「看護医療基礎」５月２６日　コミュニティコーピング、カードゲームを実施して　　尼崎市役所職員

●今回、社会的孤立を解消するカードゲームを行いました。このカードゲームを通して、学んだ事がたくさんあります。また、身近な問題であったのに意識していなかったことを考えさせられる良い機会でした。最初の１、２年間は何事も無く終えることが出来たのですが、３年目で私が大地震というイベントカードを引いてしまい、このゲームの難しさを実感しました。それと同時に、現実でも同じように大地震と社会的孤立の繋がりはとても強いと思いました。ゲームの中での高齢者の悩みカードの裏に、「話を聞いてもらって解決した」と書いているカードを何枚か見て、話を聞くことがどれほど大切で、もし解決しなかったとしても、気持ちを軽くする事は出来ると思うので、大事な事だと思いました。最後に「社会的孤立の人が増えると町はどのようになると思いますか」「改善するためにはどのようにすれば良いですか」のような質問がありましたが、まず社会的孤立の人が増えてしまうと、町全体に活気がなくなってしまい、そこへ誰も近づかなくなり、万が一、火事などが起こってしまっても、通報する人がいなくなってしまうのではないかと思いました。このような事態を招くのを防ぐためにも、まずは初歩的な事かもしれないが、近所の人とすれ違った時に、「おはようございます」や「こんにちは」などと挨拶して接点を持つことが大切だと思いました。しかし、家に引きこもっている社会的孤立している人もいると思います。そのような人とは挨拶して接点を持つことが難しいかもしれないが、地域での回覧板などで親交を深めるのが良いと考えました。今回の体験を通して、人との親交の大切さを学ばせてもらいました。これからも社会的孤立の問題に目を向けて行きたいと思います。

●今回「社会的孤立」を解消する協力ゲームを行いました。このゲームを通して、他人が抱えている悩みは周囲でどんなに想像していても、実際とは違うことの方が多いということを知りました。ゲームをしているときにこの人はこういう悩みだろう、だから大丈夫だろうと、想像しながらやっていました。しかし、それは自分の勝手な決めつけで、実際の悩みは全然違うものでした。現実で考えてみると、この人は若いから大丈夫だろう、この人は大した悩みではないだろうと勝手に判断して、後回しにしていってしまうのではないかと思いました。そうならないためにも、自分の勝手な憶測だけで判断していくのではなく、しっかりと話を聞いて問題を解決していくことが大切だとこのゲームを通して感じました。将来私は看護師になりたいと思っています。このゲームを通して学んだことを活かして、患者さん一人一人に寄り添えるような看護師になれるように頑張りたいと思いました。私は今地域に住む市民としてできることは、コミュニケーションを積極的に取ることだと思っています。たとえば、毎朝挨拶をするなど、少しずつやっていくことが大切だと思いました。私は、家のお隣さんや近所の人に会ったときに出来るだけ挨拶をするようにしています。そうすることで、面識があるようになっていきますし、もしものことが起こったときに対処しやすくなっていくと思いました。他にも、私たちは看護医療・健康類型としてボランティア活動を行っています。その活動を通して、高齢者から小さい子どもまでのすべての人が参加できるようなイベントを企画し、行うことで、地域の交流を増やしていく一つのきっかけになっていくのではないかと考えました。