

プレリワークOB・OG会 オンライン

～あつまれ プレの森～

心理科 齋藤 渚

2月27日(土)午後より、「プレリワークOB・OG会 オンライン ～あつまれ プレの森～」を開催しました。

「プレリワークOB・OG会」とは、これまでプレリワークに通所されており、今はプレリワークを離れ、それぞれの場所で頑張られている方たちを対象にした会です。顔見知りの方もそうでない方も、共に病気を治療しながら働くことを目指した方たちが集まり、お互いの近況報告、悩み事相談などをして、またそれぞれ頑張っていただけるようになることが目的です。



これまで何回も開催してきましたが、コロナ禍となり、去年は一度も開催することができませんでした。また、OB・OGの方たちが気を遣ってくださり、診察日などにプレリワークに立ち寄る機会も減ってしまいました。

コロナ禍はまだまだ収束する気配は見えない中、何とかOB・OGの方たちのフォローができればと思い、オンラインでの開催を企画しました。オンラインで行うことの弊害として、パソコンやスマホなどのネット環境が整っていない方は参加できなくなってしまうこと、ネットを使用するため、プライバシーの保護も完全ではないことがあります。そのため、事前にお知らせを送る際に、注意事項を明記したり、2回の練習日を設けるなどの対策を行いました。また、今回は初の試みであることから、現在通所中の方も自宅からオンラインで参加できる方に限定させていただくなどの対策を取りました。

練習日では接続のチェックや音声、カメラの確認をそれぞれしていただき、Zoomを使用したことがない方のために、簡単な操作をさせていただきました。参加者の中にはすでに職場やプライベートでZoomを使用したことのある方もおられ、自然と全員で話し合いながら、分からなければネットで調べながら使い方の確認ができました。スタッフも色々調べて、ホスト側として使える機能を独学し、当日を迎えました。

当日はテーマトークをしました。「1人がテーマについて話し、他の人が挙手をして今の話に質問・コメントをする」という形を取り、ホストのスタッフが司会をしました。皆さん、近況報告や今ちょっと困っていることなどを話し、それに対して他の人たちが自分の思うことや質問などをして話が深まりました。

スタッフが特に印象に残っている話は、ある方が皆さんに質問した内容とそれに対する他の方たちのコメントでした。ある方が自分の番になった際、「皆さんは今の自分の病気とどう向き合っていますか？」と発言されました。それに対し、皆さん1人ずつ意見を述べられていましたが、ほとんどの方が仰っていたことは「病気になったことにより、知らない世界を知ることができた。頑張りたいくても頑張れない時があることを知り、そういうこともあるんだと考え方の幅が広がったり、人に優しくなれるようになった。」「病気になっていなければ出会わなかった人たちもたくさんいるので、病気になってよかったとまでは言わないが、それほど悪いことだとは思わない。」という話でした。1人の方は「確かにこの10年くらいは『何で俺がこんな目に…』と思っていたけど、今は病気と上手く付き合っていく、友達みたいな感じでやっていくのがいいのかなと思う。」と話されていました。

物事には良い面、悪い面の両方があり、大抵問題が起きている時は悪い面ばかりに目が向きがちです。しかし、一見悪いことのように見えても、それほど悪くない、良い面も必ずあるのだと思います。参加されていた皆さん、これまで紆余曲折がありながらも最終的にはその良い面に自ら気づいたのだと思います。これは大きな変化であると思います。こうした変化を目の当たりにできることがこの仕事の醍醐味である、と自分自身を振り返ったりもしました。これからもこのような人と人のつながりを作っていけるような場所としてプレリワークが機能していけるように、精進したいと思いました。

最後に、参加者の方に感想を尋ねると、皆さん一様に「よかった」「おもしろかった」と述べられていました。「意外と深い話ができよかった」という感想をありました。

また、オンライン特有の難しさ「空気感が分からず非常に緊張した」「話がかぶってしまったときの対策ができたらいいと思った」という話もありました。話し合いのテーマや内容自体も改善の余地があると感じました。

次回は現在通所中の方たちとOB・OGの方たちの接点を持てるように開催したいと考えています。

最後に、Zoomの設定、操作などを診療情報管理室の方たちにご協力いただきました。この場を借りてお礼を申し上げます。ありがとうございました。



浅井ヘルスケア グループ 理念

私たちは持てる力を発揮して、地域の人々の健康・幸福の実現に尽くします。

浅井病院 理念

チーム医療で、健康・幸福を創造するやさしい病院

あさいケアセンター 理念

人は、生きていることに意義があるのです。

私たちは、認知症高齢者、虚弱高齢者の方に、無償(むけん)(あきらめない)の気持ちで大切に生きていくことのお手伝いします。

ゆりの木苑 理念

夢と感動、そして安心と楽しさ

～誰もが尊厳をもって、住み慣れた地域でその人らしい生活をおくることできるよう支援いたします。