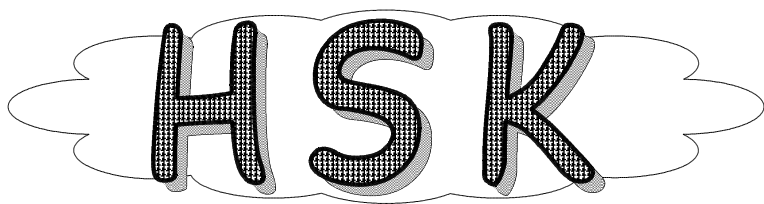


一九九四年八月四日 第三種郵便承認

HSK 毎月十二回 (一・三・五・八・十・十三・十五・十八・二十・二十三・二十五・二十八日) 発行



季刊わたぼうし

NO.92
'12 夏

七尾市コミュニティバス
「ぐるっと7」で巡る七尾の旅 2012 ③

今回の目次

※シリーズ・七尾市コミュニティバス「ぐるっと7」で 巡る七尾の旅 2012 ③	
・プロローグ(前置き)	2
・① 「ぐるっと7」小丸山台1丁目	3
・七尾市小丸山台2丁目から1丁目を歩く	4
・七尾市・小丸山南交差点	5
・お世話になっているオークス「あっぷる」	5
※「脳性麻痺者の二次障害(頸椎症)」 について語ろう会 V	
・「脳性麻痺者の二次障害(頸椎症)」 について語ろう会・座談会 II	7
※特別投稿・東日本大震災の被災地視察	10
※地域とのつながり	
・三室千寿子 大積みどり二人展	12
※編集後記	12

命ら受

ナースも真剣

任せてね

千寿子



おたしこ
ナース

この機関紙は障がいのある人、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。

七尾市コミュニティバス 「ぐるっと7」で巡る七尾の旅 2012 ③

○コミュニティバス「ぐるっと7」を使って七尾の名所散策・人との出会いを求めて。昨年は「ぐるっと7」で青山彩光苑から松百新町まで歩きましたが、今年には松百新町から小丸山台1丁目を予定しています。

プロローグ(前置き)

「ぐるっと7・西回りコース」は「2001年青山彩光苑障害者週間」の企画で「七尾市に車いすで乗車できるバス『まりん号』を彩光苑へ」を合い言葉に運動、署名活動を行い、夢を実現させたものです。

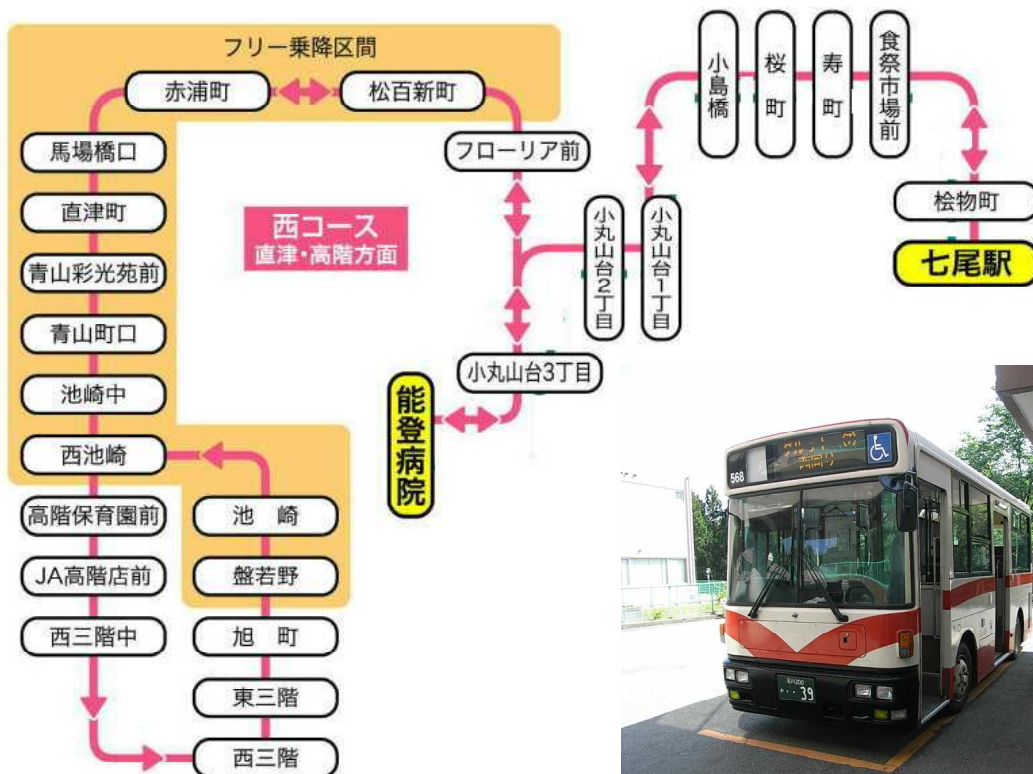
この署名活動は、車いす生活者だけではなく、高階・直津・赤浦地区の住民や、小丸山小学校に通学する児童の足の確保のためにも皆が力を合わせ行いました。青山彩光苑の利用

者・職員・地域住民・地元選出の市議会議員などが参加し、武元七尾市長に車いすが乗車できるコミュニティバス運行の陳情をしました。

その運動の成果が実り、2002年11月より七尾駅から恵寿総合病院・公立能登総合病院・青山彩光苑を経由し高階地区を結び、車いす2台が乗車できるコミュニティバスの運行が開始しました。

今後、青山彩光苑～七尾駅の停留所を数年かけてデジカメで撮影し、観光やバリアフリー状況を取材して報告したいと思います。

ぐるっと7路線図(取材は西コース青山彩光苑～七尾駅)



(バス路線図提供：七尾市)

前号からの続き↓

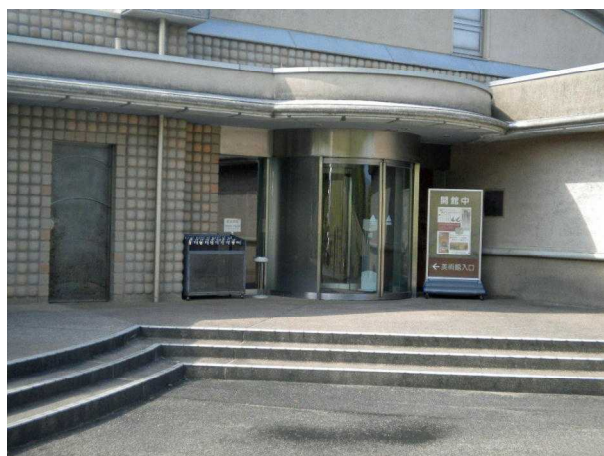
①「ぐるっと7」小丸山台1丁目



七尾市小丸山台1丁目バス停



←至田鶴浜 至JR七尾駅→

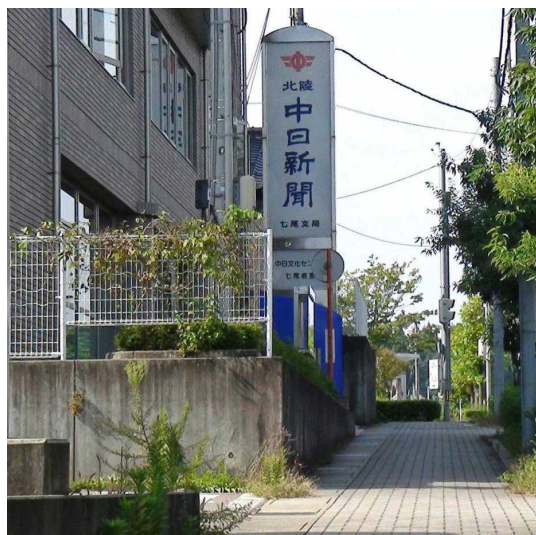


石川県七尾美術館 正面玄関

小丸山台1丁目バス停は石川県七尾美術館の前にあります。(県七尾美術館につきましては、次号で詳しく報告します。)



小丸山台から見える恵寿総合病院。編集者がお世話になっている病院です。



「北陸中日新聞」七尾支局



青山彩光苑に行事・イベントがあると取材に来て、地域の方に報道して下さいます。ありがとうございます。

七尾市小丸山台2丁目~1丁目を歩く



地域で見つけた。七尾市吉田にある「青山彩光苑ワークセンター田鶴浜」の商品であるベゴニアが七尾の街を飾っています。



七尾市・小丸山小学校の校舎



七尾市・小丸山小学校体育館

七尾市直津、赤浦、松百の児童は「ぐるっと7」を利用して毎日、小丸山小学校に通学しています。



「北陸中日新聞社七尾支局」前の坂道



七尾市・小丸山南交差点に向かう歩道

上の2枚の写真は同じ箇所を双方から撮りました。煉瓦敷きは見栄えが良いが、車いすの移動はがたつきます。坂道なので手動車いすは下りはスピードが出て危険、上りは漕ぐのに腕の力が必要です。



←セレモニーホール七尾 至和倉温泉→
七尾市・小丸山南交差点、羽咋方向

七尾市・小丸山南交差点



←至田鶴浜 至 J R 七尾駅→



危険な横断歩道(セレモニーホール七尾前)

(注) この横断歩道は歩道に上る坂があります。手押し車いす、独歩の方は上りが難しいと思います。歩道と車道の段差は車いすの操作を誤れば転倒し、事故になる危険性があります。



危険な歩道(セレモニーホール七尾前)

(注) 「セレモニーホール七尾」前の歩道は坂になっており、電動車いすで通るときに操作を誤ると、横転して大事故になる危険性があります。一度車いすが傾き怖い思いをしました。安全対策を強く望みます。



←至 J R 七尾駅 至羽咋→

羽咋方面の横断歩道。歩道が坂になって危険

オークス「あっぷる」



福祉用具ショップ・オークス「あっぷる」



福祉用具ショップ・オークス「あっぷる」店内

～次号へ続く～

「脳性麻痺者の二次障害(頸椎症)」について語ろう会 V

【はじめに】

89号から取り上げている「脳性麻痺の二次障害」の第一弾の企画として、当機関紙・編集委員会の主催、社会福祉法人徳充会「青山彩光苑」の後援で講演と懇談会を行いました。

88号で懇談会の企画内容と当日の様子を写真にて紹介しましたが、89号から講演と懇談会の内容を順次掲載しています。

【企画の経緯】

最近、脳性麻痺を伴う友人が手足のしびれ、痛み、頸くびの痛みを訴えたり、頸の手術を受けた、頸の障害・加齢とともに歩行が困難になってきたなど、という話を多く聞くようになりました。

同じ悩みを持たれる方の体験を聞き情報交換をし、脳性麻痺者の二次障害(頸椎症)の正しい知識と理解につながることで、生活の場面で役立つことになればと思い企画してみました。

【目 的】

同じ悩みを持っている方たちの話し合いによって、悩みや痛み解消の情報交換・学ぶ場にした。

【日 時】

2011年 5月25日(水) 13時30分～15時30分

【場 所】

「青山彩光苑」西館一階 多目的ホール

【参加者】

二次障害の当事者、医師、看護師、相談員、ケースワーカー、作業療法士、理学療法士

【主 催】

「HSK季刊わたぼうし」編集委員会

【後 援】

社会福祉法人徳充会「青山彩光苑」

【プログラム】

①講 演

演 題：「二次障害の概要と手術」

二次障害とはどのようなものか?の講演、講師の発症から痛みとの戦い、手術の決断、リハビリ、職場復帰までの体験を語る。

講 師：

特定非営利活動法人

「自立生活支援センター富山」

理事長・平井 誠一氏

②座談会

参加者の体験、持っている悩みを語ってもらい、痛みの癒やし方法などを話し合う。

何人かの手術を受けた人たちの話を交えて話し合う。

座談会司会

特定非営利活動法人

「自立生活支援センター富山」

事務局長・浅木 裕美氏

「脳性麻痺者の二次障害(頸椎症)」について語ろう会・座談会Ⅱ



パワーポイントを使って講演中



医師、相談員を交え、後半の座談会



手作りの頸椎の模型を使って説明



看護師、作業療法士を交え、後半の座談会

座談会

参加者の体験、持っている悩みを語ってもらい、痛みの癒やし方法など。何人かの手術を受けた人たちの話も交えて話し合いました。

座談会司会

特定非営利活動法人

「自立生活支援センター富山」

事務局長・浅木 裕美氏

(以下、前号からの続き) ↓

(司会:浅木)

そうですね。よくわかるのですが、先に帰らないといけない人がいるので。先に進めていきます。

(通所利用者: H氏)

腰と肩が痛い時は涙が出るほど痛い。

(司会:浅木)

それは今もですか。はあ、そうですか。先

ほど言っておられた腰と足首が冷たく感じるというのは自律神経のトラブルかという話ですが、それは先生どうなんですか。

(囑託医師: H氏)

だと思いますよ。

(通所利用者: H氏)

薬を飲んできたけど効果なかった。

(司会: 浅木)

薬も沢山飲んでおられるのですか。

(通所利用者: H氏)

血栓を予防する薬。痛み止め。血液の流れが悪くなることによって起こる足の痛みやしびれをやわらげ、歩行能力を改善する働きがあります。あと整形のお薬。

(講師: 平井)

先ほど質問されていたこと。いくつかありましたね。手術して良かったかという話と手術して痛みがどれだけ緩和されたかという話でしたね。僕は手術して、良かったなと思っているのです。結果がみんな違いうらうなあと思うのですが、僕は今も痛みやしびれがあります。手術する前は睡眠薬と痛み止めを飲んでいましたが、今はまったく薬を飲んでいません。どの違いかというとなんか難しいと思います。座っていると足がしびれます。立てる位のしびれと立てない位のしびれの違いわかりますか。立てる位のしびれまでに戻ったかなと思うのです。立てない位のしびれだと我慢できないですよ。

先生から言われたのは、腰も僕はダメなんです。骨が曲がっているのです。でも医者に言われたのは腰は手術しない方がよいよと。

悪くなる人の方が多いからと。そうなんですか。先生、どうなんですか。

(囑託医師: H氏)

「一言で答えろ」と言われると大変難しいので答えられませんが、一般的に腰を手術してスッキリしたという患者さんは比較的少ないですね。手術をしてスッキリしたわという人は。先ほどの話でもあったように少しは良くなったけど悪くなった部分もあるので、特に良くなったという感覚がないという人が結構多いですね。これは脳性麻痺の人に限らずですよ。一般の人も含めてそういう傾向がある。ですけど手術の方法も昔と大分変わりましたね。最近、非常に細かい部分を削るようになったので、相当成績は違うのだと思います。私が耳にする患者さんではスッキリしたという患者さんは、全く良くなれないかというところではない。おそらく手術した先生側で統計を取ったら良くなったという人が圧倒的に多いと思います。患者さんはスッキリ元通りに治りたいというのが基本ですから、それに比べると不満足という面が出てくると思います。そういう答えしかできません。

(司会: 浅木)

先ほどの腰が冷たいとか冷たく感じるというのは、例えばその状態が治らないとしても、少しでも良くするような対処方法、例えば温めたら良いとか。どういうふうにしたら冷たい感じの違和感が良くなるかと言うことはあるのですか。

(囑託医師: H氏)

自律神経の症状だけで手術することは多分ないと思います。その辺は薬物でいくと思います。根本的には痛みと麻痺だと思いますの

で、それに対する時にはじめて手術に踏み切るわけです。自律神経の症状だけではなかなか手術に踏み切るといえることはないと思います。

(司会:浅木)

もう1つですか。はい。

(通所利用者:H氏)

今の状態でどれくらい大丈夫でしょうか。どれくらい保てるか。

(講師:平井)

それは難しい話。

(司会:浅木)

痛みに耐えられる限界は、人それぞれ違うので、それはなかなか。

(利用者A氏)

私はこの頃リウマチみたいにジクジク痛くなって来るしね。頸とは別の痛み。

(講師:平井)

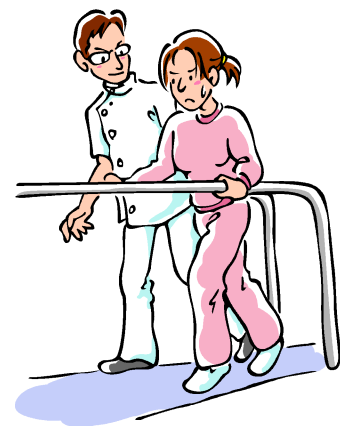
これ、リハビリの先生にやってもらえば良いのですが。リハビリの方で言われているのは筋力をつけるのではなくて落とさないためのリハビリをやるのが良いと言われているのですよ。僕が入院したときに言われたのは、歩かなくて良いから立ちなさいと言われたのです。

ベッドにつながって1日5分でも良いから立ちなさいと。つまり筋力を落とさないようにしなさいということと言われたのです。筋肉が落ちていくということは身体のバランスが悪くなっていくことなので、それは出来る限り落とさないような感じで出来ることをや

れば良いと言われて。ただ無理をすると逆効果だと言われたのです。無理すると逆に痛みが来るから良くないと言われました。疲れない程度にやりなさいと言われてきたのです。それを今やっていて僕は足に結構筋肉が付き、1日100回くらいかな、屈伸やっているのです。歩かなくても屈伸をやることによって、結局介護やる方もやりやすいのですよね。本人が立てるかどうかが結構介護をする側からも大きな違いがあって、ということも言われたので。1日100回屈伸して、普通の車いすに乗って家の中を動くんですけど。それで少し筋力が落ちない程度に身体を動かしておこうかと。この4年間やってきて、なんとか今は痛みも少しずつですがやわらいできたのです。

あと医者から言われているのは、関節が固まると痛みが来るから関節が固まらないようにしなさいということで腕をまわしたりとか肩を上げたりとか。少し運動として毎日やりなさいと言われてやっているのです。そうすると結構痛みはやわらいできますね。どうしても冬とか梅雨が痛みが増してきます。それは気候的なものかなと思います。

～次号へ続く～



特別投稿・東日本大震災の被災地視察

七尾市・H. N

東日本大震災からおよそ1年2ヵ月を経て、被災地に足を踏み入れました。見て感じたことは、その衝撃は…表現する言葉がありませんでした。というよりも、言い表しても、それに閉じ込められるように思えるのです。

(支援復興も地域格差があると聞きますが、訪ねた地は、瓦礫は集められてはいましたが、全てが失われそのままの状態でした。) 表現してはいけないと、むしろ思えたのです。見える物ほとんどを津波にとられてしまった荒れ地に立って、訪問当初は雨の中でしたが、被災地の、被災者の声にならない深い悲しみ痛みの涙に思へ、傘をさしてはいけなさとさへ思えたのです。雨が上がり、生活の音にもおもしろくないゴーストタウンの風情、瓦礫の丘が残る空き地におり立って、被災地の痛み悲しみを知って?感じて?寄り添うことができればと思つて来たのに、わかっていなかった傲慢な自分が、いっそう情けなく思いました。

亡くなった方々の家族の痛み。失われ破壊されたことからくる悲しみ。加えてここからの二次、三次のもっとつらいこれからの生きることへの悲しみ不安や恐れ、そしてそれを持っていくところもない空しさ。明日へ将来への(全ての方ではないのかもしれませんが)見えない望みゆえの無気力感が、一年経ってもまだ漂っていたのです。

特に、復興への最初の手段の仮設住宅へ入れられ、仮設住宅はどちらかといえば、訪ねたところは市街地の端にあることが多いので

すが、これで衣食住ひとまず安心なのでしょう。しかし、逆に私には、入っている方々の、次に何をして生きていくのか?失われた閉じ込められた孤独の目が痛く残ってしまいました。阪神淡路大震災の時も、一年後からむしろ自殺者が起こり始めたと聞きます。

そして、それでも、なんとかその方々を励ましたいと、喜んで犠牲をはらって奉仕、仕えていらっしゃる多くのボランティア等また地域の方々には、頭が下がりました。しかもこんな喜びを経験させていただいていると言われた時は、何もしてない私は恥ずかしかったです。そして被災したある子供たちが、ボランティアや救済活動自衛隊等の方々に、受けたその払われた犠牲活動にありったけの感謝をあらわしている姿に、失ったものは、はるかに多いのですが、そこから生まれた絆は強く新しくなっていくことを強烈に見せつけられました。

私たちが訪ねた所では「忘れないで覚えていて下さるだけで良いんです」そこからおこることがあるのですから、と語られた。この事で新しい出会いが、その絆が嬉しいのと言われた時は、むしろこちらの方が教えられた。覚えられている新たな絆がその方々に新しい生きる力が望みをもたらすのでした。

全部を知ったのではなく、ほんのわずかです。これ以外の多種多様な被災状況があるのだと思います。忘れてはいけないと思います。またできることさせていただけることをもって、訪ねさせていただこうと思っています。一緒に行った方々は、みなそう思いました。

写真で見る被災地

写真提供:七尾市・H. N



向こうの砂浜は津波に奪われ、なくなってしまった。見て下さい、この堤防。どの位の力が加わったのか？身が凍ります。



学校のグラウンド、プールは瓦礫の山。何とこのゴミの山、いつになったらすっきりするだろうか。この夏には、かなりの悪臭が。誰か、Help……。



全てが持ち去られてしまった。ここに多くの家が建ち並んでいたのだが……。



廃墟に咲くけなげな花たち。一層、悲しさを誘います。



石巻港 土台から上全てさらわれた。旧北上川を大津波が遡りました。堤防を乗り越えあふれ出しました。



防波堤から見て言い表す言葉がない。何と前面に広がった廃墟の様。開いた口が閉じません。

※当紙は白黒印刷です。カラー写真はホームページで公開中です。

ホームページ

HSK季刊わたぼうし

検索

<http://jiritsusien.com/>

地域とのつながり 三室千鶴子 大積みどり二人展



6月30日～7月2日の3日間、七尾市健康推進センター「アスロン」で、当紙の川柳、表紙画を担当している三室千鶴子さん、大積みどりさんの二人展が行われました。

編集後記

読者の皆さん、いかがお過ごしでしょうか。熊本、大分など九州地方では、今までない大雨が降り大きな被害が出ております。北陸は雨が少なく空梅雨のようです。

さて、民主党政治の報道を見ると怒りを覚えます。消費税増税法案は衆議院を通過、東日本大震災の復興は後回し、放射能汚染の心配がある関西電力大飯原発3号機の再稼働と多くの国民の反対意見が無視されています。

また、私たちに関係深い「障害者自立支援法廃止法案」は廃案となり、弱者切り捨ての政治です。3年前に行われた衆議院選挙の民主党の選挙公約はどこへ行ったのでしょうか。選挙のときは国民に「消費税増税の反対、様々な割引サービスなどを行います」と美味しい話を公約に掲げ、選挙に大勝利し、政権を獲得すると公約は守らず、国民泣かせの政治ではないでしょうか。

本当に市民、弱者の立場に立つ政治を行うのには、政治家自身が痛みや悲しみを経験しないと難しいのではないのでしょうか。(Z.O)



年間協力会員募集中

この機関紙は障がいのある人、ない人がそれぞれの考えを出し合う中から、互いに理解を深め、共に生きる豊かな社会づくりを目的として、有志により発行しています。

つきましては、主旨に賛同して協力会員になっていただく方々を募集しています。

この会費で、在宅障がい者や福祉関係機関等に送付していますので、機関紙一部の料金ではなく、年間協力会費として扱っています。

年間協力会費：2,000円

会費振込先：郵便振替口座

振込先名義：わたぼうし連絡会

00750-6-9791

送付：春、夏、秋、冬

編集及び連絡先

ホームページ

<http://jiritsusien.com/>

Eメール：zen@san9.net

定価 二〇〇円