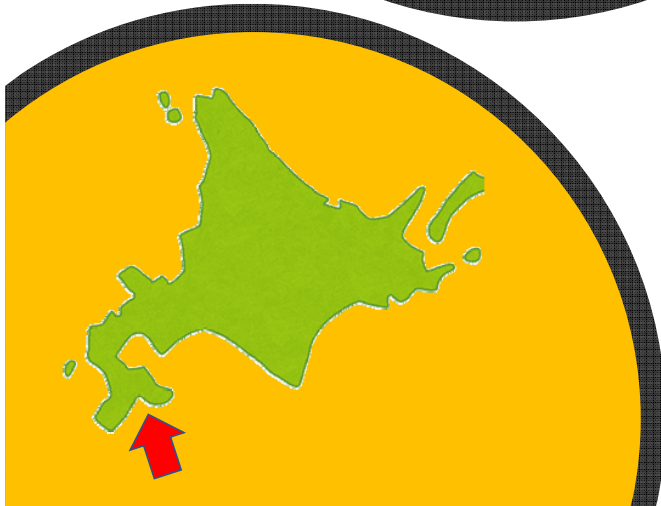




## 騎馬戦で頸髄損傷に ノーマライゼーションの国 デンマークの1年で知ったこと

有限会社みのり ウェブディレクター  
With You〔前向きな障害者と仲間達〕副会長  
奥山 修平

## お話する内容

---

1. 自己紹介
2. 頸損損傷について
3. デンマーク留学
  1. エグモントホイスコーレンという学校
  2. エグモントでのノーマライゼーション
  3. エグモントで学んだこと
4. 現在の活動

# 頸髄損傷になるまでの人生

- 北海道函館市出身
- 健康に育ち、大きな怪我や病気はなし
- 中学時代はサッカー部
- 将来は博士になってノーベル賞をとるのが夢
- 函館高専物質工学科に進学



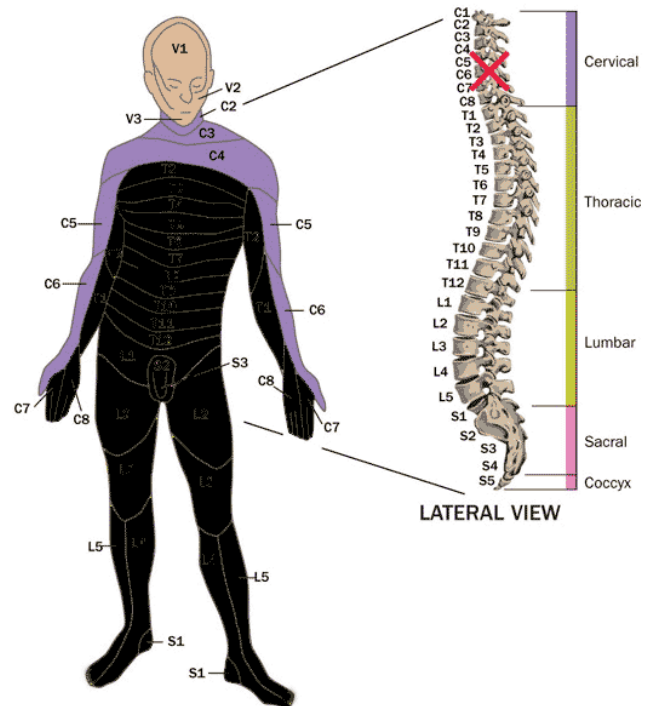
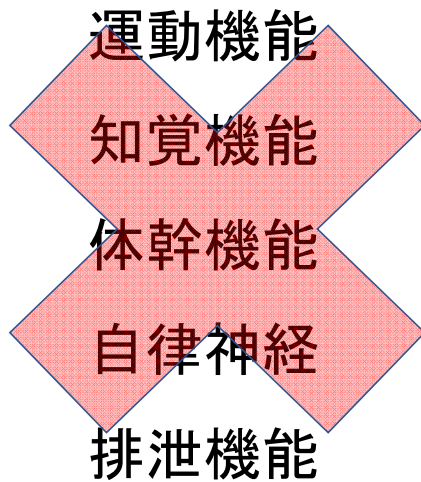
## 体育祭の騎馬戦で 頸髄損傷に

2003年6月

20歳の誕生日の2週間前



# 頸髄損傷とは？



formerly the BC Paraplegic Association

画像引用 : <https://sci-bc.ca/>

## 受傷後に考えた 「頸髄損傷になったらできなくなることリスト」

- 階段上る
- サッカー
- アウトドア
- 海水浴
- 自転車
- 車の運転
- 温泉につかる
- 料理
- 大学進学
- 恋愛
- 就職
- はしご酒
- 海外旅行
- 結婚



# 頸損からデンマーク留学まで

- 入院しながら復学し、高専を卒業
- 函館高専専攻科で学士取得
- はこだて未来大学大学院で修士課程修了
- 長野県立リハビリテーションセンターでリハビリ
  - トイレ・入浴の自立
  - 車の運転
- 自宅改造
- 有限会社みのりに就職
- 2017年に1年間休職してデンマークへ



## 一番辛かったのは母の他界

- 僕の介護を24時間365日
- 一日2回、拘縮予防のマッサージ
- 家の家事
- 2005年12月に末期の胆管がんが見つかる
- 通院して抗がん剤治療
- 2008年2月に他界（56歳）
- 一番辛い時期を支えてくれた



## 母が闘病中に奥山家が要求されていたこと

- 残された機能を最高まで鍛え上げて、健常者と同じ生活を獲得せよ
- 本人が最大限がんばって、それでも足りない部分は家族に面倒を見てもらいなさい
- 家族がボロボロになって介助ができない部分をヘルパーさんが、生きていくのに必要な分だけヘルプします

これ以上の助けを求めることは贅沢

## デンマークでは どうなんだろう??

- 
- 世界一幸せな国
  - 福祉先進国
  - 1959年法でノーマライゼーション提唱





成田空港出発のとき  
抱えていたモヤモヤ

- 障害者らしい生活  
をしている気がする
- 毎日が仕事仕事で  
余裕がない
- 母が病気になった  
のは自分のせい

デンマークの一年で  
経験したこと

2017年1月～12月



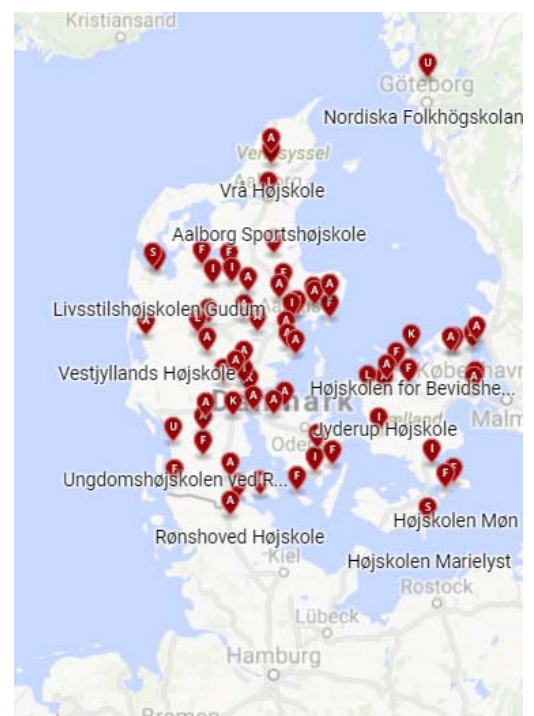


## エグモントホイスコーレンという学校に留学



## フォルケホイスコーレ

- 北欧独自の教育機関
- テスト・成績表がない
- 成人であれば誰でも入学可
- 全寮制
- デンマークに70校





## エグモントホイスコーレン の特徴

障害がある人もない人も  
共に生活し  
共に学ぶ



学生が学生を  
介助する







介助をした分  
お給料がもらえる

雇用者  
自己決定  
責任

障害のある学生も、一日の全てを自分で  
決められる

ご飯はビュッ  
フェ形式

起床時間

トイレの日・  
時間

シャワーの  
日・時間

就寝時間

スーパーに行  
く日

余暇活動

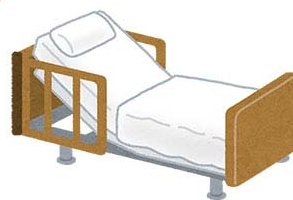
旅行計画

# 日本での生活

友達や恋人、会社



家族やヘルパーさん



# エグモントでの生活



A photograph of a group of students playing table tennis in a large indoor sports hall. Two students are seated in wheelchairs, while others are standing. The room has a high ceiling with wooden beams and orange walls. The text "一緒に学生生活を  
楽しむ仲間" is overlaid in white with a black outline.

一緒に学生生活を  
楽しむ仲間

エグモントの特徴

障害がある人も

全ての授業・行事に

参加できる！





## 自転車授業



## 海でカヤック



エレベーターが付いた  
ウォータースライダー







スキューバ  
ダイビング



アドベンチャーレースの授業





## 42kmウォーキングマラソン



## 12月の海と手作りサウナ





## 木登り







障害のある仲間との過ごし方を自然に学ぶ学校





形にとらわれず、実現する方法を考える



あるものでやる







## 片岡豊先生による「支援者の支援」の授業



## オープンダイアローグ の実践演習



# 車椅子の押すところ が低すぎる 事件



# もっと早く 言ってください 事件



「拘束時間」を考えるようになった



極限につかれた  
ときに相手を思  
いやれるか



## 新しい関係性

---

- 何でもお願いできる
- 何でも断れる

ノーマライゼーションに大事な的是対話





## ミケル先生の授業



パーソナルアシスタント  
制度でできること

- 自分で意思決定をする
- 普通の家に住む
- 教育を受けるか、仕事をする
- 家族を持って、家族の平等な一員となる
- 社会で活躍する
- バー、教会、その他のレクリエーション活動に行く
- 自分が選んだ人から助けを得る
- 自由に旅行する



# ミケル先生がやらなければいけないこと

## 現場監督としての仕事

- 求人面接を行う
- パーソナルアシスタントに業務内容を伝える
- シフト管理
- アシスタントが病欠のとき、代わりを見つける
- パーソナルアシスタントとの争いを解決する
- アシスタントの身体的・精神的な労働環境を改善する

## 雇用者としての仕事

- パーソナルアシスタントとの契約を結ぶ
- 毎月の給料を払う
- 必要であれば、パーソナルアシスタントを解雇する

## ミケル先生の日

7:00 アシスタントスタート。朝のコーヒーと雑談。  
7:30 アシスタントさんがリハビリ、トイレ、シャワー、更衣を介助  
9:00 アシスタントさんが車を運転して学校に。仕事中もアシスタントさんが書類書きや授業を手伝ってくれる。  
12:30 アシスタントさんとランチ  
14:00 午後もアシスタントさんと学校で仕事  
16:30 リラクゼーション  
17:30 ショッピングと夕食の支度  
19:00 アシスタントさんとディナー  
20:00 外出、リラクゼーション  
23:30 就寝(歯磨き、着替え、ベッド移乗を介助)  
これ以降の時間は病気のと時のみ介助あり





# 水澤 くん の 一 日

---

7:00 起床、着替えて車椅子に移乗

7:30 朝食、歯磨き、トイレ

8:30 パソコンに向かう

12:00 ヘルパーさんが来て昼食、トイレ

13:00 パソコンに向かう

18:00 夕食

19:00 パソコンに向かう

22:00 就寝（歯磨き、トイレ、ベッドに移乗、着替え）