

「からだ」を失う

横山 叡*

Loss of the “body”

Satoshi Yokoyama

キーワード

今頑張る

今頑張らなくていつ頑張る

I 幸の絶頂から、奈落の底に

定年退職後 2 年、家庭的な面から、友人、仕事、趣味のことまで、すべてのことが自分の予定どおりに進み、さあ今年から新たな気持ちで頑張るぞ……。

1996年 4 月 3 日、朝、志賀高原スキー場、寺小屋山の山頂付近を滑降中、自分自身の技術力への過信と油断、不注意が重なり転倒受傷し入院。診断の結果、第四・第五胸椎粉碎骨折、「胸部以下機能完全廃絶」と宣告され、以降車椅子人生を送るために、「生きている自分より、生かされている自分を大切に」と心に誓い汗と涙に濡れながら懸命に治療と訓練に励み、目前の厳しい現実には立ち向かい、周囲の人たちに励まされながら、頑張っている姿が現在である。

*文京区教育センター

1. 受傷時の絶望感

事故を起こしてはだめと、つねづね自分に言い聞かせ、他人にも注意してきた。自分が起こしてしまったそのショックは大きかった。

転倒して失神したことは確かだ、いつもとは違う、目の前が何も見えない、頭を振る、空が見えてきた、自分がなぜこうなっているのかわからない。時間がどれくらいたったのか。意識が戻ってくる、胸から下がどうなっているのかわからない……背骨をやってしまった……車椅子生活……頭の中を掠める。同行者の心配そうな顔が見える。激痛が襲ってくる。時々意識を失いながら北信総合病院へ。早く手術をしたい、でもこの病院ではできない、動かせるようになるのを待って東京の順天堂大学病院へ移送とのこと、わずかな望みを持ち続ける。

北信総合病院第一夜、呼吸困難を起こし死を覚悟、「肺に折れた肋骨が刺さって肺に出血、即手術」。食欲、大小便の意識、知覚感覚まったくなし。寝返りもできないで看護婦と付き添いの世話になるだけ、「この状態で生きて行くのか」と思うと絶望感に襲われる……死……。

2. 一級一種身体障害者——車椅子生活告知

4週間後、肺からの出血が止まり、長野から東京の順天堂病院へ移送される。医師団に囲まれ検査、診断……ICU病室へ。その後、毎日の診察以外音沙汰なし。心配？ 1週間後主治医が時ならぬ時間に資料を持って現れる。……手術か？ このまま傷口を固めて、できるだけ早くリハビリに入るとのこと。一瞬目の前が真っ暗になる。……「自分も、家族も」……医師や看護婦、家族その他周囲の多くの人たちの懸命の励ましで3日くらいで生きる力が湧いてくる。

3. 職場復帰を目指して懸命の努力

順天堂病院で4週間を過ごし、所沢の国立リハビリテーションセンター病院へ移送され入院。周囲に、受傷原因と程度は違っても同じような傷害を受けている人の多さに驚く。医師、看護婦、家族、兄弟、職場の同僚、教え子たちと

「からだ」を失う

その保護者等々多くの人たちの励ましで日に日に「生きる力」を与えられ、俺は生きるんだという気持ちになり、そのために必要な寝返り、食事をとって大小便の始末、車椅子に乗る、自動車の運転等の能力を自分で自由に使える胸部から上の部分を「鍛え教え込む」。苦しさに何度か挫折しそうになりそのつど励まされ、立ち直って俺は生きるんだ。おかげさまで6か月でリハビリを卒業、合計8か月で入院生活を終え、1996年12月1日職場復帰をした。今は1日1日を大切に、「生きている自分より、生かされている自分を大切に」と心に誓い生きている。

II 職場復帰からの頑張り

職場復帰をして、志木市から文京区大塚まで25キロの道程を自分で車を運転して週4回通勤する。第1日目、試運転もなしに周囲の人たちの心配を尻目に元気な時の経験をもとに家を出た。妻が教育センターに連絡したらしく、幾人かの方が心配顔で待っていてくれた。1時間半の運転も初めてで緊張していたせいか、あまり疲れは感じていなかったように覚えている。

職場では、復帰するとはいっても、まさか退院した翌日から出勤してくるとは思っていなかったらしく、受け入れの準備は整っていなかった。本人が来てからいろいろと聞いて手直しすればよいくらいに考えていたらしい。教育センターだから身体障害者が出入りすることを予測して設備が整っていると皆が思っていたし、これまでも車椅子の生徒が使っていた。

駐車場も広い。駐車場から玄関までの入口も、やや急ではあるが階段の横にスロープがあるし、玄関も自動ドアになっている。部屋は二階だがエレベーターもあり、車椅子用のトイレも本人の使う机もある。しかし、今までの利用者は介助者が付いていた。

自分で車椅子を走らせる者にとっては、いくつか改善してもらわなければならない点ができた。

第1日目の朝から施設係の人が私についてまわり、改善すべき箇所をチェッ

クしていく。事務室のドア、自室のドア、印刷室のドア、よく使う研究室のドアを横開きに直すこと、トイレの支えの位置を変えること等々、問題箇所は多く、さて帰るときになると、駐車場で私の自動車の両脇に車が止まり、私が自分の車に乗り込めない状態になっている。私の車には、はっきりと前後に障害者マークが着いているのに……。

全館放送で関係の車の運転手を呼び出してもらい解決した。次の日からコーンポストを置いて対処した。1日目を終わり、1時間かけて帰宅したときにはさすがに疲れ果てていた。考えてみると、周囲の人たちがこれだけ気を使っても、車椅子生活に対応しきれない状態である。一般社会でのバリアフリーについてはなお考えさせられる。

朝5時30分に起床して6時30分に自動車に乗り込み家を出る。8時00分に職場に着き、部屋で車椅子の上で二つ折れに前に倒れて一休みして、9時00分から仕事に入る。12時～13時00分まで昼休み。食事後、車椅子の上でまた二つ折れで休む。午後は、4時まで仕事をして、自動車に乗り込む。1時間10分かけて、5時に家に着く。ベッドによじ登りひたすら腹を伸ばし休む。この勤務が自分の体のリハビリになると思い、1週間頑張り続けた。周りの人たちもそう思っただけで何も言わなかった。

しかし、無理であった。せめて朝、昼の休みにはしっかりとベッドで休むくらいしなければ、と思い保健室に行くことにした。

とにかく、1か月間は無我夢中で頑張り続け、12月末から1月初めにかけての連休がきて、ほっと息が抜け、我に返った。家族も心配はしていたものの、声のかけようがなかった。周囲の人たちも自分たちの周りに突然降って湧いたように車椅子生活者が現れ、どう扱ってよいかわからない状態で、パニックに陥っていたらしい。

III 自分を励まし生きていく気力を創る

職場復帰から1か月後、家のバリアフリーも職場の工事も、ようやくこれな

らばというくらいに完成した。活動しやすくなるに従って、私自身にも身体的、精神的な余裕も出てきた。

仕事も自分の職場から外へ出なければならぬことが多くなってきた。行くのは車椅子か自動車で行くので苦にならないが、行った先で階段が多くの人たちの手をわずらわせなければならぬ場合が多く、それが心苦しい。夢中のときはそれでよかったが、やがてどうしてこんなに車椅子生活者が生活しにくいのかという思いに変わっていった。

生活に余裕が出てきたせいか、夜、時々夢を見るようになった。その時は必ず元気に楽しく両足で走り回っている夢だ。その後は目が覚めて俺はどうしてこんなになってしまったんだと泣き嘆く。しばらく泣いたのち、俺は頑張るんだと思っておして眠る。家族はこの状態に声もかけられず耐えきれない気持ちでいたらしい。

やがて、朝起きて職場に通うことが自分の生きがいようになってきた。休日には、体力と気力をつけるために、家の周りを車椅子で坂道の上り下り、長い距離の練習もするようになった。体力がつくにつれて周りを見て生活するようになってきた。と同時に自分の周りの人たちも車椅子生活者に対する理解も深まってきたが、まだまだ自分の行動範囲だけである。

遠くにも行ってみたい、旅行にも行きたい、電車にも乗ってみたい、何か運動もしなければ、限りなく思いは広がる。でも、誰かが傍で手伝ってくれないかぎり無理だ。家族が声をかけてくれるのをじっと待つだけ。

退院後、月に1回定期検診と痺れ止めの薬をもらいに国立リハビリテーションセンター病院に行く。この時だけはなぜか精神的にほっとして心が休まる。周りに自分と同じような人がいるし、かつて一緒に訓練を積んだ仲間会えたり、指導してくれた先生、看護婦さんから励ましの言葉がかかったりするから、家に帰ってきたときには清々しい気持ちと同時に、明日への頑張りの力が湧いてきている。その時にかかる言葉は、決まって、「頑張ってるねー、横山さんのような人が恐がらずに外へ出てくれないと、なかなか一般社会の人が車椅子生活者を理解してくれないよ」というものであった。

今考えてみれば、この頃は、誰に言われることもなく、自分を自分で励ましつつ1日1日を必死で生きていた。

1年後、読売新聞の社会面で、「人間模様」という欄に私の記事が大きく取り上げられた。結果、全国に散っている昔の仲間や教え子たちから、どうしたんだ、頑張れのメッセージが届くようになった。直接、わが家まで訪問して頑張れを言ってくれる人もいた。

自然と生きる勇気も湧いてきたし、頑張る力も倍加された。と同時にどうしてこんな姿で、俺は生きていかなければならないんだと考えることも少なくなった。

……何が何でも生きていくぞ……そんな気持ちで毎日の勤めに夢中になって職場に通った。そこには精神的余裕も何もない、ただそれだけ。

横山さんの頑張っている姿を見ると、ただそれだけで励まされる、いつまでも私たちにその姿を見せてください……その言葉が素直に受けとれた。

IV 今日も生きなければ、「痺れと戦いつつ」生きる喜びを見つけて

朝、目が覚めた。からだが痺れている。……ア……今朝も生きている。これに耐えて生きるのか、つらいな。必死で耐えて着替える。俺は生きるんだ。自然と涙が出てくる。食事をして薬を飲み、元気を取り戻して、1日の活動の始まりだ。この頃から、胸から腹にかけての痺れがだんだんとひどくなってきた。

この痺れさえなければ何でもできるのに。痛い、痺れる、熱い、痒い……そんな感じが1つになった。痺れが1日24時間続く。何とかこの痺れから逃れようとするが、薬に頼るしかない。生きていくことのつらさを感じるようになった。

このつらさから逃れるために、主治医と相談をしても、痺れに慣れていくしかない、「人それぞれ痺れ方は違うようです」の答えしか返ってこない。結果は、許容最大限の薬を飲むことになった。

同じような障害を受けた人を探していろいろ聞いてみても、皆返ってくる答

「からだ」を失う

えは、部分的に変わっていても、大筋では変わらない答えだ。慣れて我慢するしかない……であったし、なかには、痺れのひどいときには車椅子で散歩をする、時には5キロ～6キロもする時がある、後は自分に合った運動を見つけてすること等であった。

家族が様々な情報を見つけてきて教えてくれる。そのなかから埼玉県障害者交流センターでいろいろな運動を教えてくれるということがわかった。家族と共に訪れて説明を聞き、早速、卓球と洋弓に挑戦、洋弓を続けることにした。週3日、通い続けると、やがて傍について面倒をみってくれる仲間もできた。

朝起きて着替えるのがつらい。でも、仕事が待っている、弓の仲間が待っていると思い、頑張って着替え、食事をして家を出る。自動車の中で、なぜこんな痺れと戦いながら生きるのか……。その場に着いてしまえば、時には痺れも忘れて頑張っている自分に気がつく。その後の強烈な痺れに参ることもあるが……。

新聞記事の後、いろいろな方面からの講演依頼や原稿依頼も増えてきた。これらのことに追われて時間的余裕もなくなったが、何かやらなければという体力・気力も出てきた。

1998年12月には、埼玉県障害者相談員の仕事も舞い込んできた。でも、忙しくなっても、胸から下の痺れのつらさは変わらない。

洋弓にも意欲を燃やし、頑張りは始めた。車椅子で陸上競技に参加することも考え、長い距離や坂道を練習するようになった。でも、それは痺れに勝つための手段でもあった。朝起きる、胸から下の痺れはひどい。今日も生きていた、この痺れに悩まされながら生きていくのか、いやだな……。

生きる・死ぬの気持ちを乗り越えて、俺は生きるんだ。今は生きることより死ぬことのほうがよほど大変なことがわかってきた。……家族が見守ってくれている。

生きているからこそ痺れる、と教えてくれる人もいた。「生きている自分より、生かされている自分を大切に」と思い返して、周囲の人たちに感謝しながら、今日も頑張って生きていく、自分で自分を励ましながら。