

2022年3月7日発行

縦横夢人

2022年 冬35号



2021年11月20日 兵庫・京都・大阪 3支部合同の交流会の様子(オンライン)

兵庫頸髄損傷者連絡会

ホームページ：<http://hkeison.net/>

E-mail：hkeison@yahoo.co.jp

オリンピック・パラリンピック終わる

三戸 呂 克美

明けましておめでとうございます

皆様方におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

今なお猛威を振るう新型コロナウイルスには、気も心も休まるときがありません。自粛生活も3年の年月が過ぎようとしています、やけっぱちになってはいけません。もうどうでもいいや！なんてことに気が向きそうですが、もうしばらく我慢・辛抱を続けて行きましょう。感染しても軽いと言われているオミクロン株ですが、我々には重い、軽いは関係なく、感染すれば命にかかわります。感染しないのが良いのですが、それでも感染した時は自分一人で悩んだり行動したりせず、仲間や関係者に連絡しましょう。

コロナ禍のことはさておき、今年はどうな年を願いますか？もちろん良い年になってほしいし、自分たちで良い年にしたいと思うのは皆さんと一緒にです。

しかし、良いことは長く続かないもので、私事ですが、1月の中旬から呼吸がしにくくなり、主治医よりベンチレータを使うように指示が出ました。人工呼吸器ですが、現在、会員の中に使用されている方もいますので、状況は把握できます。しかし、使用して初めて呼吸の仕方の難しいことが分かりました。いつもそばにいて簡単そうに見えていた事が、こんなに難しかったのだとしみじみ思った今年の幕開けでした。

年の初めに私の体調をお知らせすることに躊躇したのですが、気を引き締めて行動せよとの戒めと思い、自分自身に言い聞かせたいと思います。

それでは、今年も頸損連絡会の発展と皆様のご健康とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

本年も宜しく願い申し上げます。

もくじ

特集『身近なバリアフリー』（宮野、米田、橘、伊藤、土田、吉田）	2
行事報告「定例会・支部間交流会」（橘祐貴）	21
行事報告「リモート忘年会」（土田浩敬）	22
行事報告「ランチ交流会」（伊藤靖幸）	23
会員報告「コロナで自宅療養」（橘祐貴）	24
行事のお知らせ	26
入会案内	28



特集

「身近なバリアフリー」

ーバリアフリーの事例や課題について考えるー

私たち頸髄損傷者が地域で生活を送る上で、「バリアフリー」について考える機会が多いのではないかと思います。「バリアフリー」と一言でいってもその範囲は広く、建物や駅の段差解消等のハード面でのバリアフリーもありますし、その人に合わせた配慮をする等のソフト面のバリアフリーもあります。

今回の特集は「身近なバリアフリー」をテーマに、身の回りにあるバリアフリーについて、課題や工夫していること、実際に受けた配慮等について取り上げました。バリアフリーについて改めて考えるきっかけになれば幸いです。

(橘 祐貴)

特集

鉄道駅におけるホームと車両の段差・隙間調査

宮野 秀樹

今回は、特集テーマが「身近なバリアフリー」ということで、姫路市でバリアフリー調査活動をしている田村辰男さんに、ご自身が取り組んでおられる活動についてお話を伺いました。頸髄損傷者となって42年になる田村さんは、これまで“自らが積極的に社会参加する”ことで、鉄道やまちづくりにおけるアクセス面でのバリアフリー化に取り組んでこられました。チンコントロール式の電動車椅子に乗り、兵庫県にとどまらず全国各地に赴き、バリアフリー調査を展開されています。かつては調査の様子を写真撮影し調査報告をされていましたが、近年はビデオカメラで撮影した動画を編集し、それを活用して様々な場所でプレゼンをされています。2017年にYouTubeで『散歩マニア※1』というチャンネルを開設し、ここ1年ほどは精力的に編集した動画をアップされています。

地元・姫路市をこよなく愛する田村さんの思いとしては、姫路の街にもっと多くの車椅子ユーザーに出かけてほしいそうです。京阪神エリアであれば、その場所に行けば必ず何人もの障害者や車椅子の人とすれ違えることができる。姫路の街もそんな風にならないかと思い、活動を続けられているそうです。

そんな田村さんが、最近の動画で頻繁にアップされているのが「鉄道駅におけるホームと車両の段差と隙間調査」。この取り組みについてどのようなものか伺いました。



田村辰男さん

インタビュー：2021年12月29日（水） 話し手：田村 聞き手：宮野

宮野：ここ最近、鉄道駅におけるホームと車両の段差と隙間を精力的に調査されていますが、なにか理由はありますか？

田村：鉄道駅におけるホームと車両の段差と隙間に関しては以前から関心がありました。かつて欧米で段差のない鉄道体験をし、その衝撃がいまだに忘れられません。鉄道のアクセス環境を変えたいという思いは強いです。

関西はまだまだ遅れているけれど、関東の方は、駅の「ホームドア※2」設置が進んでいます。おそらく時間は多少ズレると思いますが、関西にも積極的なホームドア設置の流れがくるはずだと思います。どうせ順次工事するのであれば、ホームと車両の段差解消を一緒にしてほしいという思いが一番強いです。段差解消はそのまま放っておいて、ホームドアだけ設置するという流れは避けたいです。神戸を例に挙げると、阪急電車は段差解消せずホームドアだけを設置しています。その点、阪神電車はすごく段差解消が進んでいます。特に神戸三宮駅は優秀です。阪神電車の別の駅も結構段差は低いです。私が調べた範囲では、阪急電車は全く段差解消には力を入れていないように感じます。

一応、阪急電車は「低床車両※3」を導入しているけれど、最新型になればなるほど、その低床

車両とホームの段差を実際に測ってみると、まだまだかなりの段差があることがわかります。最新型低床車両を導入しても段差があるという結果は、ちょっと見過ごせません。阪神電車は、段差解消と同時にホームドアを設置しようとしている傾向があります。阪急電車はまだ神戸三宮駅と十三駅にしかホームドアが設置されていないようです（春日野道駅に2022年度末までに設置完了予定）。十三駅はまだ調査していないのですが。



↑ ホームドアは設置してあるが段差解消はされていない阪急電車の駅



↑ ホームドア設置と段差解消がされた阪神電車の駅

宮野：ここで田村さんが調査された関西（主に阪神エリア）の鉄道各路線における駅のホームと車両の段差と隙間の調査データを見てもらいたいと思います。

大阪メトロ千日前線			大阪メトロ長堀鶴見緑地線			大阪メトロ今里筋線			大阪メトロ ニュートラム		
駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅
阪神野田	1	3	門真南	1.5	1.5	今里	3	5.5	コスモスクエア	2	8
玉川	0.5	3	鶴見緑地	1.5	4	緑橋	2	5	トレードセンター前	5	8.5
阿波座	1	3	横堤	1	1.5	鴨野	3	6.5	中ふ頭	1.5	6.5
西長堀	0.5	3	今福鶴見	1.5	4	蒲生四丁目	3	4.5	ポートタウン西	0.5	7.5
桜川	0.5	3	蒲生四丁目	2	2.5	関目成育	3	5.5	ポートタウン東	3.5	7
なんば	1	3	京橋	0.2	3	新森古市	2.5	5	フェリーターミナル	5.5	10
日本橋	0.5	2.5	大阪ビジネスパーク	0.3	2.2	清水	2.5	5	南港東	1.5	6
谷町九丁目	1	3	森ノ宮	0.7	2.7	太子橋今市	2.5	5	南港口	0.5	7.5
鶴橋	1	4	玉造	0.5	2.7	だいどう豊里	2.5	5	平林	6.5	7.5
今里	1	2.5	谷町六丁目	0.8	3	瑞光四丁目	2.5	5	住之江公園	6.5	7.5
新深江	1	2.5	松屋町	0.5	3.3	井高野	3	5			
小路	1.5	4.5	長堀橋	1	2.7						
北巽	1.5	4.5	心斎橋	2.7	3.5						
南巽	0.5	3.5	西大橋	1.5	3						
			西長堀	1	3						
			ドーム前千代崎	1.2	2.5						
			大正	1.5	3						

JR西日本321系			JR西日本223系			大阪メトロ御堂筋線								
駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅
大阪	4	10	三ノ宮	6	18	大久保	5	14	なかもず	1	7.5	梅田	0.5	3
塚本	3	13	元町	4	14	魚住	3	10	新金岡	0.5	2.5	中津	0.5	2.5
尼崎	3.5	17	神戸	3.5	15	土山	7	15	北花田	0.5	3.5	西中島南方	1	2.5
立花	2	11	兵庫	4	12	東加古川	4	15	あびこ	0.5	2	新大阪	0.5	5.5
甲子園口	6.5	13	新長田	6	13	加古川	5	9	長居	1	4	東三国	2.5	7
西宮	3.5	13	鷹取	2	11	宝殿	4	18	西田辺	3.5	11	江坂	1	1
さくら夙川	3	13	須磨海浜公園	3	11	曾根	4	14	昭和町	0.5	2.5	緑地公園	1	6.5
芦屋	2.5	9	須磨	4	12	ひめじ別所	5	11	天王寺	0	8	桃山台	1.5	6
甲南山手	2.5	11	塩屋	8	13	御着	4	13	動物園前	4.5	10	千里中央	2	3.5
摂津本山	2.5	11	垂水	5	15	東姫路	4	12	大国町	4	8			
住吉	7	15	舞子	2.5	17	姫路	2.5	11	なんば	2	7			
六甲道	3	9	朝霧	6.5	15				心斎橋	1	3			
摩耶	1.5	11	明石	3	12				本町	0	3.5			
灘	7.5	14	西明石	2	13				淀屋橋	0.5	7.5			

阪神電車5700系			阪神電車5700系			阪急電車1000系 (2代)			神戸ポートライナー2020型		
駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅
大阪梅田	2.5	9	香櫨園	0	10	大阪梅田	12.5	9.5	三宮	5	8.5
福島	3	7.5	打出	0	6	中津	5	9.5	貿易センター	3	11.5
野田	4	12	芦屋	2	7	十三	11.5	12	ポートターミナル	2.5	11
淀川	5.5	14	深江	0	8	神崎川	10	12.5	中公園	3	7
姫島	6	11	青木	1.5	8	園田	4	6.5	みなとじま	3	7.5
千船	5	12.5	魚崎	5	12.3	塚口	4.5	9.5	市民広場	2.5	7
杭瀬	10	11	住吉	8.5	7.5	武庫之荘	8	9.5	医療センター	3	8
大物	13.5	13.5	御影	-1	10	西宮北口	7.5	11.5	計算科学センター	3	7.5
尼崎	0	9.5	石屋川	2	10	夙川	8	7	神戸空港	3	8
出屋敷	3	13	新在家	3	8	芦屋川	10	8.5	南公園	8	9.5
尼崎センタープール前	3	13.5	大石	3	9	岡本	7	10.5	中埠頭	7	7
武庫川	2	8	西灘	2	7.5	御影	3.5	8	北埠頭	3	8.5
鳴尾・武庫川女子大前	2	12	岩屋	2	6	六甲	10	12			
甲子園	1	7.5	春日野道	1	8	王子公園	4	10			
久寿川	7	10	神戸三宮	0	3	春日野道	3.5	12.5			
今津	2	6	元町	2	11	神戸三宮	5	11.5			
西宮	2.5	14.5	西元町	8	17						

大阪モノレール					神戸市営地下鉄6000系						
駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅	駅名	高さ	幅
門真市	2.5	3.5	豊川	2	5	新神戸	4	7.5	西神中央	4.5	8
大日	1	4	阪大病院前	1	4	三宮	2	4			
南摂津	2	5	公園東口	0.5	3	県庁前	3	7.5			
摂津	2	4.5	万博記念公園	3	5	大倉山	3	9	地下鉄海岸線		
沢良宜	2	3.5				湊川公園	2	15	駅名	高さ	幅
南茨木	2	4				上沢	2.5	8	三宮・花時計前	3.5	7.5
宇野辺	1.5	5				長田	3	9	旧居留地・大丸前	4	7.8
万博記念公園	0.5	4.5	六甲ライナー3000型			新長田	3	9	みなと元町	3.8	6.5
山田	2	4.5	駅名	高さ	幅	板宿	3.5	9.5	ハーバーランド	4	7
千里中央	2.5	5	住吉	2.5	8	妙法寺	5	9.5	中央市場前	3.5	7
少路	2	4	魚崎	2	9.5	名谷	2	8.5	和田岬	4	6.5
紫原阪大前	2.5	5	南魚崎	3.5	9	総合運動公園	2	6	御崎公園	4	6.5
蛍池	1.5	4.5	アイランド北口	4	10	学園都市	3.5	9	荻藻	4	6.2
大阪空港	2	4.5	アイランドセンター	4	8.5	伊川谷	3.5	9.5	駒ヶ林	4	6
彩都西	2	5.5	マリンパーク	5	8	西神南	4	7	新長田	4	6.5

宮野：このデータを見ていたら、大阪メトロ（千日前線、長堀鶴見緑地線、今里筋線）、それから JR 西日本 321 系、阪神電車 5700 系、阪急電車 1000 系（2 代）、ポートライナーに六甲ライナー、神戸市営地下鉄 6000 系、地下鉄湾岸線、大阪モノレールがありますが、かなりの大調査をされていますね。これをお一人で約 1 年かけて調べられたと伺っています。新型コロナウイルス感染症が拡大している中、感染予防に努めながらの調査は大変であったと思います。

田村：ホームページで、大阪メトロは段差解消と同時にホームドアの設置を進めていると発表していたのを見たり、JRも段差解消とホームドアの設置に一応は取り組んでいるのは知っていたけれど、阪神電車が段差解消とホームドアの設置を行っているのを知って本当に驚きました。ホームと車両全体が段差ゼロみたいになっているのは凄いです。しかも、ホームドアを設置すると金額的に凄く大きくなります。でも、いずれにしても、ホームの改修費用にお金をかける際には段差解消も入れるべきです。段差解消は極端に言えば、わずかな費用をかけてちょっとコンクリートを足すなどの工夫をするだけでできると思います。ホームドアの設置に必要な費用は、100万円か200万円くらいか？そんな少なくないかもしれませんが（実際には1基400万円必要）、そこにわずかな費用を上乗せするだけで段差解消はできるはずです。大阪メトロは、ホーム全体が段差解消されており、どこからでも車両に単独乗降することができます。だからもっと多くの路線の段差解消状況を調べようと思いました。

関東は、特定の車両のドアの前だけが段差解消されているケースが多いそうです。車椅子で活動している人のアクセス問題に関する専門的な研究や話題提供をしているグループ『車いすアクセスマニアの研究会』で言われていました。この前、『全国アクセスマニア集会』がZoomで行われていたのですが、その中で「東京の段差解消のやり方はおかしい。何号車の何番目のドアの前とか、特定の2ヶ所くらいしか段差解消しないで、ホーム全体はそのまま段差解消せず放っておいて、ホームドアだけを設置している。」と苦言を呈していました。私もその意見に同感です。特定のドアの前だけ段差解消されても、他の地域から来た人にはどこが段差解消されているとはわからないし、たまにしか電車を利用しない人には、イチイチ鉄道会社ごとに違う、共通化されていない“何号車の何番目のドアの段差解消”を頭に入れておくのは不可能です。よほど頻繁に電車利用するか、いつも利用している特定の駅と電車があるならば、特定のドアの前だけの段差解消は価値があるかもしれないが、それ以外の人には利用価値がないと思います。どうせやるなら多少お金がかかっても、全ての人が利用しやすいようにホーム全体をかさ上げするべきです。

最近知ったことですが、神戸市営地下鉄も全駅ホームドアを設置することが決まっているみたいです。ただ、前回、ホームドアの設置を請け負ってくれる事業者を募集したとき、応募する事業者がなかったとHPに書かれていました。思ったより工事の委託費が安いのか、ホームドア設置のノウハウを持っている会社に関西にあまりいないのか、そのあたりの詳しい状況はわからないけれど、神戸市営地下鉄は各駅段差がそんなにないので、早くホームドアは設置すべきです。駅によっては、単独乗降できるし、段差が2~3cmの駅が多いです。大阪メトロみたいに、ホームドアの出入り口となるホームと車両の最接近部分に「くし状ゴム」を取り付けると、出入り口の隙間がふさがれ格段に使いやすくなります（下部写真参照）。取り付けるだけで利用しやすくなるのだから、こういう工夫を積極的にしてもらいたいです。



宮野：もう大阪メトロは全駅、全ホームの段差解消がされているのでしょうか？

田村：今、調べているのは3路線（千日前線、長堀鶴見緑地線、今里筋線）だけですが、一応3路線は全駅、全ホームにホームドア設置と段差解消が完成しています。2022年3月までに御堂筋線が完成する予定です。御堂筋線は、大阪メトロで一番主要な路線です。一番多くの人を利用する路線だから、それが段差解消されるというのは大きな意味があると思います。2022年度には堺筋線が、2024年度までに四つ橋線と中央線が、最終的に2025年度で谷町線が改修される予定で、これで大阪メトロ全路線、全駅にホームドア設置と段差解消が完成することになるようです。

宮野：調査されたデータを見ると、段差と隙間の数字がありますね。単独乗降には車両とホームの隙間も大きく関係しますよね？（駅名の次が段差、その次が隙間を表しています）

田村：車両とホームの隙間は、10cm以内なら電動車椅子であれば大丈夫です。それ以上になればタイヤは落ちますね。段差がゼロに近ければ、降りる時であれば10cmくらいの隙間があっても（私の電動車椅子であれば）大丈夫だと思っています。ただし、自走式（手動式）車椅子のキャスターは落ちる可能性は高いですね。

宮野：車両とホームの段差や隙間の理想は何cmなのでしょうね。

田村：東京のほうで調査した結果によると、段差は3cmで、隙間は7cmだったら、9割の被験者が単独乗降できたことが報告されていました。国土交通省のHPに「鉄道駅におけるプラットホームと車両乗降の段差隙間に関する検討会」のとりまとめがアップされています。

<参考>https://www.mlit.go.jp/tetudo/tetudo_fr7_000029.html

（以下は実証試験の結果報告の一部を抜粋して掲載しています）

（1）実証試験の条件

- 被験者：23名（手動車椅子10名、簡易電動車椅子5名、電動車椅子6名、ハンドル型電動車椅子2名）
- 障害の種類：二分脊椎症、脊髄性筋萎縮症、頸髄損傷、脳性麻痺、ポリオ、両下肢機能障害、筋ジストロフィー、シャルコー・マリー・トゥース
- 施設：直線プラットホーム、コンクリート軌道、軌道変位なし
- 車両：空車、車両動揺なし（静的な状態）
- 段差・隙間の設定：プラットホーム端部と車両乗降口に複数の木製の板（コンパネ）を組み合わせて設置することにより、模擬的に段差・隙間を設定
：段差2cm・隙間3cm（最小値）※1～段差5cm・隙間10cm（最大値）※2
- 段差・隙間の範囲 ※1：段差2cm・隙間3cmは、大阪市高速電気軌道にて対策が実施されている数値
※2：段差5cm・隙間10cmは、鉄道に関する技術基準（土木編）の解説において車椅子使用者が円滑に乗降することができないとして記載されている数値

（2）実証試験の結果

- ・段差が小さくなると乗降可能な隙間が大きくなり、段差・隙間の組み合わせは相反関係にあった。
- ・とりわけ、隙間の大きさに比べて、段差の大きさが乗降のしやすさに大きく影響を及ぼす傾向にあった。

- ・同じ段差・隙間の場合、降車よりも乗車の方が達成率は低い傾向にあった。（後述する乗降達成状況は、より条件の厳しい乗車時の数値としている）
- ・乗車のしやすさは、電動車椅子などの動力付きかどうかの違い、手動車椅子の使用者の操作力の違い（ウィリー操作が可能な被験者か否か）の影響を受けた。

段差 (cm)	5					74%			74%		61%
	4					83%	74%	74%			
	3				96%	96%		87%	78%	78%	
	2				100%	100%	96%				
	1										
	0										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

隙間(cm)

(結果例:被験者(23名)の達成率)

鉄道に関する技術基準（土木編）の解説において、段差 5cm・隙間 10cm は車椅子使用者が円滑に乗降することができないとして記載されている数値になっているけれども、実際はどうなんだろうとデータを集めるための実証実験をやったみたいです。段差 2cm・隙間 3cm から段差 5cm・隙間 10cm を最大値として、板などを敷いて段差を作り、様々なタイプの車椅子、様々な障害種の被験者に試してもらったら、段差 2cm・隙間 3cm であれば被験者全員が単独乗降可能だったという結果が出ています。

達成率の表からすると最大段差 3cm・隙間 6cm 内であれば、90%以上の方が単独乗降できたことが伺えます。ただ、段差 5cm・隙間 10cm になると 61%の人しか単独乗降できなかった結果も出ています。

宮野：この「鉄道駅におけるプラットフォームと車両乗降の段差隙間に関する検討会」のデータと田村さんが調査されたデータを比べてみると、関西の鉄道駅もまだまだ改善の余地がありますね。

田村：段差 10cm とかは全然ダメです。やはり単独乗降達成率 90%にいかないと実用的ではないと考えています。段差ゼロにすれば、全ての方が乗り降り可能になるだろうから、段差がある限り 100%ではないと考えるべきです。実証実験のデータからも段差 2cm・隙間 3cm にするのが理想です。単独乗降達成率 100%にするのが理想です。



↑ ホーム全体がかさ上げされた大阪メトロの駅



↑ 一部がかさ上げされた大阪モノレールの駅

宮野：田村さんが調査された中で、この駅が理想と思うようなところはありましたか？

田村：阪神電車の神戸三宮駅が理想ですね。車両出入口を見てもらったらわかります。段差、隙間がないです。隙間らしい隙間が空いていないのです。ほぼピッタリとくっついています。3番ホームは、ちょっと隙間がありますが、おそらく3番ホームはカーブしているからどうしても隙間が生じてしまうのでしょうか。でも、神戸三宮駅の段差・隙間であれば誰でも乗り降り可能だと思います。また、歩く人の足元に『発光式列車接近表示器』のランプがチカチカするので聴覚障害者にもどちらから電車が入ってくるかがわかります。こうやって点滅してくれると凄くわかりやすいです。

理想の駅とは話が変わるのですが、1つ心配していることがあります。大阪メトロのことなのですが、最初に改修された長堀鶴見緑地線は、段差2cm・隙間4cm以内の目標で改修したのですが、後に改修された今里筋線には、車両出入口のホームにくし状ゴムも設置されておらず、段差と隙間が結構あるのです。段差の大きいところは5cmくらいあるので、車椅子によっては乗降できない人もいます。千日前線は、見た目もあまり段差・隙間がないです。千日前線は、段差1cm・隙間3cmの駅が多いです。電車の各車両に車椅子スペースもあります。だから今里筋線の段差や隙間が気になります。車両出入口のホームにくし状ゴムを入れていないので、どうしても隙間が大きくなっていきます。長堀鶴見緑地線と千日前線は、くし状ゴムを設置しているので隙間がありません。

今里筋線は、くし状のゴムが設置してありません。他の路線の中でも、ホームドアの設置と段差解消を行ったのが最後の路線なのに、この段差・隙間の数字を見ると「もしかしたら大阪メトロはこの傾向で改修を行うのではないか？」と勝手に思ってしまう。それはかなりマズイです。長堀鶴見緑地線や千日前線のように段差2cm以内が理想で、この高い水準を守ってほしいのですが。

なぜこんなにも段差や隙間をつけてしまったのか理由はわかりませんが、東京のほうで調査したデータを持っていて「これくらいを満たしていればよいのでは？」と勝手に思っているのではないかと勘ぐってしまいます。



阪神電車・神戸三宮駅、ホームから車両に乗り込む様子（左）と段差・隙間のないことがわかる写真（右）

宮野：田村さんが懸念しているのは、今里筋線の改修が最新なのに、それまでにあった高い水準の段差・隙間を参考にせず、東京で実証実験したデータが示す“この程度を満たせばOK”のようなちょっと低めの水準にされてしまうのではないかと、ということですよね？なし崩し的にクオリ

ティーの低いものを作られてしまうのではないかという危うさを感じているということですよ
ね？

田村：その通りです。この前、大阪メトロの御堂筋線を調べてきました。調査データはそんなに悪くはなく、今里筋線改修後の大阪メトロが、段差・隙間解消に関して手を抜いている感じはなかったのが安心しました。ちなみに調査方法は、介助者に直角定規で段差や隙間の長さを測ってもらい、スマートフォンで記録してもらって、そのデータをLINEで送ってもらうという形をとっています。

調査すると、まだ工事中の駅もありました。気になったところと言えば、西田辺駅の段差と隙間です。ちょっと高さがあります。今後、工事してくれると期待しています。天王寺駅は、工事は終わっていたと思います。段差が3.5cmと結構ありますが、隙間が3cmだから、もしかするとくし状ゴムが設置してあったかもしれないです。なかもず駅は、段差1cmなのに隙間7.5cmもあり、工事が終わっていないか、くし状ゴムが設置されていないと思います。もしくは、工事は終わっているけれど、くし状ゴムが設置されていなかったかもしれません。

田村：本当に調べたかったのは、実はニュートラムです。南港に行く電車です。あれが意外と段差と隙間がなかったようなので、何とか単独乗降できそうだと思っていました。でも実際は、隙間の幅が結構ありました。くし状ゴムを設置したら確実に単独乗降できると思います。

宮野：単独乗降できるかを考えたとき、大阪メトロのまだ改修されていない路線は段差や隙間に問題があるように思うのですがいかがでしょうか？

田村：そうですね。四つ橋線なんかは、まだ改修に着工していません。ホームドアもまだ設置してないし、古い車両が走っています。四つ橋線に走っている車両は20000系です。最新の車両は30000系です。やはり最新の車両であればあるほど低床になっています。これは段差解消を一応意識しての低床だと考えています。一応どの鉄道会社、JRや神戸市営地下鉄であっても最新の車両は低床になっています。

問題なのは、阪急電車のウィキペディアを見ると、「低床車両導入」って書いてあるけれど、実際には低床車両になっていません。

将来は全鉄道会社の全ての車両が低床車両に替わっていくと思います。新型車両になると、段差が解消されていくと思います。

宮野：そこにプラス田村さんの望みとしては、車両出入り口のホームにくし状ゴムを設置すると隙間も埋まっていくはずだから、単独乗降するためにもっと段差解消と隙間を埋めてくれ！って考えておられるのですね。

田村：そうです。スロープでしか電車介助できない状態だと、車椅子の人が増えれば増えるほど、介助者も増やしていく必要があります。人件費ほど高くつくものはありません。そんなことに無駄なお金を使うのだったら、ホームドア設置に使うべきです。設置後は維持費もかかりますが、最初ほどの大きなコストはかからないはずですよ。それよりも、膨大な人件費を払い続けるほうが、鉄道会社的にもデメリットが大きいのではないのでしょうか。



↑ スロープ無し（段差解消）は介助の必要がない

↑ スロープ設置には介助が必要

宮野：全ての電車で単独乗降が実現するには、まだ課題が多いのはわかってきました。その他に鉄道バリアフリーに関して課題はありますか？

田村：大阪や東京であれば、街中を歩いていると車椅子の人と凄くたくさんすれ違いますが、姫路市では、外出して車椅子の人に出会うことはあまりありません。もっと姫路市の街中に車椅子の人たちが出てこられるような環境改善に取り組みたいです。

最近、調査していて気づいたのは、ベビーカーを押す人がすごく増えたことです。駅やデパートであれば、オストメイトはもちろん、赤ちゃんのおむつ交換台やベビーチェアなんかを設置してあるトイレも多いから、小さな子供を連れた女性が出やすい環境ができてきたことの表れですね。今まで外に出づらかった人たちが出られるようになったのはよいことですが、駅のエレベーターでは、ベビーカーと車椅子の人が行列を作るようになってしまいました。高齢者やスーツケースを持った旅行者もいるので、エレベーターが何往復もするのを待たなければいけません。みんなが確実に大きな時間をロスしています。優先的に車椅子に順番を譲ってくれる人もいますが、日本的には先着順という考えが一般的にあるので、車椅子は後回しということもしばしばあります。大阪駅なんてエレベーター待ちに10分近く待つこともあります。やはりニーズに対応してうまく改修してほしいです。車椅子が2台以上か、ベビーカーが数台乗れるような大型エレベーターを設置するべきです。海外はエレベーターが広いのは当たり前ですよ。駅のエレベーターは、乗客がスーツケースを持ち込むことを想定して、一度にたくさんの人に対応できるようにしてあります。日本も多様性に応じた環境整備が必要だと思います。

宮野：今回は多くの質問に答えてくださってありがとうございました。これからも鉄道駅の段差・隙間調査を進めていってください。どこかで大々的な報告会をしたいですね。

田村：全ての鉄道駅で単独乗降できるように活動を続けていきます。駅などで見かけたら気軽に声をかけてほしいですね。

※1 WEB や Instagram に「お散歩マニア」で投稿されている方は、田村さんとは関係ありません。

※2 ホームドアまたはスクリーンドアとは、鉄道駅においてプラットフォームからの転落や列車との接触事故防止などを目的として、線路に面する部分に設置される可動式の開口部を持った仕切り。
(ウィキペディアから引用)

※3 路面電車やバスなどで、床面を低く作り、入り口の段差を小さくして乗降しやすくした車両。

特集

明石市合理的配慮助成制度を活用した店舗事例

米田 進一

2016年に施行された「障害者差別解消法」。未だに民間事業者に対して合理的配慮の提供は「努力義務」に留まっている為、障害のない人と同様のサービスを受ける事が出来ず、諦めなければいけない場面があります。

私が住む明石市は、同年から全国では初となる「明石市障害者に対する配慮を促進し、誰もが安心して暮らせる共生のまちづくり条例」に根拠となる条文を作成しました。これによって民間の事業者や地域の団体が、障害のある人に対して必要となる環境整備に掛かる費用(最大で20万円)を補助する制度を導入しました。

今回、明石市独自の差別解消法における合理的配慮について、助成金を受けた2店舗について検証する為、調査を行いました。諸事情で私は現地を見た訳ではありません。介助者に委ねた調査内容を基にご紹介致します。

○「明石夢工房」西明石店

住所 〒673-0015 兵庫県明石市花園町 3-13

TEL 078-929-1188

営業時間 11:00~21:00(L.O. 20:45)

定休日 火曜日(臨時休業有)



JR西明石駅から東に徒歩で5分移動すると、国道2号線沿いに「明石夢工房」さんがあります。お店の一番人気「福玉」、定番商品でふっくらとした「あかし玉子焼き」、お昼時や夕方に購入客

が多くなるそうです。こちらではポータブルスロープ(以下、スロープ)、筆談ボード、点字メニューの3点を、市の制度で購入されていました。

入口に階段がある為、一見すると車椅子は入店する事が出来ないと思われがちですが、店内で飲食する事も可能です。ドア幅は90cmでした。スロープ板は歩道の一部を占領する為、常時設置している訳では無く、店内へ入退店の際のみ設置してくれます。自力で上れない時は店員さんが手伝ってくれるので、こういった配慮は嬉しいですね。



ポータブルスロープを設置

私の車椅子のサイズを計測した所、全長120cmだったので、それをベースにすると店内は支障無く入れそうで、カウンター席も椅子を避ければ、2台くらいは前向きに入れそうとの事でした。



店内の様子

メニューには点字メニュー表記もあり、視覚障害者にも配慮がされています。店内奥には筆談ボードもあり、コミュニケーションツールとして活用されているとの事です。駐車場は 50 ほど離れた場所にあり、1,000 円以上購入すれば割引券を発行して頂けます。

○「さぶちゃん」

住所 〒674-0067 明石市大久保町 880-1

TEL 078-920-9255

営業時間 月火水金 11:30～21:00

土日祝 11:00～21:00

(L.O 閉店 30 分前)

定休日 木曜日 (現在まん延防措置で休業中)



閑静な住宅地にある「さぶちゃん」

次にご紹介するのは、JR 大久保駅から徒歩 14 分、山陽電鉄 中八木駅から徒歩 16 分、最寄り駅からは少し距離がありますが、閑静な住宅地の中に「さぶちゃん」さんがあります。



入口に設置されているポータブルスロープ

入口にスロープ、対話に必要な筆談ボード、トイレの壁には手すりを設置。ドア幅は 85 cm です。

いずれも制度を利用して購入された物です。



手すりが設置されているトイレ



カウンター席に設置してある筆談ボードとサーキュレーター

店内はテーブル席とカウンター席があり、奥は車椅子スペースとなっていて、テーブルの調整次第では 3 台入れそうとの事でした。お店の売りはやはり明石焼き、個人的に気になるのは「さぶちゃんのおいしい漬け物」。名前が良いですね。

お店の前に駐車場も完備されていて、宅配もやっていると事でした。

今回、営業中でご多忙の中ご協力下さった「明石夢工房」さん。休業中であるにも関わらず調査日に合わせてお店を開けて下さった「さぶちゃん」さん。両店舗ともとても親身にご協力下さり、本当に有り難うございました。

両店舗とも気になる事はさほど見当たらない感じを受けました。あくまでも事例に過ぎませんが、どの店舗でも気兼ねなく利用し易くなる為に、この様な制度が、全国に適用される事を望みます。

明石観光協会に 2 店舗の情報が記載されています。他店情報も、以下の URL でご確認ください。

<https://www.yokoso-akashi.jp/eat?tid=2>

特集

「身近にあるバリアフリー 歩道編」

米田 進一

今回の特集である「身近にあるバリアフリー」という事で、どのような観点で書こうと悩みました。外出するに当たり歩道を利用しますが、実家近くの国道2号線やその周辺、様々な場所で、歩道の広さや段差が目立つ事も多く、この視点で書いてみたいと思います。

まず悪い事例から挙げると、国道2号線は交通量が多いうえ、トラックや重機などの大きな車体とすれ違う事もあり、とても怖い思いをした事があります。交差点によっては写真の様な信号機が設置されている事で歩道の幅が狭くなり、歩行者や自転車がすれ違う時はより慎重に通行しなければなりません。



交差点の写真

以前から利用し辛いと思っている歩道があり、歩道の幅が72cm程しかありません。私の電動車椅子の幅が68cmなので、少しの操作ミスで車輪が傷つき、凹凸などがあれば転倒の危険もあります。



自宅付近の国道2号線沿い 歩道幅72cm

目的地まで、至る所で道を選ばざるを得ない事があります。ガードレールも無く、車道と並行して危険と隣り合わせの場所も多くあります。

傾斜が酷く車椅子が車道を跨ぐ事もあります。某雑居ビルの入り口に下の写真の様なスロープが設置されていましたが、車椅子でなくても上り下りするのは危ないと思いました。



傾斜が凄すぎるスロープ



歩道がゴミ捨て場になっている

歩道がゴミ捨て場になっていて、通行に影響する事があります。必ずしもその歩道を通らなければいけないと言うわけではありませんが、このような場に遭遇すると、憤りを乗り越えて虚しくなります。近隣住民や歩道を利用する方は、誰も気にしないのでしょうか？またはそれに慣れてしまっているのでしょうか？

良い事例もあります。駅周辺になると歩道の幅が90 cm位あり、問題なく通行出来ます。段差も解消され車椅子操作もスムーズです。



某大手スーパー手前歩道幅 90 cm

某大手スーパー前の歩道と車道の段差は2 cm程で、段差のある部分は見受けられません。通行に影響するほどではありません。



消防署周辺歩道（幅の広さ 130 cm以上）

明石市消防署本部周辺の歩道はとても広く、幅も130 cm以上あり、前から歩行者や自転車が来ても問題なく通行する事が出来ます。



傾斜や段差が無い歩道

先程の広い歩道の反対側を見渡すと、一部に段差がある箇所が点在します。車椅子でも衝撃を受けることもあります。このような交差点は全国どこにもありますが、夜間や雨降りなど視界が悪い時など、勢いよく路肩に乗り上げると、事故に繋がりがねません。

段差一つで安全性が大きく違います。誰もが利用する歩道は、生活の中でも欠かせないものです。細心の注意を払いながら使うものではありません。



消防署周辺歩道（段差 3 cm）

近年、明石市は人口増加により、子供や高齢者、障害当事者、ベビーカーやシニアカーといった歩道を利用する人を見る機会がよくあります。

国内にどれだけ「バリアフリーと言える歩道」が点在しているかは不明ですが、その数千倍、いや数万倍以上に「バリアだらけの歩道」は圧倒的に点在しているのではないのでしょうか。

誰もが住みやすい街とは一体どんなものなのでしょうか。そもそも誰もがとよく言われますが、本来誰もとは、そこに住んでいる全ての人だと考えます。老若男女、障害の有無関係無く全ての方が対象だと思います。だとすれば、歩道の幅一つとっても若者だけが満足できるもの、ベビーカーを押すお母さんが求めているもの、車椅子を使用する方が満足できるもの、それぞれ違って来る事があります。

そういった事を全て踏まえた上で「誰も」が住み易くなる為のまちづくりをしていく事。障壁を作らない事（バリアフリー）がとても重要な事であり、本来当たり前の事だと私は考えます。

特集

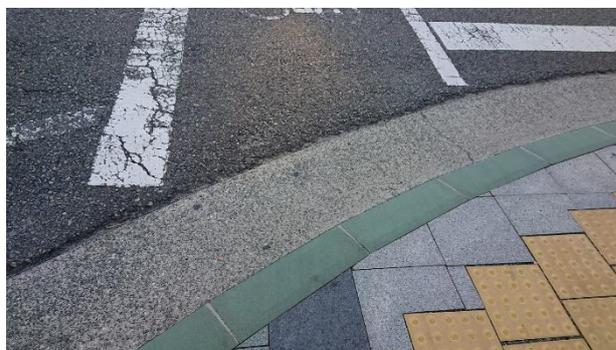
身近なバリアフリー

橋 祐貴

今回の特集は「身近なバリアフリー」をテーマに、私たちの身の回りにあるバリアフリーについて取り上げます。バリアフリーといってもソフト面からハード面まで範囲は幅広く、どの部分を取り上げるのか迷いますが、道路(歩道)について取り上げたいと思います。

車椅子に乗っていると、交差点の段差のがたつきはとても気になります。特にチンコンローラーの電動車椅子の時は、顎や首に衝撃がダイレクトに伝わり、コンローラーから顎が外れて車椅子が止まってしまうことも時々あります。私が住む地区は阪神淡路大震災後に街びらきして歩道も広くて快適ですが、交差点の歩道と車道の間は、現在のバリアフリー規格ができる前に整備されたので段差が大きいと、通行する時の衝撃も大きく、コンローラーが外れてしまうこともあります。後に整備された近隣の交差点は現在のバリアフリー規格で段差が小さく、「自分の地区も早く段差が小さくならないかな」と思っていました。

街びらきから 20 年以上が経って、ようやく地区内の交差点も改良工事が始まりました。段差が縮小した交差点は通行時の衝撃が少なくなり車いすでも快適です。ところが、1 年ほど前に工事が終わったある交差点は、車道のアスファルトとの継ぎ目に小さな段差ができていて、通行する時にガタガタと衝撃を感じます。工事前は段差があることが目に見えていましたが、現在は、ぱっと見ただけでは段差が見えず、段差がないと思いついて通行すると、不意に衝撃が訪れるので危険です。せっかく段差が小さくなったのに、あと一歩が足らなくて残念に思います。すぐ近くの別の交差点も段差のがたつきはありませんが、何カ月かすると歩道のブロックが浮いてきたのか、車椅子や自転車が通る時にガタつくようになりました。埋め立て地で大型車の通行も多い等、理由はあるのかもしれませんが、改善してほしいと思います。



アスファルトとコンクリートの境目に段差が…

工事中の仮舗装もやっかいです。つい最近、最寄り駅へ向かう道でガス管の交換工事が始まりました。歩道にあるガス管を交換するため一部をアスファルトで仮舗装しているのですが、仮舗装の部分が周りよりも少し盛り上がっていて通りにくいです。工事はしばらく続くので、当面は注意が必要です。

遊歩道にあるユニバーサルゲートも車いすには通行しづらい構造物です。最近では電動車いすの操作にも慣れてそれほど苦労しなくなりましたが、初めのころは通過するのに何度も切り返しが必要でかなりの時間がかかりました。バイクの進入を防ぐためだと思いますが、もう少し通行しやすい形状にならないかと通るたびに思います。



遊歩道にあるユニバーサルゲート

今回は道路(歩道)のバリアフリーについて主に取り上げました。誰もが利用しやすい道路になることを期待しています。

特集

交通・建物のバリアフリー調査

伊藤 靖幸

2021年8月29日に「第10回 桂む雀 フレンドシップコンサート」にバリアフリー調査を兼ねて行ってきました。コロナウイルスの事がありますので、行くかどうかは悩みましたが、出来る限りの対策をして行ってきましたので報告します。

会場は篠山市田園交響ホールで最寄り駅が JR 篠山口駅です。調べたところ私の最寄り駅、三田駅から篠山口駅までは難なく行けますが、そこからはバスです。管轄の神姫バス篠山営業所に問い合わせると「2日前に乗る時間を連絡してくれたら大丈夫です」との返答。「ほとんどのバスがノンステップですので大丈夫です」と言っていたので大丈夫だろうと安心していました。しかし、まさかあんなことになるとは…。

さて、いよいよ当日。雨予報もなく、絶好の日です。予定通り、篠山口駅まで行き、バスターミナルに行くバスが待っていました。しかし、あることに気づき「マジかっ」と思いました。それは、歩道と車道に段差が全くありませんでした。バスターミナルで歩道と車道に段差が全くないというのは初めてでした。確かにバスはノ



バスの乗降風景

ンステップでした。が、運転手さんがかけてくれたスロープが短かったため、勾配が大きくなりとても怖かったです。※乗り込む時に前輪が浮きました。

バス停から会場まで行く道中にこんな場所がありました。



歩道と車道の段差

歩道から車道に移動する時に斜めになっているのはよく見るのですが、斜めになっている上に歩道と車道に段差が5cmくらいあり危険でした。大きい電動車椅子のタイヤならなんとか移動できますが、自走・簡易電動車椅子の小さなタイヤでは、移動がかなり危ないと感じました。

何とか田園交響ホールまで行くことは出来ました。田園交響ホールは、バリアフリーで電動車椅子でも問題なく移動することが出来ます。ただ、ホール内は冷房が効いていて、頸髄損傷の身体では寒かったです。冷房対策として上着を持って行くべきでした。

地方で公共交通機関を使う場合、避けて通れないのが本数の問題です。1時間に1本、良くて2本。1日に数本しか走っていないことはよくあります。またワンステップ・ツーステップバスで乗車に難があることも多いです。

日本はまだまだバリアが多く問題になっています。特に地方、この問題は顕著に表れているのではないかと思います。地方のバリア問題は、当事者である我々がもっと声を上げていかないと進まないと感じました。そんな中でも、新幹線に6席分の車椅子用スペースが出来たことは喜ばしいことでした。

特集

身近なバリアフリー

土田 浩敬

1、はじめに

こんにちは。今回の特集は「身近なバリアフリー」ということです。ちなみに私が住んでいる近所には、コンビニ・パン屋・ラーメン屋などの飲食店が色々あって、車椅子で入店出来るところが多いです。中でもコンビニは店内も広くスペースがとられています。商品が見やすく配置されていて、コンビニにしては広い空間のユニバーサルデザインのトイレもあります。そのコンビニの店員さんとも気軽に声を掛け合える仲です。

そんなご近所さんに囲まれている中、私が行く美容室を紹介します。

2、徒歩2分で着く美容室

みなさん頸髄損傷者ということで、髪を切るのに困ったことはありませんか？私の場合も様々なことにおいて困りました。

何に困ったのかというと。

- ・段差なく入店できるか
- ・カット台が（椅子）が移動できるのか
- ・洗髪台が移動できるのか
- ・車椅子でも通っても大丈夫か

これらの問題について困りました。

まずは「段差」。スロープを使うという手もありますが、毎回スロープを使うとなるとしんどいです。スロープが大きければ、持ち運ぶのも大変になります。

そして、「カット台と洗髪台が移動できるのか」に関しては、乗り移るのも大変だし周りのお客さんにも迷惑が掛かりそうなので、これは絶対に抑えておきたいポイントです。

「車椅子で通うこと」に関してですが、以前店員さんに伺ったところ、難色を示されたので諦めた経緯があります。なので、気持ちよく迎え入れてくれる美容室に行きたいです。

これらを踏まえて色々探し回った結果、なんと今住んでいるところから徒歩2分くらいで、通えそうな美容室を発見。店主さんも雰囲気の良い方でした。灯台下暗し、とはまさにこのことです。

今で通い始めて6、7年は経ったと思います。ただ髪を切ってもらっただけではなく、ブリーチやカラーといった、無理難題にいつも答えてもらっています。髪を切ってもらいながら、近況報告や自身の生活について話をしています。

店内も広くバリアフリーなので、恐らくどんな車椅子でも入店可能かと思います。

サービスについては、カット、洗髪はもちろん、カラーリングやパーマ、ブリーチも柔軟に対応してもらえます。

3、まとめ

地域で生活する中で様々な施設にバリアフリーが求められます。これらは、自分が障害者になってから、そして地域で暮らすようになってから、私自身に見えてきた問題です。

初めからバリアフリーになっていればありがたいことですが、稀に段差があった施設にスロープが後から設置されたり、車椅子用にトイレが改修されたりすると、尚のこと嬉しく感じます。それは、私のような車椅子利用者が地域で生活していることに対して、市民の方々に認知してもらっているのだなと感じる瞬間です。

このようにバリアフリーに対する動きが益々増えていくことが私たちをはじめ、高齢者、妊婦の方、子供達が住みやすい街に繋がるのでしょうか。

※今回は写真が無くて申し訳ございません。

特 集

身近なバリアフリー

吉田 一毅

世間一般的なバリアフリーの認識は、バリアといえば物理的な段差、それを解消するスロープはバリアフリーといったところでしょうか？頸髄損傷者にとってはどうでしょう？私も、アクセシビリティ、ユーザビリティといった移動の自由を制限するのがバリアであり、それが解消されていればバリアフリーと理解しています。

世間一般の認識であれ、個人の認識であれ、バリアフリーという概念はバリアの存在が前提なのだろうか？やや腑に落ちないところもありますが、そう理解する方が分かりやすいです。

○バリアフリーは特別か？

例えば、スロープ。階段とは別にスロープが併設されているのをみつけ、スロープはこっちにあったのか…などとホッとしたり分かりにくいなと思ったりした経験、多かれ少なかれあるかと思えます。確かにスロープでバリアは解消されています。しかし、スロープがみつけにくかったり、急であったり長かったりすれば、人によってはフリーという程ではないかもしれません。

もちろん、社会の全てのバリアを完全になくすことは現実的ではありませんし、正解のバリアフリーもないでしょう。しかし、バリアフリーは特別なモノなののでしょうか？

私は個人的には、障害者差別解消法に示されている合理的配慮という概念は、バリア解消に現実的だと思っています。バリアフリーが理想的でなくても、曲がりなりにもバリアフリーが普及するなら良いと思っているからです。まずは、公共の場では、全ての人に、移動の自由が確保されなくてはなりません。使いやすさももちろん重要です。が、まずは、せめて移動不可能を解消できないか？例えば、トイレは多機能になるとともに、広く大きくなっているように思います。最新のトイレは利便性が向上し、良いことだとは思いますが、このまま普及していくのだろうか？と疑問に思う気持ちもあります。

○特別でなく当たり前

バリアフリーを必要とする障害者は、何でもかんでも一方的にバリアフリーであることを求めている訳ではありません。当たり前のはずの移動の自由を得るために、バリアフリーが必要なだけです。もし、ハード面で不足があれば、ソフト面で補うという方法もあると思います。使う人皆が譲り合いの精神を持ち、お互いが少しずつ不便を共有して補い合うことは可能です。

バリアフリーが特別でない社会はきっと、バリアも、そしてバリアフリーのことも、意識する必要がない社会なのでしょう。

○身近にあったバリアフリー

随分前の話ですが、セルフの飲食店でこんなことがありました。学生ヘルパーと2人で食事をし、食事を終えて席を立つ時のことです。トレイを返却しようとして、自分の荷物はどうしよう？席に置いておこうか、後で取りに戻ろうか等と2人で話していると、隣の席で食事の家族さんが、トレイを持って行きましょうか？と声をかけてくださいました。当時の私はそんな経験は初めてで、嬉しいというよりもびっくりしました。こんなことあるのか！と。そして学生ヘルパーは、温かい気持ちになりましたととても嬉しそうでした。

誰もがバリアフリーの必要性を知っていれば、誰かがいるだけでバリアフリーがあるのかもしれない。この時、私は、それまで自分が知らなかっただけで、バリアフリーは身近にあるのだと気付いたのでした。

行事報告

定例会 & 支部間交流会

橋 祐貴

はじめに

11月20日(土)に兵庫頸髄損傷者連絡会の定例会と兵庫・大阪・京都の3支部合同での支部間交流会がオンライン会議システム(zoom)を使って開催されました。同じ関西地方にある支部同士なので、これまでも各支部のイベントに兵庫から参加したり、されたりしていた会員も多かったですが、オンラインで3支部が合同の交流会を開催するのは今回が初めてでした。

兵庫・定例会

13:30 から 14:30 までの始めの1時間は、兵庫支部の 2021 年度の定例会を開催しました。参加者は8人と例年よりも少ない人数でした。

今年度前半の兵庫支部の活動の総括を行い、年度後半に予定されている活動について確認を行いました。コロナ禍で今年度も昨年度に続いて活動のほとんどがオンラインでの開催になり、会員同士が直接顔を合わせる機会のない状態が続いています。その一方で、交流会や学習会をオンラインで開催することで移動の制約がなくなり、これまでは現地へ行くことが難しく参加できなかった人でも自宅から気軽に行事に参加できるようになりました。これから先、コロナが落ち着いても、オンラインでのランチ交流会・おやつ交流会は続けていく予定です。また、来年の支部総会については新型コロナの感染拡大の状況にもよりますが、現地とオンラインのハイブリッド方式での開催も検討することを確認しました(再び感染者数が増えてきたため、オンラインのみの開催になります)。少人数の出席で時間も1時間と駆け足にはなりましたが、2021年度の定例会は終了しました。

支部間交流会

定例会が終了した後、14:30 からは京都支部や大阪支部との3支部合同の支部間交流会が始まりました。今回参加したのは兵庫が8人、京都が5

人、大阪が4人の計17人で、初めてお会いする方も何人かいました。はじめに参加者が順番にそれぞれの簡単な自己紹介を行いました。参加者の中には静岡からの人もいて、移動の必要のないオンラインでの交流会ならではのなと思いました。シェアハウスに住んでいる人、ツインバスケットをしている人、介助者も一緒に乗れる電動車いすの開発をしている人など、様々な人がいるんだと改めて思いました。

今回の交流会では、就労についていろいろな情報も聞くことができました。参加者の中には就労している人も何人かいて、どんな制度を利用しているか等、就労に関する情報交換をしました。私の知らない制度もいくつかあり、とても勉強になりました。例えば、障害者を雇用している企業が使うことのできる障害者介助等助成金という助成制度があるそうですが、制約が多くみんなが利用しやすいものにはまだなっていないそうです。この先、より多くの人を利用しやすい制度に見直されていくことが望まれます。ほかにもいろいろと話題もありましたが、あっという間に時間が流れ、初めての3支部合同の交流会は終了しました。

まとめ

今回の定例会は昨年が続いてオンラインでの開催になり、広報も直前だったため参加者は例年よりも少なめでした。一方で、兵庫・京都・大阪の3支部合同の支部間交流会では、普段見かけない参加者も多く見かけ、オンラインでの交流会を行うことで新たに知り合うことができると改めて感じました。

年末年始あたりから再び感染者数が増えてきていて、今後の会活動に影響があるかもしれません。早く状況が改善して通常の会活動ができるようになることを願うばかりです。

行事報告

忘年会報告

土田 浩敬

1、はじめに

みなさんこんにちは。兵庫頸髄損傷者連絡会の土田浩敬です。新年を迎えていかがお過ごしでしょうか？

毎年恒例のイベントである忘年会は、コロナウイルスの影響を受けて今年も zoom を使ったリモート開催となりました。昨年度に引き続き、2年目ということで、要領も分かって来たことから、雰囲気も昨年度とは違ったものとなりました。

そんな忘年会の様子を、今回報告させていただきます。

2、詳細

開催日：2021年12月19日（日）12:30～15:30

場所：オンライン（zoom）

内容：あいさつ

フリータイム

伊藤靖幸さん Youtube 配信報告

橘祐貴さんスキューバダイビング報告

脳トレクイズ

終わりのあいさつ

3、オンラインで忘年会

今回も昨年度と同様に、コロナウイルスの影響を受けて、忘年会をオンラインで開催することになりました。企画担当者である米田さんも、内容について工夫されていて、充実した忘年会になりました。

今年度の忘年会は、兵庫の会員のみならず、神奈川、東京、大阪と様々な都府県から参加いただきました。参加された各都府県のみなさんから、この1年間の様子をそれぞれ語ってもらいました。1年間の内に、体調を崩された方から良い事があった方、新しい事を始めた方など、みなさん思い思いに報告し合いました。

その中から、伊藤靖幸さんの趣味であったハー

モニカが高じて「YouTube 配信」を始めた報告がありました。あと、橘祐貴さんの「スキューバダイビング」の報告がありました。

どちらの報告からも、二人が趣味を通じてイキイキと地域暮らしを楽しんでいることが垣間見えました。

その後の脳トレクイズでは、これまでとは趣向を変えて、頭を使って楽しめる内容となりました。この年末に、食べて話を聞いているだけではいけませんね。頭を使ってカロリーを消費しなければ、またぷくぷくとお肉が付いてしまいますね。漢字のクイズや熟語のクイズ、漢字を使ったパズルゲームもありました。

参加された方々はみなさん白熱して、ジューツと熱心にパソコンの画面を見つめていたことでしょう。

内容盛り沢山の、今年度の忘年会はあっという間に時間が過ぎて行きました。

4、まとめ

これまでの忘年会は、対面式で行うことが普通だと思っていました。しかし現在では、このコロナウイルスの影響で対面を避けてリモートで行うことが普通となりました。状況が変われば、普通が普通でなくなるということを、身をもって昨年度から体験しています。

ただ昨年度の経験から、今年度の忘年会は情報を共有し、また年忘れにふさわしく余興を通じて楽しい忘年会になったのではと感じました。リモート開催という慣れないながらも、工夫を凝らすことで、画面越しでも楽しめることを知りました。対面式しか知らなかった私たちは、より有益に過ごすことが出来る事を知った、今回の忘年会だったのではと思いました。

行事報告

第3回ランチ交流会

伊藤 靖幸

2021年12月5日、12:30～13:30に第3回ランチ交流会がZOOMで開催されました。このランチ交流会は、コロナウイルスが流行っていて、外出がしにくいいため、少しでも交流が出来るようにと始まりました。今回で3回目になります。

そして、ランチ交流会の当日。12:00前に既に昼食を済ませていました。その理由は、司会を頼まれたからです。あまり、というか司会なんてほとんどしたことがありませんでした。ご飯を食べながら司会なんて失礼かなとか、無言になったら話を振らないといけないとか色々と考えていたら、“先に食べちゃえばいいじゃん”となりました。

さて、12:30。いよいよランチ交流会開始。始まるまで、誰が参加されるのか、何人参加されるのか分からなかったので緊張していましたが、ほとんど知っている方たちで安心しました。とはいえ、全員年齢（多分）も頸損歴（多分）も、司会する僕より先輩です。最近の活動や体調、楽しみなど話を振って答えてもらいました。やはり皆さん、行動範囲は病院と買い物ぐらいしかないという方がほとんどでした。コロナの感染者数が減ってきているとはいえ、絶対にかからないわけではないですからね。全員がこの考えを持っているから外へは出にくいですね。そのおかげか新型コロナウイルス感染者数が大分減ってきましたから皆さん、そろそろ活動し始めようとしていました。神奈川頸髄損傷者連絡会のIさんは絵画を再開しようかなとおっしゃっていましたし、兵庫頸髄損傷者連絡会のTさんも同じく絵画を再開しようかなとおっしゃっていました。

ランチ交流会でも支部間交流会でもそうですが、良いところは相談しやすいということがあります。障害ゆえの悩みはみんな同じです。こういう場だから相談できることがあります。障害ゆ

えの悩み、こういう場でないと相談できない悩みの内容は、便秘で便が出ない事。頸髄損傷は身体の動きもちろんですが、消化器系の動きも悪くなります。こうやって同じ障害ゆえの悩みを相談できることが、交流会の良いところではないでしょうか？



第3回ランチ交流会

会員報告

コロナで自宅療養

橋 祐貴

はじめに

新型コロナウイルスの感染が年末年始あたりから全国的に広がり、兵庫県でも何回目かのまん延防止等重点措置が発令されています。そんな最中に運悪く感染・発症してしまい、10日間の自宅療養を経験しました。今回は、私の経験について報告します。

発症は突然に

私が発症したのは全国頸髄損傷者連絡会主催の「to be yourself～ひとり暮らし」の翌日の1月24日でした。便が近い感じがしていたものの、昼過ぎまでは発熱などの異常はありませんでした。尿量が少ないのが気になりましたが、「飲む量が少ないか便がかなり降りてきているのかな？」とさほど深くは考えていませんでした。

ところが、夕方に体温を測ると何と 38.4 度！急な発熱に「尿路感染かも」と思い、通院先の赤十字病院に事情を説明し、夜間外来を受診しました。このときの体温は 39.1 度。診察室で早速導尿処置をしてもらいましたが、尿は溜まっていたものの尿検査で特に異常は出ず、「熱が出ているので、一応検査はしましょう」と PCR 検査を受け帰宅しました。この時は自分が感染しているとは全く思っておらず、「尿路感染だとまた泌尿器科で膀胱瘻を作ったら？という話しになるだろうな」と憂鬱な気分でした。

まさかの陽性

帰宅して寝る前に解熱剤を飲みましたが、翌日朝の体温は 39.2 度…。昼前に病院から検査結果が陽性だったと連絡があり、利用している訪問介護と訪問リハビリの事業所に訪問をしばらくストップしてもらおうよう連絡をしました。両親のうち、毎朝ごみ出し等で来ていた父が濃厚接触者に認定され、出勤することができなくなったので、当分の間は父1人が在宅勤務の合間に私の介助をすることになりました。

夕方に保健所から「明日から入院できるよう調整している」と連絡があり、夜にパルスオキシメーターと療養中のしおりが自宅に届けられました。対面での受け取りはできないので、一式は玄関ドアにかけてありました。早速血中酸素濃度を測ってみると 98 でした。朝に解熱剤を飲んだからか、このころには体温が 36 度台まで下がりましたが、咳が出るようになってきました。



保健所から貸し出されたパルスオキシメーター

感染者が多すぎて自宅療養に

翌朝、熱はすっかり下がりましたが、咳き込みがだんだんひどくなってきました。昨夜もらった療養者向けの案内には、入院・宿泊療養・自宅療養の3つについて、それぞれの流れが記載されていました。入院とホテルの場合は搬送車か救急車が自宅に迎えに来るので、それまでに持っていくものを準備するようにと書かれていました。高齢者や基礎疾患のある人はホテルでなく原則入院になるそうです。さすがに私は入院になると思いましたが、入院中はほぼ寝たきり状態になることが予想され、「10日間寝たきりだと体力は相当落ちるだろうな」と思いました。

午後に保健所から電話があり現在の体調を伝えると、「感染者が多く、現在の状態では入院の優先順位は低く、在宅での療養になるだろう」と伝えられました。体調が悪化した時にすぐに対応できるのかという不安がある一方で、病院で寝たきりよりも自宅の方が自由に過ごすことができているのかもしれないとも思いました。ただ、へ

ルパーの利用を再開するにも利用している事業所が6つあり、感染させるリスクを下げるためにヘルパーの人数や介護時間を普段より減らすのも、体調が急変した時のことを考えると現実的ではありません。結局父が療養期間中の介助を担うことになりました。私の入院がなくなったため、濃厚接触者の父の待機期間は私の療養期間が終了してからさらに1週間かかることになりました。

咳こみと下痢に悩まされ

自宅療養が確定し、横になっているばかりはしんどいので、なるべく車いすに移乗して普段と同じ生活をするようにしました。体温や血中酸素濃度は正常値でしたが、咳き込みだけはひどくなる一方でした。在宅勤務の父が電話をかけている最中に私が咳き込むと、電話相手に不安を与えてしまうのではないかと思い、気を遣いました。

ところが、月曜日の受診の時に処方された便通を良くする薬が効きすぎたのか、昼頃から下痢になり、薬の量を減らすことにしました。下痢は翌日まで続きました。自宅なので汚れるたびに父にシャワー介助をしてもらえたので、皮膚が荒れることがなかったのは幸いでした。

何かあっても診てもらえないという現実

金曜日になりました。熱はなくても1日中咳き込みが続き、しんどさは変わらず。症状が落ち着いている時に気分転換でパソコン作業をしましたが、集中力が続かずなかなか作業が進みません。

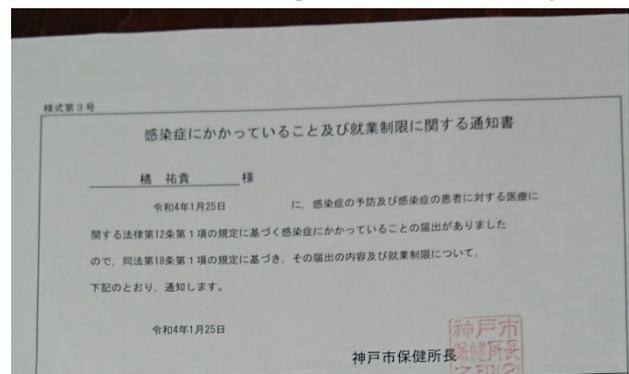
夕方方の排尿時に尿の切れが悪く、尿に薄ら血が混じっていました。下痢を繰り返していたので、尿路感染だろうと思いました。熱が出ていないとはいえ尿路感染は怖いので、保健所に電話で相談することにしました。「通院している病院に今の症状を相談して」とのことだったので赤十字病院に電話をかけましたが、何度かけてもつながりません。しばらくして保健所から電話があり、赤十字病院に確認したら、「発熱しておらず、金曜日の夕方なので週末様子を見てからにしてほしい」と言われたとのことでした。普段であれば「すぐに病院に来なさい」と言われると思いますが、コロナにかかっていると療養期間が明けるまでは診てもらえないということを思い知りました。不安だらけの週末でしたが、その後は尿に濁りはあ

ったものの、血が混じることはありませんでした。

なかなか止まらない咳、そして療養期間終了へ

発症から1週間が経過しました。相変わらず咳き込みが続きうんざりしましたが、それ以外の不調はなく、普段通りの生活パターンで過ごしました。保健所からの健康確認の電話も1日1回必ずありました。これは私が頸髄損傷者で重症化のリスクが高かったからだと思います。

10日間で療養が終了するめどが立ったので、各事業所に金曜日からサービスを再開してもらおうよう連絡を入れましたが、1つの事業所のヘルパーさんが濃厚接触者の濃厚接触者でサービスに入れなくなり、代替りの事業所を探す時間もなかったため金曜日は父が代わりに日中の介助を行うことになりました。そして、10日目の午後に保健所から最後の健康確認の電話があり、長い療養期間が終了しました。後日、区役所から届いた封筒をあけると「感染症にかかっていること及び就業制限に関する通知書」が入っていました。



区役所から届いた通知書

さいごに

まさか自分がコロナに感染するとは思いませんでした。結局感染経路は不明のまま、それだけコロナが蔓延しているのだと思います。また、頸髄損傷者であってもすぐには入院することはできないということもわかりました。幸い私の場合は父が代わりに介助してくれたのでよかったです。介助が必要な人にとって療養中の介助者の確保をどうするのかは考えておいた方がいいと思います。

相変わらずコロナの感染者数は多いままで、周りで感染した人も何人か出てき始めています。重症化しにくいとはいえ、かなりしんどかったです。みなさんも体調には十分気をつけてください。

<行事のお知らせ>

日 時	内 容
3/19(土)13:30～	兵庫・広島交流会(オンライン)
3/26(土)13:30～	第36回リハ工学カンファレンス from 中国・四国支部プレイベント
4/10(日)13:30～	第12回兵庫・支部総会(オンライン)
5/7(土)12:30～	兵庫・ランチ交流会

兵庫・広島交流会

日 時：2022年3月19日(土)13:30～15:30(オンライン開催)
 申込締切：3月17日(木)

兵庫頸髄損傷者連絡会と広島頸損ネットワークきりんの会の交流会を行います。
 堅苦しい事は抜きにして、色々と話し合えたらと思います。

第12回兵庫頸髄損傷者連絡会・支部総会

日 時：2022年4月10日(日)13:30～16:00(オンライン開催)

※出欠はがきは4月7日(木)必着
 当日参加できない場合は委任状を提出してください。

兵庫・ランチ交流会

日 時：2022年5月7日(土)12:30～13:30(オンライン開催)
 申込締切：5月4日(水)

ランチを食べながら気楽に語りあいましょう！

※予定が変更になる場合があります。最新の情報はホームページでご確認ください。

第36回 リハビリテーション工学カンファレンス from 中国・四国支部 プレイベント

2022年
3月26日(土)
13:30~16:30



オンライン開催

テーマ「リハ工学が変える！頭損父ちゃん的生活をまる裸」

リハビリテーション工学が、障害当事者の生活にどのように役立っているか、今大会長の生活を拝見させていただきながらケアの人材不足の将来を踏まえ、今大会のテーマにつながるディスカッションをしたいと思っております！ぜひご参加ください！！

お申込みはサイトからお願いします！
URL <http://www.resja.or.jp/conf-36/>



リハビリテーション工学（障害がある方々の生活を豊かにするための工学的支援技術）に興味を持つさまざまな分野の参加者が集まります。障害のある方の生活を支援する機器や技術について情報交換したり、お互いに、理解できる言葉で納得できるまで討論することを目的に毎年1回開催しています。
当事者、工学、医学、福祉、教育、行政などの関係分野だけでなく、興味がある方はぜひご参加・発表ください！

【お問い合わせ先】
第36回リハビリテーション工学カンファレンス
from中国・四国支部 実行委員会
〒739-2695 広島県広島市黒瀬学園台555-36
広島国際大学リハビリテーション学科3806研究室内
電話：0823-70-4851(代表)
FAX:0823-70-4852
連絡先:conf-36@resja.or.jp

第36回 リハビリテーション工学カンファレンス 中四国 テーマ：リハ工学が変える！住み続けられるまちづくり 開催日：2022年8月20日(土)21(日) オンライン開催

公開スケジュール

演題募集

2022年3月21日(月)~4月22日(金)

抄録登録

2022年5月9日(月)~6月11日(土)

事前申し込み期間

2022年5月9日(月)~8月5日(金)

演題申し込み資格

- ①日本リハビリテーション工学協会正会員
- ②初めて発表する障害当事者およびご家族
- ③学生会員

参加申し込み

- ・参加資格：不問
- ・参加費：①正会員：5,000円
②初めて発表する障害当事者
およびご家族：無料
- ③学生会員：1,000円 ①~③抄録集あり
- ④非会員：5,000円
- ⑤学生非会員：1,000円
- ⑥高校生以下：無料
- ・参加者予定数：200名

兵庫頸髄損傷者連絡会 入会案内

兵庫頸髄損傷者連絡会は、兵庫県及びその近郊に在住する頸髄損傷者（以下、「頸損者」と略す）及びそれに準ずる肢体不自由者の生活を明るく豊かなものにするために、日常的な、しかし最も基本的な「介助」や「移動手段の確保」といった問題を出発点として、重度身障者がこの社会の中で、いかにすれば自立性を失わない、真に人間的な生活を送れるかについて、会員及びそれを取りまく人々と共に考え、実現することを目的とし達成する為に次の事業をおこなっています。

(1) 頸損者の生活条件整備のための広範な活動

- ・自治体などの要望活動
- ・街づくりや公共交通機関などの調査
- ・生活関連情報の収集研究
- ・宿泊訓練
- ・その他学習会や交流会

(2) 機関誌の発行、必要文献の提供

- ・「頸損だより」「事務局通信」の発行
- ・ビデオや文献の貸し出し、配布

(3) 交流を深めるための集い、レクリエーション

- ・街に出よう
- ・運動会
- ・忘年会
- ・その他、見学会、交流会

本会の会員は

- ・兵庫県に在住、または県外在住でも入会をされた頸損者（正会員）
 - ・会の活動を手伝ってくださる方々（協力会員、ボランティア）
 - ・それ以外の地域在住で機関誌の購読を希望する方々（購読会員）
- などで構成されています。また、本会正会員になることで自動的に全国頸髄損傷者連絡会（本部：東京）の会員になります。

※入会、協力、購読を希望の方は、下記事務局までお問い合わせください。
入会申込書をFAXか郵送いたします。ホームページからの入会も可能です。

★カンパも受け付けています★ 兵庫頸髄損傷者連絡会の活動に是非ご協力ください。

振込先

郵便振替口座：00990—8—265974

口座振込名義：「兵庫頸髄損傷者連絡会」

ゆうちょ銀行 ○九九店 当座預金 口座番号0265974

振込名義：ヒョウゴケイズイソンシヨウシヤレンラクカイ

三菱UFJ銀行 明石支店 普通預金 口座番号4787703

振込名義：兵庫頸髄損傷者連絡会 会長 三戸呂克美

兵庫頸髄損傷者連絡会 事務局

〒669-1546 兵庫県三田市弥生が丘1丁目1番地の1 フローラ 88 305B

特定非営利活動法人ぼしぶる内

TEL 079-555-6229 FAX 079-553-6401

E-mail : hkeison@yahoo.co.jp HP : <http://hkeison.net/>

頸髄損傷って何？

人間の身体には、首から腰の辺りにかけて背骨といわれる太い骨があります。その背骨の中には「脊髄(せきずい)」と呼ばれる太い神経の束が通っていて、この脊髄は手や足を動かして運動したり、「暑い・寒い」や「痛い」などを感じたりする神経などがたくさん集まっており、すべて脳につながっています。この神経はとても大事なもので、1本でも切れたりすると手が動かなくなったり、足が動かなくなったりします。中でも脳に最も近い部分の神経のことを「頸髄(けいずい)」と呼び、その神経を損傷してしまうことを「頸髄損傷」と呼びます。その頸髄神経が切れてしまうと人間の体は大変なことになります。体が動かないことに加えて、温度を感じることができなくなり「暑い」「寒い」がわからなくなって「体温調節」をすることができなくなります。汗もかかなくなり、体の中に熱がこもります。痛みなども感じなくなるので、ジッとしていると体の一部が圧迫され、その部分に「褥創(じょくそう)」と呼ばれる、皮膚や肉が死んで穴が空く状態になり、放っておくと死に至る可能性もあります。

そして、頸髄損傷には損傷を受けた部位によって「やれること」「動く部分」の範囲が変わってくるという特長があります。首から下が動かない人もいれば、車椅子を自分でこぐことができる人もいます。自動車を運転できる人までいるんです。頸髄損傷といってもその症状は千差万別で、“全く同じ状態の人”を探すのは困難なのです。

もし今後、頸髄損傷の人の介助をすることがあったなら、まずその人に身体の状態を聞いてみてから、適切な介助を心懸けることが望まれます。まずは聞くことが第一です。大抵の人は身体の状態を教えてくださいますよ。

～編集後記～

本誌の編集作業を始めようとしたタイミングで新型コロナウイルスに感染してしまい、編集作業を予定通りに進めることができず発行が遅れてしまいました。まだまだ感染の流行が続いています。みなさんも体調には気をつけてください。

今号の特集は「身近なバリアフリー」をテーマに、身の回りにある様々なバリアフリーについて、それぞれの視点から執筆してもらいました。バリアフリーについてあらためて考えてみるきっかけになれば幸いです。(Y. T)

個人情報保護についての当会の方針

当会では、会員の皆様の個人情報の取り扱いにあたりましては、個人情報が個人の人格尊重の理念の下に慎重に取り扱われるべきものであることに鑑み、権利利益を保護するために、最善の配慮を行っております。

『縦横夢人』2022 冬号 (NO.35)

2022.3.7

編 集 者：兵庫頸髄損傷者連絡会

編集責任者：兵庫頸髄損傷者連絡会 機関誌担当 橋祐貴

本 部：〒669-1546 兵庫県三田市弥生が丘 1 丁目 1 番地の 1

フローラ 88 305B 特定非営利活動法人ほしふる内

TEL：079-555-6229 FAX：079-553-6401