

連載

自立生活はじめました

～食べ物を求めて～

山本 智章

最近、梅雨が明けて暑い夏になりました。今年
は雨が降ったというより急に降る雨が多かった
と思います。朝晩の温度差があり体温調節が難し
いですが、健康で過ごせられています。

今回の“自立生活はじめました”は、楽しみに
なった食べものについて書いていきたいと思い
ます。一人生活を始めて役所に書類を提出したり、
何を食べるかを考えたりと、行動することが増え
ました。食材を購入して介助者に作ってほしいも
のを伝えます。毎食、考えるのが大変です。だい
たい、料理のレパートリーが決まってきました。
その時々で介助者に作れるものを聞いたり、私が
食べたい物をリクエストしたりと様々です。冷蔵
庫の中にあるもので介助者と相談して決めるこ
ともあります。食材がなかったり、調理の時間が
なかったりする場合には、コンビニのお弁当や冷
凍食品を温めて食べる時もあります。本当に食べ
るものがなく、“たまご豆腐”のみを夕食に摂っ
たこともありました。今の一番の楽しみは食べる
ことです。外出した時は、なるべく家では食べる
ことがないようなものを食べたいと思っています。
外出する前に食べる物を調べるようになり、
食べたい物を探して行きたい場所を決めること
もあります。

普段、家で食べる介助者の料理は美味しく頂い
ています。しかし、食に対して食欲になってしま
った私は、「たまには違うものを」と食べ物を求
めて大阪へ出掛けたのです。この日は味噌カツが
食べたくて難波にあるお店“矢場とん”に向か
いました。違う日には“わなか”にタコ焼きが食
べたくて出掛けました。また、串カツが食べたい
と思った時は新世界へ行きました。幸運の神様“ビ
リケンさん”を見たかったことも理由の一つです。

ここで“ビリケンさん”を紹介します。ビリケ
ンさんは愛嬌のある顔と足を投げ出して座った
ふてぶてしい姿。ご存知の方も多いと思います。

「あ、知ってる！大阪の妖怪だっけ？」なんてい
う方も結構多いかもしれませんが、実はビリケン
さん、れっきとした神様なんです。

「意外にもアメリカ生まれ」

その発祥には諸説ありますが、1908年、アメリ
カの女性芸術家フローレンス・プリッツが「夢の
中で見た神様をモデルとし制作した作品が起源
と言われています。その後、シカゴの企業・ビリ
ケンカンパニーが、ビリケン像などを制作、販売
し、「幸福の神様」として全世界に知れ渡りまし
た。（インターネットから引用）

私の最寄り駅は、徒歩5分ほどで着く神戸市営
地下鉄「西神南駅」です。地下鉄に乗り、三宮駅
で阪神電車に乗り換え、「大阪難波駅」まで行き
ます。三宮からは約40分で大阪難波駅に行くこ
とができます。片道にして1時間半もあれば大阪
難波駅に着きます。家から近い距離に最寄り駅が
あるので、交通の便がよくとても助かっています。

何が言いたかったのか、食べ物やビリケンさん
の話になりましたが、整理したいと思います。今
は時間に制限はありますが、好きなことが出来る
ようになったと思っています。食べたい物を食べ
に、行きたいと思うところへ外出しています。ヘル
パーさんの交代の時間がありますので、計画を立
てて行動しています。ほんの一部のことだと思
いますが、このように自分で考えて行動することが
楽しく感じられています。これが“自立生活”な
のかと思えば嬉しくもなります。少しでも達成感
や充実感もあります。次回の外出は“どこへ行
こうか”、“何を食べようか”なんて考えている時
が楽しいです。一人暮らしは、色んなことを自分
でするので大変でしんどいことが多いです。でも、
自分の考え方や捉え方次第で生活は良くも悪く
も変わるとしています。これからもっと楽しい
ことが増えていけばと思います。限りある時間を
有効かつ大切に過ごしていきたいと思っています。