



助けられ大賞

「人はひとりでは生きていけない」

須坂市八幡町 黒岩 明子

私は、若い頃夫が亡くなり、長い間ひとり暮らしをしています。13年前にリウマチを患い、手先もうまく動かず、不自由な生活をしています。6年前には左足を骨折し、現在は要支援1に介護認定され、転ばないように気をつけながら、ヘルパーさんや、デイサービスを利用するとともに、ごみ出しや雪かきなど近所の人に助けられながら生活しています。

幸いにも車の運転が何とかできるので、買い物は自分で行っています。でも困ったことがあればその都度お願いしています。自分でペットボトルのふたを開けられないので、買った時に、お店の人に開けてもらっています。重い物はお店の人に車まで運んでもらっています。障害者用の駐車スペースがあり助かりますが、時々開いていないこともあり、遠くに停めた時は、通りかかった人に「このカートを運んでもらいますか」と、お願いしています。皆さん快く引き受けてくれます。

いつも自分で持てるだけ買い物をしていますが、ついつい衝動買いをしてしまい、たくさん買いすぎてしまったため、家に帰ってから運び出せなくなりました。とりあえず車を家の前におきしばらく待っていることにしました。そこに知人が通りかかったので、これ幸いに「助けて」と声をかけ、家の中まで運んでもらいました。

知人の告別式に出席するため、礼服に着替えていたところ、後のファスナーが自分では上げられませんでした。困って近所の友人に電話したところ、快く来てくれて、上げてもらいました。その後もファスナーはこの友人がやってくれ、事前に頼んでおくと「そろそろファスナーの時間かな」と電話がかかってきます。

ごみ出しも、自分でできるときは、カートを押しながら自分でするようにしています。

先日ゴミを出したところ、袋に名前が書いていないことに気付きました。私の足では一往復がやっとなです。困っていたところを、中学生が通りかかりました。事情を説明すると、ペンを貸してくれて、名前を書くことができました。私の家の前はたくさんの中学生在通りますが、いつも会うと気持ちのいいあいさつをしてくれます。日頃のちょっとしたあいさつですが、気持ちよく交わされることで、いざという時も、気軽に頼めるのではないのでしょうか。学校の先生や、親御さんの教育の賜物だと思います。

最近になって、町のお茶のみサロンへも参加させてもらっています。足が悪いので皆さんにご迷惑がかかるのではないかと、参加することに気がすすまなかったのですが、多くの方が誘ってくれたので、行くことになりました。おかげで、色々な人と話ができ、町のことがよくわかるようになりました。思い切って行ってよかったです。

人の世話になりたくない。という思いは私も持っています。

以前メセナホールの駐車場の階段を、ゆっくり登っていると「おばあちゃん、大丈夫」と子供が優しく声をかけてくれました。涙がでるほどうれしかったのですが、「ちょっと手を貸して」とはいえませんでした。

そんな私でしたが、どうしても頼まなければならないことを重ねるうちに、自然とお願いできるようになったと思います。

ひとりの人に何でも頼むと、その人の負担が大きくなってしまうので、いろんな人にその場その場でお願いしています。「困ったときには、すぐに来て上げる」と言ってくれる人もいて、感謝するばかりです。これからも、できることは自分でやってみて、危なかったらお願いして行きたいと思います。人はひとりでは生きていけないのだから。





助け合い推進会議会長賞

交通事故から高次脳機能障害へ、そして今

高山村高井 宮沢 房江

息子、直希は平成20年4月、念願の高校に入学し自転車通学を始めて間もない6月16日、学校に登校途中トラックと出合い頭に衝突、意識不明で緊急病院に運ばれました。いろいろな機器につなぐれ、変わり果てた息子の姿を見たときは<もうだめだ>と思いました。絶望の中にも一縷^{いちる}の望みをもち本人の生命力を信じる中、次第に危機的状況から抜け出すことができました。

15日たっても^{かくせい}覚醒していないと言われ、20日目に説明があり「持ち直したが、高次脳機能障害が残る」と言われました。

その後、頭の骨を戻す手術をし、治療は終了となり、リハビリ専門病院に転院し3か月、そして県立総合リハビリテーションセンターに7か月と、10か月に及ぶ入院リハビリをし、病院を退院しました。

退院後はどうするか、須高地域障害者支援センターが中心となり支援会議を開いていただき、高山村の共同作業所へ通えるよう筋道をつけていただきました。作業所での作業と通院リハビリを9か月しました。

事前準備を重ねていた養護学校への入学は平成22年4月に実現しました。今は高等部2年生として毎日楽しく学校に通っています。

高次脳機能障害。この聞きなれない障害を、救急病院の医師から初めて説明を受けた時、人間らしい感情が損なわれ、感情のコントロールができなくなる。などと言われ愕然^{がくぜん}としました。不安な日々を過ごすうち、他にも苦しんでいる人たちがいることがわかりました。県リハで「高次脳機能障害患者・家族の集い」が行われていて、初めて出席させていただいた時、

先輩の当事者から「見た目ではわからない障害で、寝食を共にした家族しかわからないつらさがある。あなたのつらさはわかるよ。ここでしか話せないこともあるよね。」と言われた時は、うれしくて涙が出ました。話せる場、聞いてくれる人がいることが、こんなにありがたいことなのだと実感しました。

そして、須高地域の障害者の親のサークル「きらくサロン」でも、福祉のこと、学校のことなどの情報交換できる場があります。それぞれの悩みや障害は違っても、痛みをわかり合える場で、ここでも私は助けられています。

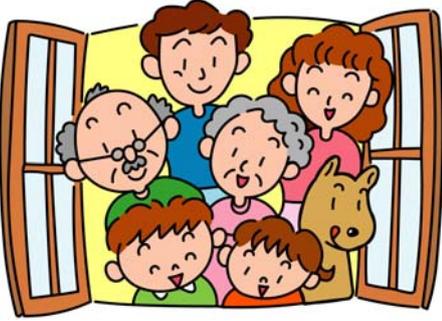
直希はというと、支援事業所による休日の移動支援と、近くの卓球の好きな仲間から声をかけていただき、月2回2時間ほど、楽しく汗を流しています。「練習がしたい」と声があがり、母親が中心となり始めたもので、中学時代に卓球部だった直希も一緒にどうかと声をかけていただきました。たった3人から始まった卓球ですが、今では野球観戦を一緒に楽しんだ地域の人、興味のある人、仲間に入りたい人なども加わり輪がひろがり、名称も<高山テーブルテニス>と決まり運営を徐々に親から本人たちに移行し活動しています。

高次脳機能障害は記憶、注意、遂行機能、社会的行動などが障害されているため、忘れたり、段取りができなかったりします。中途脳損傷者が多く、障害の認識のない人や周りに言えない人がたくさんいます。障害は多様で一見すると健常者と変わらない人もいます。受傷後に社会復帰しても、今までできていたことができなかったり、何を優先したらいいかわからず、怠けていると思われてしまったりでトラブルとなり、結果、職を失ってしまったり、引きこもってしまったりする人が多くいます。

10月15日に山ノ内町で、脳外傷友の会全国大会が行われましたが、そのシンポジウムでパネラーの人から「普段は黙っていても支援したいと思っている人がいる。本人も家族も応援がほしいと声をあげて」という呼

びかけがあり、私もそう思いました。突然の交通事故から3年、一時は死を覚悟し、どん底の状態でしたが、周りには理解しようとしてくれる人もいて、言えば助けてくれる人もいます。だから、一人でも多くの人に「助けてと言っているんだよ」と声をかけていきたいと思





須坂市社会福祉協議会会長賞

ご近所のありがたさ

須坂市松川町 鹿野 洋子

もともと腎臓に病気をもっている主人は、今年の5月半ばの頃からよく転ぶようになりました。

その病気のせいだろうと思いましたが、病院で検査をしてもらおうと硬膜下血腫でそのまま入院、手術をすることになりました。

悪いことは重なるもので、主人の入院中私は自転車で転び膝にぱっくりと傷口があき出血してしまいました。ただただ呆然としてしまい、立ち上がることもできずに「救急車を」と思いましたが、民生委員当事りに学習した「助けて」と言ってみようを思い出し、隣のOさんに電話で「助けて」と叫んでいました。

御夫婦ですぐに来て、病院に連れて行ってくださり、筋肉縫合の手術は無事終わりました。

手術の後も、Oさんは車の運転ができない私をずっと毎日病院へ送り迎えをしてくださいました。その時は主人の車を使用し気兼ねのないように配慮してくださいました。

また、あきらめていた畑の野菜の収穫も全部やってくれたばかりか、そのあとの後始末や耕すことまで全部やってくれ、今は私たちが耕す以上にきれいになっています。庭の手入れも、木島の湧き水も運んでくれました。そして、困ったときにはいつでも連絡するようにと携帯電話の番号も教えていただきました。主人の退院後も病院や外出するときはいつも快く同行してくださり、身内でもこれほど親身に出来ないくらいなのになににいくら感謝してもしきれない気持ちでいっぱいです。

主人の手術は無事終わり、退院してもいいといわれましたが、私も動く

ことができません。この先どうしようかと途方にくれたとき、助けてくれたのは民生委員時代からの友人でした。私の話を真剣に聞いてくれ、食事にも誘ってくれたりして私の不安につきあってくれました。

主人は退院直後から、グリーン在宅介護支援と新生病院通所リハビリの連携で適切なリハビリを受け今では近所の畑くらいまでは私と一緒に車を運転できるまでになりました。

また、以前から地域のマレットクラブや謡曲クラブに参加していて、8月から再開できるようになりました。最初は同じクラブの方に送迎をしてもらっていましたが今は一人でいけるようになり、リハビリもかねて毎回とても楽しみにしています。

主人が倒れてから半年あまりが過ぎましたが、Oさんをはじめご近所の皆様方には今もあいかわらず町ぐるみで助けてもらっています。

主人も「自分がこんなに元気になったのは近所の方のおかげ。こんなに応援してもらって、感謝しても感謝しきれない。」といつも言っています。

どう恩返しをしていいかわかりませんが、私も近所の一人暮らしのおばあちゃんの見守りなどできることをしながら、これから先も主人と二人ががんばっていこうと思います。

助けて頂いて本当にありがとうございました。これからもよろしく願いします。

