



## 私の100人のおばあちゃん

ジナミダル サインビレグ  
ZINAMIDAR SAINBILEG

私は日本に来てから半年になりました。その間に、100人のおばあちゃんと出会いました。モンゴルにいた時、私には二人のおばあちゃんがありました。母のお母さんと、父のお母さんです。おばあちゃんたちが、私に残してくれた言葉、助言、行動は、今も私の心に残っています。だから、私は工場の実習生ではなく、介護の実習生として日本に来るためにオユンナ基金の教室に通いました。私は1年かけて、日本語と介護の専門用語を覚えました。その結果、今100人のおばあちゃんに出会うことが出来たのです。

私は現在、介護実習生としてハイネスライフグループで働いています。初めて介護施設に来た時に、入居しているお年寄りは、みんな同じような白い髪で、体が小さくて、同じ人のように見えました。どのように名前を覚えるのか、とても不安でした。とくに、ベッドから車イスへの移乗は難しく、初めのころは一人では何もできませんでした。その他の介助も本当に自信がもてませんでした。しかし、施設の先輩の方々のおかげで、介護の方法も時間とともに身についてきました。今では仕事に夢中になり、自信もわいてきました。介護施設には、85歳以上のお年寄りが100人ぐらいいます。みんな優しい性格で、時には子供っぽさとあらわします。

認知症のために移乗する時、「いやだ、いやだ」と大きな声を出したのに、何もなかったようにすぐ「ありがとう」と言って笑うおばあ

ちゃんがあります。若い時に、りんご畑働いていたため、毎日「天気はどうですか。天気がよかったらりんごをとろうよ」としゃべるおばあちゃんもいます。100人のおばあちゃんは一人一人性格も、外見も、考え方も違います。こんな100人のおばあちゃんと一緒に毎日お話しすると、私は100年分生きたような気持ちになります。

これから私が経験するだろう成功と失敗、このおばあちゃんと私が同じとしになった時、私が何を思うのか、少しわかるような気がします。介護というと、高齢者に料理を食べさせ、服を着せ、オムツを交換して終わりとする人が少なくないと思います。それは違います。これらはただの介助の行為に過ぎません。介護で本当に大切なことは、高齢者の心を理解することです。体操はどうすれば上手にできるのか。どうすれば今よりよく食べてもらえるのか。「いつ家に帰れますか」と聞くおばあちゃんに、どう返事すればいいのか。次から次に課題が出てきます。

私を見て笑顔で挨拶して下さる。モンゴル人の私に理解しやすいように言葉を選んでくれる優しい心。私がわかった時に、喜んでくれる姿。「私は明日は早番です」と言うと、施設の100人のおばあちゃんは、私を朝早くから待っていてくれるような気がします。私はおばあちゃんのところへ急がなければなりません。

## 受賞の喜び



国 籍 モンゴル  
職 種 介護  
実習実施者 社会福祉法人ハynesライフ  
監理団体 GTS協同組合

ジナミダル サインビレグ

第28回外国人技能実習生日本語作文コンクールで、優秀賞をいただくことができ、とても嬉しく思っています。受賞の喜びを書いている時も、夢みたいに感じています。今でも信じられないです。

この優秀賞は、自分一人の力ではなく、熱心に日本語を教えて下さる先生方、出来ないことを出来るまで親切に教えてくれる介護職員の皆さん、老健施設の施設長・職員の皆さん、ハynesライフ・グループの皆さん、そして「私の100人のおばあちゃん」の協力があったからこそ、受賞することができました。いろいろとお世話して下さいました皆さんに、心から感謝しています。ありがとうございました。

実習期間は、まだ2年間あるので、もっと責任をもって日本語も介護の仕事も一生懸命頑張ります。次は日本語能力試験のN2を取ります。これからも日本の文化に触れ、様々な人々に教わりながら勉強していきたいと思えます。本当にありがとうございました。

## 指導員のこたば

サインカー（ニックネーム）さん。この度は、日本語作文コンクール優秀賞受賞、おめでとうございます。このような優秀な介護技能実習生が、当法人ハynesライフにいて下さることに感謝しています。

サインカーさんは、いつも明るく利用者さんと接して、その姿はキラキラ輝いています。これからも利用者さんと親切に関わりを持ち、明るく楽しく朝日ホームおんせんリハビリテーションセンターの職員と一緒に、介護の仕事をしていきましょう。

今後は、介護の専門用語を正しく使って、日本語能力が向上するため、また更に飛躍できるようサポートしていきますので、一緒に頑張ってください。

所 属 朝日ホームおんせんリハビリテーションセンター 技能実習指導員 氏 名 藤沢 美枝