

Y（やれば）D（できる）K（頸損）

島本 卓

1. はじめに

5月末に行われた全国頸髄損傷者連絡会、全国総会東京大会（以下、東京大会）において、多数の頸髄損傷者、支援者、福祉機器用具メーカーがホテルサンルート有明に集った。東京大会と一緒に参加した兵庫頸損、山本さん、島本、学生Yさん、学生Uさん、学生Oさんの5名で参加しました。私達にとってどんな経験をする事ができたのか報告をしたいと思います。

2. 参加への思い

私が初めて全国頸髄損傷者連絡会、全国大会（以下、全国大会）に参加したのは「横浜大会」で、2回目は実行委員メンバーとして参加させていただいた「兵庫大会」の2回経験をしました。2回ともヘルパーさんとの参加でした。今年こそ「ヘルパーさん以外の介助者さんと参加したい」と決めていました。そうだ！「学生さんと参加できないだろうか」、一緒に計画を立て、重度障害者の「日常生活と旅行先での介助方法」、「バリアフリーの環境」を実際に見て、聞いて、経験をしてもらえるのではないだろうかと思いました。

いつもお世話になっているK先生に、3月に「東京大会に学生さんの介助で参加したい」思いを伝えました。学生さんと参加することで経験したいことや、参加する学生さんがどんな経験ができ、どんなことが見たり知ることができるのかを伝えました。4月半ばにK先生がおられる大学へ、山本さん、島本の2名で行かせていただきました。この日も私は1人で明石駅に向かい、明石駅からお手伝いしてくださったのが学生Yさんなんです。バス内で「東京大会の学生3名が決まりました」と教えてくれました。めちゃくちゃ早くに声掛けしてくださるなんて、感謝の気持ちでいっぱいです。K先生の授業で「重度障害者の生活、旅行」をテーマで話す機会をいただきました。とても緊張しながらの発表になりましたが、東京大会へのスタートを切ることができました。みんなで「チャレンジ」頑張るぞ！

3. 準備

この日が、学生さんみんなとの初顔合わせ。東京大会へ向けての準備が始まります。



出発日の1ヶ月前からの予約受付。まず東京行きの特等購入のために「いざ、みどりの窓口」へ。障害者手帳を使って、割引サービスの手続きや多目的室があることを知れる機会。事前に出発時刻などを調べていたので、指定席の空き状況確認をお願いしました。確認に「1時間」かかると言われて、私の時間が無いことで購入ができなかった。みんなに日程調整をしてもらっていたのに…日を改めることに。次回、購入時に持参が必要な物を確認しました。「障害者手帳、学生証、学校学生生徒旅客運賃割引証」を提示でよろしいですか？駅員さんは「障害者手帳と学生証」だけでいいです。おかしいと思って何回も確認しましたが「学校学生生徒旅客運賃割引証」はいらないととの答えでした。

気持ちを切り替え私が電話予約をして、みんなに都合を合わせてもらって「2回目の購入」へ。確認もできたし、あとは支払いと受取りだけだ。みどりの窓口へ行き「予約確認オッケ〜」、「障害者手帳と学生証を提示」しかし駅員さんは何かを待っている。もしかして、私の「スマイル」なのか？違う！「学校学生生徒旅客運賃割引証」だ。結局、学割分だけが購入できずに、またもや出直し。学生Yさんに「学校学生生徒旅客運賃割引証」の手続きをお願いして、購入に行ってくださいま

した。出だしからこれか…勘弁してくれよ。

4. 最強の3人

東京での宿泊と移動中の介助について、山本さん宅、島本宅で日を変えて介助練習を行いました。

ヘルパーのMさんに、普段やってもらっている介助内容をやってもらい、実際に1人ずつ説明をしながらやってもらうことにしました。尿パックからの尿破棄、膀胱ろう（ミルクキング）、車いす上での着替え、移乗用ネット（スリングシート）、ベッド上での体位交換（側臥位）、ベッド上での着替え、2人介助まで。リフターでのベッド移乗は時間が足らなかったため、移乗のやり方を見てもらいました。

「介助経験があるの？」と聞いたんです。なんてたって「覚えるのが早い」し、自分たち同士で「こうした方がいいよ」、「手先も大丈夫です」と確認も完璧でした。東京に行く前から、ぜひ介助者になってほしいと思いましたね。

5. 出発の日

朝5時に自然と目が覚める。体調もいいし、天気もいい。西明石駅で「みんな緊張してる？」と聞いた私でしたが、一番緊張していました。なぜかと言うと、切符購入時に対応してくれた駅員さんがいたんです。今から切符が間違ってるのかないよね。「もう勘弁してえーや」。思いが通じたおかげで、ハプニングは起きませんでした。さあいこーか、東京へ。



山本さん乗車中(西明石駅)

東京に行くなら N700 系に乗せてあげたいと言う思いがありました。最初は「ひかり」のみで行

く予定でしたが、切符購入時に新神戸駅で乗り換え N700 系に変更をしました。多目的室、車いす対応座席を予約していました。車いす対応座席であれば、スイングアームが左に開くので座席にあたってしまいます。山本さんをお願いをして、多目的室を使わせてもらいました。品川駅についてからの乗り換えの確認などしていたら、もう到着ではないか。早いねえ～！



品川駅到着。やっぱり人が多い。

乗り換えのための案内を駅員さんが誘導をしてくれました。とても丁寧で気持ちが良いです。移動中にすごいイケメンが前から歩いてきます。私だけが気づいたのですが芸能人の方でした。都会は違うなあ。2年前に東京に行った時に案内してくださった駅員さんをふと思い出しました。エレベーターのことを「ベーター」と言っていました。あの駅員さんと会いたくなりました。

乗り換えのための電車が到着。電車に乗車する時に後ろから支えてくれ、電車内でも乗客と指が接触しないようにカバーしてくれるなど、学生さんがいろんなことに気づいてくれて本当に助かりました。一人外出が多くなってきている私ですが、乗客のカバンについているベルトなどで指がよく引っ張られます。介助者さんがいてくれると安心します。

電車を乗り継ぎ、東京大会会場近くの国際展示場駅に到着。改札出てドトールで“BREAK TIME”にしよう。めちゃくちゃ暑いし、体力が奪われてしまうわ。実は言うと、低血糖気味になってふらふらになっていたんです。いつもコーヒーやお茶、水ばかり飲んでいますが、今回はオレンジジュースです。糖分補給や！涼しいし気持ちいいわ！

体調も回復したし会場へ行こう。会場に向かう途中で1人の女性に声を掛けられ、行き先も同じだったので、一緒に会場に行くことにしました。

どこかでお会いしたことがあるような気がした。私は、その方を「お母さん」と呼んで接していましたが、2年前に広島で開催された「はがき通信」での交流会でお会いした「頸損の母」である松井先生でした。

会場であるホテルサンルート有明に到着。総会受付前で、たくさんの先輩に声を掛けてもらいました。「ヘルパーさんと来たの？」と聞かれたんですが「学生さんと来ました」と返すと、かなり驚かされていました。すごい経験をしているのをわかっていたんですが、とたんに嬉しくなりました。

福祉機器、用具の展示に私達5名はくぎづけ。なんといっても排便をお知らせする「DFree」に、私は興味津々。排便コントロールができるようになれば、外に出たいと思う方が増えると思います。東京大会に参加していなければ、知ることがなかったでしょうね。いい情報GET! だけ。総会からレセプションへと続いて、とても楽しい時間を過ごすことができました。レセプション中の地震は驚きました。みんながいるから“へっっちゃらさ”!



さあベッドへ。トランスファーの方をかなり待たせてしまった。みんな協力してもらっての移乗。ベッドへ移ってから、体位交換をしてもらったり、除圧のためにクッションを挟んだりと普段やってもらってる介助と同じやり方だったので「体が楽」でした。夜中に鳥肌が出て「お腹を壊したかも」と思って、学生Yさんを起こしました。尿の流れと尿量を見てくれたおかげで、安心して眠れました。

翌朝はカンカン照り。着替える前に洗髪をお願いしました。いつもは洗髪器を持参しているんですが、今回は「オムツシート」を引いてペットボトルにお湯を入れて流してもらいました。スッキリ!ズボンだけを履かせてもらって、車いすへの移乗をしてもらいました。足先やバルーンカテーターにも注意をしてくれています。車いす上で「男の身だしなみ」髭剃りを学生Yさん、Uさんに半分ずつやってもらいました。“VERY GOOD”の仕上がり。歯磨きの力加減もいい。いいんです! 準備を終えて、いざ観光へ。予定時間をオーバーでの出発。スカイツリーへ行ったんですが、なんと4時間待ち。63℃アイスを購入。コーンを選んだのは私ですが、アイスの塔はみるみる溶けていき、地面は「アイスのアート」これぞ芸術! 食べたのは3分の1ぐらいちゃうかな。

バタバタ移動からの「すみだ水族館」ペンギンに癒やされ、初めて生で見た「チンアナゴ」に魅了されてタイムアウト。品川駅へ。

東京に来た帰りには、必ずこれを食べると決めている。「とんかつまい泉 ヒレかつサンド」だ。めちゃくちゃ美味い! みんなに「崎陽軒のシウマイ弁当」の美味さを伝えました。



6.東京大会を終えて

K先生、学生支援者さん3人の協力がなければ、東京大会に参加するだけになってしまうところでした。今、自立に向けて物件を探しています。今回の経験が、これからの私に大きな自信になりました。介助を受けるだけではなく、介助を通じて学生支援者さんに「知る」、「学ぶ」、「経験」できる機会をこれからも一緒に作って行きたいです。次は、沖縄に行くぞー!!!