

「HSK 季刊わたぼうし」 第52号

発行者:わたぼうし連絡会

発行日:2000年(平成12年) 12月10日'00 秋号

第52号のテーマ 「私の介護体験 II」

千鳥足 車がよける夜の国道

比呂雪



この機関紙は障害のある人、ない人が自由に考えを出し合い、主義・主張を越えて、お互いを理解し合う中から共に生きる豊かな社会を作っていくことを目的として発行しています。

テーマ 「私の介護体験 II」

今回の内容について

「HSK季刊わたぼうし」編集者

介護保険がスタートし、半年が経過しました。この10月より65歳以上の高齢者への介護保険料の徴収も始まり、各地でトラブルが相次いでいます。

この介護保険の声を伝えたいと思い、投稿の依頼をしておりますが、まだ入手できておりません。もう少し、お待ち下さい。

さて、今回は父の介護体験の宮本さん、二人の筋ジストロフィー症の子供さんを家族で育てているお母さんの素晴らしい体験談をいただきましたので、お読みいただき、感想をいただければうれしく思います。

私の介護論・実習体験

ひまわり号ボランティア

私は今年の8月にホームヘルパー2級の研修を終了し、ヘルパーとして働き始めたところです。やはり、研修とは違い戸惑ってばかりで、もう不安で一杯です。でも、そんな中でも、私が行かせていただいているお宅はどの方も良い方たちで、いろんなお話を聞かせてもらい、楽しませていただいて、反対に元気を分けてもらっています。

介護をする時は、自分がその方の立場になって思うのですが、いざ、お世話をする時、例えば寝たきりの方で「起こして欲しい。」と言われ、その方の一番楽な起こし方をするにはと行動すると、なかなかうまくいかないのです。周りの方からは「やはり経験を積んでいかないと。」と言われていきます。

それと、慣れだした頃から自分が我が出たり、「時間がないので、済ませることだけ済ませたらそれで良い。」と思ってしまうがちになる場合もあるので、気を付けるようにと言われました。

私自身今は必死でやっていますが、慣れ出すと疲れが出たり、人間関係で悩む場合もあるかも知れません。そんな時でもやはり、人をいたわる気持ち、そして、自分自身が相手の立場に立って、物事を考えられるように頑張りたいです。そして、そんな人たちと共に接し、共に働けるようになりたいですし、自分もそんな人たちに近づけるように、自分を磨き自分に負けないように頑張っています。

私の介護体験

地域住民・主婦、元病院勤務

先日、編集委員の方より「私の介護体験」を依頼され、快く引き受けましたが、いざペンを取りますと、これが介護体験と言えるかどうか戸惑っています。

私は、長い間病院勤めをしておりました。その時、介護の実習を習うことができました。食事介助、排泄介助、入浴介助、シーツ交換や衣類の着脱、ベットから車いすへの移動とある程度の介護に関する知識を習いました。

食事介助の時には、常に食事の内容を告げ、患者さんの表情を見ながら、スプーンでちょうど良い時を見計らって口の中に入れます。口の中へ入れるときも一度に多く入れるのではなく、食べやすい量をスプーンに取って口元へもっていきます。色々と話しかけによって患者さんの食事を楽しくさせ、患者さんが出された食事を全部食べて下さると、介護者の大きな喜びとなります。

患者さんに常に声をかけ、「おはようございます。今日は良いお天気ですね。身体の具合はいかがですか。」とか「外のお花がきれいですね。」とか「今日は外の風が涼しそうですね。」と色々話しかけることによって、患者さんの心も和み、返答して下さる方も出てきます。またベットから車いすへの移動の仕方も、コツさえ知るとあまり体重をかけずに簡単に移動できることも知りました。

入浴介助の時は肘で適温を知ることや、患者さんの運搬方法、ベットのシーツ交換などを知ることができ、私は病院に勤めていたおかげで介護のことが知ることができ、私はその当時より退職したら、是非ボランティアで福祉のお役に立ちたいと決心しておりました。

ところが2年前に難病にかかり、退職せざるを得なくなりました。その頃はまだ力がありましたので、ちょうど病気になりました父の介護をすることができ、病院で習った介護の仕方がとても役に立ちました。

父は足が悪く歩行に支障をきたすようになり、本の好きな父は家に閉じこもり、本と猫を相手に、母は仕事のため日中は父が一人でおりました。父は最初、痴呆症になったのかと思う程物忘れがひどく、私が最初に父の家を訪れたときは「どなた様ですか」と私をすっかり忘れ、ご近所の奥さんと間違えておりましたが、1週間続けて通い、いろいろ家事や洗濯、食事などの世話をしているうちに、私のことが解り私の名前と呼ぶようになりました。

その時、私は年老いた人、特に体が弱く病気の人は社会との交流がなく、独りぼっちでいると痴呆になるのではないかしらと、父を通して思わされました。常に話しかけ、何度でも話を聞いてあげることの大切さを知りました。また、高齢のため、尿を漏らすこともありました。これは漏らすのではなく、トイレをした後に残尿が出るのです。私は汚れる度に、父が気兼ねしないように「これは病気だからね」と言って取り替えました。

父はまだ、つかまり歩きができましたから、お風呂の大好きな父の両手を持ってお風呂場まで行き、お風呂の中で父はご機嫌に昔の軍歌を歌っていました。生まじめな父は流行歌をあまり知りませんでした。

ドライブの好きな父に、外の景色を見ることも痴呆に良いかと思い、よくドライブに連れ出しました。長い間、輪島に勤務していたので輪島まで行くと外を眺めていた父は「わ

しはこの辺を知っている」と懐かしそうに言っていました。父の痴呆はこの頃から完全にもとの父に戻ったようです。父はこのドライブの1ヶ月半後に、胆管癌で亡くなりましたが、そんなことを知らないでドライブに連れ出し、父はさぞ苦しかったのではないかと思いましたが、父が痛いとも苦しいとも一言も言わなかったので、気が付きませんでした。でも父とドライブが出来たこと、また、私が病気になって退職し、父の介護が出来たことを感謝しております。

介護にもいろいろありますが、介護は相手の方に対して心から愛をもって接しなければ長続きは出来ないし、また、大変労力と忍耐のいる仕事です。みんなが協力し合っていかなければならないお仕事です。だんだん高齢化が進む中で、これからの若い人たちも一人ひとりが自分たちにもこういう時代が来るということを認識して、介護に取り組み、次の世代に伝えていくことが出来れば、どんなにか素晴らしいことでしょう。

介護の現場を語る

進行性筋ジストロフィー症児(者)の介護

地域住民・主婦

進行性筋ジストロフィー症と一口に言っても、その症状はさまざまです。発症してしまえば筋力の低下、萎縮、消失が、全身ストレッチ運動、リハビリをいかに続けようとも進行していきます。大別して8種類の病型があり、発症年齢、進行の度合い、速度、発症部位の違い、筋萎縮していく順序の違い、予後（治療後の経過）の善し悪しなどすべてが違います。家の子供たちは一般的に発症頻度が高く、進行が早く20才ぐらいで亡くなるケースの多い、デュージェンヌ型です。したがって介護も病気の進行と共に変化していくので、いくつかの段階に分けて書いてみたいと思います。



この病気の方は幼少の頃から専門病院に入院し、そこを生活の場として成長していく人がほとんどですが、私たち一家は家族で見守り、地域の幼稚園、学校で、近所の友だちの中で普通の生活をさせたくて、今までやってきているので、家庭での介護という場合として受け止めてもらえば良いかなあとと思います。

1. 発症から幼稚園、小学校低学年

発症したのは、長男が3才の時で、ある日突然、ひざからくずおれるように"ペタン"と立てなくなり、このまま歩けなくなるのではと恐怖心に近い不安で一杯になりました。入院検査の結果は数日安静にして、おかげで筋肉の疲労がなくなり、一まずは歩けるようになったのですが、病気の方は進行性筋ジストロフィー症のデュージェンヌ型であると告知されました。まだ治療方法がなく、当時の医療では『成人するまで生きられるかどうか解らない。体をできるだけ動かすこと、筋肉の元になる良質タンパク質やミネラル、ビタミン等を多く与え、明るく希望を持って生活させてあげてください』とアドバイスを受けた以外



は、治療は受けていません。

そしてこの病気の専門病院、国立療養所医王病院があり、多くの看児が入院し、隣接の養護学校で学んでいることを教えられ、また、「一度見学に行かれたら」と勧められたのでした。そして、子供を連れ見学に行きましたが、入浴、排泄、食事のすべてが集団でプライバシーがほとんどないように感じられ、治療法がないのに小さいときから親元を離れ、集団生活することにその必要性が全然ないと思い、子供たちは家庭で、地域で、他の子供たちと一緒に幼稚園、学校に進ませてやりたいという思いで、今日まで親子で頑張ってきました。

幼稚園の頃は、まだそんなに症状は進んでいなく、少し運動能力が落ちているぐらいで介護はほとんどいりませんでした。転びやすかったり、高い段差に登りにくかったりしましたが、ジャングルジムに登ったり、自転車を乗り回したり、遠くまで遊びに行ったりしていたので、帰りが遅いと事故が気になり、ハラハラしながら待っていたり、探しに出ることも多かったです。それからできるだけ自主的に体を動かし、筋肉を維持できるように休日もいろんなところに出かけました。幼稚園の遠足、運動会、発表会などの行事も先生方の手助けや周りの方の温かい目に見守られて、他の園児と共に楽しく参加しました。

小学校は地域の森山小学校に入学することができました。担任の先生が病名を知り、不安がられて養護学校への転校を勧められました。話し合っ理解してもらい、体育の授業の時だけ、もし、「危険な場面が想定されるときは見学にしてもらいますから。」との先生の申し出を受け入れ、後は他の生徒と同じようにお願いします。ということで新1年生としての生活が始められました。幸い、学校が自宅から近かったので、この頃はまだ、一人で登下校をしていました。

ただ、年に1～2回町会別に1年生から6年生までのグループでの縦割り遠足があり、毎回、近くの山(卯辰山)に出かけるので、その時は付き添っていたのですが、何度も転ぶので起こして、グループに会わせて歩かせるのは大変でした。でも、歩くのはリハビリになるし、ずっと休まずに参加させました。

毎日の学校生活は本人が明るい子だったのでお友だちも多く、また大変頑張り屋で階段を上がるのは大変だったのですが、自力でやっていました。家で気を付けていたのは、疲れを後に残さないように足のマッサージをしたり、手足が冷えやすいのでお湯で温めたりしました。学年遠足は毎月ぐらいあったので、遠足の日には帰宅後すぐにお風呂に入れ、体の疲れをとり、傷口(よく転ぶので)をきれいにし、薬を塗ることが多かったです。(学年の遠足は、先生が気をつけて見て下さるので、本人のみで参加しました。)



精神的には、何事にも意欲をなくさないように、体を動かすことを嫌がらないように、自信をなくさないように、褒めたり励ましたり、また、楽しい体験をより多く持つように努めました。

～続く～

私のホームページ

(有) スキャンエイド ジャパン

<http://www1.ocn.ne.jp/~scanaid/index.html>

お断り

ここに掲載されているものは、すべてホームページよりの転載ですが、先日、青山彩光苑での試乗会のおりに、スキャンエイドジャパン様より転載許可をいただいております。

会社紹介

代表取締役：慶松 光太郎
創 業：平成11年7月
所 在 地：石川県金沢市笠舞3-20-28
郵便番号：920-0965
電 話：076-232-7256
F A X：076-232-7257

業務内容

当社はデンマークの車いすを中心にその他福祉機器の輸入および販売を行っております。デンマーク R-able2社の日本輸入総代理店

Comfortable Life

車いすを利用される方の多くは不便さを克服して生活しています。

もっと快適に、もっと積極的に生活をエンジョイして頂きたい。当社はそう考えて、デンマークよりコンフォートタイプと言われる車いすを輸入しています。高級なソファに腰掛けるように、車いすに座っていただきたい。「座る」という事を第一の基本としてこの車いすは制作されました。

コンフォートタイプ車いすは、主に障害の程度が重い方や、長期療養の方の為に開発されました。長時間を車いすの上で過ごして頂けるようにチルトおよびリクライニング機能や優れたシーティングシステムを搭載する事により、快適でリラックスした時間を過ごすことができるようになっています。

チンコントロールシステム

ジョイスティックを顎によって操作し、ドライブや姿勢の制御（チルト・リクライニング・レッグレストの操作）が可能です。頸椎損傷などジョイスティックの操作を手で行えない方に有効です。

（モード切替、電源のオンオフに別途スイッチが必要）



フットコントロールシステム

フットスイッチの操作により、ドライブや姿勢の制御が可能です。スイッチはスムーズに回転しますので前進からの旋回も可能です。

(システムの構成によってはモード切替に別途スイッチが必要な場合があります。電源のオンオフには別途スイッチが必要)



ウェーハースイッチ

前後左右の矢印の付いたスイッチです。進みたい方向のスイッチを押すことによってドライブ操作が可能です。また、姿勢制御も可能。スイッチの同時押しにより前進しながらの旋回も可能です。

(電源オンオフの為にスイッチが別途必要な場合があります。)

シップアンドパフコントローラー

呼気、吸気を2段階に使い分けることでドライブおよび姿勢制御を行う事が出来ます。利用される方の肺活量に応じてセッティングを行います。

(電源のオンオフの為に別途スイッチが必要)



スキャナーコントローラー

プッシュボタン1個の操作でドライブおよび姿勢制御が可能。ディスプレイ(写真参照)の表示を参考に操作します。指先のほんの少しの動きがあれば利用可能です。

(電源オンオフの為に別途スイッチが必要)



編集者より

この電動車いすを友人からのメールで知り、偶然にも青山彩光苑において、展示会が行われましたので、承諾を得て掲載しました。

さて、この電動車いすの最大の特徴は、脊髄損傷、頸椎損傷の方々の褥創のため長時間乗ってといういられない悩みを解決してくれます。そのため、行動範囲も広がってくると思います。もっと詳しい情報は、ホームページをご覧ください。

また、今年度より市町村が実施している補装具として給付が可能となったそうです。

なお、上記制度を利用しないで購入の場合は、一般の電動車いすよりも高価であることをご承知下さい。

みんなの広場

青山彩光苑「ワークセンター田鶴浜」3周年記念・淡路花博研修の旅

「ワークセンター田鶴浜」利用者

去る6月21日(水)早朝、私たち一行32名は、心はやるなかトラベルバスにて、一路淡路の花博会場を目指して出発した。



一昨年、昨年と県内研修で、それなりのことを学んできた私たちではありますが、ワークセンターもスタートしてから早3年を迎え、今年は皆で行ったことのない所へ遠征したいということで一泊どまりの県外の旅は、めでたく実現の運びとなりました。

目的地に向かってひたすら走るバスの中では、一人一人が緊張した面持ちで？ 3周年に当たって、自分自身の今後の在り方や夢、希望などを語ると共に心の内をしたためた記念の色紙に精一杯の『自分』をアピールしていたようだ。

バスは高速から高速を乗り継ぎ、途中訪ねることになっている大阪高槻市にある(重度障害者多数雇用事業所)関電エルハートや神戸北野工房異人館を廻り神戸の宿泊ホテルに落ち着く。

いよいよ翌朝、ホテル前よりバスは出発、前日の小雨もすっかり上がり、暑くなりそうな予感がする淡路の花博会場に到着。『ジャパンフローラ2000』の会場は、まさしく偉大なるコミュニケーションホール、平日というのに人の多さと広さには、ただただ圧倒される。



まずは何処から、見学しようか迷ったが、その悩みは皆も同じだったようで、一番手前から見て行こうということで「花の館」に決定。入り口ゲートをくぐってから外へ出るまで、見たごともない世界中の草花の華麗さに、すっかり魅せられました。

それにしても天気が良くなったお陰で、非情に暑く、予想は的中。どこか涼しそうな処はということで、映画館へ入ると、程良い冷房が効いてとても気持ちよい。

3D画像で見る短編映画なので、特殊メガネが一人ずつに渡され、この中にいる人全員がこのメガネをかけているさまを想像して少し笑えたが、その暇も与えずに目に飛び込んできたその画像とは、人形の『ウイリアムテノレ』の手から放された弓矢が、ものすごい勢いで観ている自分めがけて飛んできたり、はたまた大空高く舞うアンティークな飛行機に自分が乗って飛んでいるような錯覚を覚え、また広大な大空から、アッという間もなく辺り一面ヒマワリ畑の真ん中へまっさかさまに投げ出され、思わずワーツと周りからも声が出そうなことの連続でした。

そこが終わって、外に出ると又暑さが、ぶり返すもせっかくここまで来たのだから時間の許される限りあちこち見て廻らなければ、もう二度と来れないという思いが重い足を前へ前へと進める。

先には世界各国独自の建築物とその地の草花が、一棟一棟続いている。花ばかり見飽き



ないかという人がいるとしたら、その人は悲しい人だ。私は、ちなみに男だが花を眺めるにそれが一日であれ、一週間であれ、綺麗なものには飽きない。

「世界最大級の花ラフレシア」あり「夢舞台温室」に「虹の花壇」「緑と都市(まち)の館」やアミューズメントパーク、場内を乗って遊覧できる「ユメハッチー号」で回ればまだまだ行けそうな感じもしたが、我々が全部見て廻るにはとても一日では無理があるようだ。

何はともあれ、よく歩いた。そして思ったことは、どこまで行けどもきれいな花が続いたり、パビリオンの中で紹介していたあの恐ろしい《大震災》の爪痕はもうどこにも見当たらない、ということだった。

特定非営利活動法人「オリーブの会」

地域住民・「オリーブの会」代表

平和と憩いを象徴する「オリーブの木」からオリーブという名をいただき、生まれた「オリーブの会」も、丸2年経ちました。「できることを、できる人が、できる時に、できるだけ、やりたいことを、やりたい人が、やりたい時に、やりたいだけ」と活動を続ける中で、様々なことを学びました。

たくさんの方との出逢いと、たくさんの方の壁にぶつかる中で、このNPO法人となったことは、私たち自身の支えになっています。個人登録ボランティアから法人になったからといって、私たちの活動内容に変わりはありません。

ただ、私たちが考え、私たちが決めたことを、私たちの責任において、皆さんと話し合っていけるということで、今まで以上に責任を感じています。

法人となってから、現在まで相談を受けるだけということも、何件かありましたが、他の機関を紹介できたり、結果として相談者が納得していただけたことを、とてもうれしく思っています。これも、日々の活動はもちろんのこと、更なるネットワークを自慢のネットワークの軽さで広げていきたいと思っています。

最後にお知らせさせて下さい。10月からラジオ七尾にて毎週木曜日の12:20～12:30「峠の茶屋」という番組がスタートしています。皆さんとオリーブの会をつなぐ、一つのきっかけになってもらえたらと思いますし、皆さんと一緒に楽しいひとときを創っていききたいと思っています。素敵なエピソードなどを添えて是非、オリーブの会までお寄せ下さい。

きらりんピック富山

障害者支援施設 利用者・編集委員

平成3年に行われた「ほほえみの石川大会」から早9年がたった10月28日(土)に、再び北陸の地にあの感動が帰って来ました。

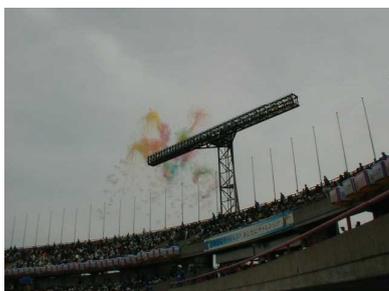
北日本放送の午後のラジオ番組「相本商店」の相本アナウンサーと武道アナウンサーの司会によるオープニングショーが始まり、越中富山の代表的な民謡「越中おはら節」「こきりこ節」の踊りは、県民総出で全国からの選手入場を待ちわびていました。私は毎日、ラジオを聴いているので二人の姿を見ることができてうれしかったです。MROよりKNBが大好き人間です。

オープニングショーが終了し、花火が打ち上がり、会場が静まり、皇太子殿下夫妻が臨席し、開会式が始まりました。役員、選手入場が北は札幌市、北海道から入場行進が始まりました。ここで一つ発見しました。今までは、選手団は都道府県だけだと思っていましたが、大都市は市単位で出場することを知りました。

さて、いよいよ石川県選手団です。私は寒さの中、同級生が結団式のニュースに出たので、探していました。でも、見つけることができず残念でした。入場行進がすむと、厚生大臣、中沖富山県知事、大会関係者の方々の手話を使っの挨拶が続き、皇太子殿下のお言葉は、シドニーパラリンピックの感動など、一つ一つのお言葉に心を打たれるものがありました。炬火の点火、選手宣誓が続き、パラリンピック賛歌、国歌斉唱などで開会式が終了しました。

二部は富山県内の養護学校、ろう学校、盲学校の生徒によるマスゲームです。重い障害児も先生方の応援によって、越中富山の四季を演技していました。私も来年から電動車いすで県大会に出場して、国体に出たいと思いますが、寒さに勝つことが第一だと思います。とにかく、寒かった一日でした。

さて、全国身体障害者スポーツ大会はこの「きらりんピック富山」で最終回です。来年の宮城大会からは精神障害者のスポーツ大会と合同になって「全国障害者スポーツ大会」と変わり、大会期間も2日から3日間となります。



－開幕の花火の打ち上げ－



－皇太子殿下ご夫妻、競技のご視察－



－養護学校生徒による集団演技－



－石川県選手団の堂々の入場行進－

マイ・ブックスルーム

二十三年介護

ねじめ 正一 著 発行所:新潮社 定価:本体1,300円+税

ねじめ正一さんの父、正也さんは、脳溢血で2度倒れている。その妻、ねじめ正一さんの母の病院での看病、家庭復帰をしてからの生活の様子。再発し、寝たきり状態になり、病院から家庭に戻ってからの妻として、家業の画廊の店番をしながら、夫の趣味である俳句と介護日誌をまとめた一冊です。

MROラジオ「秋山ちえ子の談話室」でも紹介されました。

編集後記

異常な暑さだった今年の夏はいかがでしたか。

さて、この夏よりインターネットが本格的にできるようになり、「HSK季刊わたぼうし」の51号を公開しております。今後、機関紙にはない福祉情報も増やしていく予定です。皆様のアクセスとメールによるご意見をお待ちしています。

<http://www3.nsknet.or.jp/~petero/>

「ぜんちゃんの部屋」でお待ちしています。(Z.0)

川柳裏表紙

千鳥足 車がよける 夜の国道 (みち)

『車いす』の句が2回続いたので、今回は人間様の『ちどり足』。左右の足を踏み違えて歩む千鳥のような足はこび、つまり、酒に酔っている人が真夜中の国道を、大声をあげながらふらふら歩いている様子。その酔人を車がスピードを落として、よけて走り去って行った。「オーイこの野郎> この道は俺のものだゾ、バカ野郎>」私宅の前が国道なのでこのようなことがたまに見られる。川柳ならではのユーモアたっぷり……(比)