

あなたは覚えていないかもしれない

でも

あなたが来てくれた日は

少しだけ

生きてみようと思えた

訪問看護師様へ

利用者と家族から贈る感謝の物語

Presented by BLUE SKY OFFICE

目次

はじめに	3
第一章 木曜日の 10 時	4
第二章 帰れと言った日	10
第三章 大丈夫の嘘	14
第四章 変わらない足音	19
第五章 あなたは覚えていないかもしれない	23
三つの光	25
訪問看護師様へ	27
おわりに	32

PROLOGUE

はじめに

この本は、
訪問看護師さんを褒めるための本ではありません。

利用者である私たちが、
あなたの仕事が
どれほど私たちの人生を支えているのか。

その事実を伝えるための本です。

あなたは覚えていないかもしれません。

でも私たちは覚えています。

人生の苦しい時に、
隣にいてくれた人のことを。

今日は、
利用者と家族の立場から、
その話をさせてください。

木曜日の 10 時



私は双極性障害、

ADHD、

ASD、

そして糖尿病を抱えています。

調子の悪い日は、

朝なのか昼なのかも分かりません。

カーテンも開けない。

食事も適当。

薬も忘れる。

誰とも話さない。

そんな日があります。

でも。

私には一つだけ、

変わらない予定があります。

木曜日の 10 時。

訪問看護の日です。

不思議なものです。

その予定があるだけで、

前日に少しだけ片付けます。

顔を洗います。

服を着替えます。

血糖値を測ります。

そして、

「明日は来る日だな」

と思います。

私は長い間、

訪問看護師さんが

私を支えてくれているのだと思っていました。

でも違いました。

訪問の予定そのものが、

私を支えていたのです。

木曜日の 10 時。

それは訪問時間ではありません。

私にとっては、

生きるための目印でした。

大学病院で疲れ果てた日もありました。

会計で長時間待ち、

帰宅した頃には

何もする気力が残っていませんでした。

その日はパソコンを開くこともできませんでした。

何時間も待って、

帰宅したら何もする気になれない。

ベッドに横になったまま、

天井を見ているだけの日もありました。



それでも、

「来週は訪問の日だ」

と思うと、

少しだけ安心できました。

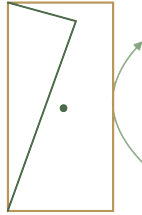
あなたは覚えていないかもしれません。

いつもの訪問だったから。

でも私は覚えています。

あの日も来てくれたことを。

帰れと言った日



ある利用者さんのお話です。

その方は、

長い闘病生活に疲れていました。

何をしても良くならない。

薬も増える。

通院も続く。

将来も見えない。

そんなある日。

訪問看護師さんが来た時、

その方は言いました。

「今日は帰ってください」

本当は、

帰ってほしかったわけではありません。

助けてほしかった。

苦しいと言いたかった。

でも、

それを言う力も残っていなかったのです。



看護師さんは怒りませんでした。

説得もしませんでした。

「分かりました。また来週来ますね」

そう言って帰りました。

そして翌週。

本当に来ました。

何事もなかったように。

その時、

その利用者さんは思ったそうです。

「見捨てられていなかった」

と。

その利用者さんは後にこう言いました。

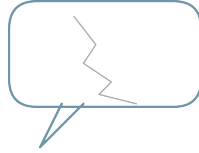
「帰れと言ったのに、本当にまた来てくれたんです」

支援とは、

説得することではなく、

諦めないことなのかもしれません。

大丈夫の嘘



医療的ケアが必要なお子さんを育てる
お母さんのお話です。

毎日が精一杯でした。

夜中も眠れない。

食事も急いで済ませる。

自分のことは後回し。

それでも、

周りには言うのです。

「大丈夫です」

本当は大丈夫じゃないのに。



ある日、

訪問看護師さんが聞きました。

「最近眠れていますか？」

たったそれだけでした。

その瞬間、

涙が止まらなくなったそうです。

頑張っていることを

認めてほしかったわけではありません。

褒めてほしかったわけでもありません。

ただ、

気づいてほしかったのです。

看護師さんは

何も特別なことを言いませんでした。

「それは大変でしたね」

そう言って、

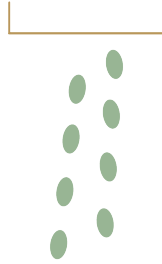
静かに話を聞いてくれました。

後になって、

そのお母さんはこう話しました。

「あの日、初めて一人じゃないと思えた」

変わらない足音



一人暮らしの高齢男性のお話です。

家族は遠方。

友人も少ない。

誰とも話さない日があります。



そんな暮らしの中で、

玄関の足音だけが楽しみになりました。

決まった曜日。

決まった時間。

今日も来てくれた。

それだけで安心する。

体調のことだけではありません。

庭の花の話。

テレビの話。

天気の話。

そんな何気ない時間が、

その方にとっては

一週間分の元気になっていました。

人は病気だけで孤独になるわけではありません。

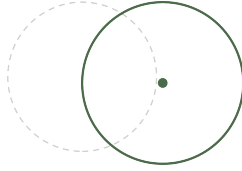
孤独になるから、

病気が苦しくなるのです。

その孤独を壊してくれる人がいる。

訪問看護師さんです。

あなたは覚えていないかもしれない



あなたは覚えていないかもしれません。

玄関先で交わした言葉を。

血圧測定中の雑談を。

何気ない励ましを。

でも、

私たちは覚えています。

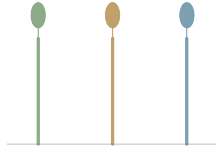
人生で一番苦しかった日に、
隣にいてくれた人を。

生きることに疲れた日に、
会いに来てくれた人を。

誰にも言えなかった気持ちを、
受け止めてくれた人を。

忘れることはありません。

三つの光



段取り。

あなたが思う以上に、
私たちに安心をくれました。

しなやかさ。

余裕のない私たちを、
受け止めてくれました。

傾聴。

言葉にならない苦しみを、

見つけてくれました。

この三つの光に、

私たちは何度も救われました。

訪問看護師様へ



どうか忘れないでください。

あなたが普通だと思っている仕事は、

私たちにとって

普通ではありません。

あなたが訪問したその日。

あなたは一件の訪問を終えただけかもしれません。

でも私たちは、

その日を乗り越えることができました。

あなたは覚えていないかもしれません。

でも私たちは覚えています。

あの日来てくれたことを。

あの日話を聞いてくれたことを。

あの日隣にいてくれたことを。



そして、

これからも忘れないと思います。

人生で一番苦しかった時に、

支えてくれた人のことを。

だから伝えます。

ありがとう。

そのやさしい手に。

ありがとう。

その変わらない足音に。

ありがとう。

今日も来てくれるあなたに。

あなたは覚えていないかもしれません。

でも、

あなたが来てくれた日は、

少しだけ

生きてみようと思えた。

感 謝

終

利用者と家族を代表して
BLUE SKY OFFICE

あなたは覚えていないかもしれない