働（はたら）くこと

長野県
清水（しみず）　真理（まり）

四十歳の春、人生で初めての正社員として私は入社式に臨んだ。背筋が緊張感でこわばる。配属された経理課で自己紹介を終えて周りに目を向けると山のように押し寄せる請求書類や分厚い伝票の束を先輩たちが次々にさばいていた。「大変な所に来てしまった。」焦りで呼吸が浅くなる。「まだ始まったばかりだ。やるしかない」自分を奮い立たせようと必死だった。

中学生の頃に発症した関節リウマチは、私の身体から自由を奪っていった。全身の関節はズキズキと痛み、熱をもって腫れ、骨や軟部組織が破壊された。特に指先の小さな関節は日常生活に様々な不自由さをもたらした。経理課での仕事は私の最も弱い部分を酷使する仕事だった。伝票に何枚ものり付けされた請求書や、クリップで大量に添付されてくる書類のすべてを手作業で分類し、不備がないか審査していく。毎日が締切りとの闘いで、素早さと正確さが求められた。指の痛みで電卓やパソコンのキーが直接叩けないから小さな棒に滑り止めのシートを巻き付け自作の補助具を作った。右手にはチェック用の青鉛筆を握りしめ、慣れない左手で棒をつかみ電卓を押す。書類の詰まった重い引き出しを開けるときはフックを引っかけて両手でエイッツと力を込めた。工夫をしてもできないことはたくさんあった。大量の紙を輪ゴムで束ねること、硬いクリップの付け外しをすること、重い書類ファイルを運ぶこと、数百枚の書類に印鑑を押すこと、そのどれもが不自由な手では困難だった。

働き始めて一週間後、「みずさんの能力が低いからという事ではないのだけど、経理課に追加でパートの職員さんに入ってもらう事にします。みずさんはできる事をやってくれればいいですから」課長は言葉を選びながらとても丁寧に話していた。自分が経理課の皆に迷惑を掛けていることは十分すぎるほどに理解していたけれど直接現実を突きつけられると動揺する心が深く落ちていきそうだった。

仕事中に何度も人に頼まなければいけないことに、自分を否定する気持ちがどんどん強くなった。家に帰れば「情けない。情けない。」とつぶやいた。

ある日、友人に胸の内を打ち明けると「人を助けることって相手にとっても嬉しいことだったりすると思うよ。私もありがとうって言われたら嬉しいもん。」と返ってきた。私は「助ける側じゃなくて、いつも助けられる側だったらどう？」と聞くと困ったように「私にはその状況は無理かも。」と正直な反応だった。誰しも「人に迷惑をかけたくない」「世話になりたくない」という思いを抱えているのかもしれない。働く場では一層強く感じられた。

別の部署にも障害を持った人たちがいた。いわゆる健常者の職員が「ああなってまで働きたくないな」とか「健常者と同じに働ける障害者を雇えばいいのに」と話しているのを耳にしたこともある。自分もそう思われていると思うと怖かった。

一年もすると、指は童話の中の意地悪な魔女のように硬く折れ曲がり、皮膚が裂けそうなほど薄く引き伸ばされていた。身体からの悲鳴が聞こえた。そして左手の手術をすることになった。手術後はリハビリが延々と続いた。小さなおはじきをつまみ上げたり、紙をちぎったり、紐を結わえたり、ありとあらゆる指先の訓練を行った。「このままじゃ仕事についていけない」追い立てられていた。なんとか仕事へ復帰するも今度は利き手である右手の指が硬く曲がって手術が必要となった。私の両手は左右七本手術をして、人工関節も内五カ所に埋め込まれている。「サイボーグハンドだね。かっこいいよ」夫はこう言って励ましてくれた。

しかし一度破壊された手は手術をしても完全には戻らない。仕事は相変わらず大変だった。

経理課は手の不自由な私にとって負担が大きかったと思う。めげそうになった時「迷惑ばかりかけて、役に立てずごめんね。」と言うと、「何を言っているのですか。経理課で一番頑張っているのはみずさんじゃないですか。」と返してくれたトミコさん。「任せてください！」といつも助けてくれた頼もしいムラちゃん。「みずさんは必要な人です。もっと身体への負担を考慮してあげてください」と私が知らぬ間に人事へ掛け合っていたニシダさん。「みずさんだから出来る仕事が絶対ある。自分が保証する！」と熱く語ってくれたオダさん。「みずさんがいる事で周りにいっぱいいい影響を与えているのよ」とやさしく見守ってくれたノリエさん。迷惑になるくらいなら、足手まといになるくらいならと自分ばかり気にしていたことが恥ずかしかった。

退職を伝えたとき、涙を流しながら「私がもっと力になってあげられたら良かったのに本当にごめんね。」と

言ったのは、二人三脚で一緒に歩き続けてくれたパートのタケミさんだった。

障害者と働くことになったら大変と感じる人もいる。早く自分の元から去って欲しいと願う人もいる。しかし、私が共に働いた仲間のように、良いところを認め合い、違いを受け入れようとしてくれる人もいる。だから私はどんなに手が痛くても、仕事の内容が自分には向いていないと思っていても必死に続けられた。

私の誇りは、四十歳のあの日、不安でいっぱいの中新たな環境へと一歩踏み出したこと。仲間と仕事をする中で自分を肯定すること、人を信頼すること、一人では経験できなかった気づきを与えてもらった。素晴らしい同僚たちと働けたことは決して忘れないよ。これからまた新しい一歩を踏み出す私に勇気をくれたみんなありがとう。

一般区分　佳作

障がいとともに歩む
ー障がいが教えてくれたこと

京都府
園田　仁志

私は高校で情報（コンピューター）を専攻し、卒業後に企業へ就職しました。日々の仕事にはやりがいがあり、新しいことを学ぶ喜びに満ちていました。しかし、ある時から心の疲れが次第に重くなり、やがてうつ病と診断されました。病気と向き合う中で、最終的には退職を選ばざるを得ませんでした。障がいがあることで見えてきた新しい世界での交流は、私にとって大きな意味と価値を持つものでした。

うつ病と診断された当初、私は心の中で孤立していると感じました。周囲の人々が心配して声をかけてくれる一方で、自分自身がその声に応える余裕がなく、ますます孤独感が深まっていきました。退職して自宅で療養する日々が続く中、心の中に広がる孤独感は一層強くなりました。

そんな時、家族が提案してくれたことがありました。それは、近くのショッピングモールでウィンドウショッピングを楽しむことでした。私は以前からこの場所に親しんでおり、特に季節の変化を感じられるディスプレイを眺めることが好きでした。ショッピングモールを訪れると気分が落ち着くことを知っていた私は、しばしばここを訪れるようになりました。大きな窓から外を眺めると、忙しそうに行き交う人々の姿が見え、かつての私もその一部であったことを感じました。

YouTubeで偶然見つけた保護猫の動画が、少しずつ私の心を癒してくれる存在になりました。また、オンラインでの他者とのつながりも、私にとって大きな支えとなりました。動画では、痩せ細った猫が救出され、新しい生活を始める姿が映し出されていました。最初は怯えていた猫が、少しずつ安心し、飼い主の手に触れ、信頼を築いていく様子は、心が温かくなりました。猫たちが新しい環境に順応し、遊んだり、甘えたりする姿は、心の奥底にあった孤独感を和らげてくれました。

保護猫たちの動画を見ていると、彼らが新しい家族と出会い、愛されることで再生していく過程が私に勇気を与えてくれました。何度も傷ついても、新しいチャンスと温かい手があれば再び立ち上がることができるというメッセージが、静かに心に響きました。猫たちの健気な姿を見て、私もまた、自分自身を大切にし、少しずつでも前を向いて歩いていこうと思えるようになりました。保護猫たちの姿が教えてくれたこと、それは「どんなに暗い場所にいても、必ず光は見つかる」ということでした。彼らの生きる力に触れることで、私もまた、心の再生を果たすことができたのです。これからも、保護猫たちのように一歩ずつ前進し、希望を胸に生きていこうと思います。

うつ病は決して簡単に克服できるものではありません。しかし、ウィンドウショッピングや保護猫の動画を通じて、私は自分の中にある再生の力を信じることができるようになりました。日々の小さな変化に気づき、自分の心が少しずつ癒されていく過程を楽しむことができるようになったのです。

思い返してみると、障がいがなかった時の自分は、人に対して優しくしようと努力していましたが、表面的な優しさであったことに気づかされました。忙しさや自分自身の評価ばかりに気を取られ、本当の意味で他人の痛みに寄り添うことができていなかったのです。その当時、他人の苦しみを理解することは難しく、優しさも自己満足に過ぎなかったかもしれません。

障がいを持つ人と持たない人の心の交流は、互いに理解し合い、支え合うことで成り立っています。障がいを持つことで見える世界は、決して暗いものばかりではなく、そこには新しい発見と豊かな人間関係が広がっています。心の壁を乗り越え、互いに手を取り合うことで、より深い絆と理解が生まれるのです。私の経験を通じて、障がいがあるからこそ見える温かい交流の形を伝えたいと思います。誰もがそれぞれの困難を抱えていますが、心を開いて交流することで、私たちはより強く、より豊かに生きることができるのです。

障がいを持つことで新たに得た視点と人々との交流は、私の人生を豊かにしてくれました。これからも、心の架け橋を築きながら、多くの人々と共に歩んでいきたいと思います。そして、この経験を通じて得た希望と勇気を、他の人々にも伝えていきたいと思います。どんなに困難な状況にあっても、私たちは光を見つけ出し、再生の力を持って前進することができるのです。

自己紹介

静岡市
野田　萌々香

私は大学四年生です。しかし来年度に卒業するのは難しいでしょう。そう……留年が確定……留年確定さん、留、確、さん……んーあの飴を久々に食べてみようかなぁ。おっと、さっそく話が脱線してしまいました。これは私の特性です。どうも私の脳みそは連想ゲームが得意なようです。自己紹介の続きをしましょう。私は二十数年前に生を享けてから、大学三年生の七月頃まで「健常者」として生きてきました。その夏、二十歳にして心すでに朽ちたり……。高校生まではそこそこ順調な人生だったのですが、大学がどうにも自分に合わなかったようで、身の周りで大変多くの不都合が起こりました。簡潔に状況を説明しますと、下宿先に一人寂しく引きこもり、見事に単位を落として留年確定になってしまいました。今となっては黒歴史として笑って話せますが、当時は心も身体も限界でした。「あーこれはマズイぞ。」と病院に行ってみると「ＡＤＨＤ」と診断がつきました。診断書を大学に提出して、今は「障害学生」をやっています。服薬だけでは私の「障害」は決して治りませんので、大学側の「障害」を合理的配慮によって取り除き、再び学業に専念できる環境を整えました。現在は順調です。「自己紹介」第一章、めでたしめでたし。

自己紹介の第二章です。実は私は支援者の立場でもあります。大学一年生から約三年間、障害者施設で夜勤の世話人として働いています。この仕事をはじめた理由は、夜勤のアルバイト代と髪色自由の条件に魅力を感じたからです。そんないかにも学生らしい動機で世話人をはじめた私ですが、気が付けば三年も過ぎていました。思い返すと初っ端からみずみずしいオレンジ頭で出勤して……でも意外と派手な髪色はウケが良くて……一番のお気に入りのヘアカラーは……。あー！また話の軌道がズレました。ＪＡＸＡもびっくり！えーと、私がここで伝えたいのは、人生で初めて障害と真剣に向き合ったのはこの仕事がきっかけだった、ということです。世話人でもやっていなければ、この先も深く関わらなかったであろう、様々な障害を持つ人たちと出会いました。最初の頃はそれはもう緊張しました。正直、恐れもありました。しかし、そういった気持ちが湧くのは相手をよく知らなかったからです。これまで自分が「障害」に目を向けてこなかったからです。仕事を続けるうちにそういった気持ちは吹き飛び、活き活きと支援に向き合うようになりました。今では、施設の利用者さんと顔を合わせるのが毎週の楽しみです。大学に行けていない間も世話人は続けていました。夜勤の一晩のうちに喜怒哀楽（たまに不穏）を豊かに感じられる仕事は、当時の荒んだ心に効きました。また、自立支援とは何たるか、共生社会は如何にすべきか、と深夜帯に思考に耽るようになってから、自然と学業への意欲が戻ってきました。そして何よりも、利用者さんとの触れ合いが私を支える柱となっていました。「来てくれて嬉しいな。」「のださんなら安心だ。」「のださん、また来てね。」利用者さんがくれる言葉が心を温めます。支援の中で「もう嫌いだ。」なんて言われることもありますけれど、いつも全力で向き合っています。

学生生活の話をもう少ししておきましょう。自己紹介の第三章です。引きこもりの暗黒時代は、お先真っ暗で、ひとりぼっちで、将来への漠然とした不安で、闇雲に同じところをひたすらウロウロしているような感覚でした。しかし、自分の周りが暗ければ暗いほど見上げた星空は綺麗に見えます。自分のありのままを受け入れてくれる環境がすぐそばにあることに、私は気が付くことができました。「障害」のラベルが一枚ペタリと貼られたところで、私はこれからも同じ私です。「普通の大学生」に一番囚われていたのは自分でした。変わらず近くにいてくれる友人がいて、理解のある先生方がいて、信頼できる相談場所があって……。私はとても恵まれています。時々、脳内連想ゲームが止まらずに、負の感情の大渦に巻き込まれることもあります。しかし、自分の居場所を見つけられたので、そんな時もなんとか戻って来られます。

私は大学で「障害学」を学んでいます。障害学は、障害を医療や福祉の枠組みではなく、社会や文化の中で捉える学問分野です。十有五にして学を志す……、私はとうに二十歳を過ぎましたが、ようやく学問に志を立てることができました。「支援者」の立場、「当事者」の立場を併せ持つ私だから見える世界もあるかもしれません。「普通」とは何か、「障害」はどこにあるのか、これまで暗闇で葛藤してきたことを学問に昇華できるかもしれません。これからも居心地の良い大学で精一杯学んでいきたいです。

最後に今後の抱負も書いておきます。私は将来あれみたいな存在になりたいです。あれです、アレ。お花を生

けるΣπόγγος みたいな……あーギリシア語の授業も単位を落としてしまったっけな……スポンゴスだけは強烈に脳裏に焼き付いて離れ……あ！とにかく私は「お花を生けるスポンジ」のような存在になりたいのです。水をたっぷり吸収した柔らかな土台で綺麗な花を支えるスポンゴス！よく学びよく経験して、豊かに蓄えた心で何事も柔軟に受け止められるようになりたいです。私は日々たくさんの人に支えられて生きています。時には私も誰かの安心できる土台になって、その人の想いを支えていける人にもなりたいです。

この先もずっと、ずっと、「障害」とともに―

『桜の花の咲くまで』

岡山県
本行　邦彦

倉敷市連島矢柄は桜の名所である。そこで働き始めてから、幾度か桜の季節が過ぎた。

還暦近くで転職を余儀なくされた私は、年齢経験不問の福祉施設の求人に応募した。採用試験を受け内定は頂いたものの、実際就職するかどうかは決めかねていた。何しろ福祉の仕事は今まで経験が無い。そんな私の背中を押したのは、ある少女。もっとも私と同じ歳、健在ならば、もうオバサンなのだが。

小学生の頃、クラスにまったく読み書きのできない女の子がいた。ある日の放課後担任の先生がその子一人を教室に残して勉強を教えていた。それを見付けた悪ガキ共が窓の外から、その女の子を揶揄った。

「やーい、平仮名も読めない〇〇がいるぞ」

すると女の子は机の上の教科書をパタンと閉じ、私を睨み付け、走って教室を飛び出して行った。先生からはお叱りを受けゲンコツの一つや二つは頂いただろうが、その記憶は無い。ただ、あの時の女の子の恨めしそうな顔と、走り去るその後ろ姿は、今も私の脳裏に焼き付いている。

採用試験の後施設内を見学した。そこでは知的障害というハンデーを背負った人達が懸命に暮らしている。ご利用者と呼ばれるその人達の様子を見て、あの時の女の子の事が思い出されたのである。私と同じ歳のまったく読み書きもできない子が世の中に出て、今どんな暮らしをしているのか。それを思うと胸が痛む。縁あって福祉施設の求人に応募し内定も頂いた。障がい者の生活支援、多少とも世の為人の為になる仕事であろう。ここで頑張ればあの女の子も、あの時の事を許してくれるのではないか。そんな気持ちで、ここで働く事を決めた。春まだ浅い頃だった。

こうして私は、福祉の仕事に就いた。もっとも入職三ヶ月は試用期間である。その間にこの仕事が本当に務まるかどうかの見極めがなされるのだが、凡てが初めての事ばかり、戸惑いが多かった。今まで色んな仕事をそこそこやって来たのだからと、それなりの自信もあった。しかし、実際に仕事に就いてみると、それが過信であった事に気付かされた。あの女の子にも許してもらえるから――と思ったけど、それは浅はかな考えだったのか。戸惑い、悩んでいた三ヶ月の試用期間。それが過ぎる頃、桜が咲き始めた。そしてある光景が私に踏ん切りを付けさせた。

朝の散歩に出掛けていた利用者達が帰って来た。施設の前は公園である。公園には何本もの桜の木が植えられている。満開の桜、風に吹かれ花びらも舞っている。桜の花びらの舞う中を、若い女性職員と手を繋いだ利用者達が向こうから歩いて来る。みんな笑顔だ。

まるで一幅の絵画、映画のワンシーン。

桜、桜――。

笑顔、笑顔――。

それらが私の迷いも吹き飛ばした。この光景を又見たいと思った。桜の花に気持ちを新たにした私であった。

丁度その頃、隣接する敷地に新しい施設が完成した。地域に暮らす障がい者の豊かな生活を実現する――そんな法人の基本理念に基づき、重度の身体障害を併せ持つ方、例えば車いすの方や医療支援が必要な方などに入浴や食事の提供を行う日中介護の施設である。そちらへの配属を打診され、私は快諾した。

そこでの新たな活動が始まった。利用者の多くは歩く事のできない方、言葉で意思表示ができない方、流動食しか食べられず、胃瘻や痰吸引などの医療行為を必要とする方などである。そのような方々に、楽しく安心して過ごせる場所と時間を提供するのである。

大変だがやりがいのある仕事だ。利用者の楽しそうな姿と笑顔が、何より嬉しい。

しかし、楽しく嬉しい事ばかりではない。人の死が身近にあるからだ。重い障害を持った方々のお世話をしている以上、それは致し方のない事でもある。

大病を患い入退院を繰り返している男性利用者、一度だけ入院中の彼を見舞った。

「又、旅行に行きたいな」

「又一緒に行こうよ。早く良くなってね」

その会話が最後であった。数日後容態が急変し、彼は病床で息を引き取った。

週に一日、施設を訪れる車椅子の男性がいた。自宅での入浴が困難な為、お風呂に入りに来られる。入浴支援は職員二人で行うが、その日は同僚がその方の体を洗っていた。いつになく丁寧だ。楽しそうに会話も弾んでいる。感心した私は、後で「丁寧な仕事だな」と同僚に声を掛けた。すると同僚曰く、

「週に一度しかお風呂に入れないんだ、少しでも綺麗にし

て差し上げようじゃないか」

いつも決められた事だけで済ませてしまう自分を反省し、私も次回はそんな気持ちでお世話させていただこうと思ったものだ。しかしその機会は訪れなかった。彼はその夜急死した。翌朝、家人が気付いた時には、車椅子に座ったまま冷たくなっていたそうだ。でもその顔は安らかで、体はとても奇麗であったと聞かされた。週に一度の入浴をとても喜んでいたとの事であったが、結局あの日の入浴が人生で最後のお風呂になってしまった。

人の死が身近にあるとは、そういう事。だから我々障がい者支援に携わる者は、それに敏感にならざるを得ない。とにかく健康で、少しでも楽しい時間を共に過ごしたい。

苦しい事や辛い事はいっぱいあるが、私達はみんな生きている。生きていればきっと良い事がある、きっと楽しい事がある。それを信じて、これからも仕事に励みたい。

幼い日の、あの女の子の事は忘れない。

働き始めた春の、あの桜の下の笑顔は忘れない。

もうすぐ春、又桜が咲く。桜の花の咲くまで、もう少し頑張ろうと思う。

（完）

お互いが手を取り合い平等な社会へ

千葉市
吉野　晴翔

私は、ある新聞記事を読みました。

その内容は、30年前の出来事で、農園を営んでいる人が障害者の方を雇うというものでした。

その障害のある子のお母さんが、自分の息子を雇ってほしいとお願いするときに「給料はいらないですから、働かせてください。」と農園を営んでいる人に言ったことがとても心に残りました。そして、私は、その後にあった言葉に心を打たれました。

「この世に無駄な人間はいない。息子にも役割がある。どこかに彼を必要とする人がいると信じているんだ。」

その記事を読んで、私はもっと優しい社会になってほしいな、と思いました。障がいがある人だって、同じ人間だから区別してほしくない、と。

私の今までの経験上のことですが、私は中学と高校で特別支援学級に、通っていました。高校を卒業したあと、障がい者雇用としてですが、ある職場で働くことになりました。そこでは、店長とパートの人たちと分け隔てなく接することができ、楽しく仕事をすることができました。私は、そういう人たちと関わるうちに、「もっと色んなことに挑戦してみたい！上を目指してみたい！」と強く思うようになりました。そんな時に母が新聞で、千葉市で初めて開校する「夜間中学」があると見つけてくれました。このようなことを決意した時に、タイミングが本当に良いなと思いました。私は、夜間中学の開校と同時に入学し、夜間中学の第1期生となりました。そして今、私は中学2年生になりました。

夜間中学では、年齢や国籍の違う方々と一緒に勉強をしています。私と歳の近いアフガニスタンの友達と仲良くしています。彼は入学当初、言葉が通じずあまり話せませんでしたが、学校に通ううちに日本語を話すのがとてもうまくなりました。今では、日本語で会話をすることが増えてとても嬉しいです。

ある時、先生方と相談してるうちに、私が通っていた高等特別支援学校が高校卒業扱いでないことを知りました。そうして調べているうちに高校卒業認定というものがあるということを知りました。今まで特に目標など決まっておらず、夜間中学を卒業したら定時制の高校に行けばいいかなくらいの考えでした。しかし、高校卒業認定のことを調べていくうちに、体験談などを読み、私が思ってたより、いろいろなことができるのがわかりました。「それなら行けるところまでとことん挑戦してみよう！」と思いました。中学二年生になり、先生と相談して高校卒業認定を受けることを決め、書類を申し込み提出しました。そこへ至るまで、悩んだり落ち込むこともありましたが、性格上、最後まで諦めたくないので、なんとか乗り切りました。私は、国語と公共を受験することに決めました。結果が届き、国語は不合格でしたが、公共は合格することができました。公共を合格することによって、前に進めるチケットを一枚手に入れたと思い嬉しかったです。

障がい者の方は、他の人とは違うところがあって、変わっているなと思ってしまいますが、手を取り合っていき平等な社会になってほしいと心の底から思います。ですが、まだ認知されていないのが現状なので、当事者じゃない人でも理解してあげることが大切だと思います。障がい者であろうと健常者であろうと同じ人です。立ち位置が違うだけですから、もっとお互いが理解し合い平等な社会にしていきたいです。

今後、私は夜間中学に通いながら、高校卒業認定を取るために勉強していきます。そして大学か専門学校に通う予定です。私はこのような挑戦する機会を与えてくれた「夜間中学」があって本当によかったと思います。私一人ではここまで来れなかったので、今まで関わってくださった方たちには本当に感謝しています。