

令和2年11月16日  
社会福祉法人真正会 総合支援部次長  
須賀 雅夫

私が入職間もない頃、他業種からの転職だったこともあり、医療福祉の用語や習慣など覚えることが多く、精一杯な日々を送っていました。そんな私に「元気かい？もう仕事には慣れたかい？」と会長からお声をかけていただきとても嬉しかったことを今でも覚えています。そんな忙しい日々を送っていた当時も、自分にとっての心構えの基本が「介護心得」でした。

#### 15. 公私混同をしない

マンネリ化の現象の中の一つに公私混同があります。当然のことなのに、精神が麻痺していて、いろいろな面で公私が判然としていないと気がいたら直ちに改めましょう。

私たちにとって公私混同しないというのは社会人として大切なマナーです。公私がごちゃ混ぜになっていると集中力も分散してしまいますし、本来やるべきことが疎かになってしまいます。実際プライベートでの夫婦間や親子間、あるいは恋人間などのことを仕事に引きずってしまったり、逆に仕事であったことを家庭で引きずってしまう…という経験は誰でも一度はあるかと思います。

私自身も夫婦間や親子間であったことを引きずり、仕事で集中しようとは思いつつもなかなか気持ちの切り替えができず、周囲にご迷惑をかけてしまったこともありました。そのような時、私の場合は先輩や大学時代の友人などに相談に乗ってもらい、率直な意見やヒントをもらうことで気持ちの切り替えにつながりました。なかなか判然としない悩みを他の人に相談して理解してもらうことで、気持ちを切り替えるきっかけになったのかもしれませんが。最近では、休みの日に美味しそうなお店を探して妻とランチをとったりして、公私の切り替えができるようにしています。

次のNo. 16は、霞ヶ関南病院の馬崎昇司さんにバトンを繋ぎたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。