

私の受傷後 20 年の回顧録

10 年ひと昔というけれど、あれからふた昔の時が流れた。それは一瞬の出来事だった。渋滞中の高速道路で後続のトラックにノンストップで追突されたのだ。どのくらいの時間が経ったのだろう。気が付いた時には警察官や救急隊員の騒然とした中で助手席の床に座り込んでいた。朦朧とした意識の中で立ち上がろうとしても体はピクリともしない。生きてるぞ!!!、と叫んだ声が遠くに聞こえたことだけはおぼろげに覚えている。死んだものと思われたのか救出は最後にまわされたようだった。玉突き状態での 5 台が関連する大事故だった。

搬送された大学病院では頸椎損傷と診断され、手術は困難で危険ということで保存治療となった。分厚いカーテンに閉ざされ昼夜の区別もつかず、呼吸器などの機械音に占領された ICU で 4 日間過ごしたのち一般病棟に移った。身動きひとつ出来ず天井を向いたまま、触覚、痛覚、温度覚、位置覚などの感覚麻痺と全身が痺れる状態で、自分のゆくすえを漠然と案じながら半年余をこの病院で過ごした。その後、山梨県内のリハビリテーション病院で機能回復に専念した 10 ヶ月間のリハビリ。続いて帰宅に向けての ADL のための国立療養所での 3 ヶ月の訓練を経てやっと帰宅できた。受傷して一年半が過ぎていた。

そんなリハビリや訓練を受けて帰宅したにも拘らず、自宅での生活にまったく対応できない。なにひとつ自力でできることがないのだ。車椅子での移動や入浴、トイレなどバリアフリーな病院と違い在来工法の我家では車椅子での移動もままならない。リビングにベッドを据え、ポータブルトイレに座らせてもらい用を足す。人間の尊厳に関わる最低限の生活行為さえできない。入浴は訪問看護ステーションのお世話になった。入浴時の安全と妻の負担は軽減されたが、妻以外の人の手を借りなければ入浴もできない現実に、私の情けなさや惨めさはますます深まった。

一年半後、バリアフリー住宅に転居して生活行為や車椅子での移動は楽になったが、受傷前の日常とはまったく違う現実と、それまで築いてきたすべてを失ったことで、やり場のない怒りと情けなさに、苛立ち、自暴自棄、薬物を探して自殺を企図するなど完全に生きる気力が失せてしまった。周囲の善意の言動さえも拒否していた期間だった。そんな状態が 5 年ほど続いた。

しかし、人は生きている限りどんなに悲観し絶望してもその状態を長期間続けることにも耐えられなくなる。5 年という時の流れは少しずつ絶望の色を薄め、現実を受け止める新たな気力の芽を育ててくれた。そんな気持ちが前向きになった頃、脳梗塞で片麻痺になった母親を介護する知人が、その母親と一緒に行く一泊の温泉旅行に誘ってくれた。躊躇する私を横目に私の介助者まで手配して半ば強引に連れ出してくれたのだ。伊香保温泉にある某区の保養所にはバリアフリーの部屋が 2 室、浴場には車椅子型のシャワーチェアも備えつけられていて入浴もできた。夕食時には持参した洋酒を飲み、その後のカラオケでは酒の勢いを借りて唄いもした。障害者として初めての外泊。宿泊施設のなかにはこのような車椅子使用者でも泊まれる施設があることを初めて知り体験できた。この知人には心から感謝している。この体験がなければ現在のような主体的な行動はとれなかったかもしれない。やはり、最初の一步はこのような強引ともいえる支援がないと踏み出せない。その後、伊豆にも誘ってくれた。この温泉旅行を経験したことで、勇気を出して踏み出せば健常時のような追体験ができることを知り、外出することに抵抗感がなくなった。

それからしばらくして、ネットで知り合った障害者グループが、学生ボランティアと行く韓国・釜山の旅に誘ってくれた。参加した私以外の車椅子使用者 4 名は私より重度の障害者で、食事やトイレにはほぼ全介助が必要な人たちだった。そんな人たちが素直に自然体で介助を受けて行動する。話すことといったらこれまで行った外国のことや、これから参加するというホノルルマラソンのこと。

彼らの行動を目の当たりにして自分の不甲斐なさや障害に対する甘えを反省した。このように自分以外の障害を持つ人たちの行動や生活を知ることとはとても大事なことだと思う。この旅行は、私が障害者として生きる意識改革の原点となった。

こうした支援や交流によって、しだいに主体的な行動がとれるようになった。電車や新幹線で出かけることはもちろん、車椅子で泊まれる宿を探して旅行したり、海外旅行も経験した。

こうした経験をもとに、2012 年 10 月「車椅子お出かけ応援サイト」を立ち上げ、画像を多用した外出や旅行情報をインターネットで提供している。また、ネット環境にない方のために情報を編集した冊子も配布している。これらの情報を参考に外出や旅行に出かけられる方がいて、その報告や話を聞かされた時に情報の重要性を痛感するとともに、やり甲斐と充実感が持てるようになった。一つの行動や作業は、次第に間口を広め次の行動や作業に進展していく。こうして現在では、フォーラムや各種イベントでポスター発表や口述発表をしたり、セラピストと協働のリハビリテーションに関する勉強会や車椅子使用者の自主グループである「車いす散歩の会」を立ち上げ、お花見会やバーベキュー会といったイベントも主宰している。

振り返ってみると節目節目に出会いがあって、その出会った人たちの心優しい配慮や支援によって今の私がある。導尿カテーテルをクランプして膀胱を刺激し、自然排尿に道筋をつけてくれた大学病院の主任看護師。転院を促されても受け入れてくれる病院がなく困っていた時に、山梨のリハビリ病院への転院を橋渡ししてくれた大学病院の ICU のドクター。そのリハビリ病院でリハの方針と、向かい合う心構えを指南してくれた当時山梨県理学療法士会の会長だった理学療法士。温泉旅行に引っ張り出してくれた知人。障害を持って生きる自覚を促し意識改革の原点となった障害者グループ。特に、ネパールのポカラで子供たちの学習支援をする私より年配の生まれつきの脳性麻痺者はその生き様で、障害は閉ざされた闇の世界ではなく、その周囲には生きる希望に繋がるたくさんの扉があり、その扉を開くのは自分自身だということを教えてくれた。また、主体性獲得を支援してくれた外来リハの作業療法士たち。そして、障害者となって 20 年余、入浴介助と身体維持を親身になって支えてくれている訪問看護師の皆さん。こういった方々に出会わないと今の私はなかった。

上述のように、私は受傷後およそ 5 年間絶望の淵をさまよった。当時のことを思い返すと、ずいぶん長い期間を立ち直ることもなく生きる屍として過ごしたものだと思うけれど、いま考えると、むしろ時間をかけて自分が普段考えることのなかった生と死の問題に触れることができたということで、それはそれで今の自分にたどり着くまでに必要な道のりだったのかもしれない。

そんな苦悩の期間を含めて、私は自己再生を果たすことができた。未知の世界で、未知な事柄に出会うたびに、それらに対処することで未知の自分が引き出されていく。その積み重ねで新しい人生が構築されていく。これができたのは、ひとえに心優しいたくさんの人たちとの出会いによる。彼らの協力や支援、生き様をみさせてもらったことで、日々の生活の中に居場所や生き甲斐を見つけ、自己再生をはかることができた。

そして、どんな小さなことでもそれが形となれば自己評価でき、その評価が次のステップへの原動力となって”新しい自分”が上書きされていく。こうして、日常生活で、あるいは地域社会で、障害は負の資質ではないと自覚できるようになると、更なる生活の豊かさや質の向上、人生の充実が実感できる構造を自ら構築できるようになった。“障害があるという事実”は変えられないけれど、“障害のある人生”はいくらでも変えられるのだ。

こうして私は今、健常時とは違った幸せの中にいる。これまでに出会ったたくさんの人たちには感謝の念がたえないし、これからの出会いも大切にしていきたいと思っている。