

旅行事例

自立度の高い方の旅行



自立度高い方



初めての九州新幹線 1泊2日の鹿児島旅行

旅行をはじめるにあたって

Fさんは姫路市に住む83歳の男性。昔から旅行が大好きで、現役時代は毎週末旅行に出かけていた。ところが9年前に脳梗塞で倒れ入院。現在は奥様と二人三脚でリハビリに励んでいる。家の中では手すりを使って歩行し、外出時は車いすを利用。介助なしで遠出をすることに不安を感じ、旅行に出たいと思いつつもなかなか出られずにいた。そんな時、しゃらく旅倶楽部の存在を知り、即電話。今ではほぼ毎月日帰り旅行に出かけている。今では当初に比べて歩行距離が延びただけでなく、多少の段差も問題なく越えられるようになった。

そんなFさんの今回のご要望は1泊2日の鹿児島旅行。新しく開通した九州新幹線に乗ってみたい、十数年ぶりに鹿児島に行ってみたい、桜島が観たいとのこと。Fさんのお体の状態とこれらのご要望をもとにプランニングを行なった。特に今

回はFさんがお一人での宿泊を希望されていることもあり、宿泊先の選定にも注意が必要だった。

二種類の九州新幹線に乗られるよう、行きは「みずほ」、帰りは「さくら」で手配。リハビリをかねているため車いす専用座席はとらず、トイレに近い車両の一番前の席をおさえました。

今回はFさんにとって脳梗塞発症後初めてのお一人での宿泊となります。必要なことは全てご自身でされることになるので、①つまづかないよう入浴できるよう、洗面スペースも含めてフラットな部屋であること②Fさんが車いすを押しながら移動しやすいスペースがあることを条件に部屋を探しました。今回はFさんと相談しながら、着替えや就寝の際の利便性を考え、あえてツインのお部屋にしました。

介護が必要なお客様の場合、お部屋で過ごす時間が比較的長くなる分、宿泊先の選定はとても重

要になります。お客様にとって安全・安心で、リラックスして体を休めることができることに加え、景観がいいこと、お食事がおいしいこと、サービスが行き届いていることなども重要な要素です。

はじめての九州新幹線

当日、まずは姫路から新幹線ひかりに乗車し、まもなく広島で九州新幹線「みずほ」に乗り換え。初めての九州新幹線に興味津々のFさん、車内を見回しながらゆったりと座れる座席に感心されていた。

Fさんが車いすを押しながら歩かれる際、基本的にはFさんの右側（麻痺側）を歩くようにしています。

通常は乗車の際、事前に駅員さんに誘導・乗車介助手伝いを依頼しますが、Fさんの場合は旅行をリハビリ代わりに考えておられるので、あえて自力でご乗車いただきます。但し、駅や電車によっては段差が高すぎたり、ホームと車両の幅が広すぎたりするので、列車の入線時にFさんとアイコンタクトを取りながら、厳しいと思われる場合はすぐに車いすに座っていただき乗車をお手伝いするようにしています。

新幹線に乗車する際気をつけるべきこととして、当然のことかもしれませんが、指定した座席に近い方の入口から乗る、ということです。というのも「こだま」や「ひかり」の一部は通路が狭く、車いすの通るスペースがない場合もあるからです。

鹿児島に到着。鹿児島名物の黒豚しゃぶしゃぶをいただいた後、鹿児島市内を散策。Fさんご自身で車いすを押しながら徒歩で進む。西郷隆盛像等観光名所を回った後、市電で天文館へ。

Fさんのお食事場所を探す際に最も大事にしていることは「バリアフリー状況を最優先に考えない」ということです。まずは「その地域でしか食べられないもの」や「多少料金が上がってもおいしい

もの」を探した上で、そのお店のバリアフリー状況に応じてどのように対応するかを考えます。座席はできる限りテーブル席にさせていただきますが、Fさんの場合は掘ごたつでもご自身で対応可能です。お座敷でのお食事となる場合は、高さのある椅子を利用したり、椅子や座布団を重ねたりして工夫します。その際、滑り止めマットを利用するなどして安全確保を怠らないよう注意します。

Fさんの旅行の際、必ずご自身で歩いていただく時間を設けます。楽しみながらもできるだけ体を動かしていただくためです。その点を踏まえた上で市電等も予めバリアフリー状況を調べます。

排泄に関してはFさんご自身でされるので、麻痺側後方に立って倒れることのないよう見守りをします。ただし手すりがついているトイレのほう姿勢もとりやすく安定するのでできるだけバリアフリー設備が整ったトイレを予め探しておきます。

鹿児島市内で最も大きい繁華街、天文館でウィンドウショッピング。それぞれの土地のデパートや商店街を見てまわるのがお好きなFさんと1時間ほど観て回った。

基本的には階段での移動がないように行程を組みますが、あえて入れる場合もあります。その際最も気をつけることは①ご本人様の力で無理なく移動が可能であること②急がず移動ができることを条件としています。①に関しては「ご自身のチャレンジする意欲」が失われるような失敗が起こらないよう注意し、自信をつけていただくような声かけや配慮を欠かさないこと、②に関しては、バスの乗り降りなど、人目を気にして急いでしまう状況は極力避け、ご自身のペースで「心の準備」ができることを最も大切に考えています。

また、移動の際に気をつけることは「お客様の目線に合わせること」です。例えば駅や繁華街など人ごみの中を車椅子で移動する際、お客様の目線の高さで見ると人の体等の障害物による圧迫感や、子どもがそばまで走ってきたり、車がそばを通る





ときの恐怖感が高いことに留意します。さらに車いす乗車時は、立っている状態よりも常に低い位置に体があるため、体が冷えやすかったり、車の排気ガスを吸い込みやすかったりすることにも注意が必要です。

夕方、タクシーでホテルへ。部屋に到着すると、目の前には桜島が。しみじみと眺める F さん。10 年以上前に来られたときのことを思い出されているのだろうか。夕食後、さすがにお疲れだったのか、早めにご就寝。

2 日目は貸切タクシーでの移動。市場を訪ねた後は、お待ちかねの仙巖園へ。江戸時代初期に藩主の島津公により築庭された見事な景観に、庭園がお好きな F さんも大満足のご様子。

仙巖園のバリアフリー状況も事前に調べていたので問題なく楽しめました。体力的に無理がないか様子を見ながら、舗装されている道はできるだけ F さんご自身で歩いていただきました。一方で砂利道も多かったため、そこではできる限り車いすに座っていただき、前輪を浮かせてゆっくり走行するようにしました。慣れていない方の場合は怖がられたり気分を悪くされることもあるのでご本人さんの様子をよく観察しながら、必要に応じて声かけをします。

その後、南洲墓地～美山沈壽官窯～花かごしま 2011 会場へ。薩摩焼のふるさと美山の沈壽官窯では、なんとタイミングよく十五代目ご本人にお目にかかることができ、タクシー運転手さんのはからいで写真まで一緒に撮らせていただいた。鹿児島駅でおみやげを購入後、新幹線さくらで帰路に。

F さんとの 1 泊旅行は、終わってみればいつも通りとても楽しい旅行でした。次回は日帰りで山口に行きたいとのこと。また楽しい旅行になるよう頑張ります！

スケジュール <1 日目>

時間	行程
7:10	エスコートヘルパーがご自宅に到着
8:05	新幹線ひかり 491 号に乗車
9:13	広島駅で新幹線みずほ 603 号へ
11:36	鹿児島中央駅に到着
	昼食
	中央公園～西郷隆盛銅像～黎明館～薩摩義士碑～天文館散策
16:45	タクシーでホテルへ
17:00	鹿児島サンロイヤルホテルにご到着
18:30	夕食

スケジュール <2 日目>

時間	行程
	起床・朝食
9:00	ホテルを出発
	市場～仙巖園～江口蓬萊館で昼食 ～沈寿官陶苑～花かごしま 2011 会場
14:30	鹿児島中央駅に到着、お買い物
15:57	UNICO 鹿児島で休憩
	新幹線さくら 420 号博多行きに乗車
19:43	JR 姫路駅に到着
	徒歩で自宅へ
	自宅に到着
	エスコートヘルパーが帰ります

その他のメモ

介護度 要介護 2

備考

- 平成 14 年 脳梗塞で倒れて入院、現在はリハビリ目的で通院中
- 狭心症、高血圧
※障害者手帳あり(2 級・1 種)
- 脳梗塞による右上肢機能障害 3 級
- 脳梗塞による右下肢機能障害 3 級