

第1回

# 街

## へ出よう！

「トラベルヘルパーが教える外出のコツ」

」



NPO法人  
日本トラベルヘルパー協会  
理事長 笹塚 恭一

### PROFILE しのづか・きょういち

株式会社SPIあ・える倶楽部代表取締役。  
平成18年にNPO法人日本トラベルヘルパー  
(外出支援専門員)協会を設立。

要介護高齢者の外出を支援する「トラベルヘルパー」の養成を始めて20年になります。身体が不自由な人にいちばんにしたいことを聞くと、皆さん一様に「お出かけ」だと言います。友人と好きな映画を観て、カフェの日だまりでお茶を飲む。私たちにとってはそんな他愛もないことですが、身体が不自由な人にとっては、とても特別なことのようにです。

トラベルヘルパーとしてサポートした方のなかに、山本勝(仮名)さんという方がいらっしゃいます。山本さんはこれまで150回もお出かけをしてきた、いわば、「お出かけのベテラン」。8年前から月に1~2回、トラベルヘルパーを利用して車いすでのお出かけを楽しみつつ、普段は東京都の多摩川近くの介護施設で暮らしています。

初めてトラベルヘルパーを利用したときの山本さんの要望は、「自分の家に帰りたい」というものでした。施設から自宅まではわずか数キロで、車ならば約20分足らずの距離です。

施設では「スタッフの数が限られているため同伴は難しい」と断られ、年老いた妹に頼むわけにもいかない。施設での新しい暮らしにもなじめず、希望を失いかけていた時期だったようです。

山本さんはもともと旅行が好きで、定年退職してからは一人で海外旅行も楽しんでいました。しかし、60代半ばに倒れてからは、介護サービスがないと生活できなくなりました。

自宅に帰ることは、ひとり暮らしの山本さんには無理なことです。事情を知っている周囲は何度も諭しましたが、本人はいっこうに動じません。山本さんは人一倍リハビリに励み、さらに訓練メニューを増やすなど熱心にリハビリを行いました。

トラベルヘルパーを利用して2回ほど自宅に戻りましたが、本人は自宅に戻ることが難しくなってきたことをだんだんと理解し始めていました。

2回の帰宅が転機になったのか、今度は旅行に行きたかった国々の料理を食べに、レストラン巡りをしようと決心したようです。半日程度のお出かけですが、本人の気分転換になっています。次のお出かけ先を考え、自分なりに調べることが楽しいようで、旅行番組のチェックも欠かさないですし、カレンダーに印を付け、その日が来るまで熱心にリハビリをしています。

介護が必要な人にとって、ちょっとしたお出かけでさえ非日常的な行事となります。お出かけを「憧れ」という人もいるほどです。ましてや、その行き先が住み慣れた自宅や故郷だとしたら、思いは強くなるばかりでしょう。

次回からはトラベルヘルパーのもつお出かけのノウハウをご紹介します。