「〇〇さんと、住育を考える」

シリーズ二回目のインタビューは、元看護師の車椅子ユーザーの三井 和哉さんです。

看護学科・作業療法学科非常勤講師、ユーチューバーとしても活躍される三井さんに、

「人生の変化」と「空間との関わり」について語っていただきました。

三井 和哉

Mitsui Kazuya

三井 和哉（みつい かずや）

事故による脊髄損傷により、20代で車椅子ユーザーとなる。
現在は、事務職として働きながら、教育現場での講演やYouTubeでの発信など、幅広く活躍中。看護師・保健師の資格を持つ「医療者」と、車椅子ユーザーの「患者・当事者」、2つの視点から見える強みを活かし、様々な情報を発信している。

YouTube「みついちゃんねる」

https://www.youtube.com/channel/UCwVQhLmY1cuZ-L1DcIgv6AA

Instagram @mitsui.kazuya

instagram.com/mitsui.kazuya?igshid=NTc4MTIwNjQ2YQ==

今回の「〇〇さんと、住育を考える」は、元看護師の車椅子ユーザー、三井 和哉さんです。
三井さんは、「医療者」と「患者・当事者」の2つの視点から、教育現場での講演やYouTubeでの情報発信をされています。
これまでの三井さんの人生で経験した「空間との関わり」について、聞いてみたいと思います。

「まず、三井さんについて、教えてください」

僕の幼少期は、どちらかと言うと運動神経が良く、中学校から始めたバスケットボールでは、全国大会に出場す るほど、活発なタイプの子どもだったと思います。 運動中のケガを通して理学療法士さんと出会い、医療業界に興味を持ちました。
そこから看護師を目指し、看護 師と保健師の免許習得後、病院に就職しました。 そんな中、20代前半で事故により脊髄損傷を負い、車椅子ユーザーとなりました。

「突然の事故により、ご自身の体が自由に動かなくなった時は、どのような心境でしたか?」

受傷までは「医療者」という立場で働いていた自分が、急に「脊髄損傷を負った患者」という立場になり、その 現実を受け入れるまでに時間もかかりましたし、塞ぎ込んでしまう時期もありました。
正直、心はボロボロで辛 い時期でした。事故から1年7ヶ月後、僕は自宅に退院しました。

（写真上下）医療を学ぶ学生へ、実践を交えた講義を行う様子

「退院後、車椅子ユーザーとしての住まいの空間は、どうでしたか?」

退院後は、実家に帰宅しました。僕の事故後、車椅子でも生活ができるようにと、両親が実家をリフォームしてくれました。僕の部屋として、リビングに通ずる扉の先に、部屋を増築しました。

親心としては、何かあった時にすぐに気配がわかるように、リビングから見渡せる場所に…と思ってくれたのだと思います。
ただ、精神的にも塞ぎ込んでしまっていた僕にとって、扉一枚向こう側に、常に誰かの気配を感じること、誰か の声が聞こえることは、とても苦痛に感じていました。

実家での生活は、常に誰かが何かをしてくれる。外に出なくても、どうにかなる。 その環境から、家に引きこもる時期が1年程続きました。

「外に出るきっかけは、何だったのでしょう?」

色んな事が重なり合ったと思います。 ある出会いをきっかけに、看護師としてクリニックで仕事を再開することになりました。
また、家族の手厚いサポートが受けられない状況になり、自立を目指すしかない環境となりました。そして、「一 人暮らし」を目標に、動き始めました。

「一人で暮らすメリットとリスク、両方ありますよね?」

脊髄損傷患者・車椅子ユーザーが一人で暮らすというのは、とてもリスクが大きいです。 何かあった時、助けてくれる人はすぐそばにいません。なので、一人暮らしに向けて、それまでお世話になっていた病院のリハビリ療法士さんに、細かく色んな事を相 談し、一人で暮らす環境を整えました。
排泄・入浴・洗濯、日常的な動線や、医療ケア・ヘルパーさんとの関わりなど、改修する場所、工夫する場所などを整えました。
実際に一人暮らしを始めた後も、様々工夫し、改善していきました。

大変な覚悟と準備でしたが、それでも、一人で暮らすというのは快適なものでした。

誰に気兼ねすることなく、自身の快適さのために、環境を整えることができる。一人になりたい時に、一人になることができる。
「自立している」という自信を持つ。心のメリットは、かなり大きいように思います。

「ご結婚を機に、戸建て住宅を建てられたと伺いました。マイホームを建てる際に、どのような配慮をされたのでしょうか?」

まず、僕の空間と、家族の空間を分けることを考えました。 僕は毎日、ヘルパーさんが日常のお手伝いに来てくれます。 「他人が自分の家へ来る。」という日常が、家族の負担にならないように、僕が使うトイレ・洗面・お風呂・寝室・出入り口に至るまで、全て一つの空間で完結できるように設計してもらいました。
家族の過ごす空間から独立した、僕専用の居住空間を作ることで、ヘルパーさんと家族が直接顔を合わせずに済むよう考えました。

「〇〇さんと住育を考える」シリーズとは…

この「〇〇さんと、住育を考える」シリーズは、「空間を考えることの大切さ」を伝えるためのインタ ビュー記事です。

空間を大切にすることで何が変わるのか、空間づくりはなぜ必要なのか、そして、空間について自身が感じることなど、あらゆる分野の方のお話を聞いてみたいと思います。

住育ってなんだろう

住まいの教育＝住育

Juuikubooksでは、「住まい」＝「すべての空間」と考えています。

食育やお金の教育のように、空間の大切さを知ることは、人生においてとても重要です。

日本では、あまり着目されてこなかった空間の重要性について、住育絵本などを通して知り学び、空間を考える力・考えた空間を表現していく力をつける事を目的としています。

その力はきっと、人生をより豊かで、彩りあるものに変えていける。
そんなメッセージを込めて、住育活動を行なっています。

Juuikubooks

絵本でつなぐ、住育と未来📕
絵本って、子どもも大人も、みんな手にとりやすく、伝わりやすいよね。そんな発想から、住育を伝える絵本を作っています。
http://juuikubooks.jp
Instagram
@juuikubooks

毎日のことですから、やはり負担になって欲しくはないからです。

家を建てる事が決まり、色んな建築士さんにお話を聞く中で、こんな話がありました。
プラン提案の際に、「あなたは車椅子なので、将来絵を描く部屋が必要かと思い、ここに作りました。」と提案されました。

僕は、絵は描きません。笑
少なくとも、今の僕には、その部屋は必要ない。
自分が必要としている空間は、自分にしか分からないんだな。と思う経験でした。

「これまで、車椅子ユーザーになられた後に『ご実家→マンションでの一人暮らし→家族と暮らす戸建て住宅』と空間が変わる中で、今何を感じますか？」

空間や環境を整えることで、自分のできることが広がります。
「できるようになりたい。」という気持ちが、空間を変えていったのかもしれません。
そして、「できるようになった」という自信が、人生を変えてきたのかもしれません。
僕の周りには、僕の「自立」へ向けて、相談を聞いてくれる環境がありました。
リハビリや生活の質を上げたい時は、療法士さん。
身体にあった住空間を作りたい時は、建築士さん。
この相談できる環境があることが本当に大きかったと思います。
他にも、たくさんのつながりの中で、僕の人生は動いているなと感じています。
脊髄損傷を負い、車椅子ユーザーとなった今も、医療学生に向けた講義、YouTubeでの発信などの活動を通じて、つながりはどんどん広がっているなと思っています。

「最後に、読者の皆さんへメッセージをお願いします。」

『実家→マンションでの一人暮らし→家族と暮らす戸建て住宅』と生活する空間だけではなく、同時に「一緒に暮らす人」も変わっていくという経験をしました。
家族に障害のある方がいると、どうしてもその障害のある方を中心に生活する空間を作っていくと思います。
作った空間が「一緒に暮らす健常者」にとって過ごしにくかったり、何かを我慢しながら生活を続けなければならないと、家族全員にとってその生活は苦しいものになったり、長く続かないことにつながってしまうと思います。
そのため、障害のある方が生活する空間を作る時は、「一緒に暮らす健常者」のことも考えながら建築士さんなどに要望を伝えてもらいたいと思います。障害のある方ではない家族の方は、我慢や遠慮せずに自分の思っていることを伝えてほしいです。

今回、インタビューを受けるという機会をいただくことで、改めて「住居と環境」について考えることができました。
ありがとうございました(^^)

『貴重な体験をお話いただき、ありがとうございました。』