

特集

頸食

(けいしょく)

～ひとり暮らしに彩りを～



重度の障害があっても適切なサポートがあればひとり暮らし（自立生活）が可能な時代となってきました。我々頸髄損傷者連絡会の仲間も、多くが地域で自立した生活を送っています。体の不自由さゆえに「豊かな生活」を求めるにはまだ相当の努力を必要とし、日々を生き抜くことに精力を注ぎ込み、自身の体のケアまで注意が行き届かず、体調不良を招いてしまうのはひとり暮らしを実践する者であれば身に覚えのあることではないでしょうか？

今回、兵庫頸髄損傷者連絡会・機関誌「縦横夢人」では、「頸食（けいしょく）～ひとり暮らしに彩りを～」というテーマで特集を組むことにしました。ひとり暮らしの中でも「毎日朝昼晩の献立を考えるのが大変！」と言う声を多く聞きます。本来、食事は楽しくするものであるはずなのに、なぜか義務的で決められた作業のようになってしまいがちではないでしょうか？そのような状況に陥りそうな頸損者は多いと考え、少しでも食を楽しんでもらうべく、様々な「食」への工夫や自分の得意料理、秘伝のレシピや介助者とのコンビネーション等、私たちの食環境を「頸食（けいしょく）」と銘打ち、さみしくなりそうな食卓に彩りを添える機会にしたいと思います。

（山本 智章）