



将来に希望が持てない暗闇にいた二人に、
パーッと明るい未来が見えるようになりました。
この学習の先にある光を「ゆいまーる」の気持ち
でつなげていきたい



幼いあの日、私はみんなトイレに1人で行けるのに、自分は一人で行かれないことに気づき、障がい者だと認識してショックでした。後にそれは脳性麻痺という名前だと知りました。母を頼りにして、母が亡くなった後は姉を頼りにして生きてきました。介助なしに生きられない自分を人と比べて「自分はいろんなことができない」「家族に迷惑をかけている」と劣等感を持つようになりました。私の口癖は「脳性麻痺だから〇〇できない」というものでした。

姉からキネスティック・クラシックの学習に誘われたときも、それは介助者が勉強するもの、とキネスティック・クラシックを介助法と勘違いしてとらえてしまっていました。ところが、キネスティック・クラシックは「自分のカラダの仕組みを理解するための動きの言語化の道具」だと、体験してみても初めてわかりました。なんでも体験してみないと言葉にはできないことが多いことにも気づきました。

自分の脳性麻痺という障がいが、私の個性として分析できるようになりました。

私は左の筋力が弱いのですが、ちゃんと骨があって、私の重さを重力方向に流してくれるのです。ダメダメな自分と思っていた自分に、それまで気づきもしなかった動きの能力があることを知りました。この骨を使って、初めて介助されながら動く体験をしました。

「生きている感じ」がしました。障がいがあってもなくても、みんな利き腕利き足があり、私はただそれが極端な差があるだけ。その少し弱いところを誰かに手伝ってもらえたら、介助者の負担は減ります。家族や介助者にかかる負担が減って、私の心は随分楽になりました。

それを同じような障がいをもつ当事者やその家族、また世の中の介助に携わる方々に知ってほしくて、障がい者初のファシリテーターになりました。動きの能力や、人をお願いするコミュニケーション能力も高まり、きょうだいとの関係も改善しました。そして、脳性麻痺だからという口癖をいつの間にか卒業していました。「〇〇できない」という考え方から、「どうやったら可能になるか」と知恵を使ったり、相談する行動に変わってきました。

私は現在、障がいの有無に関わらず、共生できる社会を実現させるための団体で仕事をしています。

その団体で、制度を整えたり、障がい者の自立を目指す活動をしています。

しかし、制度を整えても、動きの援助が楽にならないと自立には難しい状況が続きます。やはり、まだ壁は大きく高いことを感じています。

「障がい」をひとつの個性だと客観的にとらえ、介助される側が介助する側に的確な言葉でお願いができるようになれば、双方が「負担の大きさ」に注目せず、介助される側も劣等感を感じずに、お互いがより楽な関係の中で「介助のある生活」を送っていけると思います。

脳性麻痺を卒業して、新しいチャレンジを始めたファシリテーター・ネオ。



その解決のための有力な糸口が、キネスティック・クラシック・ネオだと感じています。だから、たくさんの人に学んでほしいと思います。



看護師5年目
苦勞人の姉。
幼児の頃から妹のお世話のために腰痛だったが今は改善した。
ファシリテーター・ネオ。
足爪フットケア
アドバイザー

幼いあの日、母は、「私がいなくなった後、障がいのある妹をみんなで気にかけてほしい」と言っていました。そして、病気で急にこの世を去った母。その日から、福祉の充実していない離島での辛い毎日が始まりました。

妹は可愛いのに、一方で段々と重荷になってきました。妹の体重の増加とともに、幼稚園の頃から腰痛を意識していた自分のカラダは辛さが増していきました。そのため、姉妹の関係がギスギスしてきました。

そして、「女の子同士だから妹を支えなさい」と祖母に言われたり、「妹の面倒を見るのは仁菜の仕事」と親から決め付けられたり、「男だから妹の下の世話はできない」と兄たちに言われたりしたことで、家族に苛立ち少しだけ距離を感じ、私だけ可愛そうな立場だと思っていました。

そして、看護の道に進んだけれど、暗闇から脱出する方法はみつからず、ゼミの先生のキネスティック・クラシックを学ぶ姿を見て、卒業後参加してみました！それが光が差した始まりです！今では、きょうだいの関係もとても良好！

キネスティック・クラシック・ネオは、私と妹の未来への明るい「ともし火」になっています。