

題名 「私が介護でできること」

氏名 小村 彩華

私には、2人のおじいさん、おばあさんがいます。料理、裁ほうや畑でとれた野菜のお世話など、多くを教えてもらっています。時々、足をかばうことがあります。曲げたり伸ばしたりする動きがつらいのだそうです。私は、バス通学をしています。乗車する年配の方を見ると、自分のおじいさんとおばあさんを思い出します。バスのステップにゆっくり足をのせて、段差を上ります。ひざをかばっているような気がします。ノンステツプバスもあるのでありますが、通常は段差のあるバスが多いです。

生活の中で、年配の方が、段差や階段に困り、足をかばう場所が多くあります。ひざの負担を軽減するにはどうしたらよいか考えます。

第一関門は自宅玄関前にある階段や段差です。段差は、足に負担をかけます。玄関の入りは常にあるため、ここをバリアフリー化することが理想です。次に、出かける時の公共交通機

関です。石川県は車の運転をしない場合、バスで移動することがほとんどです。年配の方がバスを利用する際、乗り降りの段差が足に負担をかけます。段差のないノンステップバスに切り替えることが理想です。最後に、私が生活の中でできることを考えます。近所で困っている人がいれば、支える台になります。人同士がつながり、助け合うことが大事です。

私はいつも優しく接してくれる自分のおじいさんとおばあさんに、周りの人が困っていたことと同じことの手助けをしてあげられたら良いと思いました。段差のある玄関や自宅の階段で横からスロープと同じような役割ができたらと思います。けがをする前に事前に危険を予測して動ける手助けが必要と考えています。