

## 見えてきた「心のバリア」

### り患

熊本地震の翌年、平成 29 年 8 月からパーキンソン病になりました。この病は、脳内の神経伝達物質ドーパミンが作れなくなる病気ですが、病気にならなくても、20 歳の頃を基準にすれば、毎年その割合は 1% ずつ減少（70 歳で半減）して行くと言います。

その結果、動作・思考が緩慢になり、時間がかかります。すべての筋肉に力が入らなくなり、階段でバランスが悪く、顔を洗おうとして中かがみになると、ふらついて倒れそうになります。左手はいつも震えて体全体が疲れやすく、1 日の半分は横になっています。元気な頃の 6 分の 1 も活動できません。

### 変化

病気になって見えてきたものは、世の中がいかにか生活しにくいものであるかという事です。腰の病気（脊柱管狭窄症：黄色靭帯肥大症）もあって、水道町の信号を渡るときは地獄の苦しみです。

青になって「よーいドン」でスタートしても、渡り終える頃は、信号が点滅し始めます。益城の 4 車線化も将来の不安材料です。

### 社会設計

家に入るにも、駐車場・玄関・2 階・トイレ・風呂に段差・階段があります。狭あいな日本の住宅は、積み木細工のようになっていて垂直に移動しなくてはなりません。

福祉施設にお伺いしまして、階段しかないと思わず「後ずさり」します。

高齢化社会になって来ていますが、「障がい者はいない」・「障がい者は出歩かない」前提で、今までの設計はなされているようです。

### 見えてきた「心のバリア」

身体的生活のしづらさを経験し、そこで初めて、心にダメージを受けている方の心理を推し測れるようになりました。病気になってから、大きな音に怯（おび）えてしまいます。その立場に近づいて初めてわかる感覚です。理解力が深まった点は、良かったと思います。

### これからの設計

障がい者（難病を含む）・高齢者の社会参加を保証するために、思い切った改革を期待します。



令和元年 9 月 9 日  
NPO 法人だれにも音楽祭  
理事長 山下謙之介