

「おにぎり革命 ～自立＝依存という不思議～」

総園長 宮下 智

東京大学先端科学技術センターの熊谷晋一郎さんは言います。「自立とは依存先を増やすことだ」と。彼は新生児仮死の後遺症で脳性まひに、そして、それから後は車椅子生活を送っています。が、同時に週2回の外来をこなす小児科医でもあります。

彼は、小学生の頃に、ふと「親が先に死んでしまったら、自分は生きていられない」と気づいたんだと言います。つまり、依存先が母親一人だけという状況に不安が高まったわけです。そして、3.11 東日本大震災の時に、停電でエレベーターが止まり、東京大学の研究室のある5階から逃げ遅れ、避難する時にエレベーター一つしか選択肢がない、言い換えれば依存先が一つしかない状況に出会います。

定型発達と言われる私たちが、自立している（依存していない）と感じているのは、実は依存先が広く浅く、そして数多く存在していて、依存に気づきにくいからで、障がい者が依存しているように見えるのは、依存先が限られていて、依存先の選択肢が極めて少なく、依存先が集中しているからだと言います。



明星では、「お母さん以外に好きな人を作ろう」と支援が組み立てられ、「知的障がい者を支援職員だけが支えているというのは間違いで、仲間同士の支え合いこそが第一の心の支えだ」と支援が進んでいます。おそらくそれは、熊谷氏がいう「自立とは依存先を増やすことだ」と同義なのではないかと感じています。



Sさん、入所以来20年、どんなに支援職員が誘っても、洗濯物を乾燥機にかけることを支援職員に頼むこと（拒否していた）ができなかった彼が、この秋口、初めて支援職員に洗濯物の乾燥を頼みに来たということが起こりました。この20年の彼の頑なさを知っている支援職員にとっては、びっくり仰天のできごとでした。彼の心の中で、なにかがはじけた瞬間でした。

それまでのSさんは、同じ時間に起き、同じ時間と場所で食事をし、同じ時間に洗濯をし、定期的に帰省し、同じ場所に外出して、同じようにガチャガチャでおもちゃを買い、同じ外食をしていました。身の回りのことはほとんど自分一人のできる彼でした。またそのことが、同じ繰り返しの生活を可能にもしていました。

趣味は、知恵の輪、どんな難解の知恵の輪でも、あっという間に解きました。そして、何度でも繰り返し遊びました。変わらない、繰り返しの暮らしの中に彼の安定があるようでした。

時に、帰省の予定が変わったりするイレギュラーが生じると、必ずてんかん発作が彼を襲いました。また、聴覚過敏ある彼には、もともと大集団の刺激は、苦痛でしかありません。それを避けるために、イヤマフをして暮らし、食事や入浴などは皆と別スケジュールでした。過剰な刺激を避けるために、生活の場所も本棟と離れた別棟でした。それでも刺激が許容量を越えた時には、パニックが生じました。そして、時間があれば、必ず雑草の草取りに精を出し、また草一本も残さない完璧の仕上がりででした。

「自閉症は、自立し過ぎ」が障がいだと言われるくらい、なんでも自分一人でやってしまうところですが、自閉症の特徴なのですが、Sさんの暮らしはまさにそれを地で行っていたというわけです。

実は、困りごとはこんなところに生じます。洗濯物が乾かない時、彼は居室で、電気ストーブを出してきて、乾かそうとします。完全には乾かない時には、そのまま衣類は、生乾きのままタンスの中にしまわれてしまいます。真下から電気ストーブを当てるので、間違えれば火事になる危険がいっぱいです。電気料だって馬鹿にしたものではないでしょう。また、共用石油ストーブの石油が無くなった時、彼は危険防止にとハンドルをはずしてある貯蔵タンクのバルブをペンチで開け、ポリタンクへ入れ給油をしてしまうのです。こんなことしちゃいけない？と感じているのでしょうか、支援職員の気がつかれないようにポリタンクを運んでいました。

「あのう、ちょっとやって欲しいんだけど…」それが伝えられないのが彼でした。

触覚過敏のある彼は、握手が苦手です。握手に応じますが、必ずその後自分の手をズボンにこすりつけ汚れ？や接触の感覚？を拭い去ろうとします。触覚過敏のある彼ですから、当たり前と言えば当たりの行動と言えますが、頼みたいのに頼めない、なんでも自分一人でやろうとする姿と握手が、つまりつながろうとすることが苦手という姿とが、同じ心の姿として重なって見えました。

ある時、こんなことがありました。うら若き保育士養成校の施設実習生を彼に紹介していた時のこと、挨拶の握手をした時の後、彼は、手をズボンにこすりつけなかったのです。「えー！そんなのずるいよー、園長の時には必ず手を拭くくせに！」と彼に伝えながら、彼の心の変化をちょっぴり感じました。

ちょうどその頃、彼は臨床動作法に挑戦し始めました。支援職員の「やってみない？」に答えて、身体に触りっぱなしの臨床動作法に取り組んでみようと思ったのでした。苦手なことに挑戦してみよう！、自分でも何か変化を感じ始めていたのかもしれない。

すると、彼に「初めて」が起こり始めました。年末年始の正月の箱根駅伝の中継を、初めてずっと見て、しかも青山学院大学を応援していたというのです。これは、関心の広がりや豊かな感情の表出が始まっていることを教えています。そして、次の年には、お餅を初めて食べたというのです。これは味覚の広がりを私たちに教えてくれました。彼は、変わりたいと思っている、そう感じるようになりました。

私たちは、支援方法を変えました。支持的であろうとする姿から、提案と応援の姿への変化です。それは、挑発的であったり、そそのかしであったり、誘惑的であったりすることを指し示します。

今までは、なに食べたい？にハンバーグという答えがあり、どこで食べるの？にファミレスという答えがあれば、じゃあ、そうしようが私たちの支援の姿でした。それを、「ハンバーグ食べるんだったら、もっとおいしい店があるよ、ちょっと高いけど、そこに行ってみない？」としたのです。彼の暮らしはとても質素です。服にしてもおもちゃにしても、高価なものには手をつけません。そこで「贅沢ができる」も加味しながらのそそのかしです。彼は、快く承諾してくれ、十分に楽しむことができました。服の購入も同じです。いつも同じような白の綿パンを買ってしまうので、「同じような感じなんだけど、もうちょっとおしゃれなのが似合うんじゃない？」と別のを進めるのです。この提案にも彼は快く乗ってくれました。

こうして彼は、「〇〇でなくてはいけない世界」から、次第に「〇〇でも、まあいいかという世界」へ足を踏み入れ始めたのでした。

そして、今回、夕食を食べる時間帯からして、夜中から朝にかけてお腹がすいてしまうだろうと思われる彼に、給食に追加して支援職員が握ったおにぎりを提供することを提案してみました。最初の提案の想定は、居室で夜遅い時間に食べることであったのですが、彼は、食堂で食べることを強く主張しました。そこで、今度は、彼の意思決定に逆らって、夜9時に居室におにぎりをそっと届けることにしたのです。日曜日には、特別に彼の大好きな舞茸の天ぷらがつきます。彼は、それを拒否することなく居室で食することができました。彼は私たちのそそのかしに乗ったのです。

彼にとっては、食事は食堂で食べるがマイルールです。彼は何十年も頑なに数々のマイルールを守り続けていました。食事は食堂でとか、自分のできることは必ず自分ですとか、日課の時間は必ず守らなくてはいけないとか。それは、学校で身につけたものもあるでしょう、施設で身につけたものもあるでしょう、また母親の期待に応えるために、良い子であり続けるために守ってきたものもあるでしょう。知らず知らずうちに、そのルールを守り続けることが安心の道具になっていきました。

一方、とんでもない夜の遅い時間帯に居室でおにぎりや舞茸の天ぷらを食べることは、脱ルール、ある意味で非行です。明星ではこんな姿を、警察のお世話にはならないレベルの非行という意味で「プチ非行」と呼んでいるわけですが、自分ではなかなか壊すことのできないマイルールをそそのかしによってぶち壊しにかかったのです。

実は、彼の洗濯物を乾燥機にの依頼は、そんなおにぎりを食べた後のできごとだったのです。彼が破ることができなかったマイルールを支援職員のそそのかしが打ち破った時、彼は頑なだった心が溶けていくのを感じたに違いありません。マイルールを破ることは、彼の心を軽くし、晴れ晴れした気持ちにさせたのでしょう。気がついたら「支援職員に、洗濯物の乾燥を頼んでみよう！」と、気軽に頼みごとをすることができる人になっていたと思われます。気軽に頼むことができる心はつながりを生みます。自分ことは自分でするにしがみつく姿は、かっこよく見えてもそれは孤立なのです。自立とはほど遠い姿です。気がつけば、彼の暮らす別棟の周りは雑草で草ぼうぼう、そして彼にはめっきり笑顔が増えたのでした。

WELCOME TO SATORU WORLD

障がい者支援施設明星学園における心のケア

<http://myojo-satoru.life.coocan.jp>

Facebook : <https://www.facebook.com/satoru.miyashita.1>