

住環境から、地域生活への第一歩！

兵庫頸髄損傷者連絡会 島本 卓

合同シンポジウム一緒にやろうや！「住」が3月21日（土）に、川村義肢株式会社本社にて行われました。今回のテーマは「住環境」です。

当日、沢山の参加者で会場はギッシリ席が埋まっていました！

「はじめに」

合同シンポジウムに参加するのも初めての私は、まさかの実行委員の一人。パネルディスカッションのパネラーとしても参加させていただき、とても貴重な経験ができたと思います。この経験を活かしていくことが、自分のこれからの課題であることを感じながら、重度障害者の地域生活への思いを持ち続けられる場を作り上げていかなければならないのだと思います。



「思い、考え、」

合同シンポジウムに参加が決まって、改めて「バリアフリー」、「ユニバーサルデザイン」の違いについて、考える機会をもらったと思いました。恥ずかしながら、私は言葉の違いだけだと思っていました。みなさんも、二つの言葉を聞いたことがあると思いますが、違いについて考えたりしたことはありますか。

「誰もが使いやすい」をテーマにユニバーサルデザインは「人への思いやり」を持っていて、「障害者、高齢者が利用しやすい」がテーマのバリアフリーも「人への思いやり」をもっているのではないのでしょうか。二つの言葉を使う場面の違いや、考え方、表現の仕方の違いがあるようにも感じま

した。「バリアフリー」、「ユニバーサルデザイン」の二つが目指して世の中に情報発信している内容による使いやすさの部分では、もしかすると共通しているのかもしれませんがね。

私が頸髄を損傷して、9年目になった現在にいたるまで深く考えたことはありませんでした。「車いすを使う」ということで、段差を解消しなければ生活がしにくいだらうと思い描いていただけかもしれません。頸髄損傷の方の在宅生活を見せてもらいにも行きました。工夫をされながら、福祉器具を使っている生活している様子や、話も聞くことも出来ました。バリアフリーへの工事をすることだけが選択肢ではなく、持ち家、賃貸によってもできる、できないがあること。また、部分的な工夫で対応できる場合も知ることが出来ました。

「自宅紹介」

退院時から現在も実家で在宅生活をしています。住み慣れた場所に帰ることは、とても居心地もよいくらい環境だと思いました。車いす生活になって初めて、住みやすさや使いにくさも同時に感じることになりました。私の実家は「200年」という古い木造、藁葺き屋根の家に住んでいました。



幼い時の印象は、昔話に出てきそうな不思議な家といったイメージでした。

受傷前は風通しもよく、エアコンも設置しなくてもいいくらい過ごしやすき生活でした。冬は掘りごたつで団らんしていたことを思い出します。

お風呂は毎日薪を割って、煙突から煙がモクモク上がりながら入浴をしていました。斧ででっかい焚き物を割り、釜に入る大きさに鉋でさらに割っていました。

おかげで当時の私の後背筋はバキバキに割れていたのです（笑）ガスなどで沸かすよりも、かなりの時間が掛かりますが木の匂いがほんのりします。とって「あったかいんだから」今では、懐かしき思い出となってしまいましたけどね。

「いざ、工事！再工事！」

自分が車いすで歩むことになり、体温調整ができなくなったことで、いろいろと不十さを感じるようになりました。玄関の段差が酷く、車いすで出入りが出来ないことから在宅生活に向けて、バリアフリー工事を行うことにしました。病院に入院している時に、外出許可を貰って実家を見るために一度帰りました。改修工事が必要な部分を主治医の先生や、OTさん、PTさんにも一緒に見てもらいました。どこをどうすれば、使いやすいだろうと考えながら見ていましたが、イメージがなかなかわきません。ベッドを置く部屋を決め、出入りするために昇降機が必要であること、お風呂が巻き風呂では入浴ができないぐらいしかわかりませんでした。

工務店と仲介役の方とは何度も意見交換、要望を伝えました。使いやすさを考えて相談をして工事を進めていたつもりでしたが、退院してきたの第一印象は使いにくいとしか感じられませんでした。



寒さ対策のために変えた、ドア！

さあ在宅生活が始まるんだと思えたら良かったんですが、何しろ体温調整ができないことへの

改修工事はエアコンを取り付けただけで、保温性は変わっていませんでした。実家に戻ったのは、9月の最初でした。まだ暑さは残っていたのでクーリングへの不安はありましたが、なんとかのりきれました。

やっぱり寒くなってからの不安が的中し、毎日凍える程の寒さに耐えていました。最初は大きなカーテンを取り付け、寒さを遮っていましたが耐えられなくなり、ドアへと取り替えました。

私は、電動車いすと介助用車いすの両方を使います。私は縁側から昇降機を使ってベランダに上がり、部屋に出入りします。

昇降機の取り付け位置がベランダに上がるための階段と逆に付いているので、晴れの日はいいのですが、雨天時の外出時には車いすも濡れてしまいます。改善をするために波板を取り付けて雨天時でも濡れないようにしました。



階段と昇降機の取り付けが逆

部屋に入るのに、サッシとベランダとの間に5センチ程の溝があり、介助用車いすの前輪では溝にはまってしまう。この部分の改善はとて難しくサッシを全部取り外すだけではなく正面玄関の土壁も壊し、新たにサッシを取り付ける大掛かりな工事が必要になるとの内容だったので、やり直さずに現在もそのまま使っています。改善が出来る所と、出来ない所は実際に使わないと分からないものですが、車いすを使って生活をする情報のなかで、取り付けや溝などについても予測できたのではないかと感じています。私がイメージしていたのと、180°とは言いませんが90°ぐらいは違う内容でした。完成して使ってみてわかるものが大半だと思います。

皆さんも一度は聞いたことがあると思いますが、「家は3回建てないと理想の家にならない」と

言われるぐらい、いきなりの完璧はないでしょう。

「2回目の工事へ」

私は、早くも2回目の改修工事を行いました。1回目を振り返ると、バリアフリーではあるが電動車いす、福祉機器を使う立場として安全面に不安が残りました。例えば工務店との意見交換、情報交換が取れていたなら、こんなことになっていなかったのでしょうか。不安は日に日に増えていき、ここまで工事をしたのだからと思う気持ちもありました。

工事への説明対応だけでなく、何よりも図や資料で説明してくださる棟梁さんが相談に乗ってくれたことが再工事を行うことになった決め手でした。棟梁さんとの出会いが、とても大きかったです。

思い切って藁葺き屋根を瓦に葺き替えをされました。私がベッドを置いている部屋の天井も、最初の工事の時に焼き板に変えていたのです。

天井の異常に気づいたのも、お昼にラーメンを食べようとしていた時でした。コショウをかけようとした、その時！ブラックペッパーが天井から適量、私の足元に落ちてきたではありませんか。



ブラックペッパーが落ちてきた天井

「まぼろし〜」では、ありません。「ありゃ？」天井の勾配部分を見てみると、やっぱり何か落ちてきた。棟梁さんに診てもらおうと、勾配部分の焼き板の組み方が逆だったことが判明！

コーキングパテを使って、焼き板の隙間を埋めてもらうことにしました。棟梁さんには、最初の工事の手直しばかりをお願いしていました。電気、水道、駐車場などあらゆる場所も見てもらいました。駐車場の勾配も、車いすに乗っている時の

首への衝撃による負担なども考えてくださり、駐車場のスロープ工事も行いました。電気屋さんにも携わっていただき、ガスを使っていましたが、安全面を考慮してオール電化へ変えることにしました。

福祉機器など私の身の回りには沢山の電気を使う物が多いことから電気回路を増やしてもらうなど、気づかなかった部分を教えてくれました。

今思えば、最初から再工事に携わっていただいた棟梁さん、棟梁さんのお知り合いの職人さん達が最初から工事に携わっていただけていたらと後悔しています。



バルコニーの工夫

「父親は」

私の父親は大工をしているのですが、別の工務店に工事のお願いをすることにしました。2回目の工事をしてくださった棟梁さんとは知り合いです。なぜ別の工務店に依頼をしたのか。皆さんに「してもらえるからいいね」とよく言われるんですけど（笑）家族であることから、「また明日にするわ」、「ここはこうしたほうがいいから、やり直そうか」など、時間が掛かってしまうことが予想できたからなんです。丁寧で完璧な職人であることは、私が幼い時から見ていましたが、仕事となると頼みにくいものなんです。私も、「こうしてほしい」と何度も言いたくなると思うので（笑）父親が大工だなんて、理想的だと思うんですけどね。欲を言えば、時間が掛かったとしても、部分的に改修工事を行っていきながら生活をしていき、使いにくいところを直していけたら、一番使いやすく満足感のある工事ができるんだろうと思います。

「住環境のこれからと私」

沢山の方が、情報を求めているのが現状になります。会場でも、いろんな経験や思いを聞くことができたと思います。自分たちが持っている情報を伝えることが、大切になってきます。意見や疑問を発信する場として、合同シンポジウムでの住環境第二弾の開催が出来たらと個人的に思います。集まれる場がなければ、意見がひとつの点で終わってしまう。とても残念な結果になってしまふ。

点と点が線で結ばれていけるようになれば、人との繋がりへと進んで行くのではないのでしょうか。情報はいくらあっても、無駄にはならない内容です。一人ひとりが情報発信者でありながら、取り組んでいくことができれば「住環境のネットワーク」ができあがって来るのではないのでしょうか。時間を掛けてでも作り上げていく必要があるのです。自分たちの経験を発揮できる範囲だと思います。

今後、皆さんも必要としているのは、住環境と共に重度障害者は地域で生活ができるんだと安心して言える世の中にしていくこと。その第一歩が、「住環境」の整備でもあると感じています。誰もが住環境とは切り離せないのかもしれない。

私はシンポジウムを通じて、「福祉住環境コーディネーター」の資格を取るために動き出そうと決める！とことん深く追い求めてみようではないか。きっと動き出せば見える世界が変わる。参加させていただいて、「体験型施設」の話をされているのを聞いて、私はとても興味深かったです。こんな施設あればと思いました。自分の体で必要になるであろう福祉機器を試しながら、合わなければ取り替えて生活へのイメージを掴んでいくことができますよね。

このことから「自分には関係ない」と思ってほしくない。もちろん自分の環境を整えていくことが大切だ！しかし、自分が進めていく中で、「情報を得るためにしたこと」、「情報が得られる場」など振り返ってみたら沢山の経験を皆さんもされているはずです。一つの経験を一人ひとりが出しあうことをすれば、情報はとても膨らみ、自分にあった内容が見つかるのではないのでしょうか。

私自身が、ネットワークのどの部分に関わるこ

とができるのかを考えたことも確かにありました。難しく考えてしまっていたんだと、今思えばかりです。困った時には、決して「一人じゃなかった」ですよね。先輩方との出会いから、沢山の仲間と出会ったように繋がりが広まっていきました。

繋がりこそがネットワークになっていくのだと、私は感じていますがね。

今の自分が行っている活動が、必ず形になるんだと思ってやっていたいと思いました。いろんな場所に行き、いろんな方と情報交換をして行きたいと思います。私が目標にしている「一人暮らし」に向けて、2015年はチャレンジをテーマにやっていくぞ！

「ユニバーサルデザイン」

住環境と同じぐらい大切になるのが、福祉機器や用具なのかもしれない。イメージは「デックイ」、「重い」なのが、私が感じるのかな。かなりの場所もとりますよね。



最近では電動車いすもコンパクトになってきたように思うのだが、家の中を自由にとは言えないのかもしれない。コンパクトで、安全、安心できるものができ、機器や用具の規格サイズができてくれば面白いかもしれませんね。どの大きさの部屋でも対応できるようになれば、どれだけ便利になるだろう。現在、玄関から搬入できなかったり、場所が限られてしまうことがとても残念だ。

誰もが安心できる「ユニバーサルデザイン」が将来求められてくるんだと思います。

重度障害者の地域生活ができる環境が特別ではなく、あたり前な世の中へと、私達を変えていかななくてはならない！