

あのとき君は若かった

大阪頸髄損傷者連絡会 石川 真樹

「あの時君は若かった」というと、受傷前か受傷したての時期と思われるが、僕がケガしたのは 29 歳になる一カ月くらい前の事で、結婚して 4 年、子供はいなくて仕事は建設業で、仕事での転落事故でしたので労災です。

○電動車椅子 ケガしたのは 2000 年が明けてすぐでしたが、その当時は星ヶ丘厚生年金病院(現在は星ヶ丘医療センター)には頸損の入院患者が 30 人ぐらいいて色々話が聞けたのですが、頸損の先輩といえど、まだ退院していない人も多く在宅生活未経験で、情報が少なくて、この頃に頸損連絡会に参加・入会していれば有益な情報が得られたのかなって思います。たまたま頸損連の人と出会う事が無かったのが残念です。というのも自分と同じぐらいのレベルの人がどういう電動車椅子に乗っているのか？左が C4 で右が C5B、C4(左手)は車椅子に座って腕をブラブラさせたり肘掛けに自力で乗せれる程度、C5B(右手)は装具を着けて食事が出来る程度。家の近くの環境やオプションの価格、色々な側面も含めて知った上で一台目を選びたかったなど、今はそう思っているのです。僕が聞いた話だと、電動アシストや簡易電動以外の電動車椅子は、国産は非力だけど故障しにくい。外国産は公費対応モデルでは故障が多く、値段の高いモデルはそういう事も少なくパワフルだと。毎日走り回る人の場合は、ですが。僕らの年代の肉食系男子は車輪付きの乗り物が大好きなので、(当然僕も)電動車椅子選ぶのも乗るのも、すごくテンションが上がります。この記事をご覧の方が僕ぐらいの動きのレベルだったら、お尻の除圧や低血圧、低血糖等の対策も兼ねて電動チルトクライニングをおススメします。そうそう買い替えられるものでもないのです、じっくり悩んでください。

○家事 若い頃は調理や掃除は嫁にお任せで何もしなかった(出来なかった)。水洗い系(車、フロ、トイレ)は得意でしたが…。

調理や掃除はヘルパーさんに頼む時にある程度知ってないと頼みにくいし、いちいち嫁に聞きに行くのもカッコ悪いですしね。ケガしてからヘルパーさんに聞いたり PC やスマホで調べたりして色々勉強しました。今は献立を考えるのが面倒くさくなってしまったので、食材を配達してくれる会社に頼んでいます。週 2、3 回ですが、栄養バランスも考えてくれますしね。その分いい値段していますが。あと、キッチンのみならず、自分の部屋のモノの置き場所はほぼ完璧に覚えまして。ベッド上にいる時にヘルパーさんに聞かれてもサッと答えられるように。

○介助者の仕事 自分がガテン系の仕事をして、朝早くから晩遅くまでダンプやトラック運転したり、肉体労働したりしてたもので、ヘルパーさんや介助者の仕事なんて楽勝だろうと思ってましたが、人と接したり担いだりという部分で、違う部分の体力を使うなど、完全にナメてました。自分が浅はかでした。荷物や道具と違っていざという時に投げたりできないですもんね、対人間の場合は。

今は最大限にヘルパーさんが体力を温存できるように配慮してます、もちろんちゃんと仕事してもらって、ですが。

世の中には意地の悪い捻くれ者の利用者もいて、ワザとキツく危険な事を、不必要な状況なのにも拘らず頼む人がいるという事も時折耳にします。障がい者の品格を落とさないでいただきたいですね。利用者も介助者もお互いに気分よく過ごせればサイコ～ですよ。

○PC コレは食わず嫌いで若い時に勉強してなくて、若くて脳みそのやらかい、物覚えの良い時に勉強してたら良かったなと思います。

今は皆に教えて貰いながら色々勉強してます。PC、スマホ、音声認識してくれる装置等は使いこなせればすごく便利ですよ。