

私の車いす生活

～中央リハビリテーション部・社会生活講座より～

就業への道のり～障がいがあっても働ける可能性はあると思う～

青山 和幸 48歳 頸髄損傷・四肢麻痺

これまでの経緯

25年前、交通事故で頸髄を損傷。リハビリ訓練を3年ほど行う。退院し自宅に戻ってからは体調などが優れなかったこともあり、何の活動等もしないまま、あっという間に7年が過ぎてしまう。

就労につながればと思いパソコンを購入してパソコン講座に参加。それをきっかけにワーカー募集に応募・採用され、登録ワーカーとしてパソコンを使用する仕事をして現在に至る。

仕事以外には、「頸髄損傷者連絡会・岐阜」に参加。



在宅勤務の様子

講演内容

1. 障害と生活について

●病院での生活

入院から3ヵ月後にリハビリ専門の病院に移りました。そこでは、まずベッド上で柵を使い起き上がる練習をしていましたが、この頃は体が起き上がると立ちくらみのようなので、休憩を入れながら行い、出来るようになると、次はベッドから車いすに移乗することや衣服の着脱、物をつかむ練習などをしていました。その後、中部労災病院に移り、車いすでの移動やプッシュアップの為に筋力強化を主にし、さらに、車いすから自動車に移乗する練習なども行っていました。

●自宅での生活

自宅での生活では体調管理が難しく、特に褥瘡予防には気を使い、ベッド上では一定の時間ごとに横になったり、車いすではプッシュアップをしています。外出の時は、自宅の周りは坂道が多く駅までの移動が難しいので車を使います。

2. 仕事について

●働く為の道具

たまたまテレビで障害者がパソコンを使用して働くことを見たのがパソコンを始めたきっかけです。それでパソコンを購入し「障害者を対象にしたパソコン講座」に参加、その時この講座を委託されていたNPO法人バーチャルメディア工房ぎふで遠隔教育の話があり、参加しました。それをきっかけにワーカー募集にも応募しました。

●現在までの主な業務

業務は、在宅と通勤の2つに分かれます。在宅では「データ入力、プレゼン資料作成、eラーニング講座の講師、ホームページ作成業務」など、

通勤では「パソコン講座の講師、調査研究業務」などを行ってきました。

3. 働くために必要なこと

●日常生活について

重度障害者にとって体調管理は重要なことです。まずはどんなことで体調が悪くなるか把握すると、対処の方法が見つかると思います。それによって自分にあった生活のパターンを徐々に作っていきます。仕事をする上では時間の管理も重要になりますが、生活のパターンができていれば時間の管理も必然と出来てきますし、仕事にあわせた生活パターンに少しずつ変えることも出来ると思います。

●スキルについて

仕事をする上で必要なスキルは2つ、技術的なスキルと社会的なスキルだと思います。まず、仕事をする為にはその仕事に対する専門知識が必要です。その技術的なスキルを習得する方法は幾つかありますが、重度障害者が一般の専門学校などへ通うのは介助などのいろいろな問題があり大変です。そこで支援団体などが行っている「障害者を対象にした講習」を活用し勉強すると良いと思います。ただ勉強するのではなく、資格取得などを目標に学習すると受験日がありますから計画的に学習でき良いと思います。

また、「障害者団体の懇親会など」に参加することによって、同じような障害を持つ人と出会い、情報を交換したりでき、いろいろな人と関わることでコミュニケーション能力などの社会的スキルも習得できると思います。

自分の興味あることから、始めたり参加したりすると、そこから新たな社会参加の道ができるかもしれません。

*** 中央リハビリテーション部・社会生活講座とは ***

入院患者さん向けの生活支援応援会。社会復帰して活躍されている脊髄損傷者の方に、地域社会での生活について情報提供してもらいピアサポートの場。患者さん・ご家族の元気力アップと悩み解決に役立つ講座となるよう活動しています。