

なにゆえ自立？

支え合いながら「当たり前前」を
生きるという選択

一人暮らしを始めたのは最近のことではなく、もう三十年程前になります。現在は百歳になり、今も一人で暮らしています。最初は自立しようと思っていたわけではなく、おふくろが高齢になって体を壊して亡くなってしまったことがきっかけでした。その後、弟夫婦の家で暮らす時期もありましたが、介護をしていた弟の奥さんが腰を悪くしてしまい、このまま続けるのは難しいと感じました。そのため療養園に入り、施設で二十年近く生活しました。ただ、そこでの人間関係や職員とのいざこざもあり、最終的に施設ではなく地域で暮らしたい、自分の生活として生きたいと思うようになり、自立を決めました。その選択が、今の暮らしにつながっています。



伝わらない苦しさ、積み重ね

介助者との関係で一番つらかったのは、話を聞いてもらえないことでした。何回言っても伝わらないと、気持ちが追い込まれることもあります。文字盤などを使いながら少しずつ通じるようになりました。介助者もわざとではなく、余裕がない時もあります。それでも、何度もすり合わせていくしかないと思っています。



自立して見えた現実と、暮らしのかたち

今は24時間体制で介助者に入ってもらっています。初めは朝と夜の2交代から始まりましたが、介助者の体への負担が大きくなり、今は3交代制にしています。お風呂は訪問入浴のサービスを使っていて、週に2回入っています。外出も時々しますが、普段は家で原稿を書いたり、本の直しをしたりして過ごしています。自立すると自由になりますが、生活を回すには人の力が必要で、その調整が大変だと感じています。

自立とは何か、これからの未来

『愛と心の問題としての介助』
自立とは、一人で何でもやることではないと思っています。介助を受けながら、自分の生活を自分で決めることです。介助には愛と心の問題があり、利用者だけでなく介助者の側も大変です。腰を悪くしたり、気持ちがすり減ったりします。これからは、介助の現場で起きていることや働き方について、もっと多くの人に知ってもらいたいと思っています。今やっている活動を広げて、同じ思いで動いてくれる人を増やしていきたいです。だからこそ、働き方を見直して、無理のない形にしたいです。うまく働いてくれた介助者には感謝状をあげたいと思っています。たんぼぼ党の活動も、そうした思いから続けています。介助者と利用者が対等な関係でいられるように、これからは部会も大きくして、働き方そのものを伝えていきたいです。



(左) 今井さん(介助者) / (右) 松田さん(当事者)

松田 春廣 (まつだ はるひろ)

戦争体験を持つ障害当事者として、自立生活を30年以上続けながら、介助を受ける暮らしと平和への思いを言葉にしてきた。現在は24時間介助のもと地域で暮らし、「たんぼぼ党」の活動を通して、介助者と利用者が対等に生きる社会の在り方を伝えている。

自慢の利用者さんを募集します

東京都介護福祉士会では介助を受けながらも自分の意思で生きることを選んだ方、これから一步を踏み出そうとしている方の「暮らし」「想い」「挑戦」を丁寧に取材し社会へ届けています。

自立の可能性と介護の在り方を広く伝え、まだ知られていない“当たり前前”の価値を社会に広げていくため、あなたの自慢の生き方をぜひ聞かせてください。



公益社団法人東京都介護福祉士会 障害福祉部会 担当：宮里
訪問部会 担当：西村