

あのとき君は若かった

伊藤 靖幸

今回、「あの時君は若かった」というタイトルということで、私は頸髄損傷（以下、頸損と呼ぶ）になって年を重ね、その年月で得た教訓を書いていこうと思います。

頸髄の何番を損傷したかで、動かせる部位は違います。もちろん、完全麻痺なのか不全麻痺なのか、リハビリ、男女でも変わってきますが、C4,5番を損傷された方は、大体、四肢麻痺か手が少し動く方が多いと思います。そんな中で、何かしてみようと考えられる人は少ないと思います。実際、自分がそうでした。しかし、ある出来事があり、自分の人生が変わりました。

頸損になって、2つ目の病院での出来事です。身体を動かすリハビリをしてもらって病室に帰ろうとした時、リハビリ助手でレクリエーションワーカーのFさんと話す機会がありました。Fさんと他愛のない話しをしていた時に、共通の音楽の話になりました。学生時代、ギターとハーモニカを演奏していた話をすると、「ホルダーと呼ばれるものを使えば、ハーモニカを吹けるんじゃない？」といわれ、呼吸のリハビリになるし、やってみようと思いました。「好きこそ物の上手なれ」ということわざがあるように、次第に吹けるようになっていきました。そして、転院する前に、「みんなの前で演奏してみない？」と言われて、演奏しました。



練習風景

この出来事がきっかけで、音楽祭や慰問、頸損連の全国総会などで演奏させてもらうことが出来ました。自分の好きなものは、音楽だったんですが、皆さんにもなにか好きなものってありませんか？自分が好き、もしくは、やってみたいことは無理だと諦めず、やってみてもらいたいです。好き・やってみたいと思うものって、生きる原動力になるんじゃないかなと思うんです。実際私は、ハーモニカを始める前は、あまりやる気がなく、リハビリにも消極的でした。でも、ハーモニカを練習し始めてからは、積極的になり、毎日が楽しく思えました。自分はたまたまハーモニカだったんですが、皆さんにもあると思うんです。そこで大事なのが、出来るかどうかではなく、やりたいかどうかという事です。確かに、障害ゆえに、様々な問題が出てくると思います。それは、障害が重ければ重いほど出てくると思います。でも、そこで諦めるのではなくて、色々な人に相談してみてください。OT や PT、主治医、同じ障害を持っている友人や知り合い、さらに全国頸髄損傷者連絡会。全国頸髄損傷者連絡会は、「You are not alone…ひとりじゃないよ！」というスローガンをもっています。必ず力になってくれるはずです。

相談するというのは、とても勇気のいることだと思います。自分の場合は、最初話すことすらできなかったです。でも話しかけていただいて、仲良くなって、やっと相談出来るようになりました。怖がらずにいろんな人に相談してみてください。必ず協力してくれる人は現れます。そして、もっともっと自分の人生を楽しんでください。