

活動の場を広げる

ユニバーサル デザイン



はじめに

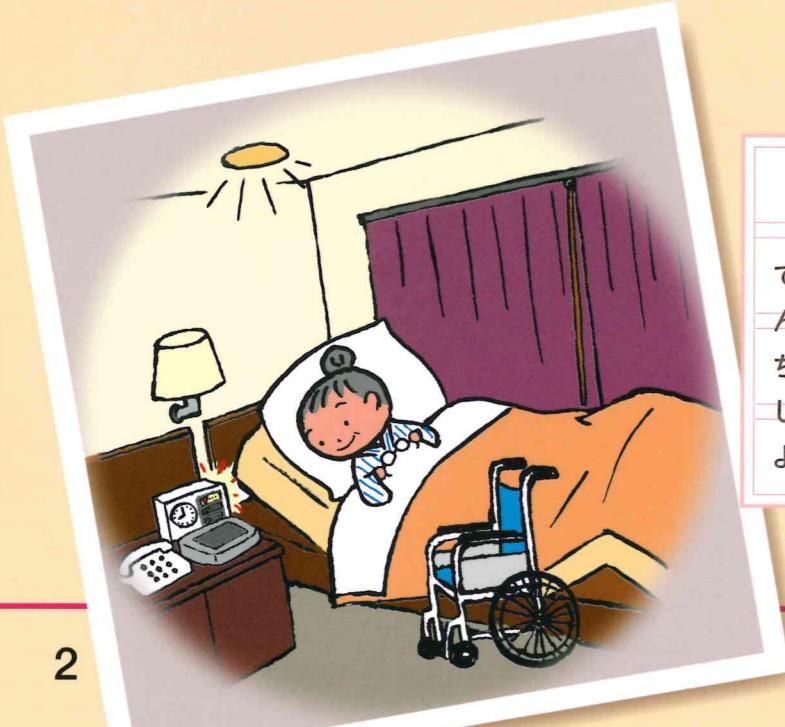
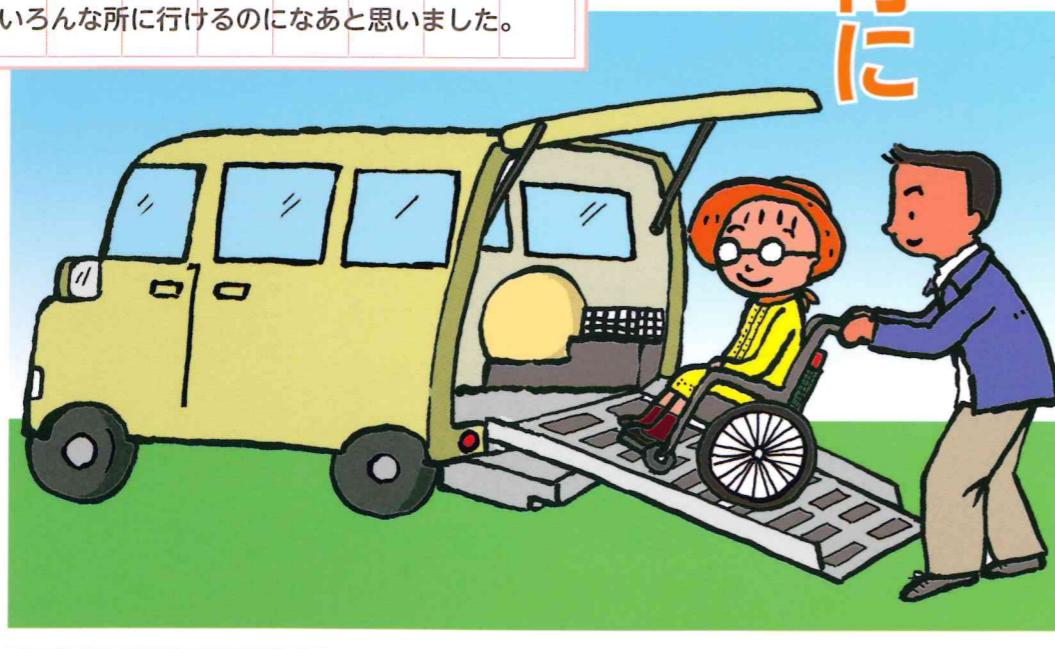


夏休み、みんなで旅行に行つたよ。

夏休み、家族そろって旅行に行きました。おばあちゃんは車いすに乗っているけど、少しは歩けるし、まだまだ元気なので、いっしょに行くことになりました。

空港のサービスカウンターに行くと、赤ちゃんをベビーカーに乗せた人や、おばあちゃんと同じように車いすの人もいて、「トラベルヘルパー」という人が手伝っていました。

ぼくは、トラベルヘルパーという仕事があるなんて、知りませんでした。でも、そういう人がいたら、おばあちゃんもきっともっといろんな所に行けるのになあと思いました。



旅行先ではホテルに泊りました。ホテルにはバリアフリーの部屋があって、おばあちゃんとお母さんとお姉ちゃんがその部屋に泊りました。おばあちゃんは、車いすのままトイレに入れるし、顔も洗えるので、「ずいぶんと楽だよ」と言っていました。



海にも、遊びに行きました。港に行ったら、車いすから降りてヨットに乗って楽しんでいる人たちがいました。それは「アクセスディングー」というヨットだそうです。

ぼくは、今まで旅行に行っても車いすに乗っている人ことは気にしないで、自分のことだけ考えて遊んでいました。でも今回の旅行は、おばあちゃんといっしょだったので、車いすの人のことがとても気になりました。そして、ちょっとした工夫で、みんながいっしょに楽しむことができることを知りました。

これからは、車いすが必要な人だけでなく、目の見えない人、耳の聞こえない人、病気の人など、いろんな人のことを考えようと思いました。



だれもが好きなことができる社会のために

好きなときに、
好きな場所に行く。
好きなことをして楽しむ。

これは、だれもがもっている権利です。

もちろん、いろいろな理由で、それがかなわないこともあります。たとえば、学校があるとか、勉強しなければならないとか、お金が足りないとか、時間が合わないとか、そんな理由で好きなことができないこともあります。

でもそれは、学校が休みの日にする、勉強をしてからにする、お金をためてからにする、時間を調整するなど、いくらでも解決方法はありますね。

問題なのは、自分で解決できないことで、好きなことを楽しめない場合があるということ。

たとえば、障害があることで、旅行ができない、スポーツができない、映画やしばい、美術品など見に行けないのは、おかしいですね。どんな人でも、「楽しむこと」をあきらめる必要はないのです。

そんな、だれもが好きなことができる社会にするには、どうしたらいいのでしょうか。この巻では、いろいろな人の「活動」の場所を広げ、さまざまな人の「楽しみ」のために働いている人、実際に自分の「好きなこと」を追求している人たちが登場します。

どんなお話をしてくれるのでしょうか。そこには、どんなユニバーサルデザインの考え方があるのでしょう。お楽しみに！

す 好きなときに 好きな場所へ

ちょっとしたお出かけや泊まりがけの旅行のとき、ずっとつきそつて手伝ってくれる**トラベルヘルパー**さん。足を切断した人が、義足を使って毎日を不自由なく過ごせるように訓練してくれる**理学療法士**さん。どんな人でもゆったりとくつろぐことができる**ホテル**。

さまざま人の「好きなこと」を支えてくれる人たちがいるよ。



トラベルヘルパーがいれば

宇田川広子さん ● トラベルヘルパー (株式会社 SP! あ・える俱楽部)

「旅行に行きたい！」と思っても、なかなか行けない人がいる。そんなとき、手伝ってくれるのが、トラベルヘルパーさんだよ。



からだに障害があったり高齢になったりすると、気軽に外出したり、ましてや泊まりがけの旅行には行けないなと考えてしまうものです。

本人に行きたい気持ちがあっても、家族の支援だけではどうにもならないこともたくさんあります。移動の手段はどうするか、旅行先の施設などはどうなっているなどを調べて、そういう方のお手伝いをするのが、私たち「トラベルヘルパー(外出支援専門員)」です。



私は、もともと介護施設で働いていました。施設の中はもちろん安全で安心できる環境ですから、そこには毎日ケガもなく、おだやかに過ごせます。でも、その施設で入所者から「故郷でお墓参りをしたい」「自分で洋服を買いに出かけたいけど、迷惑をかけるから」などの声を聞き、「自分に何かできることはないか」と考えて、トラベルヘルパーを始めました。



介護施設や自宅とちがって、旅行は環境が変わります。必要なものがすべてそろっているわけではないし、打ち合わせをきちんとして十分な準備をしていても予想外のことがたくさん起こります。

宇田川さんは、たくさんの資格を持っていますね？

私は、ホームヘルパー、ガイドヘルパー、上級救命技能、トラベルヘルパーなどの資格を持っています。トラベルヘルパーは、介護技術を身につけていて、介護が必要な方にも認知症*の方にも対応できる外出支援の知識を持っている介護旅行のプロです。

ところが、実際の旅行では習った知識どおりで



どこへでも行ける



空港や駅は、ずいぶんとバリアフリー化が進んで旅行がしやすくなっています。でも、行きたい場所すべてがバリアフリーであるとはかぎりません。欲しいところに手すりがない、車いすでは上がれない段差があるなど…。まだまだ、の場所も多いんです。

介護される側の方にはどうしても遠慮の気持ちがあって、「自分はまわりに迷惑をかけている」と思っていることが多いので、そんな気持ちをもたずに旅行を心から楽しんでいただきたいです。



良かったことは？

旅行中、病気のために笑えなくなっていた人が笑うようになり、言葉がずっと出てこなかった人からあいさつをされたりということもあります。そんなときは、うれしいですね。

自宅や施設でただじっとしているより、多少の負担はあっても外に出たほうが新しい刺激を受けて、生きる意欲が高まることもありますので、心のリハビリになるのではと思います。

でも、環境がちがう中の旅行はつかれがたまりますから、旅を続けているうちに楽しめなくなってしまうこともあります。そこを私たちがさりげなくおぎなって、負担が少なくなるように心

がけています。

帰宅するまで楽しい気持ちで過ごせて、よい思い出をたくさん作れたら、旅行後も心のリハビリが続けられるのではないかでしょうか。



気をつけていることは？

使わないとからだの機能はすぐおとれてしまいますが、介護は「何でもしてあげる」だけではなく方のためにならないこともあります。旅行中はいろいろな介護をしますが、旅を終えて毎日の生活にもどったとき、旅行前にできていたことができなくなっていた、などということにならないように、自分でできることはなるべくふだんどうおりにやっていただくようにしています。

そのうえで、ちょっとした体調の変化に気づくことや、してほしいのに言えないでいることはないかをくみ取れるようにしています。

家族ではないから遠慮して言えないこと、逆に自分でできるのにたよってしまっていることの区別をつけて、必要な介護が適切にできるようにつなに気を配ることも大事なんです。

4巻 P19 Check A Toilet も読んでね。



電車の優先席、多目的(多機能)トイレ、駅のエレベーターなどは、基本的にはだれが使ってもいいのですが、「それしか使えない」人がいることもわかってほしいです。

世の中にはいろいろな状況の人がありので、それを使わなくてもすむなら、ゆずる気持ちをもってくださいね。

宇田川広子 (うだがわ・ひろこ)
1963年東京都出身。30代から、介護の仕事を始める。ホームヘルパー1級、ガイドヘルパーなど、さまざまな介護職の資格をもつ、トラベルヘルパー。

*認知症=いったん発達した数々の精神的な機能がだんだん減り、なくなっていくことで、日常生活・社会生活を営めなくなった状態をいう。ものごとを記憶する、考える、判断するなどの認知機能が低下する。さまざまな病気が原因となる。



おきなわ 夏休み、沖縄に行ってきました

トラベルヘルパー宇田川さんの仕事

1 打ち合わせをしっかりします

Kさんのご家族から依頼があり、スタッフの宮下さんと打ち合わせをします。宮下さんは、事前にKさんのお宅にも打ち合わせに行きます。



3 沖縄でも介護タクシーを利用しました

介護タクシーは事前に予約しておきます。毎日、さまざまな場所に出かける足になります。必要なときは、運転手さんも手伝ってくれます。宿泊にはバリアフリーの部屋とご家族の部屋を予約しておきました。



旅のユニバーサルデザイン トラベルヘルパー という仕事

「だれでも、いつでも、行きたいときに自由にどこにでも行ける」ことができたらいいですよね。

そのために、さまざまな施設や交通機関などのバリアフリー化や、さまざまな制度が整備されてきています。でも、どんな人でもまったく問題なく快適に使えるものはないなかありません。足りないところは人の手で補っていくことになります。

何が必要で、どんなことをすればいいかは、ご本人の「気持ち」を第一に考えますが、どうやってその「気持ち」を尊重し、引き出すかは介護する側の接し方によります。その接し方と考え方をみんながもってくれば、ユニバーサルデザインはもっと進むのではないかと思います。

ただ、人の手だけで補っていくのは限界がありますし、不便さは本人以外にはなかなかわからないものなので、介護しているときに気づいたことはどんどん声を上げて知らせていくことも大切かなと思っています。今は不便な施設でも、将来は便利になっていればたくさん的人が助かりますよね。



4 旅先の食事も楽しみです

Kさんは最近食事の量が少なくなっているとのことなので、ゆっくり楽しめるように、個室をお願いしました。



おきなわ 夏休み、沖縄に行ってきました

トラベルヘルパー宇田川さんの仕事

1 打ち合わせをしっかりします

Kさんのご家族から依頼があり、スタッフの宮下さんと打ち合わせをします。宮下さんは、事前にKさんのお宅にも打ち合わせに行きます。



2 空港で出発準備

当日はKさんの家から介護タクシーに乗り、東京羽田空港に。空港では窓口に行って空港職員に車いすの手配をお願いし、トイレもすませておきます。



3 沖縄でも介護タクシーを利用しました

介護タクシーは事前に予約しておきます。毎日、さまざまな場所に出かける足になります。必要なときは、運転手さんも手伝ってくれます。宿泊にはバリアフリーの部屋とご家族の部屋を予約しておきました。



4 旅先の食事も楽しみです

Kさんは最近食事の量が少なくなっているとのことですので、ゆっくり楽しめるように、個室をお願いしました。



5 海中展望船に乗って魚を見ました

海中展望船に乗って魚を見ました

甲板までは車いすで乗れましたが、船室はせまい階段を下りたところにあります。介護タクシーの運転手さんが背負って上り下りしてくれましたが、ヒヤヒヤしました。



6 今年も海に入りました

Kさん一家とは今年で4回目の旅行です。毎年、Kさんは海に入るのを楽しみにしています。日焼けしそうないように、かさで日かけをつくりました。



7 海底水族館です

長い階段の下にあるのですが、リフトがあることを調べてあったので、安心です。



8 飛行機の乗りかえ

飛行機に乗るときは、自分の車いすではなく、専用の車いすに乗りかえます。航空会社の乗務員さんが手伝ってくれます。



介護旅行をするには？

しおつかきょういち
篠塚恭一さん 株式会社エスピーあ・える俱楽部



「あ・える俱楽部」では、トラベルヘルパーの派遣だけではなく、旅行全体の計画、乗り物や宿泊先の手配なども行っています。

旅行を希望される方には、以下の3つを確認します。

①ご自身が旅に出たいという希望をもち、その意思確認ができます。

②ご家族やそれに代わる方(日常生活がわかる方)が同意していること

③主治医やケアマネージャーなど医療・介護の専門家(白ごろの介護状況がわかる方)の許可があること

国内・海外旅行だけではなく、お買い物やコンサート、お墓参りなどのちょっとしたお出かけもお手伝いしています。



おばあちゃんとの旅行、楽しそうだね。トラベルヘルパーは、どんどん増えているんだって。キミもお年寄りといっしょに旅行したら、いろんなことが見えてくるかもね。

