

あたりまえ は ありがたい

吉 田 昌佐美

はじめまして。私は、びわこ学園医療福祉センター野洲から参りました看護部長の吉田昌佐美と申します。今日は、宗教講座「豊かな人間性を目指して」ということでお時間を頂きました。貴重な時間をありがとうございます。タイトルを「あたりまえ は ありがたい」と付けさせていただきました。「あたりまえ」は当然ではなく、実は奇跡の連続ですよ、ということをお話の中で少し理解いただけたらなと思います。もう一つは「ありがたい」についてです。漢字で「有ることが難しい」と書きます。皆さんは宗教的な学習もされているので、もしかしたらご存知かなとも思います。私なりの解釈になりますが、どうぞよろしく願います。

びわこ学園医療福祉センター野洲の紹介

まずは、私が勤めている「びわこ学園医療福祉センター野洲」（以下びわこ学園C野洲とする）について説明させていただきます。びわこ学園は、「びわこ」なので滋賀県ですね、滋賀県全域の福祉施設として、入所施設が二つ、通所施設、訪問看護ステーションなどがあります。その中で、入所施設のびわこ学園C野洲は、医療型障害児入所施設、療養介護施設、病院、という三つの機能を合わせ持っています。病棟は三つあります。一般病院と違って、病気で入院をされているというよりは、ここで生活をされている、という意味をこめて、住棟（じゅうとう）と言わせてもらっています。入所利用者は全体で一三〇名。短期利用や入院は全体で一三ベッドあります。利用されるのは重症心身障害児者として、重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態の方が基本となっています。

これは横地分類と言います。重症心身障害児者を分類する時によく使われる表です。縦軸に発達年齢、横軸に運動機能を簡単に表しています。びわこ学園C野洲の利用者さんを当てはめてみました。一番多いのは右下の三七人。発達年齢が一歳以下で運動機能は寝返

りが難しい、いわゆる寝たきりと言われてしまう方が一番多くなっています。医療度が高く、人工呼吸器を付けたり、気管切開といって喉に穴を開けて呼吸を保ったり、胃に直接チューブを入れて食事をされたりしている方も多くおられます。

表の上側が在園年数です。びわこ学園は非常に歴史が古く、近畿地区では一番古い施設とされています。もうすぐ創立六〇年になります。下側が利用者さんの年齢構成です。設立当初から入所されている方がおられるので、それに合わせて年齢も六〇歳以上の方が三分の一ぐらいになっています。最高齢が八七歳です。もちろん、若い方もおられるのですが、二〇歳未満の方は現在六名です。

それでは、びわこ学園で生活されている方をドキュメンタリー映画『わたしの季節』から映像で紹介して

横地分類					
				1	9歳以上
		2		4	6~9歳以上
1		1		10	3~6歳半以上
9	5	11	7	14	1~3歳
	7	13	7	37	1歳以下
戸外歩行可	室内歩行可	室内移動可	座位保持可	寝返り可	寝返り不可

いきたいと思います。二〇〇四年の映画なので現在より古い建物になっています。いろんなタイプの利用者さんがいますので、ご覧下さい。

——映像 (05:51~09:51) ——

映像を見ていただき、歩ける方、電動車椅子に乗っている方、人工呼吸器を付けている方など、幅広い方が利用されているということがわかっていただけたかなと思います。

あたりまえの日常に感動

私がこういう重症心身障害児者施設で働くようになったのには「あたりまえ」が関係しています。高校生

ひわご学園医療福祉センター野洲 利用者概況									
<在園期間>					2020年4月1日現在				
在園年数	～5年未満	～10年未満	～15年未満	～20年未満	～25年未満	～30年未満	30年以上	40年以上	50年以上
人数	18	9	4	18	8	12	16	9	35
比率	12.2%	6.1%	2.7%	12.2%	5.4%	8.2%	10.9%	6.1%	23.8%
最短在所期間					1年	最長在所期間			53年
<利用者の年齢構成>					2020年4月1日現在				
年齢	11歳未満	～20歳未満	20歳代	30歳台	40歳代	50歳台	60歳台	70歳以上	計
全	0	6	5	21	23	28	36	11	130
比率	0.0%	4.6%	3.8%	16.2%	17.7%	21.5%	27.7%	8.5%	
最少年齢					12歳	最高齢			87歳



の頃一冊の本に出合い「あたりまえ」に感動したのがきっかけなんです。『僕アホやない人間だ』という、福井達雨先生が書かれた本です。ちよつとご紹介させていただきます。

「止揚学園」は滋賀県の能登川にある知的障害者の施設です。年齢が書いてなかったのだからなのですが、知的障害のある、ちかこちゃんのお話です。ちかこちゃんはずっと家で生活しておられました。トイレに行ったことがなくて、家ではオムツで過ごしていたそうです。ある日、急に家族の都合で止揚学園に入園しなくてはならなくなりました。入園してスタッフの方がまず困ったのは、ちかこちゃんが毎朝四時にオムツに排便をしてしまうということでした。排便をするだけであればオムツを変えればいいんですが、排便をするとう気持ちが悪いものですから、早朝に目覚めて騒ぎ回ってしまったて他の利用者さんを起こしたりしてしまうんですね。そこで園長やスタッフでミーティングをして、食事の時間を変えたり、牛乳や水分を調整したり、いろいろ検討して改善を試みたんですが、なかなか上手くいかなかったそうです。そして、最後の手段として、朝の四時前に起きてもらって、トイレに座ってもらって……、を繰り返したそうです。しかし、ちかこちゃんは生まれてから一度もトイレに座ったことがないわけですから、そこが何をするところなのか分からないので、また暴れ回ってしまったそうです。職員は一時間ほどちかこち

やんと一緒にトイレで過ごして、トイレに座ることを覚えてもらおうと頑張ったらしいんですが、すごい労力で、ちかこちゃんも、職員もヘトヘトになってしまったんですね。それでもトイレで排便することがなくて、諦めて布団に戻ってもらうと、ほんの一〇分ほどで、幸せそうな顔をして布団の中で排便をしようなんです。その繰り返しだったそうです。スタッフは園長先生に励まされて、一〇ヶ月、ちかこちゃんのお尻とにらめっこを続けたんです。ある日、園長先生のところへスタッフが駆け込んできたそうです、「先生、先生、大変や、出た。私、ただ、ちかこちゃんのお尻を祈る気持ちでにらみつけてたんですよ。そしたらちようと三〇分した時、ちかこちゃんのお尻から香ばしいうんこがぽつんと出てきたんや。ただ感激でいっぱいやった。これほど、うんこが美しいものだとは今まで思ったことがなかったし、においが香ばしいと思ったことなかったわ。宝物を神様から授かったような気持ちやった。自分の仕事が素晴らしいと本当につくづく思ったわ」と、目を潤ませて言ったそうです。本の内容はまだ続くんですけど、私は高校生の時に、他人の排泄物をこんなにも愛おしく、美しいものだと言える職業があるのかと驚きました。そして、人間の当たり前の日常に、こんなに力を費やして感動できるって素晴らしいなって（あの頃は純粹だったんですね・笑い）、単純に思いました。それがきっかけで福祉の道に

行くか、看護の道に行くか、という選択肢の中で看護に行つて、いろんな経験をして、最終、この重症心身障害児者施設で長く勤めさせてもらっています。

あたりまえは有難い

こんなきかけがあつて勤めたびわこ学園ですが、びわこ学園の理念にも「あたりまえ」があります。理念は大きく三つです。

- 1、一人ひとりの尊厳を重んじ、他とおきかえることのできない“いのち”を支えます。
- 2、その人らしさが輝く、「ふつうの生活」をおくることができるよう支援します。
- 3、障害のある人たちが安心して暮らせるまちづくりを進めます。

この理念を細かく説明すると、それだけで三〇分以上かかるので、今回はこの「ふつうの生活」に焦点を置いてお話したいと思います。「ふつう」と「あたりまえ」は同じようなことなので、ここで紹介しました。みなさんが「普通の生活」をどのように考えていま

すか。あなたが考える「普通の生活」を具体的に考えてみてください。対面の授業であればみなさんにご意見を出していただいて広げていけるんですが……、ちょっと想像してみてください。普通の生活って何でしょう。例えば、朝起きてから普通にすることは何ですか。朝起きてどんな行動をしましたか。私は、今朝は目覚ましで起きましたので、目覚ましを止めて、布団をめくって、一番に歯磨きに行きました、洗面ですね。あ、その前にお手洗に行くかな。なので、布団をめくって、立ち上がって、歩いて、おトイレに行きました。もちろん自分で排泄をして、その後、歯磨きをして、顔を洗って、着替えをして……という流れです。だいたい、毎日同じ様な流れで生活をしています。みなさんはどうですか。私にとってはこれが朝の「あたりまえ」です。でも、先程ご紹介した利用者さんはそれらを行うことが難しい方ばかり

そもそも『当たり前』と思っていることは、本来は『奇跡の連続』でできている

朝起きて、顔を洗う

奇跡 奇跡 奇跡 奇跡 奇跡

肘が曲がり手が顔に届く・水がすぐ出る
・立てる・歩ける・水を出せる
・顔を洗う方法を知っている。

奇跡とは、実は「有ることが難しい」
それができること感謝する。
有難いことなのです。

奇跡が
崩れた

体調不良
行き違い
タイミングのズレ
病氣 事故
事件 災害

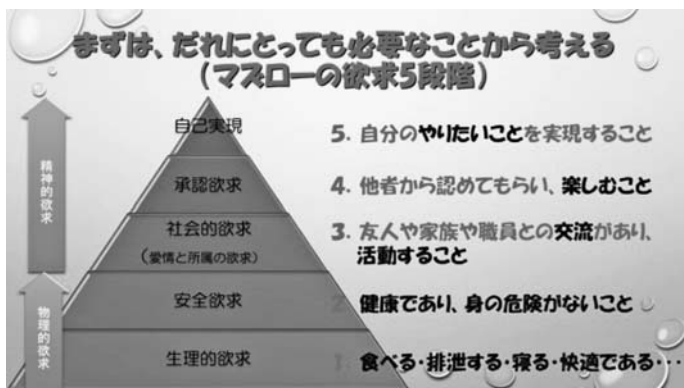
りです。そもそも「あたりまえ」と思っていることは、本来は奇跡の連続でできているんです。立つて、歩いて、洗面所まで行ける。蛇口から水を出すことができる。肘が曲がって顔に手が届く。水がすぐえる。洗う方法を知っている、洗う必要性を知っている。それが全部できて、顔を洗えるんです。これって、奇跡ですよ。奇跡が連続して起きているんです。本来、奇跡は起きにくいものです。でも、立てる、歩ける、水が出せる、肘が曲がる……。すごいことなんです。みなさんは、それができることに感謝して、有り難いと思ってくださいね。実は、有ることが難しいことなんです。

でも、この奇跡がちよっと崩れたらどうなるでしょう。体調が悪くて起きあがれない、誰かと行き違いがあつて気持ちが塞いでしまっている、タイミングのズレ。大きなことだと、病気になって、事故にあつて、事件に



巻き込まれて、最近多い災害もそうですね、そういうことが起きて「奇跡」が崩れてしまった場合はどうしたらいいでしょうか。

ここで、あなたたちの手が奇跡を起こすわけです。この学校にはいろんな学科がありますよね。リハビリとか、保育とか、全部は言えませんが、そういう方たちが、それぞれの得意分野で力を発揮したらどうでしょう。手が顔に届くように介助してあげたら、肘が曲がるように訓練をしたら、それも難しかったら代替になるようなものを作ってあげたら、洗うことが難しいならタオルで拭いてあげたら……、そうやって新たな奇跡を起こしていくのです。そういうことが重なって、利用者さんが顔を洗うことができたなら、利用者さんにとって有り難いことだと思います。



誰にとつても必要なこと

今「あたりまえ」についてお話しましたけど、もう少し広い視野で考えてみましょう。まずは、誰にとつても必要なことからです。障害があつても、私たちでも、同じように必要なこととつてあります。誰にとつても必要なことは、ある意味「普通」「当たり前」のことです。あえて下から番号を打っています。「食べる、排泄する、寝る、快適である」から、一番上は「自分のやりたいことを実現する」までです。これを今回はマズローの欲求5段階に当てはめてみました。みなさんは授業でマズローは勉強されましたか？ みなさんの学科であれば、必ずどこかで学ぶ機会があると思います。

快適な存在

まずは生理的欲求が一番基本になります。それから安全欲求、社会的欲求、承認欲求、自己実現の5段階です。もっとも底辺にある生理的欲求と安全欲求ですが、食べる、排泄

する、寝る、快適である、が基盤としてちゃんと整ってこそ、他の欲求が達成できていく
と思っています。そして、健康であり身の危険がないこと、です。

ここで『はだかのいのち』という、元びわこ学園施設長をされていた高谷清先生が書かれた本の一部を紹介します。今、マズローの生理的欲求の話をしましたが、その中に「快適である」という項目が入っています。私は、人が生きていくうえで最も基本的な欲求だと思っています。高谷先生の本を読んだ時に「これだ！」と思った一文を紹介します。

重症心身障害者の医療は、存在そのものが苦痛であるという状態をなくし、快適な存在であることを基本的目標として、それを実現するために「彼女（本に登場してくる利用者さんです）の場合」の方針を作り取り組んで行くのです。

存在そのものが苦痛である状態をなくす、ということですが、以前、看護学校の実習で、高校を卒業してすぐの一年生が来た時のことです。実習で入った部屋には、まばたきすら難しいような重度の方がおられました。人工呼吸器を付けて、自分の力では全く動けない方です。その学生さんは、部屋に入ってしまったらしくすると「これ以上、入れません」と言わ

れたんです。「可哀想すぎる」という表現をされました。正直に言われたので、否定するつもりはありませんし、そういうふうに感じたんだねと思いましたけど、私が心を痛めたのは、「可哀想に見える利用者さん」の存在があつたということです。何をもって可哀想と思つたかは分からないですけど、パッと見て「可哀想だ」と思わせてしまったということです。目やにが付いたままだったり、ベッドの周りが散らかつていたり、何か汚れた状態だったり、そういうのを見ると私はすごく残念に思います。そういう基本的なところ含めて、利用者さんには快適に過ごしてもらいたいなと思っています。そのためには、みなさんの手が必要なんですよね。利用者さんが自分で環境を整えることはできません。高谷先生はお医者さんです。ドクターでさえも、快適な存在にすることが基本的な目標だと言っています。看護師や福祉職の人でも、そこが基本であつて欲しいなと思います。あなたの手で奇跡を起こさなくてはいけないということです。

あなたたちの手が必要です

これは、うちの住棟の利用者恵Aさんが書いたお手紙です。今、「あなたの手で奇跡を

起こさなくてはいけない」と言いましたが、そういう内容のお手紙を書いていきますので紹介します。

あなたたちの

てがひつようです。

わたしたちは

ちよつとだけ手や足が

うごかしにくいです。

だからあなたたちが

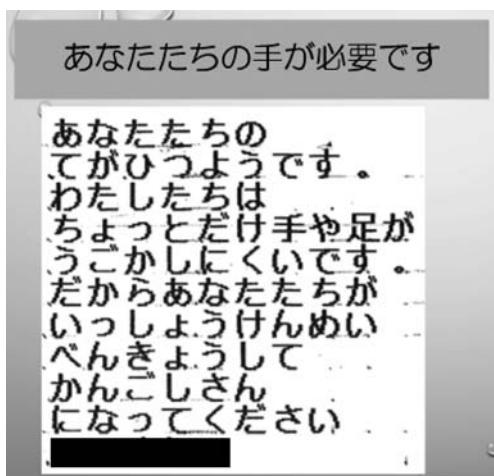
いっしょうけんめい

べんきょうして

かんごしさん

になってください

看護学校の実習生さんに送った手紙です。



Aさんは毎回、こういった手紙を実習生さんに送られています。ある実習の時に、学校の先生が「一人、実習に来れないかもしれません」って言われてたんですね。「どうしたんですか」と聞いたら「自分が看護師になつていいかどうか悩んでいる子がいるんです。休みがちで、今回の実習も来るかどうか分かりません」ということでしたが、実習は二日間だけでしたので、その方は頑張つて来てくれました。Aさんは何も知らず最終日に学生のみなさんにこの手紙を送りました。そうすると、その学生は学校の先生に「すごく嬉しかったです。自分は看護師に向いてないかもしれない、自分の手が必要だと思つてくれる人なんていないと思つてた。でも、まだ学生の私たちに、『あなたたちの手が必要です』と言つてくれる人たちがいる。こんな私の手でも必要だと言つてくれるんです」と涙ながらに先生のところへ来られたそうです。と、泣きながら言われて、もうちょっと頑張りますと言われたそうです。そして、無事に学校を卒業して、看護師の免許を取つて、今では立派に看護師さんとしてやっておられます。この手紙をずっと大事に持っているとうかがいました。Aさんにその話をしたら、「私のこんな文章で人の人生が変えられるんだ」と、涙ながらに喜んで、自分が人の役に立てたと言われていました。次もAさんが作った文章です。

はじめまして

わたしは

○○○○です。

しょうがいがあるけど

こころのなかはみんなと

おなじ ただ、足や手が

うごかしにくいです。

ねたきりのひとは、

いにあなをあけてそちよ

くせつごはんを

たべています。わたしは

おもつう こえもだせない

なにもいえない ひとは

からだのどこかで

はなしをしています。

はじめまして
わたしは

の

です。ど
うが、い
しよのな
こおな
うこな
ねい
いくせ
たべも
おな
か
はな
あ
か
と
ひ
お
わ

とが
手
が
す
て
そ
ち
よ
わ
た
し
は
な
い
ひ
と
は
で

す。
を
お
は
よ
う
か
ら
の
で
す。
も
う

あなたたちがこえを

かけてください おはよう

とか、なんでもいいから

ひとことでもいいので

お願いします。

わたしはそうおもう

Aさんは脳性小児麻痺で手足が不自由な方です。何かをやろうと思ったら緊張が入ってしまいます。ボタンを押すことはできるので、そうすることでお手紙を作っています。一文字打つのに、何回もボタンを選択していくという、大変な労力でつくられたお手紙です。

自分の手を感じる時間

次は、誰にとっても必要な「精神的欲求」のところです。3、4、5とあります。順番

に例を挙げていきますね。

夏祭りや文化祭、イベントだけでなく、何か交流をするということですよ。私たちは普段、いろんな場面でいろいろな人と交流をしています。が、うちの利用者さんたちには、こちら側が意識しないと難しいことなんですね。一日の中に必ずある「活動の時間」ではないようなことをしています。グループによつては「今日はお風呂ね」とかも含んでですけど、そういった活動の中に「粘土活動」があります。感覚を刺激して自分の身体の手触りを知るといった活動です。回数はそんなにはありません。粘土で何か作品を作るのではなくて、粘土の感覚や刺激を楽しむというものです。ちょっと粘土室の担当者が書いた文章を紹介します。

現在、自分で手足を動かすことができない方には、主に湯袋などに触れながらマッサージをしています。

その時間は、会話を含めたふれあいの時間であり、また身体をリラックスさせる心地よい時間でもあります。

そしてそれと同時に、手をギュッと握ったとき 足をさすったとき 頭を撫でたとき

そのタッチのひとつひとつが本人が自分の手や足・頭を自覚する大切な時間になって
いるのかもしれない。

手足を動かすことが難しい人にとっては、自分の手の存在とか、身体が存在を自覚する
ことは難しいんですね。触れられて「自分の手はここにあるんだ」と感じる。私たちには
想像がつかないことです。ずっと言っている「あたりまえ」のことを実感できる時間とし
て大切にしています。

他者から認めてもらい、楽しむこと

今はちょうどハロウィンなので、広いロビー（空間）に飾りをしています。こういう作
品は、職員だけが楽しむものではありません。利用者さんが季節感を感じて楽しむもので
す。真ん中に映っている黒いボードは、自分たちで装飾ができるようにセッティングして
あります。自分で選んでここに貼ることができるんですね。それをする中で、「これが
できた」「これを作った」という達成感であったり、「すごいね」って認めてもらうことが

できます。ただ、そういう時間を作るのは容易いことではありません。ベッドで過ごしていれば看護師さんがいろんな処置をする時間を確保できますが、この場所に一緒に来て過ごすためには、ベッドから離れて、人工呼吸器を付けている人であれば一緒に車椅子に乗せていかなくはいけません。でも、そういう時間を確保することが人生を豊かにすることだと私は思っています。

伝わった実感からはじまる

みなさんはどうですか。自分のやりたいことを実現できてますでしょうか。こうやって学校に来ることもそうですし、学ぶことのできる幸せも、やりたいことの実現の一つかなと思います。

これは「サウンズ&シンボルズ」というボードです。一般的に言葉を発することが難し



くなったら文字盤を使います。「あいうえお」と書いてある文字を選んでいつて言葉に置き換えるわけですが、これは絵文字を使います。この「サウNZ&シンボルズ」は共通で、配列も一緒みたいです。絵にはそれぞれで意味を付けますので、同じ絵でも捉え方は全然違いますし、職員が引き出しをたくさん持つておかないと何を伝えようとしてくれるのか受け止めることが出来ません。

「伝える」「伝える」は、生まれてからどこかの段階で学習していくわけですね。その学習した過程を、私たちは意識してはないと思うんですけど、「伝える」の始まりとして、こういうことが言われています。

・子どもは、母親とのかかわりのなかで、自らの求めに応じてもらうことや感情を共有してもらう

5. 自分のやりたいことを実現すること

サウNZ&シンボルズ



体験を積み重ね、「伝わる」ことを学んでいく。

・そして、子どもの興味が人から物へ移ったとき、母親が子どもの興味に合わせその物を話題にする。子どもは物に名前があること、指さしが要求を伝えることを知る。

・要求を言葉で表現して「やりとり」出来ることを理解し、コミュニケーションへと発達していく

これが「伝わる」の始まりです。では、「伝わりにくい」はどうしておこるのか。うちの利用者さんの場合、障害によつては表情筋の動きが制限されます。先程の映像で出てきたお二人は比較的良好笑顔も見られますし、表情筋を使うことが可能です。だから感情が読み取りやすいんですけど、表情筋がほとんど動かない方になると、感情が読みとれないんですね。笑顔がわからない。泣くこともできない。そうなると伝わりにくくなります。そして、人との関わりの中で、情緒がはぐくまれる経験が少なくなってしまうと、より一層、お母さん、お父さんの障害受容が困難になっていきます。愛着関係が結びにくくなるんですね。ネグレクトで入ってきた、小学校に入る前のお子さんですが、「お母さん来たし、笑ってますよ」って言っても「うちの子は笑いません」って言われるんです。「笑う

はずがありません」。ちょっと口角がニツてしてたりするんですけどね。「いや、お母さん、笑顔見られてますよ」「そんなことはありません」とキツパリ言われます。そういうところからして愛着関係が結べてないんですね。なので、わずかな変化に気付き、かえしていく関わりが重要ですし、愛着形成への援助も重要になります。そういうことがないと、伝わりにくくなつて、伝えることに結びつかなくなってしまうです。

これは、「伝わることを感じ取った大輔さん」とタイトルを付けましたが、先程紹介しましたドキュメンタリー映画『わたしの季節』の中の一つです。映像をご覧ください。

——映像 (51 : 57~54 : 58) ——

お母さんの言葉の中に、「声を掛けて待つてくれるんです」というのがありました。声かけは病院の看護師さんだろうが必ずされますよね。「オムツ交換しますね」「身体の向きを変えますね」。ただ、大輔さんのような返事が難しい方には「変えますね」って言いながらもう変えてたりとか。ちゃんと声は掛けるんですけど、無意識に返事を期待してないんですね。お母さんが言っているのは、「身体の向きを変えるけど、いい？」って聞いて

くれて、顔を覗き込んで反応を待ってくれる、ということですよ。タイミング良く目が動いたところを拾って、「あ、返事してくれたね。じゃあ、身体の向きを変えるね」。そういうやり取りの積み重ねで、大輔さん自身が「目を動かすと受け取ってもらえる」ことに気付いたわけです。大輔さんは原疾患だけだと筋肉が全く動かない障害です。まぶたと眼球だけが動きます。ただし、知的な障害はないと言われています。なので、頭の中ではいろんなことを考えているけど、それを表に出すのが難しいんですね。そこをいかにくみ取っていくかが「伝わる」の最初の段階です。それを、「大輔さん、反応ないし。わからへんし」となると、ネグレクトと同じになってしまうかなと思います。映像の続きを流すんですが、お母さんが詩を書いていらっしやいます。その中に私が大好きな言葉があるのでそれも紹介します。

——映像 (57:22~1:02:26) ——

地球を体験

大輔・母

3月24日 生後1ヶ月から8年間を過ごした大学病院をはなれ
はでな救急車に乗ってやってきました

地球という未知の星へ

呼吸が出来ない大輔は ほとんどの時間を白い壁の中で ひとり
テレビだけを楽しみに過ごしてきました

空が広くて青いこと、風は素肌に心地よいこと

木々は季節で彩を変える

そして、人は皆あったかいのよ・・・

せっかく人間に

生まれてきたんだもの

地球のいいとこ感じてほしい

ここびわこ学園にはそれがいっぱいあるから・・・

せつかく人間に

生まれてきたんだもの

地球のいいと感じてほしい

「ここ びわこ学園には それがいっぱいあるから・・・」と言っていた。いるのはすごくありがたいと思っています。今になっても、びわこ学園にはそれがいっぱいあるのかいつも自問自答しています。

みなさん、どうでしょう。せつかく人間に生まれたんだもの、って考えたことがありますか。自分が生まれたのは奇跡だと思ったことはありませんか。今回がそういうことを考える機会になったらいいなと思います。そして、「地球のいいと感じてほしい」。みなさん、地球のいいと感じてますか。お母さんは大輔さんにいろんな体験をしてほしいと思われたんですね。

ちよつと余談ですが、散歩の効果を考えてみたことはありますか。先程の映像にもいろんなヒントがありました。が、散歩っていろんな場面で行ったりしますよね。病院でも散歩に行くことがあります。じゃあ、何で散歩に行くんでしょうか。天気が良いから、気分転

換になるから……。全然それでもいいです。いいんですけど、ちょっと専門的に考えてみてください。まず、五感ですよね。風が、どうですか？ 皮膚に当たって心地良いですよね。お部屋の中ではそんな風は吹きません。エアコンの風は吹きますけどね。じゃあ目はどうでしょうか。いろんな彩りを見ることが出来ます。お部屋にいと壁ばかりだったり、見慣れた職員の顔ばかりだったりします。外に出るといろんな季節を見ることが出来ます。それから耳です。聞こえてくる音。お部屋にいと職員のガヤガヤだったり、足音だったり、器械のアラームだったり。外に出ることで、小鳥のさえずりや、自然じゃなくても、車の音だったり、いつも聞こえない音が聞こえたりします。そして鼻ですね。においはどうでしょうか。お部屋の中は排泄介助の後のにおいだったり、食事のにおいだったり、いろんなにおいが混ざった環境ですよね。外に出ると、季節によって、花の香りが違ったり、そういうものを感じることが出来ます。目、耳、鼻、口……。口はどうか。散歩ではなかなか味わうことはできないかもしれない、何か持っていけばいいかもしれないですね。そして、一対一で関われる貴重な場面でもあります。それから、太陽に当たるとのことです。もし勉強が進んでいたら、このことも考えてみてください。太陽の効果です。人の体内リズムは太陽の光に当たることと整います。夜眠れない人は、ぜひ太陽に

当たってください。これから冬になるとうつ病が増えます。冬期うつ病っていうんですけど、外に出る機会が少ないことが原因だったりもします。それから、骨が強くなります。カルシウムを取ったら骨が強くなりますよって言いますが、取るだけではダメなんですね。活性型のビタミンDと合わさって初めて骨は作られます。それが太陽の光に含まれています。こういうふうには、散歩一つでもいろんな効果があります。何となく散歩に行くのもダメではないですけど、こうやって考えてみることで意味があることになります。「地球のいいと感じてほしい」と思いながら行くのか、「今時間あるから」「暇つぶしに行くか」って行くのか。

伝えることから自己実現へ

大輔さんは伝えることで、マズローという、一番上の自己実現を達成することができました。いろんな経験をしています。もちろん大輔さんが「デイズニールランド行きたい」「富士山行きたい」と言えるわけではありません。お母さんの力も大きいです。積極的なお母さんで、障害受容をされている、障害があっても他の子と同じように、いろんな経験

をするんだ、という前向きな方だったので、私たちが驚くようなことをいっぱい提案してきました。それに合わせて大輔さんの「僕も行きたい」という意志表示があるわけです。修学旅行は新幹線に乗ってデイズニールランドに行きました。人工呼吸器を付けて、酸素ボンベも持って、です。とても無理だと言われていましたが、無事に行って帰ってきました。学校を卒業してからは「富士山に登る」と言って、車でしかどうしても行けないですけれども、行けるところまで行きました。標高差があるというのは呼吸障害がある方にとつてすごくリスクがあつたんですけど、行って来ました。それと、サッカー、特に京都パープルサンガが好きで、何度もサッカー観戦に行っています。ナイターの試合にも出かけていました。そして、選手の方とも仲良くなつて、大輔さんの名前が十二人目の選手として電光掲示板に一緒に載ったこともあります。「僕も選手の一員だ」と喜んでいました。そうやって、伝えて叶えることができたんですね。

ちよつとした、あたりまえのこと。あたりまえと思っていること、といった方がいいかな。いっぱい紹介してきました。「あたりまえ は ありがたい」ということです。

「当たり前」「普通」と思っていることは、

いろいろな奇跡の積み重ねがあつてできています

まずは、そのことが自分でできていることに感謝しましょう。

そして、そのことに手助けが必要な人がいることに気づいてください。

そのことが、どんな奇跡で出来ているのかを知るために、

今、あなたたちは学んでいるのです。

あなたの手でたくさんの小さな奇跡を作ることが、

みんなの「ありがとう」になり

豊かな人生につながっていくのです。

これからまだコロナで大変な時期が続きますけれども、小さな「奇跡」を積み重ねて、「ありがとう」でいっぱいにしていただけたらなと思います。今日のお話は以上になります。ご静聴ありがとうございました。