…と仕事に対する責任感から無理に勤務してしまう事もあるのではないでしょうか。そんな中、「堂々と休む！」と公になっている事で、万が一自宅待機となってしまった場合でも気持ちを楽にさせてくれる効果があると思います。

毎日コロナに関する話題をテレビやラジオ、インターネットなどで見ていますが、志村けんさん、岡江久美子さんの訃報は大変ショッキングで、コロナの怖さを身近に感じさせるニュースでした。

特に最期の面会も叶わず、お骨になってからの帰宅という事で、身内でもなく遠い存在の方々ではあるのですがとても悲しく、やりきれない気持ちになりました。

そんな中、清山会グループで進められている「ゾーニング」は利用者さん、ご家族の気持ちに少しでも寄り添い、リスクは伴いますが看取りに立ち会いたいという方がおられた場合、前向きに対応しようとする姿勢に感銘を受けました。私にも高齢の祖母がいます。他県在住ですので、例年ですとゴールデンウィーク付近の休日に帰省し会いに行きますが今はそれができません。もし、この状況の中で祖母に何かあったら…と考えてしまう事もあります。その為、zoomでの面会も、離れている家族にとっては大変ありがたい事だと思います。電話で様子を聞くよりも、顔の表情を少しでも見れた方が安心です。

そして「ペストと戦う唯一の方法は、誠実さということです」という言葉がとても心に響きました。いろいろな事が制限されている中、世間では自分本位に必要以上に買い溜めに走る人、不要不急の外出をし続ける人、医療従事者への差別など、心無い話題も数多く、混乱した時にその人の本質が出てくるものだ…と感じています。利用者さんと直接関わる事業所の皆さんのコロナに対する緊張感は私の想像を超えるものだと察します。加藤さんのご尊父様のお話を知り、とても胸が痛くなりました。「利用者さんを守り抜く」という一心で仕事に励まれる姿、本当に尊敬致します。最後に決断するのは自分でしかないのですが、きちんとした身の振り方ができるのかとても考えさせられました。

まずは健康に気を付けながら、「利用者さんを守る」という気持ちを共にして、今自分にできる事を精一杯取り組んでいきたいと思います。

●大崎美智子（ＧＨけやき・リーダー）

「介護という命の現場」を守るためにを読む前までは、新型コロナウイルスがどのようなものかが全く分からない状態であり「こわいな」「どうやっていこう」「「何から気を付ければいいのか」といった不安だけが大きかったです。マニュアルの読み合わせをしていても、職員の中には「やってみないと分からない」という意見も聞かれみんなが不安だったに違いありません。その不安な気持ちに「介護という命の現場を守る」「正しく」恐れるという山崎先生の配信を目にした時に、目の前のもやもやが薄れていったのを感じました。

そして「今」わたし達がやらなくてはいけないことはご利用者の方とご家族がいかに今までの生活に近い状態で、感染に注意しながらもお互いを感じられる取り組みをしていくこと。その為には、ご本人にどうしたいのかをしっかりと伺いご家族へその想いを迅速に報告・相談していけるようにし、ご家族の希望もしっかりと伺いながら取り組めるようにリスト化を図ることで職員全員が情報の共有ができる取り組みをしていきたいと思います。

また、何回も何回も「介護という命の現場」を守るためにコロナウイルスマニュアル・アクションリストを元に読み合わせしながら、実際にコロナウイルス感染を想定した訓練をしておくことがお互いの命を守りぬくには重要になってくるのではないかと感じました。

毎日の仕事初めの１分唱和・マスクの着脱・喚起と消毒・１ケア２手洗いの取り組みは手を抜かず、事業所内でのゴミ袋で防護服を脱ぐ訓練・感染ごみの取り扱いなど一つ一つ動きながら身体で覚えていくことで、実際に発症した際にスムーズに対応できるようにしていきたいと思います。正しい知識を身につけ「介護という命の現場」を守るものとして最後まで目の前のお年寄りとご家族に寄り添いながら乗り越えていきたいと思います。

●田中しなの（いずみの杜地域連携室・リーダー）

今まで当たり前であった日常とちょっと違う工夫をしなくてはいけない。

震災の3・11を思い出します。

予期せぬ揺れが診療所を襲い、ちょうど待合室でご本人、ご家族に名刺をお渡ししていた時でした。揺れの中で神様～と祈りながらふと視線を上げると診察室から出てきた山崎先生が柱につかまりながらじっと外を見ていました。忘れられない光景です。

コロナの対策、特にケア的ゾーニングの話が出てきたころ、震災と違って波が来るまで時間があるし、備えができる。私は電気、ガス、水道が使える安心感がありました。

そして実際に自分の目で足で確かめてみる事です。備品がない中、どのような工夫が出来るか。ゴーグルがないなら、代用できるのもは？ホームセンターの工具売り場に行ってみました。防塵ゴーグルが並んでいました。試しに一つ購入してみて看護に確認してみると使えるとの事。なんか嬉しい！合計10個準備することが出来ました。その他役職者で協力しレインコートやゴミ箱など備品を揃えました。実際にゴミ袋で防護服づくりもしてみました。物が揃うと不思議なもので人は安心します。すると次にやることが見えてきます。吾妻先生、中山先生のご指導をいただきながら、いずみの杜デイケアのゾーニングイメージを作りました。今度はそれを全スタッフに確認してもらいました。悠々の高橋様にも講師としてお越しいただきガウンテクニックなども教わりました。時期としてガウンテクニックは早かったかもしれませんが、その様子をスタッフに見てもらうことが目的でした。きちんと準備しているから大丈夫だよというメッセージを伝えたかったのです。スタッフからも日々の不安な事を上げて頂きました。そのコミュニケーションが大切だと思っています。

不思議とその翌日からいずみの杜全体が落ち着いている。みんな地に足がついている感じがしました。さすが後藤さんです！

今は若干気が緩みがちな時期かもしれません。しかし、山崎先生の想いや私たちのRBAの理念が反映されたケア的ゾーニング。新しい手法を広めていけたら千葉県の障がい者施設のようなことにはならないと思います。そして加藤知佐さんのようにお父様とのお別れを我慢しなくて済むように、人として大事なことは今まで通り当たり前にできるようコロナの時代を生き抜けるように変化していきたいと思います。3.11を乗り越えたのだから大丈夫だと思います。その覚悟が私たちには備えられていると思います。

●庄司崇浩（みはるの杜通リハ・リーダー）

連日ニュースTVやラジオから聞こえてくるコロナ関連の情報に漠然とした不安ばかりが大きくなっていたことを思い出します。

自分自身もそのような気持ちの中、現場からはどうすればよいのか判断を求められ、的確な返答も出来ず、申し訳ないという気持ちでいっぱいでした。

そのような状況の中で山崎先生からのQ＆A方式の正しく恐れるのメーリングを読ませていただきました。現場で働くスタッフが不安に感じていることが網羅されており、これを読んだスタッフは漠然とした不安からは解放されたと思います。少なくとも私自身は気持ちがすごく楽になりました。

また、文中に「発症したら、堂々と休んで、回復したら堂々と復職してください」というメッセージに法人の力強さを感じました。毎朝の復唱でも特にこの部分は好きな部分です。

ケア的ゾーニングに関しては認知症がある方にとって最大限配慮しつつ、それでいながら現場で働く職員への想いも伝わってきました。

個室対応になった場合を想像すると、お年寄りが部屋から出ようとする行為を職員が何とか部屋にとどめようとしている姿が思い浮かびます。きっとそれを繰り返している職員は潰れてしまうのではないかと思いました。

非常事態でも法人の理念はブレずに、お年寄りも職員も守るという法人の強い想いに自分自身も覚悟を決められた気がします。

●丹野　怜（老健さくらの杜通リハ・リーダー）

新型コロナウイルスが発生して最初はこんなに広まるとは全く思わなく、どうせしばらくすればすぐに収まるだろうと思っていました。それが、国内での感染拡大になり重症化になる方、死者が出てくるようになり、マスクやアルコール消毒液が品切れになり東日本大震災の時に感じた何とも言えない背筋がゾッとするというのかうまく表現できないのですが、このままではダメだという危機感を覚えました。それと、今この状況に耐えお年寄り、スタッフを守らなければならないという思いになりました。

新型コロナがどういうものなのか、対応策はどうしたらいいのか等を知ることでだんだんと不安は軽減してきましたが、まだまだ毎日が不安です。症状がなくても感染者かもしれない。自分がもしかしたら感染者かもしれない。そういう状況でお年寄りに移してしまったらとんでもないことになると思います。マスク着用もしなければならないことで自分の予防ではなく相手に飛沫を飛ばさないためで、お年寄りを守るためにするのだとマスクの使い方を間違ってはいけないと感じます。

ゾーニングについて、お年寄りが陽性になって入院するようになったとしても認知症だから入院できないと断られてしまうか個室に入れられ拘束されてしまうのかと思うとケア的ゾーニングによって、これならお年寄りの生活が守れると思いました。しかし、簡単にはいかないと思います。ゾーニングのエリアを分けたり、準備物を用意したりやることがたくさんあります。そうなった時に、居室移動になればお年寄りの人たちは今まで慣れた環境が変わることで不安になったりすることもあると思います。スタッフも不安になると思います。そういう時に不安を取り除くのが私たち介護のプロとして柔軟に対応するべきなのだと感じます。

その場から逃げたくなる気持ちもわかります。私たちが逃げたら残されたお年寄りは誰が対応するのか。逃げ出すわけにはいかない。東日本大震災の時も乗り切れたし今回もきっと乗り切れると思います。

●野本麻未（GHかぐらの杜・チーフ）

かぐらの杜が新規オープンして、初めての管理者業務と入所されているお年寄りの方との関係性づくり、またすい臓がん末期の利用者さんのお看取りなどもあり、４月はハードな１か月でした。

同時にコロナ対策の動きが始まり、自分の体調と相談しながら、思うように職員に対して、コロナ対策をしっかり伝えられず、反省の日々でした。徐々に、対策マニュアルなどの周知など行えるようになってきています。

コロナの報道を見ていると、感染者の数や施設病院などでの感染者の対応など、もしも自分自身が持ち込んでしまったら、もしもGHで蔓延したらと、とても不安でした。２月初めごろからコロナの感染者が出始め、利用者さんには申し訳ありませんでしたが、私自身、持病もあるため、もし利用者さんにいつの間にか移してしまったらと、とても不安で自分自身マスクを着けさせていただいていました。マスクの着用を進めていただくようになり、少し不安が和らぎました。

「正しく」恐れる。しっかりコロナウイルスのことを知るということはとても大切なのだと感じました。先生のメールを見て、自分自身少し冷静になって、考えられるようになってきました。利用者さんの命を守る為に、行わなくてはいけないことをしっかり実施していかければと思います。ケア的ゾーニングについても、一緒に仕事をする職員と一緒に考える機会を少しずつ作っていくことで、職員の不安も軽減していくことができるのだと思います。

オープンして間もなく、面会を制限となり、家族もご利用者さんの様子が不安な方もたくさんいらっしゃいました。こまめに連絡して、状況を報告したり、玄関先で荷物をお預かりする際に、生活の様子をお伝えするなどして、できるだけ生活の様子が分かるように対応しています。ＺＯＯＭなどの活用の提案していきながら、利用者さんと家族の関係性が途切れないように対応していきたいと思います。スタッフと健康唱和を継続して実施していき、また自分自身の体調管理も十分注意していきたいと思います。

●斉藤慎一（GHゆかりの杜・チーフ）

新型コロナウィルス、中国が大変なことになってるな、客船内は逃げ場がなくて怖い思いをしているんだろうな…と他人事として考えていたのが大分前のように思えます。

連日、コロナウィルス関連のニュースが流れていますが、専門家という人でも言っていることに違いがあり、日々ご利用者と接しているだけでなく、家には２人の未就学児がいることもあって、ただただ「怖い」「かからないようにしないと…」と考えていました。

山崎先生のメールを読み「正しく恐れる」ための基準を知ることができました。ネット上に溢れている数字や基準の取捨選択は難しく、山崎先生の文章がやさしい言葉で書いてあることもあり、ご利用者がコロナウィルス関連のニュースを見ていて質問されたときにそのまま説明代わりに読みました。

現在、職場では新型コロナウィルス関連のマニュアルを見ながら日々のタイムテーブル上に落とし込みながら仕事をしているのと、いざというときのケア的ゾーニングのシミュレーションをミーティングの時に行っています(一度ではなく、ミーティングの度に何度も行います)

今後、第２波が発生する可能性もあります。油断せずに、正しく恐れながら、職場の仲間と一緒に新型コロナウィルス対策に取り組んでいきたいと思います。

●及川　玲奈（さくらグループホーム・チーフ）

始めはすぐに治まるだろう日本には広まらないんじゃないかと思っていたコロナウィルス。息子が言いました「コロナのバカヤロー」と。私も同じく思います。バカヤローと。

今もコロナについて知っていく中でも怖さが増しています。でも何も分からないままの怖さではありません。正しく恐れる。色んな情報で正しいが分からなくなる時もありますが、ウィルスと共存をしていく。メールなどでコロナについて、色んな事が知れて自分やスタッフが今しなければいけない事が何なのかわかりました。

相手を想うからこそ、マスクをする。消毒と手を洗う。お酒も好きだけど今控えたら、あとで美味しいお酒が待っているだろうと。青森の実家へ帰省もテレビ電話にして落ち着いたら行こう。いつも見ている景色も違って見えるかももしれない。

私は宅配を利用しています。感謝しかないと届けてもらう度に思います。今の状況でも懸命に働いてくれている人がいて生活が成り立っている事。一人では生きていけないという事。

消毒も換気も初めは30分に一回は忘れてしまうと思っていました。正直面倒だなと。

その面倒と感じていたことも今はご利用者・スタッフ・自分自身・自分の家族。自分の周りには守っていかなければいけない人が多くいることが、面倒という気持ちを無くしてくれています。

そして東日本大震災の時の事も最近は良く思い出します。老健いずみの杜にいた時のことです。一階に集まりみんなで夜を明かして、日中も不安な中、過ごしたこと。大変な状況でもあの時も皆、相手の事を考えていました。妊娠中だった私を気遣ってくれていたのはご利用者でした。乗り越えていけたのは、みんなで頑張って行こうと同じ方向と想いをもっていたからこそ、乗り越えられたと思います。

あの時は懸命でした。今もあの時と同じように懸命になれているかはわかりません。見えないからこそ、懸命になり切れていないかもしれません。

ご利用者も出掛けられず、面会も出来ていない状況ですが、出来ない事ばかりに目を向けるのはそろそろ、やめにしようと思います。

今出かけられないからこそ、中で何をして過ごそうか。外食が出来ないなら好きな物を作ろう。気持ちや考え方をまずは自分から変えて見ようと思います。

決めた事。守り切っていくためにスタッフへも伝えていく事をする。まずは自分が先にたって予防に力をいれる。手が荒れないようにケアもしっかりとする！です。

●佐藤まゆみ（老健さくらの杜・リーダー）

連日繰り返されるコロナ報道にただただ不安でした。でも、「正しく恐れる」「いつかは感染するものだけど備えが大事であること」のメッセージで少し頭の中が整理できたように思います。そして「ご利用者、仲間のために感染スピードを緩める」ため物品を用意したり体調チェックをし始めましたがやっぱり不安。なぜかというと、物があっても取り扱いできるかの不安、マニュアル通りにできるかの不安、その場その場で判断できるかの不安。

マスクをすることに抵抗がなくなるまで時間がかかりました。でも、目の前のご利用者のため。利用者さんも月曜日から慣れないマスク生活をしています。換気やゾーニングの必要性はわかってきたけれど実践の不安を感じています。それは何度も訓練するしかないと思いますが、もちろんみんな初めてのことで確信が持てないのが現状です。迷ったり悩む日々…でも、コロナからは逃げるわけにはいかないので健康チェックなど、できることの積み重ねをしています。大量のマニュアル、増えていく情報を自分の中になかなか落とし込めないことに力不足で申し訳なく思います。佐藤さんや徳さんにすぐ聞きます。先生のメッセージを何度も読んでいます。

さくらの杜ではお看取りの方がいます。ZOOMなどの活用もあるとは思いますが、最期かもしれないその一時を、面会を、可能にできないかと。希望の杜での加藤さんのお父様の件は胸がしめつけられました。命の現場に携わらせて頂いてるからこそ、最期まで大切に考えなければと思っています。今後も可能な限り面会はできるようにしていただきたいと強く思っています。

●千坂　祐（宮城野エリア・GM）

私もそうですが、何か極端に不安になったり、不満になったりすると他者のせいにします。

問題になっているはあなたのせいで、私は悪くない、あの人だってやっているのだから、なぜ、私だけ注意を受けないといけないのか。誠実さとはなんなのか。敵はウイルスのはずなのに。人がどうしているかではなく、自分はどうしていくのか。改めて考えさせられます。

「現在も同じ状況にその誠実さは、人に向けられるのではなく、実は自分に向けられている。」不安なときこそ、その人に指した指を自分に指してみる。

私はそんなメッセージと解釈しています。

現場の皆にコロナ対策の説明をしていると、不安の大きさは様々ではありますが、「大丈夫です。私ができるのであれば」意外というと失礼ですが肝が据わっているなと思うことが度々あります。

コロナの状況が下火になってきたことも、現場スタッフの落ち着き（極端に乱れていたわけではありませんが）になっていることは確かだと思いますが、備えをどう考え、物理的なもの、そして自分の心の備えというと抽象的ですが、個人においてうまくバランスをとりながら自分の生活を継続していくといった「収束→共生へ」といった視点に変わりつつあることを感じます。

利用する本人や家族、スタッフへ情報を発信することがここ1か月極端に増えました。

「正しく」恐れる。正しい情報とは。

発信側と受け手側。本当に良いものでも、不安が強い時、その人が信じられない時、本当に良いもの、大切なことも、信じることができません。正しい情報も同じように、それがどんなに正しいことであっても、信じることができず、前に進むこともできません。

情報を受容する前に、新しい情報が発信される。現場の受け止め方を少し考える必要があったのか。そんなことをいっても、手を洗え、換気！マスク、今は前を向いて走るしかない、「皆で大丈夫だ」といいながら。

役職者として、自分に誠実であるということ。「いつものように」仕事をする。それが、この人となら一緒に頑張りたい、全部はわかんないけどなんか大丈夫な気がする、この人がいっているのだから信じて前を向いてみようかな。私はこのメールを見て率直に感じました。

不安は伝染していくことも実感しました。逆に不安の伝染するスピードの速さ程ではありませんが、「正しい情報」を受け止めて実行するといった意識の変化というのも実感しました。

「収束→共生へ」　ウイルスとうまく付き合っていく「正しい情報」と直接的だけでない、人との繋がりを大切にしながら関りが継続できる「心？気持ち？の備え」について引き続き現場の皆と一緒に考えていきたいと思います。

●名取直保美（GHめぶきの杜・チーフ）

昨年末に「中国で原因不明の肺炎が流行っている」というニュースを何度か目にし、まさか日本も大流行するとは思っていませんでした。

日本でクルーズ船がクラスターになった時も、どこか他所の国の出来事のような気持ちでいました。

身近に恐怖を感じたのが、めぶきのスタッフのお父さんが救急搬送され、発熱があり、PCR検査を行い、スタッフがすぐに感染疑いの濃厚接触者になってしまった時でした。

めぶきのお年寄りの健康、命に対する責任が一気に襲いかかってきて、とんでもない事になってしまった、もし、お年寄りに感染していたらどうしよう…と不安が一番強かったです。

祈るように、PCR検査結果を待つ間、不安でも、お年寄り、スタッフの前ではいつものように笑顔で振る舞わなければ皆が不安になってしまうと思い、いつも以上に張り切っていたように思います。

翌日、すぐに菊池さん、塩原さんが来て下さり、必要物品の調達、不足スタッフの手配、ゾーニングの想定アドバイスなど不安が少しずつ和らいでいきました。優さんから、いつでも駆けつけるよという電話、知佐さんから、事業所は違うけど、一人で抱えないで、いつでも話を聞くからという励ましのメールに助けられました。

このウイルスは心にも感染するといったのはこういう事もひとつなのかと思いました。私の場合は幸い、周囲の上長、先輩たちによって治療して頂きました。

そして、更にマニュアルを読み込んで、万が一感染が起きた時に冷静にお年寄りの生活の場を守れるよう、シュミレーションを行なっています。でも、まだまだ分からない事、想定できない事、不安な事もたくさんあります。

まずは、正しい知識を持ち、自分がお年寄りに感染させない為にできる事をする、技術を身につける必要があると思います。

宮城県は現在、感染者が二週間以上出ておらず、緊急事態宣言が解除されれば、以前のような三蜜が発生する可能性が出てきてしまうかもしれません。気の緩みがスタッフにも私にも出てくるかもしれません。その中で、いかに緊張感を持ち、正しく、いつものように仕事ができるか、今だからこそ、試されているような気がします。ひとつひとつ繰り返し、努めていきたいと思います。

●熊谷明子（特養ふたばの杜・チーフ）

5月のふたばの周囲は様々な鳥の声が聞こえ、木々のみどりがとても豊かなになり、換気で開けている窓からは心地よい風が入り、窓から見える景色はどこかの避暑地のようで、とても良い季節を迎えています。

今のところ、利用者さんはお変わりなくゆったりと穏やかに過ごされています。

「なんで、みんなマスクをしてるの？」「風邪ひいてるの？　大丈夫？　早くよくなるといいね」と言って下さる心優しいYaさん。　そんな利用者さんを感染させてしまうかもしれないの私たち。

その感染から守るのも私たち。

挨拶すると必ず手を差し出してくださるMiさん、Moさん。散歩が大好きで、リハビリも兼ねて職員と手を繋いで歩くのが日課のYuさん、Toさん、Koさん。　食事介助を必要としている方が約10名。

出来る限り三密は避けましょうと言われても、皆さんと変わらず手をつないで歩きたい、スキンシップで握手をしたい、小声でもお話ししながら隣で食事介助を続けたい。

そのためにも中途半端なことはできない。

この穏やかな日常を守るため、カサカサになった手をしっかりつないで下さる利用者さんを守るため、自分たちを守るためにも、朝の唱和、自分たちの健康管理、一ケアニ手洗い、換気、共有部分の消毒をしっかり行いたいと思います。

自分に誠実であること。

「いつものように」仕事をする。

今、そのことが自分に試されている。

●立島卓也（事業支援室・リーダー）

具体的に重要だと感じたこと

・まず何よりも正しい情報の共有が重要。

・自分の健康状態を正直に伝えやすい環境を作ることが大切。

・健康状態の自己申告だけでなく、行動の様子などから普段と違うところがないかにも目を配るよう役職者としての責任を自覚する必要がある。

・個人個人での対策だけでなく、チーム全体で取り組む（様々なチェックに対して全員で取り組み、声を掛け合うことで漏れなく行う）

報道のされ方がコロナウイルスは非常に怖いもの（実際そうなのですが、必要以上に？）という伝え方です。何が正しいのか分からない中、山崎先生の文章を読んで少し前向きになれた気がします。

国の対応としても、最終的に何を目指して（ウィルスの根絶？（恐らく不可能）、とりあえず様子見？共生？）の自粛なのかがうまく伝わっていないような気がします。しかしその中でもはっきり分かることは、このような緊急事態宣言の状態を一生続けることは不可能だということです。それは人間として生きることを放棄していることと同義だと思います。コミュニケーションを取ることは電子機器等でいくらでも可能ですが、フィジカル的な触れ合いはどう考えても必要です。

このような状況の中でも必要としてくれる人たちがいる、そんな介護というわたしたちの仕事はやはり尊いものだという思いをさらに確実なものにしたこの数か月でした。

人間が人間として当たり前に生きる「権理」について考えることに、認知症という範疇を超えて今誰もが（意識的にしろ、無意識にしろ）直面しているのかもしれません。

高齢者、ご利用者に感染させないために私たちが予防する必要があることをしっかりと自覚し、万全な備えを行った上で、なるべくいつも通り落ち着いて仕事に向き合いたいと思います。

●三浦理恵子（GHかなでの杜・チーフ）

最初は他人事の様に感じていましたが、宮城県でクラスターが発生し、大崎、美里町でコロナに感染と聞いた時不安と誰かにうつされるのではないか、また自分が知らない間にコロナにかかってお年寄りや家族などにうつすのではないかととても不安になりました。コロナとはどういうものなのか読んでいくうちに少しずつ理解し、マニュアルを読むと少しずつでもイメージがつきました。何度も読み返していくこと、いざという時に対応でるようにしておきたい。職員1人1人が消毒、マニュアルを読むことをやらされてるではないことをまず意識してもらえるように取り組みたい。スタッフ、利用者さんを守る為に多くの上司の方々が考えていること、そしてマニュアル、対応など不安に思ったことがすぐに解決でき、職員の安心に繋がっているので、感謝の気持ちでいっぱいです。

コロナと共存していかなければならない、そして身近にいるお年寄りを誰一人もかけないように私達職員が持ち込まない、対策をしていきたい。身近に感じる程怖い気持ちはありますが落とさなくてもいい命を守りたいと思います。

ゾーニング対応も障害をもった方も何事にもしばられることなく過ごせる環境となることはよいなと思いました。またＳゾーンに入った職員のメンタル、悩みなど少しでも気持ちが楽になるように個別に連絡をとりあい、メンタル面で微力ながらサポートできればと思います。自分にできることは少ないかもしれませんが大好きなお年寄りを守りたいと思います。

先月の会議で先生も怖いと聞いて、どこか安心し、気持ちが楽になりました。そこから怖がりながらも前向きに考えて行こうと思いました。

●佐久間　淳（希望の杜・リーダー）

ウィルスを「正しく」恐れる。ウイルスと共生する。

この言葉に心が救われたスタッフは多いのではないでしょうか。私もその一人です。

ウイルスに恐れず立ち向かわなければならない。絶対感染しないようにしなければならない。情報が錯綜していた当初は、そのような気持ちでした。

山崎先生のメーリングリストを見て、恐れることは悪いことではない。そのために知識を身に付け知恵を出し、然るべき予防をする。予防してもいつかはかかると思うことで共生するための準備ができるのだと思いました。

ただ、我々は介護現場で従事しています。80歳以上のお年寄りは10人に1人が亡くなる。基礎疾患があればそれ以上。自分の大切な人や目の前のお年寄りに、自分自身が感染したことで亡くなるかもしれない。少しの気の緩みで最悪の事態を招くことだけは無いよう、これからも正しく恐れ予防に努める所存です。

以前週報で、必要以上に非日常を創り出すことで、結果としてお年寄りやご家族を過度に萎縮させないように配慮しなければならないと書きました。

我々もお年寄りも、人生の1ページはかけがえのないもの。お年寄りはそのページが後半を迎えています。

かけがえのない日常を守るために備えなければならない。現在ワクチンも治療薬もない現状で、どこまで備えれば大丈夫かという尺度はありません。

そのため、どこからが必要以上なのかは非常に難しいことではあります。ただ、今までの取り組みを経て分かるのは、ご本人にもご家族にも情報や取り組みを共有していただき、一緒に正しく恐れていただくということ。我々が独り歩きしないよう、ご本人・ご家族と共に歩いていけるように配慮していきたいと思います。

最後に、この状況下ではありますが、すべてをマイナスだけで終わらせたくありませんし、決して終わらせません（コロナに負けたくない）。

今しか気付けないこと、自由が利かない今だからこそできる関わりが在り、それらを発見するだけでもプラスですよね。

事業所はその方の家にはなり得ませんが、共生している限りは大きな家族です。事業所が第二の家で在れるよう、ここで良かったと想っていただけるよう、事業所を内から見直し育めるチャンスだと捉えています。さあ、今こそかかわりを自在に楽しむ時です。

●佐藤由香（泉エリア・GM）

【「正しく」恐れる】

初めてこの代表メールを読ませていただいたのは4月19日です。自分自身で「問と答」により整理しながら読み進めることができました。しかしこの頃はまだ「介護という命の現場」を守るということについて、今以上に覚悟が足りなかったと振り返ります。

未知のウイルスの全貌が少しずつ明らかにされる中で、理解しながら恐れること。自分自身が凶器とならないように、今できることを、そして、その最前線に立つだろう職員が少しでも不安を感じることのないようにと私自身が必死でもありました。どこかで不安な気持ちを解消するには物理的な方法を探ることが一番だと思っていたのかもしれません。

【ケア的ゾーニング】

認知症という障害のある高齢者を個室に引きとめることは難しく、隔離や拘束せずにと考えたときにケア的ゾーニングの考えが活かされます。担当職員を明確に分けて集団感染のリスクを低減させることも目的の一つです。決して見過ごせないものは何かと自問し、向き合って初めて覚悟が生まれるのだと思いました。

【介護という命の現場を守るために：感染予防（動画と絵コンテ）／水際対策と業務のスリム化／いつものように】

正しい理解が進めば、正しく恐れることができます。危機的な状況になれば、物資が足りないなかでやらなければならないことも多くあるでしょう。人員も無限ではありません。備えの段階から、効率よく職員の負担を軽減しながらできる方法を考えること、共有することを繰り返してこそ「自分で決めた仕事」に対しての誇りと冷静さを持ちながら仕事を続けられるのだと思います。

この1、2週間、職員面談を通じて感じたことがあります。初めはSゾーンの勤務に不安があるとおっしゃる方も、「心配事をできるだけ取り除くためのルールづくりや確認作業を一緒にやっていきましょう」とお話しすると、「お役に立てれば」と言ってくださいました。心がつながるとか、理念という見えないものを共有する感覚です。私たちがナラティブな仕事をしていると実感する瞬間でもあります。ご利用者を想いながら職員といっしょに創る空気感が、自分自身の覚悟を後押ししてくれるように感じられました。

今後、乗り越えなければならない場面においては、幾度となく覚悟が求められるはずです。その度に、自分で決めたこの仕事に誇りを持ちながら、先生の想いと自分、職員の想いが一つになるよう私自身決意をもって立ち向かおうと思います。たくさんの人とともに創りあげることを続けた先に、共有する空気感のようなものに勇気づけられながら、この「介護という命の現場」をみんなで守り抜く未来図が見える気がいたします。

●伊藤洋子（老健さくらの杜・リーダー）

15年前…介護のことも、グループホームのことも、老健も、何もわからない私が、生活していく為に清山会の面接を受けた時…みゆきさんと鶴岡さんが面接官でした。最後の質問で、これからの仕事の中で乗り越えられない壁が立ちはだかったらどうしますかと聞かれて、「自分への試練だと思い、それでも乗り越えようと思います。」と答えたのを、山崎先生の文章を読んで思い出していました。その時、覚悟と自分の態度を決めることを悟らせて下さったように思います。

『その誠実さは人に向けられるのではなく、実は自分に向けられている。自分に誠実であるということ。「いつものように」仕事をする。今そのことが自分に試されている。』

私は一昨年父を亡くし、加藤さんのお父様がご逝去されたことを文章の中で知り、山崎先生の言葉と重なり…ココロに響くものがあり泣けてきました。

●石川学（さくらDS・マネージャー）

未知のウイルスとの共生・・・果たしていつその日が訪れるのかと不安な日々でした。しかし、山崎先生からのメッセージの中に「~「正しく」恐れる~」と題して新型コロナの情報が、配信されてきました。そして【介護という命の現場を守る】という強い覚悟のメッセージ。このコロナウイルスと共生していくには、主体性と誠実さ、この２つが必要だと感じました。

この想いは、９年前の東日本大震災の時に感じたものに少し似ていたかもしれません。震災の時も、ライフラインが途絶えて、事業所の窓ガラスや建物にも被害を受け、近くの小学校へ避難することになり、お年寄りもスタッフも皆が不安な表情の中、何とかしなくてはならないという想いで当時の仲間と歯を食い縛りながら毎日を過ごし数日後、山崎先生から「お年寄りを守り抜きましょう」とメッセージによって背中を押していだき、当時の仲間と何とか乗り越えることができました。

私たち介護業界の使命は、「お年寄りの当たり前の生活を守る（権理）」ことです。コロナの感染を守るために部屋に隔離して感染から守ることができても、お年寄りを守ったことにならないと思います。お年寄りから、コロナの感染と当たり前の生活（権理）を守ってこそ、私たちは、「やった、乗り越えたぞ」と胸が張れるように感じます。それが、私たちの使命であり、プライドです。

あの震災を乗り越えた私たちだから、今回のコロナウイルスと共生ができると信じています。その為には、介護施設で理念を貫きながらコロナウイルスを乗り越えるための、戦略である《ケア的ゾーニング》を理解し、そして深めていかなければならなりません。何度もシミュレーションを行い、【介護という命の現場を守る】という私たちの使命を遂行していくために、これからも一緒に働く仲間としっかり準備していきます。

●半澤克也（杜の家ゆづる・マネージャー）

やはり大事なのは「基本」＝「予防」なのだと思います。今回、皆がコロナ対策を実行したことによりインフルエンザは昨年より流行しませんでした。おそらく、感染予防に注意が足りなく基本を怠ったことにより感染流行が拡がっていたが、一人ひとりが基本を大切に予防に取り組むことにより新型コロナウイルスも乗り越えられるのだと思います。

基本が出来ていなければ何事においても結果は伴いません。万が一、奇跡的に結果が良かったとしても、ただ運が良かっただけで後世には何も残りません。人は自然と生かされる中で、先人達は、みんなで知恵を出し合いながら、後世の人（子孫）のために、あらゆる難局を乗り越えてきたのだと思います。くしくも、この全世界に拡がるコロナ。私たちが後世の人に伝え示さなければならない時です。人は生き物である以上、必ず「死」というものに向き合わなければなりません。

そんな時、人の「最期」がとても大切だと思います。現在、このコロナウイルスの許せないところは、「最期」がとても非情な状況下に現在があることです。感染により「最期」がとても孤独です。残された家族、いや、それを目にした人は悔やみます。なんと人として辛い事でしょうか。

私は「ケア的ゾーニング」によって、人としての「後世」へのバトンタッチが出来る事。人の繁栄につながる儀式がきちんと出来る事に安堵しました。「最期」に見守られながら生涯を閉じる。自分の「最期」を通じ後世に何かを伝える、人の営みがきちんとできる環境にあるゾーニングは必要な知恵であり「ケア的ゾーニング」は後世に伝える術なのだと思います。たしかに、コロナウイルスも変異し必死に生きようとしています。ウイルスとの共生を図る上で、みんなで知恵を出し合いながらこの難局を乗り越えていきたいと思います。

しかし、日々、お年寄りと過ごす中で、難局を乗り越えてきた人生の先輩の強さを感じることが多々あります。会話の中で、「たしかにコロナウイルスは大変だけど、悪いことばっかじゃねぇーよ、半澤さん、良い事も沢山あっちゃね。」「空の色、空気が綺麗だ」「家にいるから掃除もするし、お父さんの部屋（仏壇のある部屋）も綺麗になった、お父さん喜んでっちゃね」etc・・・。なんと前向きでありポジティブな事。今回もどうやらお年寄り多くの事を私は学ぶようです。夜勤明けにお泊りのお年寄りとデッキに出て晴れた日空を眺めました。

まばゆい陽光、紺色に近い青い空（宇宙が見える？）澄んだ空気、こんな綺麗な空は山に登った時の空に似ているような。これ以来、私はお休みの時には早起きして、阿武隈川の堤防をランニングしています。晴れた日には、蔵王山を見ながら、川面に朝陽がゆらいでいます。このコロナ禍ですが、健康的な生活が送れているような気がします。　「明るく、楽しく、笑顔で」を大切に毎日お年寄りと向き合っています。

●佐藤賢二／仙南エリア／GM

コロナ対応マニュアル（入所系）をあらためて読み返し、コロナウィルスという目に見えない不安からくる感情的な恐怖を包み込んでくれるものだと思います。誰しもが経験していない状況の中、世間や報道からは感情を煽ったりネガティブな気持ちになるもので溢れています。そんなことを当初は思っていましたが、よくよくみるとありとあらゆる心構え、予想、行動、対策、疑問に対して詰まっていることに気づかされます。

何よりも膨大な量の職員の質問に代表自ら丁寧に、時間をかけて答えていただいていることがうかがい知れます。そこまでする理由を考えたとき、やはり関わっているご本人や職員、その家族等のすべての命や介護の尊さを誰よりも深く考えているからだと思います。その域まで達せられていない自分自身についてむしろ考えさせられます。目に見えるものも目に見えないものも十分に出来ていない、常に頭にはあるけれども、うまく自分が伝えられていないと感じます。

もう一方で介護の専門性は平時も勿論必要ですが、コロナや震災の時のような非常事態といわれる時でも光り輝くことができる職種なのだと自負できるような気がしています。

実際自分達がこのマニュアルを通してどこまで真剣に向き合えているか、普段の仕事の中でどれだけ意識して対策をおこなっているか、必要な考え方や知識は備わっているか、気づいたことはマニュアルと照らし合わせているか、準備は万全か、職員からの不安なQ＆Aに応えられるか、自分達の仕事を問われています。

伝えることが不得意ではありますが、実際に行ったこと。

　■ゾーニングのイメージトレーニングと実際の導線や想定を説明しました。

　→ある事業所ではご本人に向けて説明させていただきました。全員が理解したか、理解するまで確認したか。未だ努力です。

　■職員の不安な気持ちからくる質問に答えられたか。

　→現場でかなり質問を受けました。答えられる限りは伝えましたが、全てではないと思います。話をする時間、聞く時間をもっと作る必要があります。

マニュアルの読み込みが不足していると思います。暗記できるくらいの読み込みが必要です。

　■準備は万全か

　→準備物はある程度揃っています。マニュアルから抜粋して現場で使用しやすいように希釈表や手順をまとめました。使用方法は課題です。

　■各種チェック表

　→消毒部分のチェック表をオリジナルで作成しており、1日2回チェックし綴ったものをチェックしています。

　非常事態宣言も一部解除となりますが終息へは長い道のりだと思います。コロナと共生の日々が続き、世間も平穏が一部戻りますが、今の期間で出来る事を精一杯行うこと、マニュアルに今は未だ学びながら、頼りながら自分のものにし、アップデートしていくことがマニュアル、自分達の仕事、介護、理念の価値を高めるものだと思います。

●岩尾貴司／仙北エリア／GM

200419配信

・「正しく恐れる」このコロナに向かっていくことで一番重要なことだと感じました。肝心なのは自分がどうしていくか。一人ひとりがどうするか。何から始めるか。そしてそれらを自分で決めること。先生から発信されたこのメールは自分が決める手段として大いに活用できるものだと思います。職員も迷い戸惑い不安がMAXでした。何をすればいいのか…。このわかりやすいメッセージは多くの職員が覚悟を決め、やることを決めたと思います。私もその一人です。

200420配信

・「ゾーニング」。清山会らしい方法だと思います。コロナになったから閉じ込める、縛る、鍵を閉める。どうもしっくりきません。多少の制限はかかるかもしれませんが、できればその人らしく生活したい。誰もが想うことです。それを少なからず実現できる方法がゾーニングだと思います。でもこのゾーニングをしっかり理解することが私たちの役目、責務です。人は環境の変化に混乱します。これは認知症だからというわけではなく、人としてあたりまえのことです。これが完成ではなく、実際にゾーニングを行ったら介護としてのプロ魂がたくさんの知恵を生み出すと思います。いろんな知恵を共有して、その人と一緒に過ごしやすい環境をつくっていけたらと思います。

200501配信

・私もというのはおこがましいですが、必ずしも介護士をめざしたわけではありません。与えられた縁です。同じく決めたのも自分です。同じく続けているのも自分が決めたからです。このコロナに対してどう決めるのか。指示されたから働けるものではないと思います。今、現場で働く仲間も自分で決めて立ち向かっています。そんな誇らしい仲間と一緒にやるということを決めました。

200504配信

・果たして自分は加藤さんのような覚悟を持つことができるだろうか。自分の親が、親戚が、大事な人がこの状況になったら…。自分のことより人のことを考える。簡単なことのように思えますが、どっかで自分を優先したい。それが人間だと思います。加藤さんの高い倫理観。決められたことをやるかを決めるのは自分です。それをしっかり決められる仲間と一緒に働けていることを誇りに思います。

●佐藤貴彦（杜の家ゆめみ・チーフ）

新型コロナは、制限が解除されたから対策が終わりではなく、安全宣言が出たわけでもありません。当然ウイルスも無くなった訳ではありません。第２波、第３波も来ると言われており、これからも継続的に常に意識を持って行動していかなくてはならないと思っています。宮城県で感染者がここ何日か出ていないと報告されていますが、正直目に見えないものであり、いつ感染してしまうかもわからないという不安、怖れは当然持ち合わせています。

日々高齢者と接する機会、外回りに出る機会もあるため、自分自身をしっかりと律していかなければなりません。人と接触しないで過ごす事はまずできません。自分からコロナに感染したい人はいないはずです。施設で生活を営みたとえ感染してしまったとしても、生活エリアのゾーン分けを行っていくということは、危機管理をしっかりしていくことでもあり、命を守る事にも繋がっていきます。

コロナ疲れ等々言われていますが、学校に行きたくてもいけない子供達がいます。中総体を目指し日々練習してきたものの、中止になり試合をする事もなく引退することになった中３の息子。いろいろと不便な生活を送っています。その中で、大人だけが自分勝手に行動するわけにはいきません。

コロナは自分だけで収拾できるわけではなく、身近に居る人を巻き込む危険性も持ち合わせています。自分が意識する事で、周りの人も守る事にもなります。規則正しい生活を送り免疫力を高めること、日常生活で気をつけていくこと、職場で気をつけていくこと、多々あります。対応を理解し、しっかりと行う事で、日々の生活、大事な人達、一人ひとりの命を守る事にも繋がっていくと強く感じています。そういったことを、意識し続けるということも大事になってきますし、自分だけが良いということではありません。周りの人たちと協力し合うと言う事も大事です。今回のコロナでの対応は、未知の事でもあり分からない事もまだまだありますが、今後他の感染予防等での対応にも活かしていけることと思いますし、今の経験がこれからの財産にもなっていくと思います。

●星　恵美子（杜の家ゆめみ・リーダー）

正直まさかこんなふうに、世界的なパンデミックになるとは思いもしませんでした。職員が感染したらどうしよう、私が感染したらどうしよう、そしてご利用者に感染させたらどうしよう、自分の家族に、もし感染させたら・・・。本当にどうしたらいいのか解らず、周りの情報に流された時も確かにありました。自宅用にトイレットペーパーをいつもより多めに買ったこともありました。人はこんなにも噂に惑わされてしまうのかと改めて感じました。

でも、コロナは接触と飛沫で感染するということですから、相手に飛沫を飛ばさないように自分がマスクをしっかりして、こまめな換気、そして消毒を徹底的に行うことが大事であり、このことをしっかり行っていることが感染リスクを少しでも減らせるのだと思うと、気持ちが落ち着きます。やれることは徹底的に行うことがお年寄りの命を救うことにも繋がるのだと思います。

もし、感染者が事業所に出てしまっても、ケア的ゾーニングでコロナを乗り越えていきたいと思います。

何より清山会の職員としてこの山を一緒に越えたとき、私も自分に胸を張れる自分でいたいと思いました。それを決めるのは自分だからです。

●菅原綾子（さくらの杜・マネージャー）

私の生きてきた中で初めての未知のウィルスとの闘い、先の見えない状況に未だに慣れません。日々の業務の中で出来ることはやっていますが、新しい情報が次々入り込んでくる毎日です。コロナが引き起こす多彩な症状や治癒したはずなのに再罹患とか、規制緩和したらまたクラスターとか。不安は拭えません。

でも、私が不安な顔をしてちゃいけないのです。通所中に微妙な熱発！さあ、どうする？ご本人はいたって元気。「帰らない」と頑な。現場ではすぐに対応が迫られます。対応者は誰にお願いする？どこで対応する？周りのご利用者はどうする？咄嗟の判断が迫られます。初めてだからって間違えちゃいけない。いつも心が震えています。でも私が迷ってたらみんなも戸惑うから、やるべきことを次々まくしたて、、。スタッフの緊張感も日々ハンパない。それでもマスクしながらも変わらず楽しんでもらおうと、見えないけど笑顔と笑いを届けてくれます。ご利用者にとってココがかけがえのない居場所だから。みんなの疲れもピークに達しているのはわかっているから、せめて感謝の気持ちを忘れないでいたいと思います。

直接ご利用者と接する、介護という命現場の最前線で踏ん張っている人たちがいます。お年寄りに「誠実に」向き合うため、手洗い、消毒、密回避を徹底します。

●三邉純（老健さくらの杜・リーダー）

正直自分の近くで新型コロナに感染した方は居ません。どこか毎日の報道を観ても楽観視している自分が居ました。しかし4月末に同じユニットで働くパートさんよりメールが来て「昨日から下痢、悪寒があり・・」と言うメールが来ました。直ぐにＧMに連絡しその後「一週間の勤務停止で」との指示があり本人さんに伝えました。病院での診察結果は新コロナでは無く安心しましたがその後から「ここでも新型コロナが発生するかもしれない」と思い怖くなりました。

先日こんな事がありました。

パート職員のYさんから「すいません先程職員のＡさんが椅子を消毒する拭き方がサッとしかしてなかったので注意してしまいました」との報告を受けました。私は「謝る事なんかないです。言って下さってありがとうございます。」と伝えました。コロナ対策に対して真剣に取り組まれているパート職員さんの行動にとても嬉しくなりました。

今回理事長先生のメールを再度読み直しました。新型コロナに対する怖さや不安が誰にでもあります。しかし読むと必要以上に恐れる事はないと安心しました。明後日ユニットミーティングを予定しています。その場で再度みんなで読み直し、職員間で温度差がある今の現状に少しでも意識が高まればと思います。そして日々取り組んでいる事がご利用者を守る事。私達の職場を守る事になるんだと再認識して行きたいと思います。

●熱海千浩（特養ふたばの杜・チーフ）

以前先生がゾーニングについて知ってほしいと送ってくれたメールを、ふたば3階スタッフ用のグループラインにも送りました。とてもシンプルに理解できたからです。植松の恐怖も感じてほしかった。

スタッフの中にはメール登録していない人もいたので、印刷を一時読むより、ラインであればいつでも振り返れると思い、みんなにちゃんと読んでほしいと思い送りました。

けれど、上長がゾーニングのSゾーン勤務の確認をしたとき、「ゾーニングって何ですか？？という人が多い、ちゃんと申し送りしてるの？」と確認が来ました。

自分の浅はかな伝達方法が浮き彫りになりました。1人1人声がけしないと伝わらない…。伝わるように伝えることがチーフの仕事…。

ペストの「誠実」これはどういうことなんだろう。何に対してなんだろう。病気に対して？病気の人に対して？

「自分の選んだ仕事に対して誠実に」　そうか。そこを誠実になんだ。

自宅待機や、テレワークで仕事をしながら在宅生活に悩む人が多い中、これまでと変わらず、むしろ自宅待機者もいたので、いつもより厳しい勤務状況の中、いつも通りお年寄りの元へ通う毎日。マスクを作る時間もないなぁと思いながら、現場の仕事と、日々の事務仕事と色々な更新作業…。

「在宅勤務いいんじゃない？！」なんて考えも脳裏をよぎり、うぎゃーと思いながらも、毎週来てくれていた家族の面会がとまってしまった利用者さんのストレスを考えると、どうやって家族とつなげれば良いか…悩んでいました。

きっと会えないストレスは言葉にできなくても、積もり積もっているのだろうと思う。声も通らない分厚いガラス越しに家族と面会してもらうことが出来る人もいれば、それもかなわない人もいる。

そんな中、テレビ電話が導入されて、それで画面越しでもお互いの声や顔が見られたら、なんだかよくわからなくても、少し安心できるのかも！パソコン越しに家族の顔を見た利用者さんの顔を想像すると…。環境を整えようと頑張ってくださって走っている方たちに、本当に感謝です。

利用者さんのことを考えられる、感染者のいない今。その状況を続けるために、スタッフのことを考えなきゃいけない。感染を持ち込まないために自分たちがやるべきことを、ちゃんと伝えていくことが、自分の仕事。

気を抜くと、スタッフのことそっちのけで、利用者さんのことしか考えない自分がいるので、今与えられている役割を全うするために、ない頭をぱんぱんにしながら、塩原さん、ふみともさん、千坂さん、熊谷さん、佐山さんはじめ、たくさんのスタッフに助けてもらっている毎日です。

●松谷恵（事業支援室・マネージャー）

「「介護という命の現場」を守るために」を読んで、まず、一番、胸がしめつけられたことは、加藤知佐さんがお父さまの最期に、4日までは面会に行かず我慢することを決意され、何があってもそれは運命だと貫き通されたことです。

知佐さんの「介護という命の現場」を守り抜かれたその行動に、胸がしめつけられ、ただただ、涙があふれました。

「死」は決して他人事ではなく、現実に起りえる身近なことであるということを改めて思い知らされました。

ご家族の誰かが、最期にご本人の手を握ってあげられるように、今、私たちがすべきことは何なのか、覚悟と信念をもって1日1日を生き抜くことだと思いました。今まさに、私たち一人ひとりが何を選択し、どう行動するのかが試されているんだと思います。

しかし、万が一、法人内に感染者が発生した場合、冷静ではいられなくなるかもしれません。誠実ではいられなくなるかもしれません。もし逃げ出してしまった職員さんがいたとしたら、責めることはできません。

だからこそ、そうならないために、今、私たちができること。

逃げ出したくなるようなそんな最悪な状態にならないように。

そして、今（コロナ）を乗り越えるために。

感染予防の動画を通して、より実践的な知識として学ぶことができました。「正しく」恐れるためには、正しい知識が必要だからです。ケア的ゾーニングの実践（武器）が必要なのだと理解しました。

●眞壁文子（老健さくらの杜・診療所・チーフ）

クロとグレーを分けるくらいの【ケア的ゾーニング】はとてもいいと思います。実際、コロナの前なら誤嚥性肺炎などで搬送を受け入れてくれた病院から搬送を断られたりしたこともあります。ここ何日かのうちでも病院での治療を希望しますか、という説明に「ここで・・・」と答えられる家族さんもいました。

コロナの患者さんがいて施設で見ることになったら、担当のナースになれますかという質問がGMのほうからありました。私も老人を抱えていますが、仕事に就くなら（担当するなら）家には帰らない方法があればいいと思っています。

まずは山崎先生はじめ上司の皆さんに何か困ったことや質問があれば相談できるのだなという安心感があります。

●田鎖真理子（GHはごうの杜・チーフ）

4月19日に配信されたメールを読んだとき、知らず知らずのうちに実は恐怖心でいっぱいになっていたことに気づきました。志村けんさんが亡くなったとき突然恐怖心が増した感覚が私自身もはっきりとありましたが、山崎先生の「いつかはかかる　そう腹をくくるべき」の言葉で冷静になれました。正しく恐れることは一番大切で、そのバランスが崩れると、他県ナンバーの車へ嫌がらせしたり、自粛警察と言われる行動に出たりするのだろうと思います。

私も様々な縁があってこの仕事をしています。世間では「誰でもできる」と言われがちな介護の仕事ですが、自分で選んで働いています。「感染症のプロではない介護職がよく頑張っている」とネットで書かれているのも何度か目にしましたが、きっとみんな、誠実に、「いつものように」仕事をしているだけなのではないかなと感じました。（もちろん感染予防の努力もされているのですが）

私も最大限の予防をしつつ「いつものような」関わりをすることを忘れずに過ごしていきたいです。

●西城史（マネージャー・事業支援室）

新型コロナウイルス。

海外から日本、そして日本からより身近な所での感染。そんなニュースを観る度に、どんどん不安が募り、これからどうなっていくのか？そんな不安な気持ちの毎日でした。先生のメールを読んで、気持ちの変化がありました。

「予防してもいつかはかかる。」

「ウイルスと共生するしかない。」

どんな報道（他人）からの情報よりも心に響きました。

自分の行動に細心の注意をする。外から自分が運んできたウイルスをお年寄りに移さないためにも、仕事上でもそうですし、プライベートでも不要不急の外出などの行動を徹底します。

時々、震災の時を思い出します。

「目の前のお年寄りを守る」あの時も、みんなが同じ想いになり、乗り切りました。

今度は、目に見えない相手で気が緩みがちになるかもしれません。再度、あの時のようにみんなが一丸となる時だと思います。

お年寄り、職員、そして家族。今後、この中から感染者が全くでないことはありえないと思います。

その時にどう乗り越えるかが一人ひとりの行動にかかっています。

看取りについて。

その時、医療の専門家ではない職員は出入りでき、大切なご家族が立ち会えない。私もこれはおかしいと感じました。最後に手を握れるように環境を整えていかなくていけないと考えます。

そして、小原さんと一緒に今、直接の面会が出来ない場合にもタブレット等を使い、画面越しにはなってしまいますが、顔をみてお話しをしていただけるよう準備をしています。まずは私に出来る最初の一つとして、早急に進めていきたと思います。

●蒲澤圭亮（希望の杜・リーダー）

コロナウイルに関してテレビ等で連日報道されおり、様々な情報がの中で漠然とこのウイルスに対して私自身は具体的にどう対処すればいいのか、今施設で共に過ごしているご利用者と接していくためには何が大切で、どう行動していくことが正解なのかと、情報の多さに混乱をしてしまいそうになりながら感じていました。先生のメールを読んだときに、この状況に対して自分がどう行動すべきなのか、どういった気持ちで過ごしていけばいいのかを教えていただけたと感じました。

今現在施設で生活しているご利用者も不安の中コロナウイルスの恐怖を感じており、ある時職員の一人が発熱し7日間出勤を制限し休んでいただいていた時、あるご利用者から「ウイルスを持ってくんのは職員なんだからな、気をつけろよ。」と言われました。そう話をされたときに、私たちがご利用者に不安な思いをさせてしまっている。これが自分が凶器になってしまうかもしれないということ、そう思いました。私たち職員ができること、やらなければいけないこと、正しくコロナウイルスについての知識を持ち、正しく予防していくための行動をしていかなければならないと強く感じています。

ご家族の面会の制限もある中、どういった面会方法ができるのか、Zoomでの面会や電話等の方法もあります。しかし会うこともできずにつらい思いをしている、ご利用者・ご家族がたくさんいます。ビニールシート越しでの面会ならどうだろうかという話も出ており、今後予定しています。こんなとき、こういう時だからできることそういうこともあると思います。コロナウイルスの不安、怖さを正しく受け止めご利用者・ご家族とともにこの時期を乗り越えていきたいと思っています。

●沼倉和人（大和町地域包括・リーダー）

私は、山崎先生のメールでコロナに関する理解を少しずつ深めることができています。コロナ流行初期には、まだ身近に感じることができず、正直いろいろな情報にただただ翻弄されていました。みんなに「正しく」恐れてほしいと先生が書かれた通り、メールの内容や推奨動画を見ることで、以前に比べて理解や実践できる部分が着実に増えたと実感できます。手指消毒の方法一つとってもそう感じます。ただ行うのではなく、なぜそのように行うのか、そもそもどのような性質のウイルスなのか、主体的に物事を理解して実践すること、自分達の行動でどのようなことが起こるのかという責任感、コロナを通してまた一つ自分の倫理観が試されていると感じます。

当初よりも長期化が見込まれ、感染拡大の波が今後どのように起こるのかはわかりません。一部で起きているような感染者やその人達に関わる職業に対する偏見等、多くの権理が脅かされている状況もあります。私達は少しでも感染拡大の予防につながることと共に、こういった権理侵害とも思える状況の改善につながることを考え、行動する必要があると感じています。

地域性もあるとは思いますが、コロナに関する考え方や温度差は大きいと日々感じます。特に高齢でもお元気な方は「そんなの気にしたってしょうがない！」とマスクも消毒もせず行動している方が居ると思えば、過剰な予防策をして家に閉じこもっている方も居ます。何れにしても、私達は正しい理解をできるだけ広めていくことが大切であり、間違った理解により権理が脅かされている人が居ないか、また、そういった方と少しでも早く出会えるようにネットワークを広げていくことだと考えます。

まだ地域包括支援センターとしての委託を受けて周知も十分でなく、地域のつどいも再開の見込みが立たないところが多い状況です。限られた一つひとつの出会いを大切にし、一人ひとりの地域での暮らしがより良い形で継続できるよう、対話を重ねながら一緒に考えていきたいと思います。

●佐々木智子（事業支援室・チーフ）

3月に新型コロナウイルスの感染者が県内でも出始めた頃、漠然とした不安の中、4月になり、企画部は新体制になって、自分はチーフという役職について、目まぐるしく日々が過ぎ去っていました。

そんな中、山崎先生から配信されたメールの冒頭にあった「正しく恐れる」という言葉に、ハッとさせられました。

新型コロナウイルス関連の流れてくるニュースやネットの情報がどこまで正しくて、なにが間違いなのか、自分は、ちゃんと理解してその情報を聞いていたのだろうか…と考えさせられました。

「自分なりに調べて、自分なりに決めること。」

大切なのは、正しい情報を理解して、そして、どうするかを決めること。不安に思うばかりで、理解もしないまま、現状を変えないのは、正しいことではないと思い知らされました。今のコロナの対策だけでなく、何事においてもこの心構えは大切だと感じます。

今できることは、自分たちは介護という仕事をしているという自覚を持って、皆さんの命を守るためにできることを最優先に考えて、この事態を乗り切るために調べて、行動していく。そのことが大切なんだと改めて感じました。

「不安」を持つことは仕事をしていくうえで、大切な感覚なんだよ、と、以前働いていた職場で言われたことがあったことを思い出しました。「不安」だからこそ、たくさん調べて、正しい（必要な）情報はなんなのかを見極めてから、行動できる。不安に思うだけではダメだけれど、それを原動力にして、正しい方へ行動していきたいと思います。

そして、ゆかりの杜の加藤知佐さん。

企画部の仕事を通して、お話しさせていただく機会も多く、昨年はサクプロでご一緒させていただき、研修でお話しさせていただくたびに、いつも知佐さんの仕事に対しての誠実さを感じていました。そして、お話するたびに、自分も仕事に対して、真摯に、誠実に向き合うことについて、いつも背中を押していただいている気がしています。今回のメールが配信された時、知佐さんの意識の高さを改めて感じ、自分自身のことを振り返り、自分も本当に誠実にこの仕事に向き合わねば…と改めて感じました。

●菅澤宏紀（GHいずみの杜・チーフ）

まず、このコロナウイルスは収束しても終息はせず、いずれ人類とこのウイルスとは共生していかなくてはいけなくなるという現実と向き合わなくてはならないのだと理解しました。自分もいつかかるか分からない、知らずと周囲への加害者になってしまう可能性があると思うと正直やっぱり怖いですし、常に張り詰められた気持ちになります。ましてや、未曽有のことなので、常識が通用しなくなることも出てくると考えられ、先の見えないゴールに心理的負荷が大きいと感じてしまいます。それでも、感染予防の徹底、ゾーニングの実施など、自分も含めて目の前のお年寄り、現場の職員、家族等・・・を守っていくという気持ちを常に持って、出来ることを最大限にやることが大切なんだと感じました。現実から目を背けてしまうのでなく、今こそ「Rights Based Approach」を大切にしながらみんなで介護という命の現場を守っていきたいと考えます。

●齋藤淳（老健希望の杜・チーフ）

万が一コロナウイルスの第二波、第三波がきて自分の事業所にもウイルスが蔓延してしまった場合、やはりケア的ゾーニングは必要になってくると思います。なぜならお年寄りをずっと縛っておくことなんてできない、人として目の前で苦しんでいる人を見て放っておくことなんてできないと思います。ゾーニングしたら、縛らずにある程度自由に過ごして頂くことができる。

マスク、手洗い、換気を怠る。どうせ危ないのは年寄りだ。そうなったら、自分は植松になったと思った方がいい。この文章を読んでハッとした自分がいました。忙しいのは理由になんてならない。事業所の風土や雰囲気がちょっとでも間違った方向に向かってしまえば、逆にいえば誰にでもなりえる可能性がある。そうならない為にも、役職者がしっかりとリーダーシップを発揮していかなければ。そう強く感じました。

まずコロナウイルスに対する知識と予防、信念をしっかりと持ってやっていかなければならない。自分、家族、職員、お年寄りを守るために必要なことだと思います。

●細川芳恵（いずみの杜居宅・チーブ）

今まで生活してきた中で、遭遇したことのない事態に、世界中が混乱状態となり、大変な死者数を出している現状。当初は恐怖感と不安しかありませんでした。

しかし山崎先生からのマニュアルを読み、考えが改まり、そうか、きちんと調べて、正しく恐れることが大事なのかと、気持ちを律しました。

マニュアルは、常に閲覧できる場所に置き、職員みんなでその都度確認しながら対応していくことを実践しています。濃厚接触者の定義などはしっかり頭に入れ、冷静に対応することが求められている状況だと思います。

今までの生活では考えもつかない現実ではありますが、生活様式や今まで当たり前だと思っていた概念や考えを変えていく時なのだと感じました。

清山会ではいち早く、ゾーニングにて、利用者を守る、職員を守るという考えに至ったことは、素晴らしいことだと思います。

感染者受け入れ専門病棟では、専門家指示の元、ゾーニングを行っていることがテレビなどで放送されていました。それが介護現場で行えることは、利用者の混乱を最小限度に抑えることができると思います。また重篤な利用者に対して、条件付きでも看取りに立ち会えることは、清山会らしい対応だと思いました。

このようなマニュアルを早期に発行し、指針を示していただけたことは、明確な道しるべとなりました。

●小山匡信（GHはごうの杜・チーフ）

再度山崎先生からのメールを読み返し、自分なりに新型コロナウイルスについて調べていたけど何を信じてよいのか分からない時と比べ、不安は解消されたように思います。自分自身だけでなく新型コロナウイルスに不安を抱いていた家族にも山崎先生からのメールを伝えることで少し不安が解消されておりました。

事業所で暮らす皆さんにとって私たちが感染症の媒介させることが多いのでしっかりと私たちが予防し感染スピードを遅らせること。皆さんの生活を今まで通り送っていただくかどうかは私たち職員にかかってきているのだと思いました。症状がなくても感染している可能性があることをしっかりと念頭に置き、換気の徹底や1ケア2手洗い、その他の予防対策を必ず実施して行きたいと思います。

また、ケア的ゾーニングについて初めに聞いたときはとても不安でした。その後のメールを読んで少し不安は解消されましたが、いまだに不安はあります。もし自分の家族が施設で新型コロナに罹ったら…面会できないだけでなくその後のことも何もできない…帰ってきたときには小さな箱に入って帰ってくる…とてもやるせない気持ちでいっぱいになりますし、その家族も「最後は家族と一緒にいたかった」と思うと思います。そんな思いをせずにできるのがケア的ゾーニングなのだと思いました。病院とは違い感染のリスクはあるかもしれないけれども面会ができる。最後の最後まで一緒に過ごすことができる。なるべくならばゾーニングを実施しないで過ごせることが一番だと思います。その為にはしっかりと私たち職員が予防対策をしっかり行い今までの生活と変わらない生活が送れるようにしていきたいと思います。

●岩淵　真一（きぼうの杜・マネージャー）

何度かメールを読み返して、13日のメールにも書かれていた『警戒しなければならないのは、「介護という命の現場を守る」はずの私たちが目の前の高齢者に感染を広げ、しかも正しい知識で正しく恐れるのではなく、感情的に怖気づくことです。』という部分が私の気持ちの中に新たな土台ができました。

ここ数か月ニュースの始まりは「新型コロナ～」という言葉から入り、専門家の話や批評家、はたまた芸能人まで色々な意見、情報を聞かされ、かたやネットでは「～を食べていればかからない」とか「今日の感染者は～町の~さんらしい」とかなどほんとかウソかの情報から感染した人を探し回るSNSなど、気にすれば気にするほどそういう情報に翻弄され、不安な気持ちが続く日々が多かったような気がしました。

そんな中、19日の配信されたメールの中の冒頭に「自分の場合、最初は怖くて不安でした。今は、だいぶ落ち着きました。自分なりに調べて、自分なりに決めたからです。」という先生の言葉になんだかとても勇気づけられ、私自身も少し前から自分なりに調べて、自分なりに決めて、自分なりに動いていたのでさらに一歩踏み出せた気持ちになりました。

また、丹野さんのフェイスブックでの介護職に対する温かいメッセージにはとても力になりました。

やっぱりテレビばかり見ていないで、いろんな意見の根拠となっている事実を自分自身で考える目を持てるように努めていきたいと思います。また今後の自分の基本的な考え方としては、・自分には及ぶわけない賢い人たちが多数存在することを素直に認めること。・自分のやり方、努力、成果に一切固執しない。間違えたとわかればすぐに考え方・やり方を変えていく。・自分の身に起こることは、すべて自分に責任があること。・そして敵、味方や善悪など人や世界を二元論的に捉えないように努めていくことです（ある方の受け売りではありますが、共感できる考え方だったので）。

最後になりますが、4月23日の朝日新聞一面にあったフランスや欧州各国のような悲劇を絶対に繰り返さないよう、日々の手洗い、うがい、思いやりを忘れずに、何事にも誠実さをもって粛々と取り組んでいきたいと思ってます。

●斎藤　将太（GHゆめみの杜・チーフ）

「介護という命の現場を守るために」を読んで、私も最初はコロナという未知のウイルスに戸惑い不安な日々を過ごしていました。世界はこれからどうなっていくのだろう、日本は？家族は？自分は？現場のご利用者をコロナから守るためにはどうしたら良いのだろうか、不安な気持ちが最初の頃は大半を占めていました。ですが、山崎先生からのメールを読んで、自分の指針を定めたことで不安は減り、この壁を乗り越えた時に「命の現場」を守ったぞ！と胸を張って思えるよう、今はただひたむきにコロナと向き合っていきたいと考えています。

私は４月から役職者となりました。コロナが発生した年に役職者となる、これもひとつの縁であると考え、役職者となった自分にできること、まずは法人が決めたコロナ対策を率先して実行し、行動で示していきたいです。それと同時にコロナを正しく恐れ、役職者として他の職員の不安等を少しでも減らせるようフォローにも努めていきます。

自分の行動は、最終的には自分が決めていること、最悪のシナリオを防ぐためにも、今の自分ができることを誠実に一生懸命取り組んでいきます。

●三浦　奈穂子（事業支援室・チーフ）

先日のニュースで、コロナウイルス感染症で亡くなった方のうち、7人に1人が介護現場で亡くなっているという事実を知りました。山崎先生からも、お年寄りの感染症リスク対策について、いかに重要かが示されています。

なぜ、そのように決め、示したのか。上に立つ人の発言の元となった根拠・理由が明確であれば、下に就くものは納得して、気持ちも、行動も前に進むことができます。

3月から一斉に休校にすると決定された時、もっと根拠について丁寧に説明し続けるべきだったろうと思いました。そんなモヤモヤがあったから、なおさら先生からのメッセージは心に響きました。

加藤さんの件は、お父様がグループ内事業所に入居されていたから知ることができましたが、もしかしたら、他県に離れて暮らすご家族がいらっしゃる方の中で、同じように会いたくても会えないという葛藤を抱えた方がいらっしゃったかもしれない、と思いました。

戦う唯一の方法は、誠実さ

その誠実さは、人に向けられるのではなく、実は自分に向けられている

　今在る自分はそう決めた自分がいるから

どんな状況にあっても、その中で自分の態度を決めること

先人たちや山崎先生のいつもよりも柔らかい文章で綴られたその言葉は、不安になり迷いそうになる度に、語りかけ、道標を示してくれます。

まだまだ続くこの状況下ですが、共に同じ方向を見つめ、取り組もうと思いました。

●本木　伸吾（杜の家いちい・チーフ）

わからないことは自ら調べまたは考えることで腹が座り、冷静な心構えができる。まずは介護命を守る現場での働く姿勢を学びました。（そものもの仕事の術）

ウィルス拡散は最も人にとっては脅威でありこれまでも予防と共生であった。ただ不安にかられていては不必要な混乱や心的疲労が増す。

先生のメールから調べ正しくおびえる、一方ですべきことが明確になった場合にその実行は専門職として最低限度の責任である。結果的にウィルス感染から現場は最大限守られるとの内容に励まされました。個人できることをおこなう以外にコロナ対策はないとの気持ちになれました。

しかし、現場とは命の集合であるとの言葉には多少の重責を感じたのも事実であります。コロナ以前にもすべきことさまざまな取り組みにおいて、その周知徹底を現場に浸透、意識共有の難しさを思っていたからです。加えてコロナ感染は命を奪うことがあるとなれば尚更である。

次いでゾーニングに関してはこれまでの現場経験から認知症を患っている方が状況を理解しにくいことがあり、感染拡大防止に全員が協力的であるとは考えにくい。個室にとどまる意味の理解が進まない場合その対応は混乱と不快を生じやすく、蓄積すれば精神衛生にもよくないことは推測できました。仮に状況を理解したうえであっても生活範囲の制限は基本的に誰しも避けたいことと考えます。

また、実際の防護作業に伴う職員負担（いつまで長期間）とその物品補充も相当であること然りである。ゾーニングの解釈や方法、その意図は納得のいくものであった。実際に事業所連携を想定したシュミレーションや有事の生活イメージをおこなう機会に、ゾーニングでの対応は障がいを患った方への合理的配慮に最大限従ったものであることが体感できました。

文中には家族や他者にとって自分が凶器であった場合の心情記載もありました。まったく同感である。

しかしコロナ感染予防と拡大にむかういま、マニュアル／日々の取り組みに従った行動をみなで徹底することが重要と理解できています。少しは落ち着いてきました。

●志賀千春（ケアホームさくらの杜・チーフ）

コロナが流行し始め、事業所としてやらなくてはいけないこと、報告、外出自粛。いろんなことがいっぺんにきてしまい、自分自身もどのようにするのが1番なのか？考え、悩んだこともありました。暗く先の見えないトンネルの中を、管理者として、ご利用者とスタッフを守ること。それが私の使命だと思い、家族、職場以外の関わりは絶ってきました。

宮城にコロナが出始めた頃、娘が高校受験を控えており、私立も公立も仙台を受験した為、付き添いで仙台へ行かなくてはいけないこともありました。極力人混みをさけ、接触もさけていました。自分がかかってしまったら？仕事ができなくなり、職場に迷惑をかけてしまう。沢山のプレッシャーを感じていました。そんな私に、山崎先生のメールが送信され、心が軽くなりました。

正しく知り、正しく怖がる。なんでもだと思いますが、正しく情報をいれずに、正しくないことをしてしまうことは、周りにも迷惑をかけてしまう。私達が正しく知ることが、お年寄りを守ること。介護の現場で、私達かやるべき事。不安になるスタッフが、沢山いるのでは？と思ったり、外出できないストレスを感じてしまうのでは？と思いました。しかし、スタッフもご利用者も、今の現状を把握されており、不安も正しく知ることで取り除かれています。法人として、事業所として、沢山のことをしていくことが、一人一人の不安解消へと繋がっていくのだと思いました。

沢山の覚悟もできています。日々の状況の変化も、スタッフ間で共有しています。何時でも、何が起きても目の前のお年寄りを守り抜く覚悟です。これからも、一つ一つ自分の中に落とし込み、日々過ごしていきます。

●櫻井時子（さくらDSセンター・リーダー）

仙南地域での感染者の報告はいまだにありませんが、報道されているような事が間近で、自分が、家族が、お年寄りがと思うと、やはり怖くて不安です。

デイでもマスク着用や発熱者が出たら等々の対応はどうしたらいいのかと、スタッフから声が上がっていました。

そんな最中に、利用中に発熱（38台）と倦怠感を訴えるご利用者がいました。あるスタッフはコロナを疑いすぐ「職員全員マスク」と言いました。職員だけ？ご利用者は？マスク着用はご本人だけにしてもらい、通常の発熱者対応を行いました。ただ休んで頂く部屋への出入りは看護師とし、家族さんが迎えにくるまで対応しています。

ご利用する朝に、ご利用者のご主人の職場のかたが発熱し職場からご主人が戻されたとの話を受け、パニックとなりました。休みの石川さんに報告するとマニュアルに添って対応をと。「そうだ、マニュアルだ。」少し冷静さを取り戻し、保健所に相談しました。濃厚感染者ではないので利用可能とのことで、ひと安心。車の中で待って頂いていたご利用者に謝罪し、大丈夫と話をすると安堵の表情をされていました。

この２つのエピソードを通して何も分からないと、どう行動していいのかも分からない状態に陥ってしまうことが分かりました。

デイでのコロナ感染マニュアルとQ&A、そして山崎先生の「介護という命の現場を守る」の読み合わせは、マニュアルの理解を深め、私達がどうコロナと向き合い、どう行動すればいいのかを学びました。少し怖さや不安はなくなったように思いますが、その気持ちをもち続ける事が「命」を守る行動に繋がるのではないかと思います。

「発症したら、堂々と休んで、回復したら、堂々と復職」こう言って頂くと大変安心すると思います。発症したら、迷惑がられたり、差別されたりしていると報道で耳にしています。共に働く者同士、このような環境を作らないよう役職者は特に、体調を気遣う、日頃の労に対しての感謝の言葉をかける、励ましの言葉をかけることを強く意識して行きたいと思います。自分も「守られている」ことを実感できていれば、「お年寄りの命を守る」覚悟は自ずと生まれてくるのではないでしょうか。

●小林織恵（松森包括・チーフ）

初めは遠い場所の出来事、他人事だと思っていました。徐々に国内で感染が広がり、宮城での感染者の増加に伴い、いよいよ自分事として考え始めた頃、まず感じたのは「うつしてしまう恐怖」でした。「自分はまだ若いから、かかったとしても酷くはならないだろう。でも、もし自分が感染していて、無自覚のまま人にうつしていたら？まして高齢者という抵抗力の低い人に関わる仕事をしていて、自分が感染源となり命を奪うことにつながってしまったら？」と底知れぬ恐怖を感じました。

しかし、徐々に行政や法人の指針や対策が開示され、無闇に恐れるのではなく、「ウイルスと生きていく」ことと正しく向き合えるようになってきました。正直、テレビやネットでコロナウイルスについての情報を見ても、まだよく分からない部分もあります（情報量も多すぎるので）。そんな中だからこそ、正しい情報を知り、行動することが求められています。今は日々勉強です。不安に思うこと、疑問に思うことを気軽に相談できる体制ができていることに安心してます。

現在、感染拡大防止の観点から、ご利用者宅への訪問も必要最小限に控えています。訪問したときも、電話で話した時も、話題になるのはやはりコロナ。自由にでかけることもできず、我慢の日々を送る中、暗い話題になりがちですが、最後にはみなさん決まって「あなたも気をつけてね」と声をかけて下さいます。

もしも感染してしまったら、ハイリスクなのは高齢者です。人の心配よりも、自分の心配をするのが当然です。ですがみなさん、大勢のご利用者宅を訪問する包括職員を気遣い「大変ね。気を付けてね」と笑って送り出してくれるのです。正直、ご利用者宅への訪問には不安がありますが、その一言で救われることもあります。改めて、顔を合わせて話すことは大事なんだなと感じている日々です。まだまだ予断を許さない状況です。でも、そんな時だからこそ、当たり前だった日常のしあわせをかみしめています。

そして最後に、包括職員として、ケアマネとして、医療従事者はもちろんのこと、ヘルパー、通所・入所サービス事業者、全ての「介護という命の現場を守る」皆様には感謝申し上げます。

●佐藤政博（かなでの杜・マネージャー）

武漢での蔓延や豪華客船内での感染のニュースが流れていた頃は、自分自身まだ対岸の火事といった感覚でしたが、3月下旬に大崎市民病院の医師の感染があり、その医師が受診したとされる、私どもがいつもお世話になっている近隣の内科医の先生もしばらくお休みしたことで、もうそこまで来ているどころか、無症状なだけで自分の中にもいるのでは？という思いも強くなっていきました。

自身の性格上、完全な予防は難しく罹る時は罹るという開き直りは早かったのですが、結局それは自分自身だけのことです。罹った時に自分は死なないかもしれないが、周りの高齢者の方々はみるみる重篤化する危険性がある、先生からの「自分が凶器となり得る」というのはかなりのパワーワードでした。

手袋、マスク、消毒、距離感…。関わりを最優先にしてきた私たちにとっては、とてもイレギュラーな時期に突入しました。なんとか集団免疫を獲得するまでの期間は、一人のいのちも失わせないことを新たな目標として、出来ることを一つ一つ、しかしこんな時こそ冷静に真剣かつユーモアも忘れずに乗り切りたいと思っています。

●大崎雅之（デイホームいずみの杜・チーフ）

文章を何度か読ませていただき、改めて新型コロナウィルスを持ち込んではならないと感じました。現場ではできうる予防をしっかりと行えていると思いますが、報道などを見ているとそれでも感染が発生していることに怖さを感じます。アクションリストやチェック表を活用しながら日々取り組んでいます、これ以上何をすればいいのか？と思ってしまいます。

幸いご利用者家族もご理解していただき、あらゆるお願いに協力をして下さりとても感謝をするとともに、これからも感染を許さないようにと気が引き締まります。

2本の動画も視聴しました。改めて手洗い、消毒、換気、三密の重要性を認識します。実際の感染ゾーンでの防護服等の取り扱いや一つ一つの行動ごとに手指消毒を行うなど学ばせていただきました。ケア的ゾーニングをする状況にならないことが一番ですが、緊急事態宣言も解除となる今が正に正念場の様な気がします。今まで以上に日常の自分自身の行動にも気を付けていかなければならないと思います。

グループホームでの集団感染の報道も多くなり、やはり認知症の方々の行動がクルーズアップされています。発生後の対処も大変そうです。やはり感染を発生させない、自分が感染源にならない、お年寄りを守り切る、法人のマニュアルをよく頭に入れ行動していきたいと思います。

●髙橋秀和（希望の杜通所・リーダー）

私もコロナウィルスに対して不安でした。なぜならどのように予防すれば良いのか分からず、共生と言う言葉が出てきてから幾分か和らぎました。接触と飛沫と言うところで大規模のデイケアの場合、カラオケや集団の体操などの飛沫と接触がしやすい環境と３密になりやすい状況もありますので非常に感染しやすいと思います。国内にウィルスが入りたての頃は、対岸の火事のような気持ちでしたが、今では私がもし感染したらお年寄りの命がと考えるようになり、医療崩壊を防ぐには感染拡大のスピードを緩める、つまり自分の意識や、働いている仲間の意識で感染拡大のスピードを緩めるんだと言う気持ちで溢れています。

瞬間的に６人のスタッフがコロナウィルス関連でお休みになり、お年寄りを支えるのが困難な状況に陥ることもありましたが、その場、その場でのスタッフの判断で乗り越えています。ケア的ゾーニングについては、お年寄りが例えコロナウィルスに罹患したとしてもその建物の中で自分らしい生き方ができるのではないかと思います。ゾーニングの考えがなかったら著しく行動の制限をかけてしまい本人を混乱させてしまうのではないかと思います。ゾーニングを行っている中での家族の面会ですが、私も望むのであれば賛成です。もちろん感染のリスクを再度お話しした上での面会となりますが、重篤な症状や死亡も考えられる環境ですので、最後の最後まで深い対話を重ねながら進んで行きたいと思います。

●渡邊麻衣子（いずみの杜診療所・リーダー）

今回コロナウイルスに関して、自分はとても不安でした。ただ、それは「予防すること」に知識や自信がなかったからだと感じています。実際に4月はどうしたらいいのか？熱発者がでたら？陽性者が出たら？自分がかかったらどうしよう？など不安しかありませんでしたが、法人からのマニュアル、メールやデイの皆さんに渡すお知らせ（通知文）、アンケートを通して予防の取り組みや利用者さん、ご家族の考えなどわかってきて「不安ばっかり思っていてはだめだ」と感じました。

利用者さんは「通いたい」　ご家族は「コロナが心配。けれど仕事や家でできないから（リハビリや入浴）デイに行ってほしい」という方も多くいらっしゃいます。

送迎時にご家族から

「おたくも頑張ってるね」

「いずみの杜が休みになったら困るんだ。大丈夫だよね？」

「早く（コロナ）終わってほしいですね」

など様々な声をいただいています。

ただ利用者さんからは

「でかけたいね」

「早くどこか外食、外出したいね」

とお声があがってきているのも事実です。

けれど皆さんはコロナが発生してしまってはいずみの杜を利用できなくなることも理解し、ただただ終息を願っています。

先日の老健入所の方の話です。

5月10日。母の日。インターホンが鳴り、玄関へ行き洗濯ものを預かりました。その時ご家族から、「今日母の日なので・・」と袋からクマの人形を取りだされました。「部屋のどこかに飾ってくれればいいんで・・」と言って帰られました。自分は胸がつまる想いになりました。

また別の入居者さんとご家族の話です。その方の部屋の窓と部屋からみえる外で、携帯で話しているのをみかけたことがあります。

「会いたいのに会えない」

「直接会って話をすることができない」

1つのウィルスでこんな苦しい想いになるのかと思いました。

メールにある知佐さんの倫理観は本当に素晴らしいと思います。

けれど実際入居されているご家族の想いや現状を目の前にしたとき辛くなりました。

デイの利用者さんのご家族も仕事をしながら自宅で予防をされている。きっと老健入所の方のご家族も同じ。けれど面会できない。

もう少しの辛抱。ここで緩んでしまったらコロナ陽性がどこかででるかもしれない。熱発者がでてしまうかもしれない。と思う一方でどこか三密を防ぐようにしたり、何か対策をして面会はできないだろうか？と感じてしまいました。

●石川江里（老健さくらの杜・チーフ）

私が感じたことはまず間違った情報で雁字搦めになるのではなく、きちんと正しい知識を得た上で、対策をしていくことの大切さだと思います。「いつかコロナとも共生していく時代がくる」。今はまだ感染したら…という恐怖心がありますが、山崎先生の文章を読むと少しだけ、気持ちが楽になったような気がします。感染速度を遅らせるため、私達の大切な人たち(もちろん関わっているお年寄りも含みます)を守るために、自分の管理をしっかりしていきたいと思います。

私達の気持ちはご利用者にも伝わってしまいます。もし、ご利用者がコロナに感染してしまったとしても予防はしっかりした上で今まで通りの接し方でいたいと思います。そうすればご利用者だけではなく、自分自身の気持ちも暗くなったり落ち込んだりしないのではないかと感じるからです。

●國吉明（いずみの杜診療所・チーフ）

コロナウイルスによって当たり前の事が当たり前に出来なくなってきた日々。いずみの杜でも職員やご利用者さんから多くの不安の声が聞こえていました。それでも最近は県内でも感染拡大が下火になってきたように感じます。それ自体は一人一人が予防を意識した結果なのだと思います。それでも最近は平日土日問わずデイケアの送迎に出た際に外を眺めて思う事は「緩んでませんか？」という事。商業施設の駐車場には車が溢れかえり、道行く人たちは密集して歩く。遊興施設も休業も緩和されてきたとのこと…「当たり前の日常」を取り戻す事も大事だと思います。

そんな中でも、デイケアの職員さんたちは、送迎から戻ればしっかり手洗い、送迎車内の消毒、定時での換気、小さいお子さんがいても休日に遊びに行ったという話も聞かない、職員さんたちのプロ意識には頭が下がります。

コロナの感染によるお年寄りのリスクは周知の事実です。だからこそ、マスクをしていてもいつものように笑顔で、一ケア二手洗い、検温、その後にいつものようにお年寄りとの関わり、リハビリ。命の現場を守るために絶対に疎かにしてはならない業務を優先しながら、職場の仲間たちとまずはデイケアに通う方々の「当たり前の生活」を守っていきたいと思います。

●浅倉　惠子（向陽台地域包括支援センター）

正しく恐れるには知ることが大事。今回山崎先生が調べられ、わかりやすくまとめて下さったメールを読み、すっと心に入ってきました。今までもやもやしていた疑問が解けて少し気持ちが落ち着いたの覚えています。職員にも回覧してみんなで勉強しました。何を自分たちがしなければならないのか？命を守るための行動は何をするべきなのか。自分たちが凶器になることがある。持ち込まないように予防が必要である。ウイルスと共生するしかない。予防してもいつかはかかるから逃げられない。腹をくくって、備えることの大切さを教えていただきました。

Stay home　を続けたら心が病んでしまう、お金も底を尽く　（そうですよね）

いつまで続くのと嘆くことなく、感染予防の正しい知識をもち、やるべき感染予防をきちんと真剣に、誠実に行うことが大事であること。とにかく水際対策にも力を入れ、ここまでやるのだと思うくらいに、高齢者の命を守るにはやらないといけない。法人の現場に即して早めの対応、具体的な指示など徹底していました。また、認知症の方がそのために権利が損なわれることなく、対応していけるケア的ゾーニングこそ清山会の理念を貫いていると誇りに思いました。清山会で働けて良かったと。介護現場や医療現場、保育所など誠実に関わっている職員さんにも本当に感謝です。だんだん終息してくるまで、もう少しまじめに頑張りましょう。

（最後に加藤さんのお父様のご冥福をお祈りいたします。）

●佐藤法寿（グループホームみやぎの杜）

二本の動画と[介護という命の現場を守る]を見て学んだこと、感じた事を送信させて頂きます。

今回このような形で学ばせて頂けたのが、とても自分にとって良い機会となりました。ニュース等で見る限りでは「何人増えた、あるいは減った」「どこで発生したか、あの地域は多いな」「10万円どうする？」「恐いよね」等の言葉が多いと思います。具体的にどうすればいいのか、あるいは自分達は何をすれば凶器にならないのか、というような考えは少ないと思います。「マスクしましょう」「手洗いしましょう」「換気しましょう」言われた事をやっていれば…という環境が拡がらない為にも、今回の学びを通して、改めて襟を正させて頂きました。

飛沫の中に核がある事を初めて知りました。又それはサージカルマスクをすり抜ける事も初めて知りました。防ぐ必要性の高いものは、水分の含んだ飛沫であり、口から出た直後は飛沫核ではない。飛沫は数メートル先には届かない。だからマスクで予防する必要がある。

マスク外側からの接触感染が恐いと感じました。マスク外側を無意識に触ったりする事で、予防の為のマスクがリスクになってしまう。現場ではマスクの鼻の部分の針金の所を癖のように触ったり、無意識に外側を触ってしまう人も多いと思います。

手袋等を外す時にも汚染する事から、清潔区域を守る為にも消毒で始まり消毒で終わるような意識的取り組みが現場では重要である事。

ガウンを用意してあるが、着脱の実習が必要。いざという時の知識を身に付けておく必要性が、職員にも無ければならない非常事態だから。

[人がよく触る場所]と[配膳と食事介助]の項目に関しては全員が周知して向き合っているのか、いや、周知の不足がまだまだあると実感し、行動で示して全員で理解していく必要性があると思いました。

次亜塩素酸ナトリウムの取り扱い、使用についても、効果が薄れていく為早めに使い切る(入れ替える)事も現場で伝えていきます。噴霧で使用しないよう改めて伝えていきます。

危ないのは自分だという認識、予防の重要性、ケア的ゾーニングの重要性を伝えていきます。頑張って全員で乗りきった時に「命の現場」を守ったと胸を張りたいから。

役職者ではない私ですが、勝手ながら学ばせて頂いている私ですが、自分で終わりにしていかないよう出来る事、伝えられる事、同僚と共に取り組んでいきます。